

## เรื่องเล่า “คุณค่าของชีวิตที่เหลืออยู่”

โดย ...อัจฉิมา ศิริพิบูลย์ผล  
กลุ่มงานจิตวิทยา

“..... เมื่อวันที่ชีวิตเดินเข้ามาถึงจุดเปลี่ยนจนบางครั้งคนเราไม่ทันได้ตระเตรียมหัวใจ ความสุขความทุกข์ ไม่มีใครรู้ว่าจะมาเมื่อไหร่จะยอมรับความจริงที่เจอได้แค่ไหน ...เพราะชีวิต คือชีวิต เมื่อมีเข้ามาก็มีเลิกไป มีสุขสม มีผิดหวัง หัวเราะหรือหวั่นไหว เกิดขึ้นได้ทุกวัน ....” ช่วงเป็นช่วงเวลาที่ย่ำแย่มาก ในช่วงเย็นวันหนึ่งหลังจากข้าพเจ้าเสร็จสิ้นจากภารกิจที่ทำงาน ในช่วงเวลาผ่อนคลายนี้ก็มีโอกาส หมุนคลื่นวิทยุแล้ว ฟังเพลงที่ผู้จัดรายการ กำลังเปิดเพลงที่ได้ฟังนี้เป็นเพลงที่ข้าพเจ้ามีความชื่นชอบเป็นการส่วนตัวอยู่เป็นทุนเดิม ถึงแม้ว่าจะเป็นเพลงที่เคยฮิตในยุคหนึ่งเมื่อนานพอสมควรในอัลบั้มรวม เพลงแนวฟังสบายแต่ได้เรียนรู้ไปกับเรื่องราวชีวิต ของคุณ บอย โกสิยพงษ์ แต่กลับมีความคิดว่าเพลงนี้น่าจะฮิตและอมตะในใจทุกคนที่กำลังเรียนรู้ชีวิตกันอยู่ เสมอ ไม่ว่าสิ่งที่เรียนรู้ที่กำลังอยู่บนเส้นทางของความสุข หรือความทุกข์ก็ตาม

ฟังเพลงนี้จบ ด้วยความซาบซึ้งแล้ว วกได้กลับมานึกทบทวน การทำงาน ในวิชาชีพของตนเองในบทบาทผู้ให้บริการผู้ป่วยกับครอบครัว ผู้คนหลากหลาย หลากปัญหาที่เข้ามาขอรับบริการ ต่างก็มาด้วยความทุกข์ แต่ก็ไม่ใช่ทุกข์ร้อยเปอร์เซ็นต์ เป็นภาวะที่เห็นความทุกข์มากกว่า ความสุข เพียงแค่ในช่วงวิกฤตนั้น เหมือนมีม่านหมอกของปัญหาบดบังศักยภาพอยู่ ถ้าฟังด้วยตัวพวกเขาเองจึงไม่สามารถที่จะมองเห็นความสุขเล็กๆ คุณค่าชีวิตเล็กๆที่ซ่อนอยู่ในตัวเอง ผู้คนเหล่านี้กำลังต้องการที่พึ่งทางจิตใจ และจิตวิญญาณ ต้องการผู้ที่จะเข้ามาสะท้อนภาพถนนชีวิตที่กำลังสับสน สะท้อนทางออกของชีวิตในช่วงที่ ชีวิตกำลังมืดมน พอนึกถึงภาพความทุกข์ของผู้คน ที่กำลังรอผู้ให้บริการมาช่วยเหลือแล้ว ไม่ว่าจะเหน็ดเหนื่อยจากภารกิจอันใด ข้าพเจ้าก็บังเกิด กำลังใจในบทบาทผู้บำบัด มากขึ้น และคิดว่าหากเพื่อนร่วมวิชาชีพนึกถึงภาพตรงนี้คงไม่แตกต่างกันนัก เนื่องจากการทำงานกับผู้ป่วยในบริบทงานจิตเวชนั้นการทำงานไม่สามารถใช้เพียงสมอง หรือความรู้แต่เพียงอย่างเดียว หากต้องมาจากพลังบางอย่างในตัวตนผู้ให้บริการนั้นคือ “ พลังจากจิตใจ จิตวิญญาณแบบพรหมวิหารธรรม คือ เมตตา กรุณา มุทิตา และอุเบกขา ” ซึ่งไม่เพียงแต่เมตตาอยากให้ผู้รับบริการพ้นจากความทุกข์ แต่ต้องมีการกระทำตามมาตรฐานวิชาชีพของแต่ละวิชาชีพที่กรุณาทำให้ เขามีความสุขขึ้นได้ ผู้บำบัดที่มีพลังสองอย่างเป็นพื้นฐานจะมีพลัง ของความอบอุ่นจนกระทั่ง ผู้รับบริการอยากระบายเรื่องที่หนักหนาสาหัสในชีวิตให้ฟัง ต่อมาการแสดงมุทิตาจิตที่เห็นผู้รับบริการดีขึ้น มองทางออกชีวิต และเดินทางไปสู่เส้นทางสายความสุข สายคุณค่าในชีวิตด้วยตนเอง ไม่เพียงเท่านั้นผู้บำบัดควรมีการ วางอุเบกขา วางใจเป็นกลางในบำบัดผู้รับบริการ ให้บริการอย่างไม่เลือกชนชั้นใด

