

第 37 課 ND-411: 《時間的管理》

于楊念慈師母 2016 年 1 月 3 日《新人門徒訓練》的信息整理文章

背誦經文：「15 你們要謹慎行事，不要像愚昧人，當像智慧人。16 要愛惜光陰，因為現今的世代邪惡。17 不要作糊塗人，要明白主的旨意如何。」（弗 5:15-17）

禱告：

主啊，我們感謝祢！祢真的是在這個智慧的決定裏，讓我們開年的第一課是講到《時間的管理》。我相信祢一定有極大的美意要做在我們的中間。讓我們 2016 年能夠過得很不一樣，過得合乎祢的心意，而且叫我們裏面也覺得滿足，而且充滿了喜樂。所以，求祢與我們同在，在這一堂課裏，聖靈親自來繼續對我們說話。藉著剛剛的主日信息，讓我們裏面的靈向著祢是活著的。在我們的生活中，好多叫我們死的那些事情卻霸佔了我們很多的時間，求祢給我們智慧，讓我們可以分辨，而且可以好好地來管理祢給我們的時間。禱告奉主耶穌基督的名，阿們！

我們一起先來讀一下背誦經文，《以弗所書》第五章第十五節到十七節：「15 你們要謹慎行事，不要像愚昧人，當像智慧人。16 要愛惜光陰，因為現今的世代邪惡。17 不要作糊塗人，要明白主的旨意如何。」

在這一節的聖經裏，我們可以看到好幾個點：

第一個：「你們要謹慎行事」（弗 5:15），表示我們要小心，不要是很大意的，很隨便的，很輕忽的，我們就在這個世界上來過生活。祂說：「你們要謹慎行事，不要像愚昧

人」（弗 5:15）。如果你不小心的話，很可能你就掉在那個愚昧的（foolish）裏面，很沒有智慧，隨便做事情的。

「當像智慧人」（弗 5:15）。我們教會在很多年前開始，我們很喜歡每年的第一個月一起讀《箴言》，對不對？因為正好三十一天，而且《箴言》實在是叫我們能夠認識耶和華。所以智慧，真正的智慧是甚麼？在《箴言》裏說：「敬畏耶和華是智慧的開端，認識至聖者便是聰明。」（箴 9:10）我們常常很羨慕人家很聰明，其實你如果不認識神，不認識這位造你的主，不認識祂的心意，其實那個聰明都不算甚麼！只有認識耶和華才是真的聰明，才是真的智慧。

所以「15 不要像愚昧人，當像智慧人，16 要愛惜光陰」（弗 5:15-16）要愛惜時間，因為時間其實就是我們的生命。阿不阿們？真的，我們的生命如果沒有時間，哎呀，我時間不夠了，我怎麼樣，這其實就是你沒有生命了！對不對？我們的生命是要在時間裏面來過的。

「要愛惜光陰，因為現今的世代邪惡。」（弗 5:16），這是非常重要的點。所以短短的這一節聖經裏，就有很多點我們需要注意的。我不曉得我們裏面覺不覺得現今的出邪惡。邪惡！大部份好像都是四十歲以上的人說的。我要問問年輕人，紫薇，這世代邪不邪惡？邪惡！對不對？Harry，你玩的遊戲（game）裏面邪不邪惡？邪惡吧？對，真的很邪惡。

我們過的這個世代真的是邪惡！如果你不認識，不承認這個點，你就覺得理所當然，你就這樣過日子。你必須先承認今天《聖經》在這裡，聖靈對我們說的話祂是真的。祂說：

「你們要謹慎行事……因為現今的世代邪惡。」（弗 5:15-16）你必須要謹慎，是不是？

你周圍的朋友發表（post）的那些臉書（Facebook），很多的社交網站傳給你的微信（WeChat），邪不邪惡？還是你覺得笑一笑就好了；笑一笑這有甚麼大不了，大驚小怪。邪不邪惡？越來越邪惡！對不對？不知不覺它就改變我們了。

一. 機會全在時間裡－浪費時間就是浪費機會、浪費恩典、浪費生命

- ❖ 有效資源的使用在於設定具體的優先順序，而優先順序的設定則根據於我們的價值體系。若沒有屬天和永恆的眼光，我們必然會成為浪費時間、糟蹋生命的人。

我們現在接著就要講：「機會全部在時間裡，生命在時間裡，所以如果你浪費時間的話，你就是浪費機會，浪費恩典，浪費生命。」但是，你說我要怎麼樣看我的時間，你要很有效地來運用你的時間，其實跟我們的價值觀息息相關。因為你的價值觀就決定你的「優先順序」（priority），對不對？然後，你的「優先順序」就決定你要怎麼去管理你的時間，這樣對不對？例如說：我只有一百塊錢，那我現在要怎麼去花這錢。我要去買食物，買牛奶，我的小孩（baby）要喝牛奶。我還要買這個禮拜的食物，我還要……（大概不夠了）。然後我還要買水，我還要付水電費，然後我還有交通費，我車子還要加油，我還有電話費。我只有一百塊錢！那你會怎麼樣做？如果我買了牛奶，我就不能夠付電話費，這個時候你要怎麼辦？設定優先順序（set priority），對，你就做決定嘛，對不對？因為你做了這個，你就不能做那個，所以你需要優先順序。

