

# 大師三間的啟發

袁仕傑  
佛教學系

我慧根低落，佛緣淺薄，只能透過媒體聲聞大師。1990年代我看到大師的幾句話，改變了生活觀念。

大師說，我們這一生所追求的不外是「三間」：時間、空間、人間。

**時間**就是我們的壽命，生命的長短，是個人生老病死的品質。是個人最珍惜的目標。**空間**指的是個人所擁有的容積，比如說，豪宅就要比斗室的個人平均空間大了許多，是一個人富裕外顯的象徵。**人間**，大家都知道，就是一個人的人緣、人際關係、也是一個人建立在群眾心裡的美好感度。

大師說，老天對每個人三間裡的時間和空間資源都很公平的。他說，在正常情況下，每個人的生命期都差不多，平均壽命差異不大。要我們看得開，不必過分計較。時間到了，我們就走了。沒有爭論，也無從爭論。大師也說，當我們來這個世上時，每個人的體積也差不多：50公分長、3公斤重上下。當我們離開這個世界時，我們的體積會跟我們來的時候差不多：50公分長，3公斤重（水分已蒸發）。人人都差不多，都只剩下一個盒子的空間。即使在英壯年華，除非特異，我們也差不多：1.55-1.75米高，60-80公斤。所以老天對我們的肢體空間也很公平。

不過，幾乎所有人的一生，都不會只以肢體的空間為滿足。我們盡其一生都在追求「舒適的空間容量」，盡可能的越大越好，所以，我們一生都在連續的換大房，連續的換車，追求相對的大空間。有趣的是，當時間到時，我們所追求的空間變成了什麼？我們帶不走任何曾經擁有的空間，只能留下來時的肢體空間。

大師還說；老天對我們最不公平的地方就是人間，有人出生時就口含金湯匙，眾人接待；有人來時，生在荒野草房，只有生母的呵護。人不同命不同，一個人天生的人間範圍，頗有差異。我們出生時的人間範圍，並不表示一個人一生的成就。論定我們一生的成績，就在觀察我們走時的人間範圍，有多少人在你旁邊陪伴著你走完最後的一程。很多人最後是孤伶伶的走了，但也有不少人有群眾為你送終。大師圓寂那天，現場就有五萬人跪拜。解釋了大師的人間成就。

大師解釋三間說，當我們生命結束時，我們的時間和空間也消失了，我們能存在、遺留在世上的，只有人間。所以，我們一生，應該在人間多做功課，有所結餘，留愛人間。要為自己累積人間成就的最好方法，就是：立功、立德、立言。

大師的開示對我頗有觸動，但我沒有完整的行動與作法。我最初的想法認為三間既是生命的資源，我們就該「開源節流」做好相應的管理。

我知道我自己無法創造時間，但我可以提升時間資源的利用率：如何有效的時間管理，在這方面我倒是有些心得；我對空間的管理，很直接，當時我們一家三代人，住在一戶有五十坪米的公寓，有一個很大的客廳，但是我們很少有全家人共用客廳的時機，白天客廳沒人，晚上，各人還是回到各自的房裡，客廳只是門面，沒有利用價值。當父母相繼離去後，我們便把大房換成小套房，一家四口吃喝玩樂全在客廳，趣味無窮，家人感情特別親密。週末、假日，我們便到大自然或學校使用大自然或開放公眾的空間。這一生，我沒有再追求過分空間的擴張，我們曾經維持一部小巧的自用車圖方便。孩子長大後，我們放棄了私家車，改乘大眾運輸設備，

後來就寧願走路，而不佔用任何的私人空間。很多保險和理財專家勸我為日後的生活環境做投資，我將自己日後對空間的規劃表達後，他們便不再騷擾我了。當我們適當的規劃自己的空間，我們就不會有心理和財務的壓力，不會和其他人去做攀比，心就自然的平靜了。我們家人的未來空間也將不會成為別人的負擔。