ในความ คิดของข้าพเจ้า แล้วการเกิดขึ้นมาเป็นคนๆหนึ่งบนโลก ใบนี้ที่ต้อง ก้าวเดินไปบนเส้นทางชีวิต เพื่อบรรลุความฝันของแต่ละคน ไม่ใช่เรื่องง่ายแต่ก็ไม่ใช่ว่าเรื่องยากหากเข้าใจ และตอบตัวเองได้ ว่า “ ชีวิตคืออะไร? ” บ่อยครั้งที่คำว่าชีวิตถูก นิยาม อย่างสวยหรูด้วยแนวคิด วิทยาศาสตร์ ที่มีความเป็นรูปธรรม แต่ขาดมุมมองทางความรู้สึก จิตใจ และจิตวิญญาณ อย่างไรก็ตามบางครั้งชีวิตเป็นสิ่งที่มีความเป็นปัจเจก นั่นคือตัวเราเท่านั้นที่จะตอบได้ว่า “ ชีวิตคืออะไร? เกิดมาเพื่ออะไร? ” ผู้เขียนมีความเชื่ออย่างหนึ่งว่าทุกชีวิตไม่ว่าจะตอบคำถามชีวิตตัวเองอย่างไร ไม่ว่าจะผ่านความสุข ทุกข์ ร้อนหนาว มากมายแค่ไหน “ ทุกชีวิตย่อมมีคุณค่า ” ชีวิตมีความหลากหลาย และความแตกต่าง หลายชีวิตไม่เคยมีความสมบูรณ์แบบ อยู่ที่ว่าเราจะ เลือกมองมุมไหนของชีวิต ครั้งนี้ อยากนำเรื่องราวชีวิตของคุณแม่ท่านหนึ่งมาเล่าเพื่อแลกเปลี่ยนกับทุกท่านเกี่ยวกับ มุมมองชีวิตอีกชีวิตหนึ่งที่เราได้กลับมาทบทวนชีวิต และคุณค่าในชีวิตของเรา