如果說我今天有一千萬，而我只要買牛奶，只要付電費，只要付加油錢，只要買食物，只要一個禮拜的吃飯的錢，那我不需要設定優先順序（set priority），對嗎？我有一千萬，綽綽有餘。可是我只有百塊，你要不要設定優先順序？要！

那我問：我們的時間是有限的；還是非常奢侈的，可以隨便你愛怎麼過就怎麼過？有限！對不對？有限！Jacklyn，時間有沒有限？有！因為我要問問年輕

人，我這種老人就會覺得很有限，覺得時間不夠。所以，我每天都急、急、急。年紀越大，性子越急，有沒有？

我們有年長團契的，我們每次跟他們講什麼什麼東西的時候，他們就很急。要買一個東西的時候，我們服事年長的同工，都有一個共識，他們如果要買一個甚麼東西的話，例如以前郭媽媽，她說要買個甚麼東西，她就要立馬得著。我們服事我爺爺奶奶也是一樣。奶奶是不太表達她心裏面的著急，她都說：沒關係，沒關係。爺爺不行！啊呀，如果要一件甚麼事情，他就希望馬上、現在他就能夠做到。好像我們越年長，性子越急，對不對？因為覺得我們時間不夠了，等不及！

那年輕人呢，天天都慢慢、慢慢，早上起來慢慢，然後吃飯慢慢，沖杯咖啡慢慢，開車開引擎，在那邊預熱車（warm up）半天，坐在那裡沒事幹，想事情，然後再要看手機，然後再慢慢，甚麼東西都很慢慢。你們有沒有人去過 Costco，在停車場（parking lot）的時候，發現好多人進了車子以後，不曉得為甚麼不動。我們就在那邊等車子，對不對？半天不曉得為甚麼不動。每次于弟兄，因為他性子很急，他比我急。我每次都坐在那裡，我反正沒事，我就坐在那邊，他就會說：這些人怎麼這麼慢，他坐在裏面幹甚麼啊？啊呀，好多次，車子引擎都發動了，可是他要等好幾分鐘才開始倒車子。

因為我們好像覺得時間無所謂，可是當你覺得時間很緊湊的時候，你就會需要設定優先順序。那我希望我們現在第一個觀念就是：我覺得我的時間有限，不然的話你不會覺得時間管理是需要的。你必須先有一個觀念就是：我的時間是有限的，而且這個時間是很寶貝的。「如果我浪費時間就是浪費神給我的恩典，浪費我的生命，浪費神給我的機會。」所以，如果你現在需要設定你的優先順序（set priority），這個價值觀就影響很大！

那你到底覺得你的小孩（baby）喝牛奶比較重要，還是你必須手機一定要付費很重要？你覺得牛奶很重要，不見得每一人都認為牛奶很重要。有人認為手機是他的生命，一天沒有手機的話，我就被世界隔絕了，小孩（baby）餓一天死不了，沒關係。所以，每一個人的優先順序不一樣，對不對？那有的人覺得

說：啊呀，我一定車子要加油，很重要，我餓一餐飯沒關係。但是，有的人他就覺得說：他這一天不吃飯，這一個禮拜的菜不買的話呢，他就睡不著覺，他沒辦法過日子。他一定要看到冰箱裏面滿滿的食物，那車子呢，沒關係，他可以走路。所以，每一個人的價值觀就影響了他怎麼樣來設定他的優先順序，對不對？

我希望就像在同工退修會一樣，每一個人都要用腦筋，好不好？因為我們這是一個課程，《新人門徒訓練》很重要的一個觀念就是我們需要操練，需要去「過」，你真的需要「過」那個生活。不然，你如果這個觀念不在你的裏面的話，你回去，我們給你的回家作業（homework），你也不會做的。

所以，你們大家覺不覺得，阿不阿們說：今天你的價值體系決定你怎麼樣來設定你的優先順序。阿不阿們？阿們！好像不是每一個人都同意哦。如果你覺得不同意的，你不能說阿們，你要不要提出另外一個想法？沒關係。你怎麼設定你的優先順序？你時間的管理？你有沒有其他的背後在控制你這個管理時間的優先順序？有沒有另外一個理由？你的判斷，對不對？你的判斷就是從你的價值觀來的。

