

診所的牆上掛著上聖下嚴師父所書的「廣植福田」。很慚愧，由於工作的壓力有時覺得超出負荷，自己並無法時時刻刻將「廣植福田」深植於心。牙醫師主要治療的範圍，以口腔內牙齒各項疾病為主，再擴及口腔內之器官組織，以及與咀嚼有關之頭頸部肌肉、顫顎關節等。除了小部分口腔癌會引起致命的危險，絕大部分的治療內容不脫咀嚼功能不良，發育及美觀的改善。

「牙痛不是病，痛起來要人命」，話中可看出一般民眾看牙醫的心態，有別於看待身體其他各器官疾病。加上台灣由於戰後初期，極度缺乏牙醫師，因此政府准允鑲牙師的存在，協助牙醫師治療患者。卻也由於鑲牙的存在，長久以來，年紀較大的患者與教育水平較差的地區，對於牙齒的治療與對牙醫師的看法，有著很大的偏差，造成在日常門診中，牙醫師必需花更多的心力與時間教育患者；最常見的是一些患者只要牙齒痛，便要求醫師拔牙！

如果一般人能對牙齒也是身體的一種器官認同時，便不會有如此偏差的要求。譬如人們會珍惜兩隻手腳，二十隻指頭，難道會有人因手指痛便要求醫師截肢嗎？當患者抱持著不珍惜自己牙齒的態度來看診時，通常也無法對於診治的牙醫師尊重，牙醫師不僅需要處理疼痛，更需要重新教育患者，重新改變患者的觀念。

大部分的患者會感謝牙醫師的辛勞，但也存在著一部分人，既不尊重醫業，加上看病者有健保，並不珍惜能享有的醫療資源，抱著一種自己不花精力保健自己的牙齒，牙齒髒了找個牙醫師；蓋個健保卡便希望牙醫師為自己解決問題。我甚至以為健保制度缺乏使用者付費的觀念，間接造成一些人不懂得惜福。一樣米養百樣人，每日面對形形色色的人，讓我深深感到「自度度人」的一位牙醫師的重要。

開業初期，曾有一位歐巴桑進來，不願掛號看診，只想詢探假牙價格（來比價）。由於助理們對此無經驗應對，因此我便前去告知這位歐巴桑：「請先寫資料，再檢查是否需要製作假牙。」歐巴桑卻不理會我的建議，堅決地說：「我知愛作啦！你做一齒多少錢？」（以往我曾遇到患者牙齒破損只需填補，卻要求作假牙。或是患者口內狀況只能製作活動假牙，卻要求製作固定假牙。諸多患者自己的認定而要求醫師治療。）

由於歐巴桑不了解檢查、而後診斷、再告知治療方法的重要性，我又不能只回答假牙價格而誤導他；於是我再告訴歐巴桑：「就像如果胃痛可能直接問醫生胃開刀需要多少錢嗎？我們一定要經過醫師的診斷、檢查，再了解如何治療。」歐巴桑聽了之後，一臉不悅，回說：「說那多，我胃真好，啊你是哩讀多高！」（台語）真是秀才遇到兵，既然無法溝通只好讓她離開了！

之後，這件事情不免留下一些陰影，直到有一天我看到了一則故事，有個人無理地用最惡毒的語言辱罵釋迦牟尼佛：「妖言惑眾。」佛靜靜的聽完說道：「如果你送別人禮物而對方不要，你怎麼辦？」那個人回答：「當然是自己拿回家了。」於是佛說了：「你送我的禮物我不要，你自己帶回家吧！」

六波羅蜜中：布施、持戒、忍辱、精進、禪定，皆以智慧為指導；若是缺乏智慧的指導，反而造成了自損損他，有違菩薩道的自利利人。

初開業時，一天晚上將近十點（十點休診），突然來了一位著制服的高中女生初診患者，她請求我為她將咬

斷的三顆門牙臨時假牙重新修復。經由檢查發現這付臨時假牙，材料已變色，並發出臭味，而做為支柱的兩顆牙齒仍未治療。（一般臨時假牙的材料是自凝樹脂，戴久了會吸收口內唾液、溫度、食物，而變色、變臭、變質，因此並不適合長期使用，且臨時假牙只是一過渡時期，主要目的仍在治療，待治療結束後應換成永久假牙。）

經過問診後，患者表明，因為搬家，加上白天打工，因此臨時假牙已戴了一年，並無繼續治療。由於原本臨時假牙已變質且斷成兩半無法修復，於是我告知需要重新製作，安排明天看診。（此時已過下班時間，且患者並無牙痛。）這位高中女生懇求我，她明天需要上班，不能沒有門牙，希望我能幫忙，並同意以後配合治療。因為假牙的部分，健保不包含，因此我告訴她必須自費，並說明費用，她同意且希望當晚我為她做一付新的臨時假牙。禁不住她再三的請求，於是當晚加班至十點半多，為她做一付新的臨時假牙。當治療完成後，來到櫃台她卻告知錢帶不夠，明天再繳，（當時我已覺得其中有問題，但只好姑且信她）於是只好約下明天看診時間再繳。