ชีวิตของคุณแม่ท่านนี้ก็เป็นอีกชีวิตหนึ่งที่เกิดมาพร้อมกับความพยายามที่จะแสวงหาคุณค่า และความหมายในชีวิต เต็มไปด้วยความฝัน และความหวังเฉกเช่นเดียวกับคนอื่นๆ ผู้หญิงร่างเล็กๆคนนี้อาจมีความสุขเหมือนกับผู้หญิงคนอื่นๆทั่วไป ความสุขที่ว่านี้ คือ เรียนจบ หางาน สะสมเงิน มีคนรัก ช่วยกันสร้างครอบครัว มีลูกด้วยกัน และการได้อยู่กับคนที่เรารัก และรักกันไปจนแก่เฒ่า แต่ความเจ็บปวดในชีวิตที่เกิดขึ้นมักจะมาจากความไม่สอดคล้องกันของความหวัง และความเป็นจริง การเดินทางบนเส้นทางของความเป็นจริงของ หลายคนอาจไม่ได้ โโรยไปด้วยกลีบกุหลาบ เหมือนชีวิตของเธอคนนี้ ฉากละครชีวิตที่เธอเล่าให้ฟัง คือ ความเจ็บปวดจากความเป็นจริงที่เธอกล้ำกลืนสู้อยู่ตามลำพังบนเส้นทางที่เธอไม่มีสิทธิ์เลือกเลยแม้แต่น้อย

ผู้รับบริการรายนี้เป็นคุณแม่ของเด็กที่มารับบริการในคลินิกปรับเปลี่ยนพฤติกรรม เด็กได้รับการวินิจฉัยจากแพทย์ว่าเป็น “ ออทิสติก ” แพทย์ส่งเด็กมาบำบัดกับ สหวิชาชีพที่หลากหลายทั้งปรับเปลี่ยนพฤติกรรม กิจกรรมบำบัด และอรรถบำบัด ณ ขณะที่มาฝึก เด็กอายุ 3 ปี แล้ว แต่ปัญหาของเด็กที่แม่เป็นกังวลใจ คือ เด็กยังไม่สื่อสารโดยใช้ภาษาพูดที่มีความหมาย เด็กมักส่งเสียงแบบเล่นเสียง หรือภาษาที่ฟังไม่รู้เรื่องที่คนมักพูดกันว่า “ ภาษาต่างดาว ” หรือบางครั้งส่งเสียงกรีดแหลมแทนคำพูดที่มีความหมาย ซ้ำร้ายไปกว่านั้นยังมีความบกพร่องทางสมาธิ มีความสามารถที่จะนั่งทำกิจกรรม การเล่น อย่างมีเป้าหมายได้ช่วงเว ล่าสั้นกว่าที่ควรจะเป็นตามวัย ทุกครั้งหลังการปรับเปลี่ยนพฤติกรรมเด็ก มารดาจะขอรับคำแนะนำเพื่อไปฝึกต่อที่บ้าน เธอยอมรับว่าพยายามจะนำวิธีการไปขยายผลต่อที่บ้านด้วย แต่สภาพที่บ้านเธอตอนนี้อาจไม่พร้อมที่จะฝึกเด็กได้ร้อยเปอร์เซ็นต์เพราะเธอต้องทำงานที่บ้านไปด้วย และต้องเลี้ยงลูกด้วย เธอต้องให้แม่กับญาติที่พอ จะว่างจากงานมาดูแลให้บางช่วงที่เธอต้องทำงาน ขณะเดียวกันตอนนี้เธอก็ได้ตัดสินใจ ที่จะให้เด็กได้ไปฝึกพัฒนาการที่โรงพยาบาลเอกชนแห่งหนึ่ง ควบคุมไปด้วยเพื่อให้เด็กได้รับการพัฒนาอย่างเต็มที่ที่สุดเท่าที่เธอจะช่วยเหลือได้ คุณแม่พาลูกมารับบริการหลายครั้ง แต่ก็พยายามเลี้ยงที่จะเล่ารายละเอียดเรื่องครอบครัวให้ฟัง จากการสังเกตสีหน้าแววตาทุกครั้งที่เราพูดถึงลูก และครอบครัว จะมีร่องรอยของความหดหู่ซ่อนอยู่ในแววตา ส่วนน้ำเสียงก็สิ้นเครือคล้ายกับว่าพร้อมจะร้องไห้ออกมาได้ทุกเมื่อ ทุกครั้งที่เธอพาลูกมารับบริการ นอกเหนือจากแนะนำและแลกเปลี่ยน วิธีการบำบัดแล้ว ข้าพเจ้า จะให้เธอเล่าข้อมูลและระบายนเรื่องราวที่เกี่ยวกับความไม่สบายใจ เท่าที่เธอสะดวกใจที่จะเล่าเท่านั้น โดยไม่พยายามยัดเยียดความปรารถนาดีที่จะช่วยจนเธอรู้สึกอึดอัด ข้าพเจ้าพูดคุยและแสดงท่าที่รับฟังเพื่อให้เธอสัมผัสได้ว่า “ ถ้าคุณพร้อมที่จะเล่า เราก็พร้อมที่จะฟังคุณ ” ซึ่งเป็นกระบวนการของการสร้างสัมพันธภาพ การสร้าง ความไว้วางใจที่จะเปิดเผยข้อมูลซึ่งต้องพิสูจน์ด้วยเวลา ความไว้วางใจที่จะให้เข้าถึงความลับ และความพร้อมบางอย่างของผู้รับบริการ