❖ 沒有一件事比浪費神的時間更可憐 - W. Nee

我們另外一個觀念要有。一個是：時間是有限的。然後，第二個觀念是：我們的價值觀影響我們的優先順序的決定；然後，這個優先順序就決定我們怎麼樣來使用我們的時間，時間怎麼分配。那第三個呢，就是講到說：我們的時間是神的。這個比較難一點。

我們唱詩的時候比較容易說：主耶穌，祢屬我，我也屬祢。但是，我真的屬祢嗎？如果我這個人是屬祢的，那我的時間是屬祢的，我的錢屬於祢的，我的房子屬於祢，我的車子屬於祢，我的工作屬於祢，因為我這個人是屬於祢的。

當兩個人結婚，你愛我，我愛你。我們在講《婚姻》的時候，有一個圖畫，一個漫畫，如果你們上過那個課，你們知道。它說：兩個人面對面，彼此親嘴，非常的親熱。可是呢，每一個人都自己背一個背包，後面都是自己的錢。

為甚麼？我們兩個合而為一，一起過生活（share the house），一起事奉。可是呢，你的錢是你的錢，我的錢是我的錢，這個東西是不能碰的。

我們跟神也是一樣，我們說：啊呀，我要來親近祢，我要屬於祢，我要把我這一生來奉獻給祢，我願意來順服祢的命令。但是呢，這個東西是我的，錢是我的錢，時間是我的時間。

第三個觀念我希望大家能夠在我們繼續下去之前，我希望我們有一個共識，就是：時間是屬於神的。因為，我的生命是屬於神的，所以，我的時間是屬於神。

如果今天我在使用金錢的時候，因為我們下一堂課于弟兄會教的，就是講到《金錢的管理》。那金錢是屬於神的。《聖經》上有一句話說：「人豈可奪取神之物呢？你們竟奪取我的供物。你們卻說：“我們在何事上奪取你的供物呢？”就是你們在當納的十分之一和當獻的供物上。」（瑪3：8）如果今天我在什一奉獻上虧欠神的話，我是偷了神的錢（rob God's money）。因為這個錢是屬於祂的，這是稅，對不對？這十分之一是納稅，還不是奉獻，奉獻應該是甘心的。

所以，時間也是一樣，今天時間是屬神的，如果我不好好地管理它的話，其實我是浪費了神的時間，我是糟蹋了祂的時間。這是第三個觀念。好不好？我們現在想一想，如果我們都願意接受這三個觀念，我們再往下走。

就跟有人來找我們做婚前輔導（premarital counseling），我就跟他講，我說如果你不相信耶穌的話，那個婚前輔導對你沒用。因為我們的婚前輔導是照著《聖經》的觀念，因為我們相信婚姻是神所設立的。只有在神的觀念裏面，這個婚姻才有意義。那如果你不能接受這個的話呢，我們的輔導都沒用。

同樣的，今天我們在講《時間的管理》、《金錢的管理》的時候，我也希望我們願意，也許不能夠完全，也許我們還不夠成熟，也不夠完全，但是，我願意說：神啊，我來學習，來接受祢的觀念，時間是祢給我們的恩典，我的時間

是祢給我的。如果今天 神不給我們這個時間，我們就沒有這個時間。祢是我們的神。

所以，在《傳道書》第三章第一節到十一節：「1 凡事都有定期，天下萬務都有定時。2 生有時，死有時；栽種有時，拔出所栽種的也有時」，講了好多好多的東西，其實那個時間 神都定好了。時間呢，也只有在我們今天活著的時候，這個時間才有價值，才有用。死了，時間就沒有了。也只有在我們「人」，這個時間它才有它的意義跟它的功用。在 神的那一面呢，神不需要時間的。神不需要的原因是：祢是從永遠到永遠，祢是無限（infinity），祢是永恆（eternity），所以祢不需要時間。所以，只有在你我，而且在我們這個活著的人，時間才有它的意義。

那到底 神把時間給我，是為了甚麼呢？只是讓我這一生走過這一遭嗎？這就連到我們對於我們自己受造的意義跟價值，到底我們的認識是什麼？所以我們對時間的使用跟我們的信仰、跟我們對 神在我們身上的心意是緊緊扣在一起。你對於 神在你身上的心意、你受造的價值、你對於你為什麼活著的認識，跟你如何來使用你的時間息息相關。所以我們一起來學，好不好？

當然，我們這個課程呢，需要大家不管是今天我們在基督徒的路上走了多遠，剛剛開始起步；跟我們走了很久了，可能時間都快沒有了，我們還要學習，要管理時間。這一堂課呢，希望能夠涵蓋的，也能夠涉及到（cover）每一個人的需要。

