

## 時間管理

神賜你一份極大的禮物....每天有 24 小時，每週有 7 天，每年有 52 週，每年總共有 8,736 小時。你有否嘗試計計，你一生有多少分鐘呢？每年 8,763 小時 x 60 分鐘 = 524,160 分鐘。若你有 70 歲，每年 524,160 分鐘 x 70 歲 = 你一生有 36,691,200 分鐘啊！

嘩！這是極大的恩典！人人有份！

為什麼不同人的生命會有不同的結果？有人一生一事無成，也有人一生充滿奇蹟！關鍵是你怎樣運用神賜予你的分分秒秒！就算你擁有偉大的異象，但卻沒有好好計劃用時間將它實踐出來的話，很可惜，最終你將得不到什麼！

想學習時間管理，請你先將你過去一個星期所有做過的事情，放在下面適當的方格裡，並寫下所花費的時間。

<b>重要 / 不緊急</b> 例如：靈修 (15 分鐘)	<b>重要 / 緊急</b> 例如：幫助家人處理一些突發事情
<b>不重要 / 不緊急</b> 例如：坐在電視前無聊著(30 小時)	<b>不重要 / 緊急</b> 例如：朋友有急事，需要你代他的補習課

從你所填寫的內容，你對自己有什麼發現呢？絕大部份人，往往花最少時間在重要而不緊急的事情上。但若你想達成你的人生異象，花時間在重要而不緊急的事情上，決定了你的成敗，因為這決定了你有沒有重視發展自己，邁向神給你的異象。

## 你如何運用時間反映你在建立什麼習慣，建立怎樣的習慣就決定你的人生！

從另一個角度來說，你有怎樣的人生目標，你就有怎樣的價值觀；你有怎樣的價值觀，你就有怎樣的品格；你有怎樣的品格，就會決定你如何運用你的時間。

但反過來看，你怎樣運用時間，也是你能否達成你的目標的重要關鍵！

所以，你可以開始嘗試寫你的每週時間表，將你所要做的事，都「刻意」編排在一週七天的時間表裡，讓你應該要做和計劃要做的事情，能按你的計劃進行。

我嘗試按一個在職的青年人的情況，編寫一個一週的時間表給你參考。

	星期日	星期一	星期二	星期三	星期四	星期五	星期六
	設計一個對你可行的靈修時間和方式						
早上	與家人出外玩玩	上班的路程中，聽你事先預備好的講道錄音或某些主題的學習 你所選的內容就剛是你想在那些方面成長的質素。  工作： 工作時間也需要計劃你的工作進度，在工作上作忠心的好見證。  在工作時，往往你會跟不同人合作，交流，也是一個好的機會去想想你要在公司和同事間，建立怎樣的氣氛，讓有你存在的地方，成為大家開心工作的動力。					
中午	主日慶典  慶典後相聚	食一個輕盈的午餐，其他時間看一本書(增加你的智慧)	約一位同儕食中午，關心他的需要，建立關係	食一個輕盈的午餐，其他時間看一本書(增加你的智慧)	約你的守望者食中午，一齊分享你們在那些方向學習成長	約一位同儕食中午，關心他的需要，建立關係	約你的守望者一齊做運動。運動後去守望另一個組員(門訓他做門訓)  或未信的朋友(門訓他如何去與人分享信仰)
下午		工作	工作	工作	工作	工作	
晚上	Centering time 比自己一個空間，在神面前安靜一下，檢視一下過去一星期的生活。	計劃你的小組，與你的隊工花時間一同禱告，一同在小組的帶領上受裝備	回家與家人晚膳 (設計一個種籽計劃在家中實踐吧)	小組相聚	回家與家人晚膳 (晚飯後，與其中一位家庭成員出外散步談心)	這個是彈性的格子，讓你的時間表不是充滿行程，看看有什麼計劃可能需要用這時間調配！	參加一個興趣班，或者去學習一個技能或是一段自學的時間，(針對你的人生方向去設計你要學的)
	計劃一下你的上網時間，不要無聊地待在電腦面前，做完要做的事，就應該關機，比時間自己休息，或者做些家務，整理一下你的房間...！也鼓勵你計劃你的作息時間啊！						

最初，可能你感到不習慣，你可以請你的守望者協助你編寫及按時間表的計劃實踐，給自己多多鼓勵，一步一步去實踐。做不到的地方不要氣餒，可能有需要調整你的安排和期望。最

好每週的開始都計劃，當然也要保持彈性，時間表是用幫助你的，你不是它的奴隸，最重要是能協助你達到你應該有的期望。

你會發現，那一週，你運用時間的質素確實會有進步！

每天的時間累積起來	決定	你那一週的日子；
那一週的日子累積起來	決定	你那一個月的光陰；
那一個月的光陰累積起來	決定	你那一年的成長；
那一年的成長累積起來	決定	你那十年的成果；
那十年的成果累積起來	決定	你一生的果效；

當然，每當完成了一週後，鼓勵你要檢討上一週的計劃，是否按進度完成。若一週的計劃和實際行動有很大的距離，可能實際上只做到計劃的 50%，那麼你便要反省一下原因何在！是因為計劃得太理想，還是自己太鬆散？反省過後，再繼續計劃下一週，相信你會一週比一週更懂得計劃，和更懂得善用你寶貴的時間，將你人生重要的事情一一做好！