從此以後，她再也沒有出現過，電話聯絡也找不到人。（我想自己被騙了）只好安慰自己：就當成布施吧！事後與一些牙醫朋友聊起才知道，有些患者只繳部分費用戴走假牙，再欺騙另一位好心不知情的牙醫為其固定。沒想到像我這種沒有智慧的布施，反而讓別人造業，真是自損損他。

上聖下嚴師父說過，每個人都應該學習太陽不斷地放出光明，即使被烏雲遮蔽，也持續放光。雖然人們努力和奉獻光明，常常會被烏雲抵消，可是有信心有願力的人，仍會永不休止地努力放出他們的光和熱，提供給這世界分享，如同歷代的聖賢豪傑。但也有更多的人，當他們的光發射出來被黑暗所吸收，便感到失望、無力、挫折，而容易產生退心，這樣的人便是凡夫。

牙醫師的工作，由於長期需要保持同一姿勢，很容易產生職業傷害，開業初期，一星期看十八診（早上、中午到晚上三診），常常看到星期五就已腰酸背痛，腰子僵硬，到了星期六更加引發偏頭痛、噁心、想吐的反應。後來在朋友的帶領下，到了農禪寺學禪坐，才發現身體的反應是因為過度緊張，不懂得放鬆而引起。

禪坐時讓人注意呼吸放鬆自己，並提起正念用功。常常覺得平日門診中，不論是患者或自己，經常處於緊繃的狀況，尤其是一般患者視看牙醫為畏途，非得等到牙痛才就診。疼痛加上害怕，造成患者極度緊張。而牙醫師在處理大量患者時，也會隨之壓力的增大而造成緊繃。自從學習禪坐後，應用到日常門診中，一方面提醒自己，動作要快，但心情不緊張，另一方面對於緊張害怕的患者，建議他：先慢慢地深呼吸三次，然後注意自己的呼吸，不要控制呼吸，自然地呼氣吸氣，並建議患者兩手相疊放在肚子上，（來自於打坐時數息，和身體是呈現三個圓的原理，打坐時兩手相疊成一個圓，雙腳盤腿成第二個圓，打坐的姿勢形成第三個圓。）大部分的患者漸漸地情緒就穩定下來了。而我自己也發現，當自己的情緒穩定、放鬆的狀況下，患者似乎也會受到感染，而較為穩定。雖然離禪定的功夫仍很遠，但是自己已深深地感受到禪定的妙用。

有一位學佛的牙醫師朋友說了一個親身經歷，一天晚上將近下班前來了一位患者，抱怨牙齒只要塞到東西就很痛，由於已近下班時間，於是便局部處理了一下並照了一張 X 光片，備止痛藥告知患者第二天再來，

患者又抱怨：「昨天早上在另一家診所也是這樣，看一看開止痛藥，吃了也沒效，現在的醫生怎麼都這樣？」說完患者不悅地離開了。我這位朋友越想越不安心，緊快將 X 光片沖洗出來一看，原來第二大臼齒在鄰接面靠近牙根處蛀了一個很深的洞，已侵犯到牙髓，由於位置的關係，臨床上看不出來，而患者也誤以為塞到東西而痛，這種狀況若不處理只靠止痛藥效果有限。原本這位醫師只因不想耽誤助理們下班的時間，竟忽略了患者的抱怨，還好患者只住在附近，於是趕緊撥了電話請患者再回來處理。持戒消極的意義是：不應做的事不做。而積極的意義乃是，應該做的事要主動去做。這位朋友後來所表現出來的便是持戒的積極意義。

之所以會成為牙醫師以及接觸佛法，都要感謝我的父親。成為牙醫師是因父親的鼓勵，而學佛的因緣在於大五那年父親因肌肉萎縮，尋遍各大醫院，最後得到了一個診斷「運動神經元疾病」；也就是近來媒體所報導的漸凍人。目前仍無法完全了解此種疾病的病因，更無一種有效的治療方法。在父親生病期間，很幸運地，因緣俱足而接觸到農禪寺上聖下嚴師父及僧團。雖然父親於三年多前往生了，但是透過父親的接引而學佛後的人生，讓我更加感謝人身難得。期許自己能做到：「眾生無邊誓願度，煩惱無盡誓願斷，法門無量誓願學，佛道無上誓願成。」阿彌陀佛！

周艾綸醫師簡歷：

學歷：台北醫學院牙醫學系畢業

現任：法華牙醫診所主治醫師

本會醫療網醫師