

人

生

经济学

—时间·空间·人与人之间—

—证严上人·著—

复旦大学出版社



# 人生 经济学

— 时间·空间·人与人之间 —

— 证严上人·著 —

復旦大學出版社

## 图书在版编目(CIP)数据

人生经济学——时间·空间·人与人之间/证严上人著. —上海:  
复旦大学出版社, 2011. 1  
(证严上人作品系列)  
ISBN 978-7-309-07479-6

I. 人… II. 证… III. 佛教-人生哲学-通俗读物 IV. B948-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第139492号

原版权所有:静思人文志业股份有限公司授权复旦大学出版社独家出版发行简体字版  
慈济全球信息网: <http://www.tzuchi.org.tw/>  
台湾静思书轩: <http://www.jingsi.com.tw/>  
苏州静思书轩: <http://www.jingsi.js.cn/>  
版权所有 翻印必究

上海市版权局著作权合同登记号 图字:09-2010-548

人生经济学——时间·空间·人与人之间

证严上人 著

出品人/贺圣遂 责任编辑/邵丹

复旦大学出版社有限公司出版发行

上海市国权路579号 邮编:200433

网址: [fupnet@fudanpress.com](mailto:fupnet@fudanpress.com) <http://www.fudanpress.com>

门市零售:86-21-65642857 团体订购:86-21-65118853

外埠邮购:86-21-65109143

上海浦东北联印刷厂

开本 890×1240 1/32 印张 6.375 字数 81千

2011年1月第1版第1次印刷

ISBN 978-7-309-07479-6/B·362

定价:20.00元

---

如有印装质量问题,请向复旦大学出版社有限公司发行部调换。

版权所有 侵权必究

---

# 自序

---

放眼天下，近年各地灾难频传，大陆暴雪、南美洲洪水酿灾，以及美国连年森林大火，东南亚台风肆虐侵袭，都带来严重的伤亡。值此世代，天灾频仍，温室效应致全球暖化，科学家预测气候将愈来愈极端。

地球生态令人忧心，唯有净化人心，才能缓和生态危机；人人合心、协力，方能拯救苦难人，因此要把握“时间·空间·人与人之间”。

就时间而言，佛教说“三世”，即“过去、现在、未来”，也可称为“昨日、今日、明日”；时间无始无终，过去之前还有过去。如何把握现在，以及无穷尽的未来？

善与恶都是在时间流动中累积，所谓“差之毫厘，失之千里”，虽然人在大自然中显得渺小、脆弱，但若以沉迷享乐为快乐，小恶累积也会造成巨大恶业。如五百年的大树，不敌小小的白蚁日夜蛀蚀；再强壮的人，也经不起病菌侵袭；即使地球再大，更无法承受众生的破坏。

我们需好好的把握时间利益人群，尤其现代科技发达，

## 2 自序

可立足台湾宏观天下,不能只执著于自己的时间,关心个己的小范围,而是要关怀天下事,普及众生。

就空间而言,是我们所处的大环境;我们生存在地球上,是一切万物的共同家园,我们应用开阔的心,走出爱的空间,彼此互助与关怀。

慈济一路走来,秉持着大爱不分国界、种族的人道精神,如今已受大众的肯定与支持,一方有难能十方伸援,这就是开阔爱的空间。能选择一个正确的方向,分秒不空过地累积善与福,步步踏实于空间中拉长情、扩大爱。时间、空间利用得愈充分,就是积极的人生观。

大自然不断地给予人类大课题,世间善恶拔河,一个人的力量有限,少数人也是力量微薄,必须群众协力,人多力大福就旺,就需要人与人之间多结好缘、勤付出。

每个人发一念善心,就是一粒种子,若能好好的勤耕耘,让善种子萌芽、茁壮,让爱的种子不断地成长,乃至绵延不绝。

有这分无私的爱,运用时间行善,人与人之间互相影响,自然普遍于空间——人人心手相连,而能净化心田;因此我们要多尽一分心,多用一分力,世间灾难终能消弭,人人获致安和。

(二〇〇九年十一月于静思精舍)