我開始時也不知道如何去管理自己的人間，大師說，要建立、維護自己的人際關係，要時時反省與人交往的得失等等。我便引曾子說的：「吾日三省吾身：為人謀而不忠乎？與朋友交而不信乎？傳不習乎？」，我把曾子的“三”件事，變成一日三次反省自己的人際關係管理。後來EQ（情緒智商）觀念興起，又有個人情感帳戶「Emotional Bank Account」方法的出現，在人間管理上，我才有了精進的方法論。

看完「當和尚遇到鑽石」這本書後，我又延用「六時書」的方法，來做我人間管理的自我檢核、追蹤，來導正心念、維護內在的清明與安定。從理論到實踐，從概念的釐清到可行的建議細則。我一定做到：受施勿忘，一定要當面感恩；有得罪別人之處，一定要當面道歉，祈求原諒。如此，內在平靜，外在和諧。

當別人用時間換取空間時；我試圖「用時間博取人間」。

大師說拓展人間要立功、立德、立言。大師的浩瀚功德我們尾隨莫及，大師在立言方面，也讓人仰之彌高，一套星雲大師全集，五萬篇條目、三千多萬字。不只遺留人間，也創造了深厚的書架空間。我自知無能立功、立德。於是「立言」，遂變成我心中反饋人間的理想願景，期望能從泥淖中綻放荷花香，能從百草裡提煉精華智慧，交流於人間。這是我在立言的目標。

我又用3M的方法，來探討三問。所謂3M，就是三個以英文M為字頭的相對定義：Minimize 極小化、Megamize 極大化，和Modify 改進化。

時間的極小化就是將時間切割為最小的單位，如毫秒、奈秒等等。（已知的最短時間是小數點後面 18 個 0，還有科學界稱的普朗克時間）。在佛教裡，我們常提到瞬間，我們一天是好幾個瞬間的集合，如果我們每天能把每個瞬間都管理的恰到其位，則我們的一天就不會有偏差脫離了，是不？同理，我們的一生也是 30,000 個 (82 年生命) 每天的集合，如果我們每天的管理恰如其分，則我們的一生也就不會有偏差脫離了，是不？

那瞬間是多久？《法苑珠林》卷三引《僧只律》：「二十念為一瞬，二十瞬名一彈指，二十彈指名一羅預，二十羅預名一須臾，一日一夜有三十須臾。」，故「一瞬」的時間約等於 0.36 秒。所謂的一念之間，那就是 0.018 秒。（另有《仁王經》中提到：「一彈指六十刹那，一刹那九百生滅」）。