二. 要愛惜光陰，懂得數算自己的年日，以免虛度此生

- ❖ 看一個人如何使用他的時間，就可以知道這個人的屬靈光景和他在神手中的功用

第二個大點呢，于弟兄在這裡就講到說：「看一個人如何使用他的時間，就可以知道這個人的屬靈光景和他在神手中的功用。」

所以，當我們在開始學習服事主的時候，年輕的時候，不管是帶職或是全職，特別是我們全時間服事主以後，其實我覺得有一個非常大的挑戰，就是我們怎麼樣利用我們的時間。因為你在上班的時候，時間人家都幫你排好了，對不對？幾點鐘上班，甚麼時候要開會，甚麼時候要休息，甚麼時候做甚麼事情，甚麼時候是你的到期日（due date），甚麼時候你的項目（project）你的項目必須做完，甚麼時候必須要跟別人一起來合作走下一步，大部分都是定好的。你沒有太多自由的時間。可是等到一下子你要自由了，這個時間全部都在你的手中，這個時候，你的呼召在你的身上，還有你怎麼樣使用時間的成熟度，就決定了今天神可以把多大的事工，多大的託付放在你的身上，這是對於服事主的人。

對於那些學生，對不對？你有很多可以使用的時間，有的學生非常的忙，有的學生呢，他可能有很多很多自由的時間不知道要怎麼樣使用。對家庭主婦，大家都說很忙很忙很忙。但是，我們等一下有一個題目，你把你的時間從早到晚寫下來，你看一看。因為這個時間其實都是我們自己在決定的——我什麼時候要吃早飯，什麼時候去買菜，什麼時候洗家裡的衣服，什麼時候打電話，什麼時候教孩子，什麼時候處理家裡的帳，其實都是我們自己做決定的，對不對？都是我們怎麼樣排優先順序（priority）。

所以，一個人如何使用他的時間，他「要愛惜光陰」（弗 5:16）。達秘譯本（DB）《聖經》跟英王欽定版（KJ）《聖經》，講到：「贖回光陰（redeeming the time）」（弗 5:16）。為甚麼要講「贖回」你的光陰呢？因為在人類墮落了以後，這個時間其實是在惡者的手下。在我們還沒有被神恢復，還沒有認識神的時候，其實我們的時間都是屬於世界的，都是在那個惡者的手下，在那個仇敵（evil）的手下被利用的。今天我們信主了以後，其實我們要把它搶回來（redeem），神不僅是贖回（redeem）我們的生命（life），而且祂要把我們的時間也贖回來。然後，新國際版（NIV）《聖經》的翻譯是非常好，說：「你要在每

一個可能的機會的裏面，因為時間就是機會，你能夠達到它最大的果效（making the most of every opportunity）」。

最後一節的《聖經》在《詩篇》第九十篇第十二節，祂說：「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。」這是詩人摩西向神的一個禱告。「求你指教我們怎樣數算自己的日子」（詩 90:12），因為其實我們的日子真的是很有限。

大家有沒有甚麼問題？或是你覺得在時間的運用上有甚麼要分享的？

如果一個人，他的工作壓力很大，沒有甚麼自由來分派他的時間，他要怎麼辦？很好，謝謝！我們矽谷（Silicon Valley）這是我們的常態。大家覺得自己工作很忙，沒有甚麼自由的時間的人舉手。那麼少？

錢平，你工作很忙，但是我不覺得你很忙的樣子，你怎麼分配、你用甚麼原則來分配你的時間？就是從他的工作需要來說，他是需要花很多的時間去思想，去做研究，去策劃。但是，他下了班以後，他就把他的工作放在旁邊他就不管。

還有沒有？Jason，我看你也不怎麼忙的樣子。他常常到辦公室來來修電腦。你用甚麼原則，在你工作這麼忙的時候？而且你剛剛換新工作，對不對？太忙怎麼辦？求神開路。我覺得我們應該開一個課，就是怎麼樣處理壓力。我們都很忙，其實真的都很忙。金豐，還沒有工作你已經害怕了，已經思考這個問題，很好！等一下我們有很具體的，我希望能夠回答你的問題。

三. 一些具體實行上的提醒

我們就進到一些具體實行上的提醒。

1. 將時間視為是最稀少、最珍貴的資源－比錢財還珍貴

第一個：「將時間視為是最稀少、最珍貴的資源——比錢財還珍貴。」很多的時候，我們對錢財是看得很緊，但是對我們的時間，我們是用得很鬆散。因為不覺得它有限，所以我們就用得很鬆散。我們要能夠好好地管理好我們的時間，這是一個很大的智慧，而且是很重要的一件事情。對我們要能夠達到神在我們身上造我們的那個目的，管好時間是非常非常重要。我從年輕到現在，我都覺得管時間非常重要。