จนกระทั่งวันหนึ่งเธอพร้อมที่จะเล่าเรื่องราวต่างๆในชีวิตครอบครัวของเธอให้ข้าพเจ้าฟังเป็นครั้งแรก เธอเล่าว่า “ ตอนนั้นคิดว่าเราเป็นผู้หญิงที่โชคดีมาก เจอกับแฟน และคบแฟนคนนี้นี่มาคนแรก คนเดียวมาตลอด เขาเป็นคนดีทุกอย่าง ทั้งเรื่องหน้าที่การงาน ฐานะ ดีกับเรามา ก แคว้เก็บเงินไว้ให้เรากับลูก ก่อนที่จะแต่งงานกันด้วยข้า บอกอยากให้ลูกเรียนสูงๆ เราจะได้สบาย ย ตอนอยู่กับเขา มีความสุขทุกวันจนเราตั้งท้องมี ลูกคนแรกด้วยกัน ตอนไป Ultrasound ยิ่งรู้ว่าลูกเป็นผู้ชายยิ่งมาพูดแซวกันว่าลูกจะหน้าเหมือนใคร ” เล่ามาถึงตรงนี้เธอเงียบไป ปักหนึ่ง ในบรรยากาศความเงียบงันนั้น ข้าพเจ้ารับรู้ได้ถึงความสะเทือนใจที่สะท้อนออกมากับแววตาคู่หนึ่งของเธอ ขณะที่พูดถึงเรื่องราวต่างๆที่เคยเป็นอดีต แววตาของเธอมีหลากหลายอารมณ์ทั้งแววเศร้าอย่างท่วมท้นเมื่อพูดถึงคนที่รัก ที่สุดที่จากไปอย่างไม่มีวันหวน กลับ และแววตาเป็นประกาย ความสุขบางๆเมื่อเธอพูดถึงลูก จากนั้นเธอก็เล่าช่วงเวลา เลวร้ายที่สุดในชีวิตให้ฟัง เป็นวันที่สามีเธอไม่ได้อยู่กับเธอไปตลอดกาล “ มันเหมือนฝันคะ ฝันร้าย ไม่คิดว่าเขาจะไป เร็วขนาดนี้ ปกติจะเป็นคนแข็งแรง ดูแลสุขภาพ คินนั้นก็เข้านอนตามปกติ เรายังตั้งที่ ้องอ่อนๆ เรานอนอยู่ จู่ๆได้ยิน เสียงเขาหายใจเสียงดังมาก แล้วคืนแรงขึ้น แล้วเขาก็นิ่งไปเลย ตอนนั้นทำอะไรไม่ถูก พยายามเขย่าตัวเขาแรงๆให้ รู้สึกตัว ตอนนั้นเขาก็นิ่งไปแล้ว มารู้ตัวอีกทีพอไปถึงมือหมอ ตอนนั้นไม่ได้ยินเสียงหมอเลย หูอื้อไปหมด ตอนหมอ