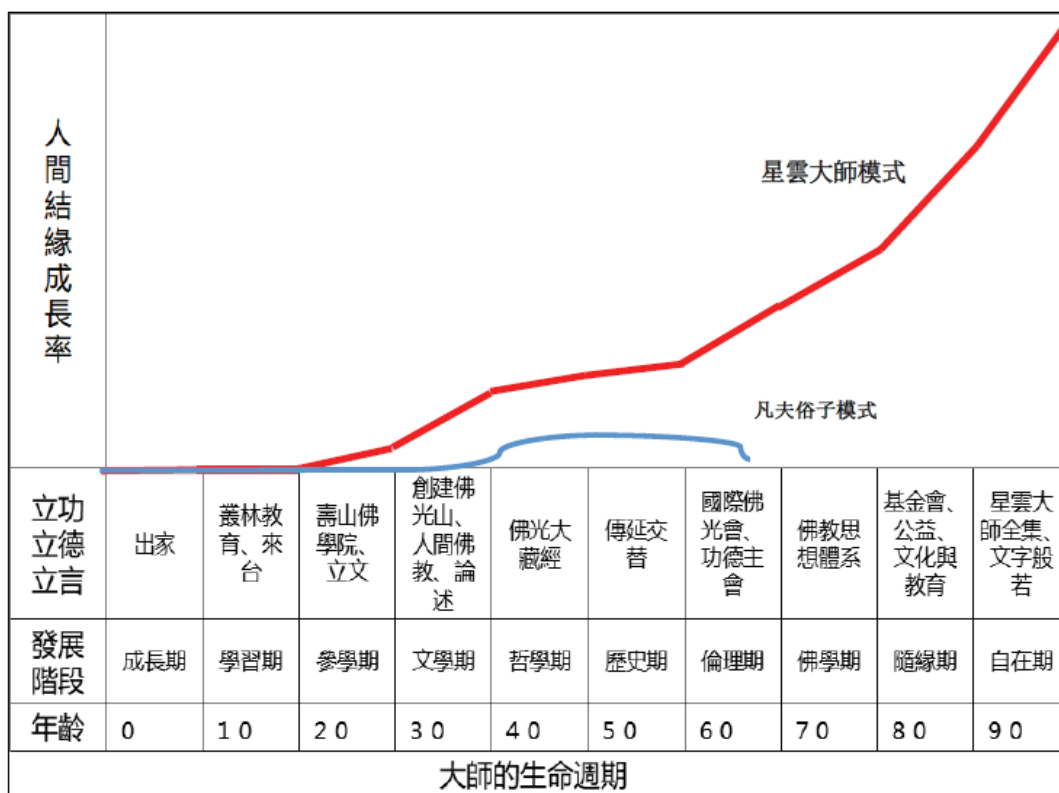
極微觀的時間管理，就在管理我們個人的每個「念頭」，還有萬物眾生的慈悲心。活在當下，就是最好的時間管理和人間管理。

佛家：「修行就在起心動念處」。如果我們能時常反照內心每一個念頭，能讓我們提起正念，不再處於被塵境牽動之繫縛狀態，這才是真正的「正觀」，才是真正的修行。所以極微觀的時間管理，就是修行管理。

時間的極大化就是個人所擁有時間的最大化，那就是我們的生命，就管理而言，我們稱之為生命管理，包括：我們對生命的使命感、目標、生產力、成就感、滿足度等等，還有生命軸線 (Timeline) 的里程碑。生命的終極評價，就是由世人盤點我們生命中每個時間點和最終點的功德 (立功立德，並以人間為評價指標、以時間為生命過程的檢核點)。

