

# 神兒女的時間運用



# 時間的特性

不逆性

恆動性

公平性

未知性

時間  $\neq$  金錢

# 時間的特性

『時間管理』 ≠ 『金錢管理』

『時間管理』 ➡ 『時間運用』

如何『有智慧來運用』自己的人生？

# 螻蛄的投資





# 有智慧的時間運用



# 罐子裡的砂石



善加運用...

優先順序...

接受限制...

# 有智慧的時間運用

我們一生的平日是七十歲。

若是強壯可到八十歲。

但其中所矜誇的、不過是勞苦愁煩。

轉眼成空、我們便如飛而去。

求你指教我們怎樣數算自己的日子、

好叫我們得著智慧的心…。

( 詩篇：九十10, 12 )

# 有智慧的時間運用

『接受限制…』

*Begin with the End in Mind!*

往遭喪的家去，強如往宴樂的家去，  
因為死是眾人的結局，  
活人也必將這事放在心上…。

(傳道書：七2)

我們人一生的生命、時間，  
都是有限、都是有結束的時候…。



# 有智慧的時間運用

『優先順序…』

*Put First Things First!*

要愛惜光陰…不要作糊塗人，

要明白主的旨意如何…。

(以弗所書：五16-17)

我們的生命是『有限制的』，

所以要求神給我們有智慧的心，

好好愛惜、選擇、取捨、使用…。

# 有智慧的時間運用

『善加運用…』

*Be Proactive!*

世人行動實係幻影，  
他們忙亂、真是枉然…。

(詩篇：三十九6)

讓我們積極主動，  
珍惜時間、善用時間…。

# 有指標的時間運用



# 『快、快、快』



匆促...

忙亂...

思慮...

煩擾...



# 『時鐘』加上『指南針』



# 有指標的時間運用

『正確的指標…』

凡事我都可行，但不都有益處…。

(哥林多前書：六12)

我們是否把握現今所擁有的時間，  
去做所該做的、Do the right thing …。

# 有指標的時間運用

## 『優先的指標…』

你們中間若有缺少智慧的，  
應當求那厚賜與眾人、  
也不斥責人的神，主就必賜給他。  
(雅各書：—5)

當我們沒有先做『重要的事』，  
時間常常就會被次要的事佔滿…。

# 有指標的時間運用

『生命的指標…』

人就是賺得全世界，  
賠上自己的生命，有甚麼益處呢…？  
(馬可福音：八36)

我們的時間運用，是否合乎神旨意、  
與神賦予我們生命的意義目的…。



# 有指標的時間運用

一個『有效率』的決定，  
是來自於一個『正確』的決定、  
而不是來自於一個『快速』的決定。



# 有指標的時間運用

*God always gives you enough time  
to do His will.*

*If you're always out of time,  
you're either **doing things out of his will,**  
or **doing the right things in wrong ways.***

我們要不是在做這些**超過神旨意的事**，  
就是**用錯誤的方法去做這些正確的事**。

— *by Pastor Rick Warren*

# 有效率的時間運用





# 忙碌農夫的一天





有效率的時間運用

*Busyness*

is not the same as

*Productivity or Efficiency*

# 有效率的時間運用

*Think before We Act*

在『外在刺激』與『自我反應』之間  
給自己一個『省思選擇』的空間



外在刺激...

省思選擇...

自我反應...

# 有效率的時間運用

Necessary  
必要的

Critical  
重要的



Distractive  
分心的

Wasted  
浪費的

# 有效率的時間運用

上醫治未病、  
中醫治欲病、下醫治已病。

— 黃帝內經、名醫扁鵲所言



# 有效率的時間運用

Prioritize  
優先

Schedule  
排定



Delegate  
委託

Minimize  
減少

# 有效率的時間運用

*Plan before You Act*

Identify Tasks and Schedule Them...  
(To Do List and Calendar)

Control Your Tasks and Don't be  
Controlled by Your Tasks...

# 有效率的時間運用

計畫：『何時做何事』

按『事務』、『排計畫』

按『重要』、『定優先』

按『資源』、『定時間』

按『限制』、『來刪除』

按『需要』、『來調整』

# 有效率的時間運用

## *Trim the Unnecessaries*

便於來管理...

容易做決定...

集中注意力...



# 有效率的時間運用

*Act Wisely while You Act*

About Efficiency...

About Balancing...

About Human Factor...

About Multi-Tasking...

About Perfectionism...