บอกว่า....เขา.... ” สีหน้า แหวตา และน้ำเสียงในตอนนั้นมันเป็นเรื่องที่ข้าพเจ้ายังรับรู้ได้ถึงความสะดวกอันอารมณ์อย่างถึงที่สุด เธอเสียงที่จะพูดถึงคำว่า “...เขาตายแล้ว...”

หลังวิกฤตของ ชีวิตเพิ่งผ่านพ้น หลังเสียสามีเธอต้องการแค่ว่าจะมีใครยื่นมือเข้ามาช่วยเหลือ แต่พายุยังถาโถมสู่ชีวิตเธอ ญาติของสามีมากำก่าย และเข้ามาขอแบ่งมรดกที่สามีสร้างให้เธอกับลูก เธอรู้สึกชีวิตดำดิ่งลงไปอีก เมื่อย่ำเท้าๆของหลานในห้อง หรือแม่สามีเธอ สนใจเงินมรดกมากกว่าชีวิตน้อยๆที่กำลังจะเกิดมา เธอ ตัดสินใจจบปัญหาด้วยการมอบเงินก้อนหนึ่งให้แม่สามีและตัดสายญาติ ผึ้งสามีทันที แต่ก็โชคที่อยู่บ้างที่ในระยษนั้นคุณแม่ของเธอได้ย้ายเข้ามาอยู่กับเธอเพื่อดูแลเธอและลูกในห้อง เธอก็ได้มีความสุขบ้างเมื่อลูกน้อยที่ตั้งท้องมา 9 เดือนได้ลืมตาดูโลก แต่อย่างไรก็ตามหลังคลอด เธอซึมเศร้ามากจากการเสียสามีถึงแม้รู้ว่าหน้าที่ของแม่ที่ดีที่สุด คือ ดูแลลูก แต่คุณแม่เล่าว่า “มันเหมือนมีคนอีกคนในตัวฉันมาคอยต่อว่า ...เธอทำไม่ได้หรอก เธอสู้ไม่ไหว รอก ตายซะ ...” เธอเล่าถึงช่วงเวลาที่ ความคิด ตกต่ำและ ซึมเศร้ากำลังจะชนะเธอ “ในตอนนั้นคิดว่า ชีวิตจบ ปัญหาที่จะจบ ” ก่อนที่ความคิดเตลิดจะนำพาเธอไปสู่อัตวิบากกรรม ในขณะที่ตนเองเธอแอบมองแม่ที่กำลังนอนหลับอยู่พลิกตัวแล้วละเมอออกมา “...ลูก...” คำนั้นเหมือนเป็นคำที่หลุดเธอให้กลับมาอยู่ในโลกความเป็นจริงอีกครั้ง เธอหยุดทุกสิ่งที่เคยผ่านมา ในความคิดเมื่อสักครู่ หลังแม่ตื่นสะลึมสะลือพูดกับเธอว่า “...แล้วหลานกินนมหรือ อัยงลูกเอ๋ย ....แม่ขอโทษที่เผลอกลับไป...” คำพูดที่ได้ยิน ความรักของคำว่าแม่มาแทนที่ความคิดที่จะทำร้ายตนเอง ความรักของแม่ที่มีต่อเธอทำให้เธอคิดถึงความรักของเธอกับลูก เธอคิดในใจ “เกือบไปแล้ว เคราะห์ดี นี้เราเกือบทำร้ายคนที่เรา รักที่สุดทั้งสองคน ใช่ หากเราไม่อยู่แล้วใครจะเลี้ยงดูแม่ ใครจะป้อนนมลูก ใครจะดูแลเขา แม่คงลำบากมาก และเสียใจที่สุด ” ครั้งนี้ความรักของแม่และความรักของลูก ช่วยชีวิตเธอไว้ เธอสัญญากับตัวเองว่าไม่ว่าต่อไปจะเกิดอะไรขึ้นเธอก็จะสู้