# 目 录

自序 1

## 辑一 时间

### 第一章 微观时间 3

之一 拨不回的时钟

之二 一定有明天？

之三 人生的宝库

### 第二章 时间快慢的分界 24

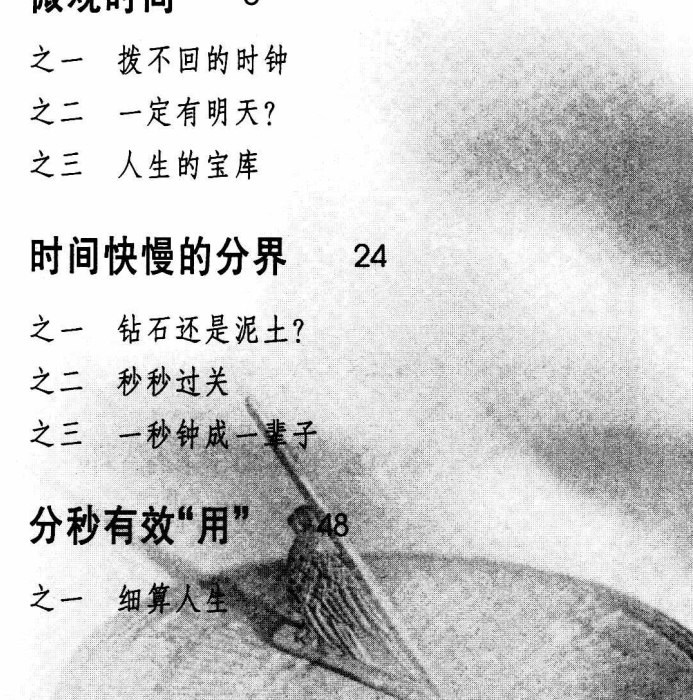
之一 钻石还是泥土？

之二 秒秒过关

之三 一秒钟成一辈子

### 第三章 分秒有效“用” 48

之一 细算人生



之二 与时竞争

之三 生命的长度、宽度与厚度

---

■ 辑二 空间

第四章 透彻空间 71

之一 “大”、“小”的迷思

之二 远近之间

之三 心向引力

第五章 幸福度量衡 95

之一 滴水与大海

之二 点线面的延展

之三 爱,没有距离

---

■ 辑三 人与人之间

第六章 启动爱的循环 119

之一 从“心”做起

之二 人有无限可能

之三 做他人的贵人

## 第七章 人事理之圆 147

之一 屋檐下的相处之道

之二 校园人际网

之三 职场如道场

之四 优质的社群互动

## 第八章 构筑美善的图象 185

之一 命运共同体

之二 清流满人间





# 辑一 时间

世间的经济,总是好坏起伏;  
人生的时间若流失,则永远无法挽回,  
所以应重视生命中时间的经济。



## 第一章 微观时间

时间，常使人们烦恼，却是空无一物，抓不到也守不住，看不到什么形态，总是来来去去在我们的周围。

人的时间观受限于人与事，其实时间如长河流沙，累积到无穷无尽的未来；现今之前，是无穷遥远的过去。科学家计算，地球已有四十六亿年，从人类的寿命来看，是很长的时间，何况在还没有地球之前，仍有无法计量的时间。

佛法说“现在、过去、未来”三世，今天的过去是昨天，未来是明天；昨天还有过去，是前天。依此类推，到出生的那一刻，在那一刻之前还有过去生，如此人间是否有限度？没有。因为有过去的过去，无数的过去，人间与时间会合，又将长河流沙的时间，带到现在的人世间。

人世间到今天还有未来吗？下一刻、明天，时间是长或短？谁也不知道。

## ● 之一 拨不回的时钟

看到时钟上是相同的时间,但是昨天和今天不同;如当下所说的“现在”,说完已成为“过去”,如何能说是“现在”?时间不断地流逝,没有一时停歇,这就是虚空的法则。

人的一生犹如时钟,时钟若走得太快,还可以拨慢点;人生的时钟却无法拨回,所以我们应爱惜分秒,不能拖拖拉拉或虚度。

### ● 公平的廿四小时

人世间从表相上来看存有贫富、尊卑的差别,实相上却是真正平等;诸如时间,每一天每一个人,都是拥有相同的廿四小时,端视各自如何运用。

有智慧的人,付出、做事的时候,才是利用时间。每个人早上起床一睁开眼睛,意识开始清醒,接触周围环境而有动作,直到夜晚休息,这段时间是可运用的时刻;倘若早上六点未起床,一直睡到八点,多睡这两小时的时间,就是空白。

时间并不会因为今天早点睡,就多留一些到明天;生命的储存槽,每天都会将时间清槽,如同电脑档案全部清除,翌日重新再来。对每个人都一样平等,没有贫富贵贱的分别,也没有比他人多一秒,大家都一样。

清醒时,有权使用时间,睡眠时,就无法使用,对每个人都是公平的法则;重要的是,如何使用?每个人随着时间制造不同种子,无论好或坏事都会“存档”。所以时间必须用得对,才能累积好的因。

有的人不造恶也不行善,整天享受,生命就会虚度。我们应该把握时间,做好事,才能种下善的种子,浪费与空过时日,犹如减损寿命。

生命储存槽中时间有限,每天睁开眼就应明白时间只有这么多,不用白不用,一定要善加运用;而且时时刻刻用于善行福德,举手投足都要谨慎。譬如看到一位阿嬷摔倒,能赶紧伸手搀扶,关心地询问:“有没有怎么样?”这是善行;阿嬷说:“感恩,你真好。”这是福德。所以在分秒中生起善念,付诸行动就能增加善行、福德,如此才不枉拥有的时间。