所以，我們常常看我們的年輕人，在座的父母，你有沒有覺得他們常常不知道怎麼分配他們的時間？記得我們以前考試的時候，我們都把時間都排得滿滿的，對不對？我們大學聯考的時候，從早上七點鐘到七點半讀甚麼；七點半到八點鐘讀甚麼，我們都安排好。你一直點頭，所以書讀得這麼好，我們就是要這樣子讀書的，對不對？如果說，懵又又甚麼都不知道的，那你等到要考試的時候，哇，那就急得不得了。這個也沒讀，那個也沒讀。但是，你如果把時間都分配得很好的話呢，基本上你已經掌握了成功的一半。

2. 設定不後悔的優先順序－要會分辨事情的輕重緩急

第二個就是要：「設定不後悔的優先順序——要會分辨事情的輕重緩急」。請幫我們放第一張的幻燈片（Power Point），在大概二十多年前，有出了一本蠻暢銷的書叫作《First Things First》。這個作者有很多領悟（insight），有很多的見解其實是可以作我們很好的參考。所以，于弟兄就把這個圖放在這個地方。基本上我們的事情，不管是忙還是不忙，在我們的生活中，可以分這四種類別：重要跟不重要；緊迫跟不緊迫。

第一個：急迫的，又是很重要的。又緊迫（urgent）又重要（important）。像哪一類的事情？像哪一類的事情是又緊迫（urgent）又重要？生命、生死之間，對不對？這個是又重要又緊迫。還有沒有？

工作？可能不一樣。有的人認為很緊迫，有的人不覺得很緊迫，對不對？要看你怎麼去看它。有些人的工作就是很緊迫，像警察，所以很多警察的離婚率很高，對不對？因為他天天都在處理緊迫的事情。牧師也是，很多事情都是緊迫

(urgent)，他都是緊迫，不緊迫(urgent)他不會來找你，都是緊迫的時候他來找你。所以，有的工作不見得是很緊迫，就看你怎麼去看它，不是每一個工作都是又緊迫又重要的。

還有甚麼東西？**安全**，是又緊迫又重要的。非常好！家裏面你遭了小偷了，門被打破了，門要修，這是又緊迫又重要，對不對？

還有沒有甚麼？**吃飯**？可能有人要減肥，他就不覺得它很重要，也不覺得它很緊迫。

還有一些事情，譬如說：你在公司做事情，你明天就是到期日(due date)，明天就是你必須要把它交出來。你不交出來，你這工作就沒了；不交出來就怎麼樣，這是很緊迫的，對不對？很緊迫也很重要的。好像這個是可以放在第一類別裏面。

第二個類別是不緊迫，但是很重要的。那有甚麼樣的事情？**吃飯**，不緊迫，但是很重要，對不對？你再不吃，你可能就要生病了；吃營養的東西，對不對？這個是重要的。

還有沒有甚麼呢？**讀經**，不緊迫，但是很重要。非常好！這跟吃飯一樣的，對不對？這是屬靈的吃飯，很重要。還有甚麼？**睡覺**。不緊迫，但是很重要。對！就看你睡多少個小時。跟健康有關的，不緊迫，但是很重要，對不對？

其實還有很多。就是我們在工作裏面或是我們在服事上很多準備的工作，是不緊迫的，但是很重要。**計劃**(planning)是不緊迫的，你要計劃的，這一年的計劃，你對你同工的計劃，對你服事，對你家裡，對你孩子的計劃，你的禱告，這些都是不緊迫但是很重要的。

還有一些**預防性的工作**，不緊迫，但是很重要。譬如我們剛剛講到盜賊會來，對不對？那你可能門沒有鎖，有門但是沒有鎖，它可能還不是很緊迫的；你今天晚上沒關，但它很重要，你還是要把它裝上一個鎖。所以，預防的工作。

還有甚麼東西？它裏面還講到就是自我的進步、自我的改善(self-improvement)很重要，但是不是很緊迫的。就是你的成長，在屬靈上的、在智慧

上的、在你的學習上的，各方面的，性格上面的，自我的成長，它很重要，它不緊迫。

還有一個不緊迫但很重要，都沒有人提。**溝通、建立關係**，很重要，但是不緊迫，對不對？在座有沒有作爸爸的？應該很多。你們覺得**跟孩子建立關係**很緊迫嗎？不緊迫？媽媽覺得很緊迫，很重要但是不緊迫，它不是生死之間（life and death），可是它很重要，對不對？**夫妻之間**，緊不緊迫？大部分是不緊迫，對不對？但是它很重要。

第三個是它很緊迫，但是不重要。**付賬單**。很好，對，很緊迫。已經遲延付款（late payment），不然的話，它就拖欠款（delinquent）然後把它送到信用局（bureau），要影響你的信用（credit）。我們很多人都有這個經歷。我們一出去回來，我們就看郵件（mail）。哇，不得了，很多事情。所以，我們不在家的時候真的是家裡要有人幫我們急著處理賬單（bill）。