หลังวิกฤตผ่านพ้นเธอกลับมาตั้งสติ และประคับประคองชีวิตอีกครั้ง รั้งด้วยกำลังใจที่มีจากแม่กับลูก เธอเลี้ยงลูกจนลูกเริ่มเข้าเรียนเนอสเซอรี่ เธอมีความสุขกับการเลี้ยงลูก ชีวิตกลับมาราบรื่นอีกครั้ง เธอตั้งใจทำงานหนักเพื่อจะเก็บไว้ส่งเสียให้ลูกได้เรียนสูงที่สุด หน้าตาของเด็กละม้ายคล้ายพ่อเด็กมาก ยิ่งทำให้เธอมีความสุขเหมือนได้เห็นสามีกลับมาอีกครั้ง แต่ชีวิตมันไม่ง่าย คลื่นชีวิตกลับมาให้เธอสู้อีกครั้ง เธอสังเกตว่าพัฒนาการและพฤติกรรมของลูกแปลกแตกต่างจากเด็กวัยเดียวกันที่เธอเคยเห็น ยิ่งเมื่อเปรียบเทียบกับเด็กที่เนอสเซอรี่ เธอตัดสินใจพาลูกไปโรงพยาบาลเพื่อปรึกษาแพทย์ และสิ่งที่เธอได้ยินจากแพทย์ ทำให้ชีวิตเธอเหมือนคนล้มครั้งที่ 2 อีกครั้ง “ คุณแม่ครับพัฒนาการของน้อง หมอสงสัยเรื่องออทิสติกครับ .....” ข้อมูลที่ได้รับฟังจากหมอทำให้เธอรู้สึกมึนงง เธอปฏิเสธ ในใจว่านี่ไม่ใช่ความจริง หลังกลับมาถึงบ้านเธอแทบไม่มีสติที่จะทำอะไรทำได้เพียงร้องไห้ คนเดียว ตอนนั้นแม่เล่าว่าเธอพูดกับตัวเองซ้ำๆว่า “มันเวรกรรมอะไร...”

วิกฤตทั้ง 2 ครั้งที่ผ่านมาเข้ามาในชีวิตเธอ ทั้งการเสียชีวิตอย่างกะทันหันของสามีผู้เป็นหัวหน้าครอบครัว และการทราบข่าวร้ายว่าลูกเป็น “ ออทิสติก ” จึงเป็นเรื่องที่หนักหนาสาหัสมากสำหรับผู้หญิงตัวเล็กๆที่ต้องแบกรับไว้

ภายใต้ความสับสน งุนงง ไม่รู้จะไปทางไหน แต่โชคที่อยู่บ้างที่เพื่อนบ้านแนะนำ หลังจากเธอตั้งสติได้เธอจึงได้พาลูกมาที่ สถาบันราชานุกูล เธอได้รับคำแนะนำจากแพทย์ และคำแนะนำการบำบัดจากสหวิชาชีพ เช่น นักจิตวิทยา นักกิจกรรมบำบัด นักอรรถบำบัด รวมทั้งกำลังใจที่ได้รับจากแม่ และการได้รับคำปรึกษาจากผู้บำบัด อีกทั้งทีมสหวิชาชีพทำให้ เธอค่อยๆสร้างภูมิต้านทานชีวิตในการต่อสู้เพื่อลูกรักของเธอ คุณค่าสำคัญในชีวิตของเธอหลงเหลืออยู่