下圖是個人以星雲大師的生命軸線所繪製的功德成長週期，一般的生命週期皆近似 S 曲線，但大師的功德仍繼續在成長中，完全突破了經典的定義，也不因他的往生而衰退。

## 星雲大師生命週期的功德

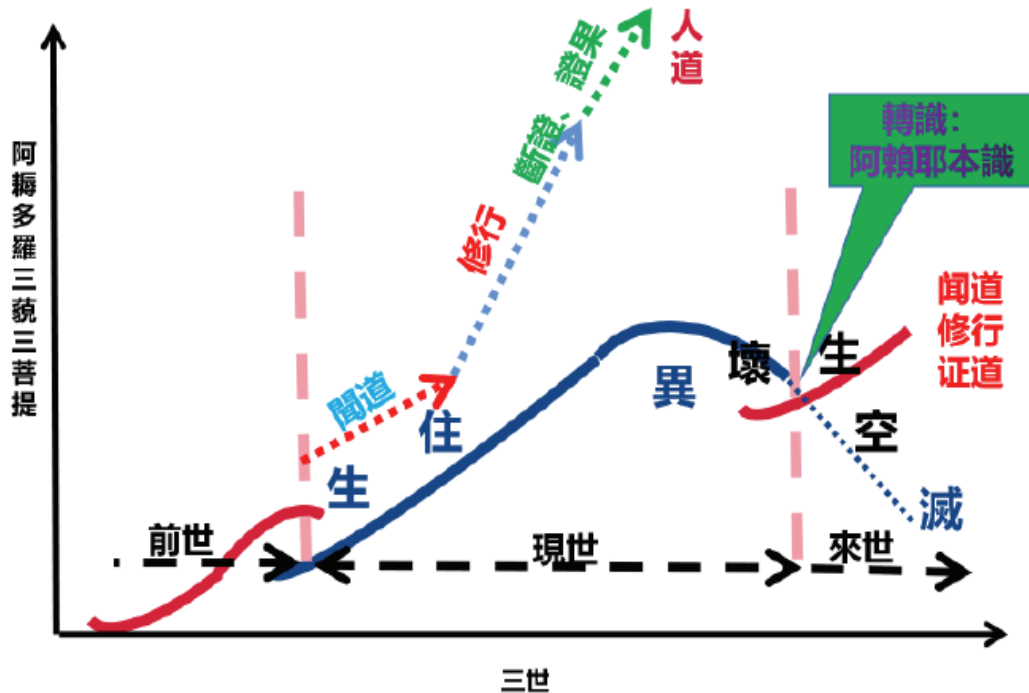


◆橫軸年齡、發展階段、事蹟取材自“人間福報”。

◆縱軸成長率為作者個人的感受值。

佛家的個人極大時間觀念更有三世之說，我們以下圖作說明，此圖的縱軸為般若智慧：阿耨多羅三藐三菩提，橫軸為三世（圖表內容為個人自創，格外感受到人間佛智與聞道、修行、斷證、證果實踐對三世生命價值提升的關係）。

## 三世與六道輪回



郭朝順老師的《佛學概論》書裡提到中觀思想對「時間」的實在性，時間元素成爲龍樹破斥的對象，如果「時間」不是一種真實存在的事物，那麼所謂的時間性因果，也同樣是不真實的。這種觀念是否科學？又是否爲哲學的觀點？讓我對時間產生了新的概念，借助 3M 的最後一個 M：Modify，改良、改進的時間管理，我將個人時間創造了一個新的計量單位，不再以「時」爲單位，而以「智」、以「緣」爲單位，我個人將它稱爲「智間」、「緣間」。

有謂「緣起性空」，一切萬有皆由因緣之聚散而生滅，世間的一切事物都是由衆緣和合而生起的，衆緣合成的諸法，其性本空，無有真實的自體。因此我個人的想法：如果我們能創造更多的「緣」，甚至是「善緣、善因」，我們就有機會結更多的「善果」、及至「自性善」。

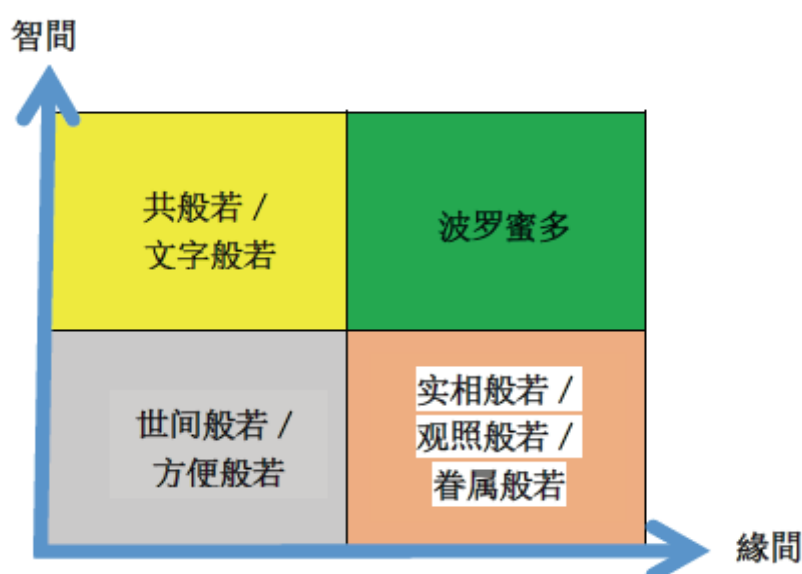
所以，我改變了我以往的謹慎生活風格，盡可能的廣結善緣，和陌生人打交道、交流人間十步芳草；對於任何人、任何的正面行爲，我都給予積極、鼓勵的贊許回饋。誠如大師所說：「給人信心，給人歡喜，給人希望，給人方便。」