還有呢？還有一些不重要，但是很緊迫的。**買菜**。對！沒尿布了，家裏沒尿布了，沒有奶粉了，沒有水了，沒有青菜了，沒有鹽了，但是，其實也沒關係。它都不重要，但是可能你覺得很緊迫。

還有一些，馬上要回哪個郵件（email），馬上臉書（Facebook）。哎呀，你看這麼多人統統都已經回了，他馬上明天就要拿下來了。有一個電影，它明天就要下片了，哇，這個很緊迫，但是重不重要？星球大戰（star war）就只有演兩個禮拜，對不對？馬上就下片了。很重要？不重要，但是很緊迫，對不對？

還有甚麼？打折（on sale）快結束了，今天最後一天（last day）。對，聖誕節（Christmas），12月26號，還有黑色星期五（black Friday）。不重要，但是很緊迫。所以，你看我們夜裡十二點中就去排隊，不對，現在變成感恩節（Thanksgiving）那天4點鐘就開始去排隊了，是不是？4點鐘都已經開門了，所以已經太晚了。連感恩節的聚餐，家裏的吃飯都沒辦法了。因為都要趕去 Best Buy 去排隊了。這是很緊迫，但是不重要。大家在你的生活中有沒有哪一些這樣的事情，大家一起想一想。

第四個是不緊迫，然後又不重要的。有哪一些？**微信**，又不重要又不緊迫，對不對？很好，這是誰講的？很好，太好了。**電視劇**。很好，又不緊迫又不重要。還有呢？看電視、打遊戲。對，打遊戲戰。哇，綫上人家已經連上了，對不對。很多人都在打的，已經打到國際上了。今天如果再不打的話，我的分數就低了。我都不會講你們那個術語。如果說我非得上去打不可，不然的話，我就前功盡棄了，那個是緊迫（urgent），不重要。

不重要又不緊迫的還有甚麼？減肥。很重要？不緊迫（urgent）。有的人認為是不緊迫（urgent）也不重要。美容化妝。重不重要？不重要，對不對？你就是你（you are who you are），不重要。但是，緊不緊迫？也不緊迫嘛，對不對？

3. 執行上要認真、持久

一設訂適合自己的良好時間管理計劃，養成良好的時間使用習慣，不住地改善。

現在我們來看，你怎麼做決定，你怎麼去定義（define）。我們等一下有個家庭作業（homework），就是你自己來定義這個一、二、三、四，你們要把它寫下來。家庭作業（homework）你們今天就要開始做。

第一個功課：你自己定義一、二、三、四，這四個象限。甚麼叫作緊迫跟重要？甚麼叫作不緊迫，但是重要？甚麼叫作不重要，但是緊迫？甚麼叫作不重要又不緊迫？你自己把它定義出來，然後舉一些例子，把它寫下來。你自己畫一個這個圖，好不好？然後你把它列在其中，把它放在方格子裏，這是你的作業。

第二個功課，從今天晚上開始，你記錄一下你今天的時間。你在第一個格子裏花了大概多少百分比（percentage），好不好？你自己思想一下，不見得把分鐘記下來，大概的（roughly）。在你自由的、可以分配的時間裏。

今天是禮拜天，你不要覺得來聚會是你沒有自由的，你可以選擇不來，你可以選擇幾點鐘來，這是你自由的時間。你想一下主日的第一天，你的時間放在一、二、三、四裏的百分比（percentage）有多少？明天晚上睡覺前，你再放一次

一、二、三、四，在你可以自由的時間裏。上班都是你不得已的時間，但是，你在上班的時候你還有你自己的時間，對不對？你有中午的時間，有休息（break）的時間，你可能可以選擇要提早下班的時間。你還是在你有某種程度的自由度，在你來做決定的那個時間裏，你來決定一下一、二、三、四。有沒有不清楚這個功課的人，現在就舉手，也許你不清楚的部分也是別人不清楚。因為這個很重要，不然我們今天講時間管理就沒意義。

譬如說上班，你要上幾小時的班，我們都做工程師（engineer），我們都曉得。你要上十個小時跟你上八個小時，你其實有自由的。你要幾點鐘下班，其實也是有自由的。你說不自由，其實還是有自由。做生意，你要做到多大，要打幾個電話，要賺多少錢，要利潤（profit）有多少差額（margin），要花多少時間在這些事情上，你是有自由的，其實是有自由的。作家庭主婦的，你說：哎呀，我忙得不得了，這小孩子天天都是要我的。其實你還是有自由。所以，自己決定，好不好？一、二、三、四。