# 有效率的時間運用

*Think before You Act...*

*Plan before You Act...*

*Trim the Unnecessaries...*

*Act Wisely while You Act...*

# 有效率的時間運用

## 『懂得等待…』

等候不是耽延或是什麼都不做，  
乃是讓我們為那更好的時機預備…。

就是少年人也要疲乏困倦，強壯的  
也必全然跌倒。但那等候耶和華的必  
從新得力，他們必如鷹展翅上騰，他  
們奔跑卻不困倦，行走卻不疲乏…。

(以賽亞書：四十29-31)

# 數算自己的日子





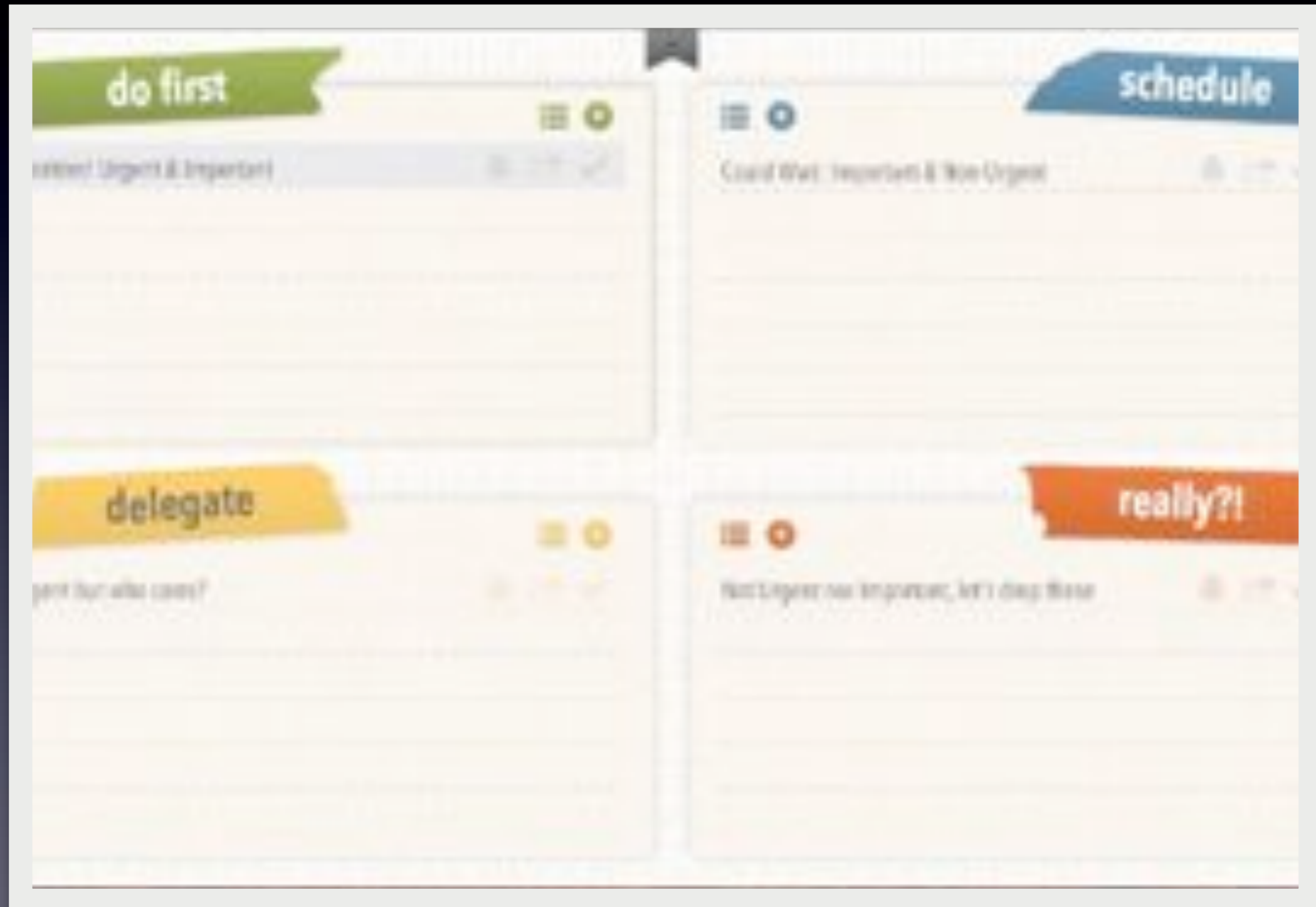
# 有智慧的時間運用



# 有指標的時間運用



# 有效率的時間運用



# 數算自己的日子

*Don't just count your days,  
make your days count...*

讓我們不只是數算自己的日子，  
更是要讓自己的日子：

有智慧、有指標、有效率...



# 有智慧、有指標、有效率

有『智慧』的『時間運用』  
不是為了『更快』…

是爲了按神心意  
『更有意義、有目的來使用時間』

是爲了一個  
『有永恆價值的生命』

# 有永恆價值的生命

有一件事你們不可忘記，  
就是主看一日如千年、千年如一日。

*But you must not forget this one thing,  
A day is like a thousand years to the Lord,  
and a thousand years is like a day.*

( 彼得後書：三8；NLT )

# 有永恆價值的生命

無情歲月增中減，

有神生命減中增。