種結緣的方式，反倒是歡樂了自己，慈悲了自己，心存了感恩。另外，還要“給人服務”，在日常生活中時時刻刻都在實踐‘給’的服務與佈施，並於服務中修行，透過結緣的心力，誠心誠意的口出善言善語，發自內心的真摯微笑。最終也創造了事半功倍、人間和諧、同心佈施、廣被社會的效應。

佈施也是六波羅蜜行法之一。所以，我以每日結緣、佈施數目，為自己計量人間的尺度。此即以「緣間」改良「時間」。

在十二緣起各支中，除無明外，其餘十一支，各就三世順逆及法性常住觀察之智。十一支各具七智，合為七十七智。我的另一個時間改良的觀念，也是六波羅蜜行法之一的「精進」：以學習和智慧取代時間（我稱之為「智間」），顯現在以慧、以覺、以悟的精進程度做為指標單位，衡量我每日是否有智？有慧？有所覺悟？有無成長「精進」？如果沒有，我就虛度了時間資源。我以此度量我的個人生命價值。其最終的顯現是智慧波羅蜜—圓滿的智慧；是阿耨多羅三藐三菩提——無上正等正覺。

然後，我再把我的緣間和智間作為二維構成般若波羅蜜的矩陣，並以二維的多寡形成四個面向（如圖，此圖為個人的心得）。



來到佛光大學，我突然發覺自己的物理空間變大了，我可以盡興的學習、增長知識，圖書館讓我調整了過去對網際網路的依賴，在這裡，讓我輕鬆的由物理空間，轉變成「意識空間」(Mental Space)，並快速的擴大。每思及這個集百萬人間慈悲所建立的知識空間，我都感恩，不敢或忘來學的初心。

當初佛陀在菩提樹下、金剛座上證悟成佛，他所證悟的宇宙真理是「緣起」，緣起就是說世間一切存有的事物都是因緣所成，沒有實在的自性可言，這種諸法自性了不可得的特質就稱為「空」。因此，「空」可以說是佛教的言語中最接近諸法實相的名詞。

佛家對空的解釋很玄空，就物理空間的解釋，在宇宙器界裡，極大的佛土環週可以大到娑婆三界（含無量大千世界和 14 層三界火宅，一個大千世界有十億個小世界，每個小世界涵蓋四大洲、中八洲、數百小洲）、極大的直豎縱深可以有三世 28 天層。夠大了吧？反過來說，極小的空間則是四大皆空，或者說恒河之沙至細，同水而流，以手掬水，沙滿手中，其量無法計算。夠小了吧？

從這裡，我們又理解了空間的相對意義：當我們擁有極小的空間時，我們卻擁有了無盡的空間數量；當我們擁有極大的空間時，充其量，我們只擁有一個空間。當我們合十時，我們擁有所有（或者一無所有），當我們放下時，我們一無所有（或者擁有了所有）。

哈佛大學教授嘉納 Howard Gardner，世界著名教育心理學家提出的「多元智能理論」(Theory of Multiple Intelligences)，將視覺—空間智能 (Visual-spatial intelligence) 視為人類多重（八種）智能之一，說明我們感受、辨別、記憶和改變物體的空間關係，並借此表達思想和感情的能力，表現為對線條、形狀、結構、色彩和空間關係的敏感智慧，以及通過平面圖形和立體造型將此種智慧呈現出來的能力（有如建築智慧）。