謝謝小明，我覺得非常好，其實我們都是有自由的。但是有一些是絕對的（absolute）你不能自由的。譬如說我覺得我們有一些工作，像你是接綫生或是做收銀員（cashier），你就必須按小時（by hour）。我們坐辦公室，其實我們還是自由的。

下一頁幻燈片。這個作者做了一個調查，就是說：在很多的公司裏，他們調查到底你們怎麼去分配公司的資源，主要是時間。這個黃色的是表示比較成功的公司，他們怎麼管理這個公司，因為這本書《First Things First》它主要是給企業來用的，但是應用到我們個人也是非常的實際。成功的企業，它是用那個黃色的分配，不成功的企業，或是比較失敗的，業績（performance）比較差的企業是白色的這個。

你發現說：成功的企業它用在第一個象限，也就是重要的跟緊迫的，危機處理。有很多的公司其實就是需要有危機處理，對不對。突然下雪了、電沒有了。如果說在教會裡，我們常常需要做危機處理，對不對。小組長啊、關懷同工常常會需要危機處理。這個時候花掉很多的時間在這上面。家裡有時候也是危機處

理，突然一下就像我們家這幾個孩子前幾天輪流生病，拉肚子、上吐下泄，這是危機處理，對不對。你所有的次序統統都打亂了，突然一下子爸爸送急診，這是危機處理。它放在這個危機處理啊，或者是一些很緊迫、很重要的你非處理不可的事情，這花了百分之二十到百分之二十五。

但是呢，很不可思議的（amazing）就是：他花了百分之六十五到百分之八十，也就是絕大部分的時間用在不緊迫、但是很重要的事情。我們剛剛講了什麼東西是不緊迫但是很重要的？健康、計劃的（planning）、預備的（preparation）、預防性的（preventing）、還有建立關係的，對不對？這些是不緊迫，但是很重要的。做研究為著將來的發展，還有你自己的進步（improvement）、自我的改善、你自我的成長，這些統統都是不緊迫，但是很重要的。但是，這個東西它花了百分之六十五到百分之八十的時間。這是一個成功的企業，百分之六十五到百分之八十的時間。但是那些不成功的公司，業績（performance）不好的公司，它只花百分之十五的時間用在不緊迫，但是卻很重要的事情上。是不是很沒有智慧？

然後，我們再看第三個點：很成功的公司呢，它只花百分之十五的時間用在緊迫跟不重要的；不成功的公司花了這麼多的時間，超過一半的時間在不重要跟緊迫的事情上。你發現跟人有沒有點像？剛剛我們舉了很多例子，不重要然後緊迫的。

然後呢，百分之二到三，就是那個不成功的，他用在不緊迫又不重要的。我覺得人呢，可能我們很多的時間是花在不緊迫又不重要的事情上。

很多的人因為不肯花時間在重要跟不緊迫的事情，到最後呢，這些重要的事情就變成緊迫的，所以他就要花更多的時間去做危機處理。他不好好地經營他的關係，不經營他的婚姻，不經營他跟親子之間家庭的關係，就後來變成緊迫的（urgent），打亂他所有的次序，打亂他所有人生的規劃，它變成緊迫（urgent），他必須要處理。他不好好計劃他的財務，他隨便亂花錢，他明明只能夠買一個四十萬的房子，結果他偏偏要跟人家攀比，結果就買了個八十萬的房子，就變成了緊迫又很重要，不然的話他的房子就要拍賣了。他不好好讀書，重

要的事情他不好好地學習，那到最後他功課不行了，他必須要被學校開除，就變成緊迫又變成很重要。何去何從下一步怎麼辦，必須要處理。

所以，很多的時候我們忽略了那個重要、但是不緊迫的。我們以為不急不急，結果它後來變成緊迫的。它其實是很重要，只是我們沒有那個智慧去分辨它，我們忽略了它，把它放在一邊。其實它是很重要，它影響我們的人生、影響我們的快樂、影響我們的滿足、影響我們的價值，很重要但是我們忽略它，結果後來它變成緊迫。我們不會好好地處理我們的情緒，不會好好的在一些事情上做自我的調整，自我的成長（improvement），我不好好地讀《聖經》，不好好的在耶穌基督裏持續地活著（stay alive）活著，要到後來呢，我的人生變得很悲慘的（miserable），必須要去處理。

所以，我也盼望就是我們基督徒的人生跟我們教會的服事，我們辦公室的服事，我們小組的服事，我們這些屬靈同工也都能夠花絕大部份的時間在重要的、但是不緊迫的。在我們可以管理的範圍之內，我們花我們的資源，花我們的時間，我們的禱告能夠花在重要不緊迫的。而不要有很多時候，我們就是拖拖拖拖拖，一直拖，一直拖，拖到不緊迫的變成緊迫，因為它非做不可。所以，這就是我們的問題。