นอกเหนือจากเทคนิคการบำบัดที่เธอได้รับให้นำไปฝึกลูกต่อที่บ้าน เธอยังได้รับคำแนะนำที่นำมาใช้ดูแลตนเองในเรื่องเทคนิคการดูแลสุขภาพกาย สุขภาพใจตนเอง เทคนิคการเปลี่ยนมุมมองความคิดเพื่อให้มีความสุข กับชีวิตที่เหลืออยู่

วันแล้ว วันเล่าที่เธอพยายามพาลูกมาฝึกตามนัดหมาย และนำเทคนิคต่างๆไปฝึกต่อที่บ้าน วันแล้ววันเล่าที่รู้สึกดีเมื่อลูกยอมฝึก วันแล้ววันเล่าที่รู้สึกแยที่เด็กไม่ร่วมมือ แต่เธอก็มีความพึงพอใจ และรู้สึกอุ่นใจขึ้นมาก

ทุกครั้งที่เราท้อ เหนื่อยกับการทำงาน หรือกับการเลี้ยงลูก เธอจะพูดกับตนเองว่า “ อย่างน้อยก็มีลูกที่เป็นตัวแทนของสามี อย่างน้อยเธอก็รู้ว่าชีวิตหลังความตายยังมีเมล็ดพันธุ์ บางอย่างเกิดขึ้นมาให้เธอต้องดูแล แม้ว่าอาจไม่ใช่เมล็ดพันธุ์ที่สมบูรณ์ที่สุดก็ตาม แต่ก็ยังเป็นเมล็ดพันธุ์ที่มีคุณค่าที่สุดแล้วกับชีวิตของคนเป็นแม่ ”

มุมมองที่ได้จากเรื่องราวชีวิตและการบำบัดผู้รับบริการและครอบครัวรายนี้ แสดงให้เห็นว่าผู้บำบัดไม่เพียงมีบทบาทในการให้ความรู้ที่จำเป็นต่อผู้รับบริการเท่านั้น (K ;Knowledge) แต่องค์ประกอบที่มีความสำคัญไม่แพ้กันคือ การเป็นผู้สังเกตอารมณ์สะท้อนใจที่สื่อสารออกมาจากผู้รับบริการที่บางครั้งไม่ได้ออกมาเป็นคำพูดตรงๆ การเป็นผู้รับฟัง และการถ่ายทอดพลังแห่งจิตวิญญาณที่ปรารถนาดี ไปสู่ผู้รับบริการ (A ;Attitude) ซึ่งพลังนี้เป็นตัวแบบที่ผู้รับบริการจะนำไปใช้เป็นภูมิต้านทานให้กับชีวิตของตนอีกทอดหนึ่ง ในการปรับตัวภายใต้ทัศนคติที่มีคุณค่า เมื่อผู้รับบริการมีทัศนคติที่ดีกับชีวิตของตนก็จะนำไปปรับใช้กับสิ่งแวดล้อมที่ล้อมรอบ ชีวิตเขาได้อีกด้วย ประการต่อมาผู้บำบัดควรตระหนัก ว่าคงไม่มีเหตุการณ์ใดที่จะทำให้ทุกข์เท่ากับการทราบว่าคุณอันเป็นที่รักของเรามีความบกพร่องทางพัฒนาการ หรือสติปัญญา พ่อแม่จะเกิดความโศกเศร้ามากหรือน้อยก็ขึ้นอยู่กับความแตกต่างและพื้นฐานการรับรู้ของบุคคลนั้นเป็นสำคัญ ผู้ที่ประสบ เหตุการณ์แห่งความสูญเสียไม่ว่าอะไรก็ตามอาจรู้สึก ว่า คงไม่สามารถทำใจยอมรับกับข่าวร้ายและการสูญเสียที่เกิดขึ้นในช่วงเวลานั้นได้ แต่ การที่จะช่วยให้ผู้รับบริการก้าวผ่านไปสู่การยอมรับได้ อย่างน้อยผู้บำบัดควรเข้าใจว่าผู้สูญเสียต้องเผชิญกับอะไรเพื่อที่จะช่วยเหลือและ ตอบสนองได้อย่างเหมาะสม ตั้งแต่ขั้นตกใจ ปฏิเสธ โกรธ ต่อรอง ซึมเศร้า ไปจนกระทั่งยอมรับกับสิ่งที่เกิดขึ้นได้