除了上述時間與空間的關係外，嘉納教授的空間智能理論，也印證了空間與智慧間的實質關係，個人也用此解釋我對空間 3M 中的改良 (Modify) 觀念。

其實，在佛學中念經和經筒的功能，也都有發揮空間的無形與無限效應。個人認為佛教的曼荼羅 (Mandala) 智慧，要比嘉納教授的理論，更具有實質



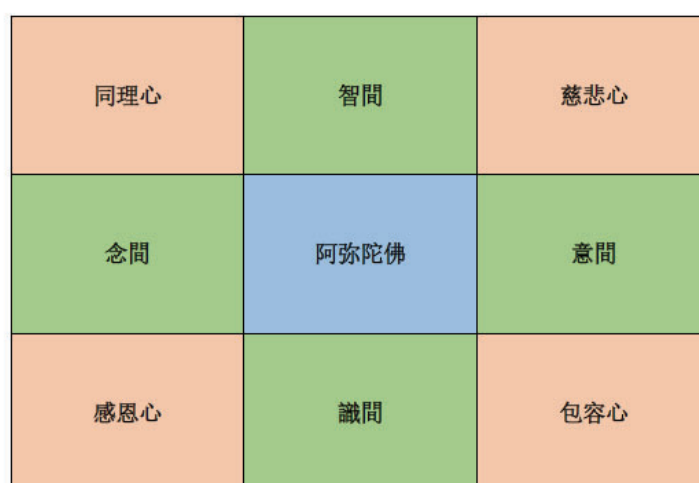
的內涵與方法應用效果。曼荼羅意譯為壇場，以輪圍具足或「聚集」為本意。指一切聖賢、一切功德的聚集之處，是積聚福德與智慧最圓滿而巧妙的方法，以曼荼羅的形式來供養整個宇宙，是最快速，最簡單，最圓滿的智能發揮。

曼陀羅也可以解釋為我們修行時的「心中宇宙圖」，以「四曼為相」由中心點向外擴展成為圓形或正方形（或外圓內方）的相當對稱圖，基本上將曼荼羅圖形分割成九區塊（日本人稱此為九宮格，並作為解決問題的方法）。

我個人即用此圖形來改良我的意識空間區塊：以阿彌陀佛為意識空間的核心觀點，期望自己能時時關照自己的智、慧、意、念的品質，發揮同理心、包容心、感恩心和慈悲心的容量。從九宮格相互交錯，形成81宮格、729宮格···，無遠弗屆。

《大寶積經》：大乘無上乘，此乘不思議，若有乘此乘，彼當皆出離。

我不很懂大小乘，但我知道從儒家的「獨善其身」、「兼善天下」，到佛家的「聲聞乘」、「菩薩乘」。佛家早已有自度度人的極大極小觀念。當全球化逐漸形成共識，世界逐漸變小，各地區的環境與文化習俗逐漸融合，佛教悠久的傳統，也逐漸演化、衍生：以弘法為家務，以利生為事業。「人間佛教」、「世界宗教」都是突破傳統，改良、創新的人間教化積極觀念。



我的曼荼羅意識空間示意圖

三十年前，看到大師的幾句箴言，觸動影響一生。我對大師的認識也隨著大師對三間的陸續開示，與日俱增。聽到大師圓寂，心中頗有慟悼。我是學校的新生，在雲五樓的一樓大廳，我每天都看到年輕的學弟學妹，燃起小蠟燭，對著大師塑像，嚴肅、恭敬、虔誠的鞠躬行禮，我都感動不已，一個18歲的孩子對著98歲的往者，他們之間的互動是什麼？這裡是個心靈和佛性交流的環境，是學習和教化的使命，是大師對教育和人間福報的厚愛，這一切，都不會因著大師的圓寂而消失，我們謹記、懷念、感恩、傳承、發揚。

最後我想再用大師最簡潔的三間金玉良言來表達我對大師的懷念：掌握時間，善用空間，和諧人我之間。感恩。