

數算自己的日子 — 基督徒的時間管理

1. 時間…

- ▶ 時間有什麼樣的特性？
 - 不逆性：時間一旦過去了，就沒有了、就不能再回來了…。
 - 恆動性：我們知道時間不會停下來，我們也不能把它存下來以後再用…。
 - 公平性：我們每個人在每天都有二十四小時，只是看我們要將時間用在什麼事上…。
 - 未知性：我們無法預先知道什麼時候時間會用完（什麼時候我們的生命將會結束）…。
- ▶ 從一個時間運用的比喻：玻璃罐裡裝滿石頭、碎石、砂子、水…，我們可學到什麼原則？
 - 管理運用：當我們好好運用、管理我們的時間，其實我們還可以多做許多的事…。
 - 優先順序：當我們沒有先做重要的事，我們的時間常常就會被次要的事佔滿…。
 - 接受限制：在我們的生命中只容得下幾件重要的事，所以要好好選擇（取捨）…。

2. 愛惜神給我們的時間…

- ▶ 在計劃安排我們的將來時，雅各提醒我們不要忽略什麼？（請參考雅各書：四13-17）
 - 人的有限：我們人一生的生命、時間，都是有限的…。
 - 耶和華啊，求你叫我曉得我身之終，我的壽數幾何，叫我知道我的生命不長…。（詩篇：三十九4）
 - 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）
 - 時光匆匆：我們人一生的時間，很快就過去…。
 - 你們的生命是甚麼呢？你們原來是一片雲霧，出現少時就不見了…。（雅各書：四14）
 - 你叫他們如水沖去，他們如睡一覺，早晨、他們如生長的草，早晨發芽生長，晚上割下枯乾…。（詩篇：九十5-6）
 - 神的主權：我們沒有意識到，明日所會發生的事、我們將來的時間，都在神的手裡…。
 - 其實明天如何，你們還不知道…你們只當說，主若願意，我們就可以活著，也可以作這事、或作那事…。（雅各書：四14-15）
 - 不要為明日自誇，因為一日要生何事，你尚且不能知道…。（箴言：二十七1）
 - 神的心意：我們沒有將神與祂的心意，包括在我們將來的計劃裡…。
 - 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）
 - 你們要愛惜光陰，用智慧與外人交往…。（歌羅西書：四5）
 - 人就是賺得全世界，賠上自己的生命有什麼益處呢…？（馬可福音：八36）
 - 神的公義：我們沒有把握現今所擁有的時間，在今天做我們該做的…。
 - 人若知道行善，卻不去行，這就是他的罪了…。（雅各書：四17）
 - 我正在兩難之間，情願離世與基督同在，因為這是好得無比的。然而我在肉身活著，為你們更是要緊的。我既然這樣深信，就知道仍要住在世間，且與你們眾人同住，使你們在所信的道上，又長進又喜樂…。（腓立比書：一23-25）

3. 管理神給我們的時間…

- ▶ 我們對時間，應有什麼樣的態度？
 - 我們當按神的心意，用智慧的心，好好管理、數算，我們所擁有的時間…。
 - 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：九十12）

- ▶ 我們現在的生活中有那些重要的部份？我們如何投資我們的時間，運用在這些事上？
 - 學業、事業、靈修、教會、團契、服事、家庭、社交、康樂、休息…。
 - 我們一個禮拜有 168 小時，請約略估計有多少時間花在各個部份？
 - 你覺得神現在交託給你最重要幾樣職責是什麼？你所花的時間是否與其重要性成正比？
- ▶ 在我們生活中有那些徵兆，是提醒我們在時間管理上，需要有更多的努力、改進？
 - 自己的書桌、內務、家物，凌亂不堪…。
 - 頻頻的失約、遲到，或是常常錯過截止日期、未能履行諾言…。
 - 缺乏睡眠、休息時間，應該睡覺時卻還在做其他事情，或甚至睡不著覺…。
 - 與人之間只重視工作，卻不重視彼此的關係…。
- ▶ 我們在時間的管理運用上，可以應用那些原則？
 - 隨性 vs 計劃：讓我們預早安排時間，控制它，不要被它控制…。
 - 想要 vs 需要：讓我們學習放下隨性想要做的事，而去做必需做的事…。
 - 急迫 vs 重要：讓我們注意到，急迫的事不一定重要，重要的事不一定急迫…。
- ▶ 我們在時間的管理運用上，可以應用那些不同的技巧？
 - 計劃每天工作時間、使用工作單 (To Do List)、並定期評估 (Evaluate) …。
 - 了解自己的生理時鐘，用自己最有效率的時間做最重要的事…。
 - 善加利用電話、E-Mail、電話答錄機等來聯絡，建立檔案資料管理、帳單處理…。
 - 善加利用零碎的時間（等車、等人、…）…。
- ▶ 我們在時間的管理運用上，與錢財的管理運用是否也有關係？（寸金是否可買寸光陰？）
 - 我們在有些情況，是可以金錢換取到一些時間，有時可用時間賺到錢或省到錢…。
 - 我們常常都會把金錢看得比時間重要，但我們需要客觀評估，金錢與時間何者重要…？
 - 讓我們有智慧的去管理、運用，我們的時間與金錢…。

4. 等候配合神的時間…

- ▶ 我們在運用時間時，常常希望快、快、快，但是在人生中，我們是否有時也需要放慢速度？
 - 有時我們休息，是爲了走更長遠的路…。
 - 你們得力在乎平靜安穩，你們竟自不肯…。（以賽亞書：三十15）
 - 有時神也要我們學習放慢腳步，來等候、配合神的時間…。
 - 我的時候還沒有到，你們的時候常是方便的…。（約翰福音：七6）
 - 神造萬物，各按其時成爲美好 (He makes everything beautiful in His time) …。（傳道書：三11）
 - 等候不是耽延或是什麼都不做，乃是讓我們爲那更好的時機預備…。
 - 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）

5. 我們的回應…

📖 背誦經文：

- 親愛的弟兄阿，有一件事你們不可忘記，就是主看一日如千年、千年如一日。（彼得後書：三8）

📖 從今天的專題，我們可以有什麼樣的回應？

- 讓我們以永恆的眼光來看待一切，過一個討神喜悅的生活…。
- 也讓我們在這有限的時間，珍惜、管理、善用每天的每一時、每一分、每一秒…。