บทบาทการช่วยเหลือของผู้บำบัดมีความสำคัญต่อผู้รับบริการที่มาขอรับความช่วยเหลืออย่างมากทั้งความ เป็นผู้ฟังที่ดี ฟังฟังด้วยใจ การเป็นผู้สื่อสาร สะท้อนกลับข้อมูล สิ่งที่มีคุณค่าและกำลังใจส่งผ่านออกไป และการสร้างความเข้มแข็งจากตัวตนของผู้รับบริการ ให้เขาสามารถเป็นผู้เลือกเผชิญปัญหา และตัดสินใจด้วยตนเอง ให้พวกเขา กลับมาเห็น “ คุณค่าของชีวิตที่เหลืออยู่ ” ชีวิตที่เป็นปัจจุบัน ชีวิตที่เหลืออยู่ตอนนี้ ซึ่งเป็นชีวิตที่สำคัญมากที่สุด

“.....อยู่ที่เรียนรู้ อยู่ที่ยอมรับมัน ตามความคิดสติเราให้ทัน อยู่กับสิ่งที่มีไม่ใช่สิ่งที่ฝัน และทำสิ่งนั้นให้ดีที่สุด..... ” พอมาถึงตรงนี้เนื้อเพลง Live and learn ของคุณบอยที่นำมาเกริ่นก่อนหน้า ก็กลับมากระตุ้นให้ได้คิด สะกิดใจอีกครั้ง จริงอย่างที่นักแต่งสื่อสารกับเราผ่านบทเพลง เราเลือกออกแบบชีวิตไม่ได้ทั้งหมด ไม่มีใครรู้ว่าพรุ่งนี้ จะเกิดอะไรขึ้นบ้าง เราทำได้เพียง เป็น “ นักเรียนรู้ ” จากร่องรอยของวันวาน และวันนี้ เมื่อเวลาล่วง เลยไปแล้ว วันวานไม่มีวันหวนกลับ วันนี้ก็จะกลายเป็นอดีตของกาลเวลาไป แต่ความมหัศจรรย์มันอยู่ที่ว่า เวลามักซ่อนของขวัญ ดีๆที่เรียกว่า “ คุณค่า ” ให้ทุกชีวิตได้ตามหาเสมอ และเครื่องมือที่จะทำให้ชีวิตตามหาคุณค่าได้เร็วขึ้น คือ การมีสติ กำหนดรู้ความเป็นไป ของชีวิตตามความเป็นจริง คุณค่าอาจไม่ใช่รูปลักษณะภายนอกที่สวยงามดึงดูด อาจ ไม่ใช่การมีทรัพย์สินเงินทองล้นฟ้า และอาจไม่ใช่ยศถาบรรดาศักดิ์ยิ่งใหญ่ แต่สำหรับข้าพเจ้ามีความเชื่อเป็นอย่างยิ่งว่า “ คุณค่า คือ ความสุขที่ทุกชีวิตกำลังตาม หา ดังนั้นถ้าคุณค่าของครอบครัว คือ การได้อยู่ร่วมกันกับคนที่เรารัก คุณค่าของคนเป็นแม่ คือ การได้เห็นรอยยิ้มและการเติบโตของลูก การได้ช่วยเหลือให้ผู้รับบริการพบคุณค่าของชีวิต ที่เหลืออยู่ ก็คงเป็นคุณค่าเหนือคุณค่าของผู้บำบัดทุกท่านแล้ว ”