### ● 一年减一岁

《普贤菩萨警众偈》云:“是日已过,命亦随减,如少水

鱼,斯有何乐?”每天早上起身,我会想:今天有多少事要做?到了黄昏,一日将过,则省思:今天的工作做完了吗?感到日子一过,生命就减少一日,如同水缸中的鱼,水一点一滴地减少;倘若人的寿命期限一到,就如缺水的鱼一般,岌岌可危。

每到过年,大家说:“恭喜!新年快乐。”不禁感到:又过一年,有多少快乐?有人会说:“添了一岁。”我就想:是少一岁,不是多一岁。倘若一个人的寿命是八十岁,过一年不就是减少一年;多一岁,其实是生命中又少一岁。

每每想到如此,就会感到人生辛苦计较为了什么?在生活中劳碌奔波,与人明争暗斗,到最后还是“万般带不去,唯有业随身”。一辈子所造作的业果,无论是好或坏,想要或不想要,最后都必须各自带走。所以人生道上,没有什么好计较,唯有时间一定要爱惜与充分的运用。

虽然一直做事,难免感到疲倦,但是换一种角度思考:疲倦与不疲倦只是不同的态度。诸如有时我也会觉得身体疲惫,一旦想要休息,脑海中马上就会浮现“空过一小时,生命就流失一小时,不能白白流逝,要让这一小时有成果”。这是观念转换。

常言：“健康是福，能做事是福”，能有这种观念，就不会让时间空过。慈济医院的心莲病房<sup>①</sup>曾有位癌症志工，她贴了一张“爱我，不要叫我睡”的纸条在床头，因为医学让她知道大限将至，所以要争取时间做志工；由于大家担心她的病情，总会舍不得而希望她多休息，因此她写了这样的纸条，请大家让她能多利用所剩无几的时日。什么叫做“休息”？其实对的事，把握分秒去做就对了。

每一年的开始，大家会准备新日历，也会有新计划——希望每一天的生活，达成多少理想与希望，做多少安心、欢喜的事。无不希望每一张日历能丰富地完成计划藉此精进，以及调整人生方向；然而不多久总会因为忙或累，而懈怠了原初的计划。

无论计划有没有确切实行，时间却是分秒没有暂停，与生命不断地流失。

### ● 流逝不止息

世间有形的万物，无一停住不动，如地球转动而有四

---

<sup>①</sup> “心莲病房”即一般医院的“缓和医疗病房”或“安宁病房”，由医护人员、社工、志工及灵修人员，提供以病人与家属为中心的医疗服务，并给予身心灵的照顾、抚慰与祈祷。

季、日夜更迭,只是人不易知觉地球的运行而已。人的身体也相同,头发何时变长?指甲过一段时间又该修剪,是哪一分、哪一秒、哪一天长的?都不知道,新陈代谢不断地生与灭,我们从幼小、少年不断地成长,进入中年、老年体质又慢慢地老化,自己也不知觉。

想起三十余年前,有位妈妈带着小女孩来精舍,才读幼稚园的年纪;她饿了,妈妈将奶瓶给她,她一边躺着喝奶,一边对妈妈说:“妈妈,我能不能不要长大了?”

妈妈问:“为什么?”

她说:“因为我还小,所以可以躺着喝奶,对不对?”

妈妈说:“对,赶快喝,赶快健康长大。”

她说:“我不要长大,就可以永远这样躺着喝奶。”

这段对话令人印象深刻。数年前再见到她,已经不是小女孩,而是位少妇了。每个人只有一次幼年,每一天都是唯一的一天,因为时间过去无法再拉回;事情发生后,想要弥补也很困难。物品也许可复制成一模一样,但是时间和心灵的裂痕则无法弥补。

人生数十年,其实很短暂,因此要常自我警惕,做什么事只要方向正确,就要认真把握当下,否则一旦错过因缘,再也不可得。人生只有一次,所谓的“一次”,是每个人所有



的过程都只有一次。

知名的哲学家苏格拉底，有回一群学生请教他——真实的道理如何体会？他对学生说：“我带你们在实验中体会。”

苏格拉底将学生带到一片果园，告诉学生：“你们从入口开始，一直走到出口，园内的水果任你们选择，要用心挑选最美、最好、最喜欢的，只能摘一个，不能再回头。”

学生们走进果园，满园水果不知哪一个最美、最好？不知不觉就走到尽头，老师问：“你们可采到最美最好的水果？”

学生们纷纷说：“老师，再给一次机会。”

老师问：“你们怎么没有摘任何水果？”

学生说：“一进去时，看到一粒很美很大的，不过心想也许里面还有更大、更好的，担心摘了这个，后面就没有机会了。”

老师说：“这就是真实的道理，人生只有一次机会而已，年轻也只有一次，再也无法回头。”

常听人说：“早知今日，何必当初？”人生方向要对准，无论路途多远、时间多长都要认真走；倘若抱着“今天做不到，