所以，「時間的管理」非常的重要，大家阿不阿們？所以，你先要回想一下我每一天的生活，我們的壓力（stress）其實因為很多時候我們都在處理那些緊迫的，或者是重要或者是不重要。有一些緊迫的，根本就不重要。可是你可能一個禮拜都在處理不重要的事，但是緊迫的不得了的事，你非做不可的事，你那個壓力就很大。但是，如果你的人生，你在「時間的管理」上你有認識耶和華的智慧，你能夠把絕大部份的時間花在重要，但是不緊迫，你不是在一個壓力（stress）的底下來處理，其實你的人生能夠照著神的帶領、神的運行、神的計劃來往前走，那我們的人生就會好過很多，舒服很多，有意義很多。

我看看應該是最後一個。剛剛第一個功課：你把這四個區塊定義起來，今天就做，今天晚上開始檢視你的時間一個禮拜，你每一天，因為每一天可能不一樣，有的人他工作只有二、三、四工作，禮拜一禮拜五不用工作。所以呢，你每一天的時間可能不一樣，禮拜六、

禮拜天也不一樣。所以，你從今天禮拜天一直做到禮拜六，到下一個禮拜天我們要小組聚會的時候，你要跟你的小組要討論的時候，你把你這一個禮拜你的時間怎麼分在一、二、三、四把它交通出來，非常敞開透明地交通出來。然後你提出來你下一個禮拜，從下一個禮拜天開始，你覺得你一個禮拜過了，你覺得你怎麼樣可以改善。然後，你下一個禮拜你的改善的計劃也在小組裏交通出來。然後大家彼此能夠互相督促（keep accountable），互相鼓勵，也能夠安慰。安慰可能也是需要安慰，比如有人生活真是亂七八糟，需要安慰。

最後一個，我想「時間的管理」很重要，因為時間是神給的，對不對？我剛剛說，如果我們沒有這個認識的話，我們時間管理，管理的再好幹嘛呢？這個世界也在教我們管理時間，到處都在講管理時間，我們現在工作的時候都在教我們怎麼做時間管理（time management），這本書就是寫給企業家的。如果我們不是因為認識神，不是因為想要照著神造我們的目的，照著我們被神所造那個目的（purpose）、那個意義我們來活著的話，其實我們再會管理時間，那個空出的時間也是浪費。所以，我們今天講時間管理不是只是叫我們做一個好學生，做一個好的工作人員，做一個好的牧者（pastor），做一個好的家庭主婦，而是盼望我們能管好時間，能為神活著。

所以，**第三個功課**，在我們新年，我們好不好有一個決心，就是把我們禮拜天的時間管理好。你們知道我要講什麼，知道吧？早上幾點鐘起床，花多少時間穿衣服，花多少時間化妝，花多少時間上網，幾點鐘到達教會敬拜神，花多少時間讓你的孩子跟你有一樣的價值觀。第三個功課，我們把主日的時間管理好，主日是主的日子（The Lord's day），對不對？我特別喜歡這個名字，我從信主以來，我就很喜歡，我就不再叫星期天，我都叫主日。我們以後都叫主日，好不好？你主日到那裡去啊？你上個主日在幹什麼啊？你下個主日你有什麼計劃嗎？以後我們都叫主日，阿們嗎？今天是什麼日子？主日！

所以，第三個功課我們把主日的時間管理好，讓祂來居首位！這是我們可以自由控制的時間吧？有沒有人主日也不自由的？主日不自由你要讓它自由，主日要上班的你就換一個工作。我們一起低頭禱告。

禱告：

主啊，在我們向祢求智慧管理我們的時間之前，我們先向你求一個智慧就是讓我們能夠認識祢。因為認識耶和華是一切智慧的開端，認識耶和華才是真的聰明。主啊，所以我們向祢禱告，在 2016 年，我們因為認識耶和華，我們就有智慧來過我們的人生。我們因為認識耶和華，我們就有智慧來分辨我們生活中的優先順序。我們因為認識耶和華，我們就知道祢給我們的時間是何等的寶貴，我們都不願意浪費它。我們巴望我們的時間都被祢來數算，不僅是我們自己來學習數算我們的年日，我們更巴望我們的日子是在被耶和華所數算的，是在永世裏面算數的。哦，主啊以至於我們將來有一天見祢面的時候，我們不至於有太多的懊悔。我們現在已經有很多很多的懊悔了，但是主求祢來幫助我們！從 2016 的第一個主日開始，我們這樣的懊悔是越來越少，因為我們得著了認識耶和華的智慧。求祢祝福在座的每一位，也保守我們在祢面前的心願；我們願意身體力行，我們所學習的，所做的功課。幫助我們在開年的時候，就能够開始的好。禱告奉主耶穌基督的名，阿們！