



掌握時間之鑰

孔子說：「逝者如斯夫，不舍晝夜。」聖賢者如孔子亦感嘆時間的快速飛逝有如流水難以掌握，何況是凡夫俗子的我們，要想做時間的主人，可能要先從不做時間的奴隸下手。時間是公平的，但在忙碌狀況類似的情形下，有人運用自如猶有餘裕，有人昏頭轉向捉襟見肘，因此建立一些正確的時間觀念，養成善用時間的好習慣是有必要的，以免老是跟時間賽跑都當個輸家，謹建議如下提供參考：

一、時間是需要爭取珍惜的

以前曾聽到老師要學生舉一些爭取時間的例子，有一個同學舉手站起來說：「我都利用打開電視，螢幕還沒出現畫面之前，趕快把眼鏡擦乾淨！」全班聽了哄堂大笑，老師不以為然的瞪了他一眼，其實這個學生爭取的時間雖然很短，但仍不失為一個好例子；另外有一個故事也說明了爭取時間的重要：有一個富翁生了四個兒子也都娶了媳婦，但四個媳婦都愛漂亮，怕身材走樣，都不肯懷孕生孩子，有一天全家一起吃晚餐，富翁低下頭做飯前禱告的時候說：「我決定把我財產的一半分給我第一個孫子，阿門！」禱告完抬起頭來發現四個兒子媳婦全都不見了，原來都爭取時間「辦事」去了！由此可見，時間要靠爭取的，惟有爭取到時間才能及時做更多的事，甚至出奇制勝。孫子兵法說：「兵貴神速」足以說明爭取時間的可貴，所以有些時候主管或客戶提出講求時效的要求，部屬在爭取時間下提早完成，也許往往能博得意想不到的好感與回報。

二、時間是需要規劃利用的

在時間的安排上，事先的妥當規劃與善加利用是很重要的，例如：（一）在前一天的晚上就列出第二天要事必辦，並配上時間，甚至想好一些應變的替代方案，以免臨時生變措手不及。（二）考試時也要善加規劃分配時間才能爭取好成績，記得以前參加英文語言測驗，30分鐘考60題選擇題，一題只有30秒可以回答，通常一題看一遍就回答要20多秒左右，那表示大約只能每三題有一題可以看兩遍再作答，如果每一題都看兩遍再答，肯定會來不及，當時有不少一起考試的同仁未能注意時間的分配，因為答不完而沒能考過實在可惜！（三）在行有餘力且不衝突的情況下，如能兼顧並順利完成事情的話，可以在同一時間做兩件事使效率加倍，也就是所謂的 Time on Time，以充分利用時間。例如利用開會在討論跟自己毫無關係的議題時看公文或報告，還有利用等待的時間看備忘錄，做必要的調整規劃等。（四）有些事在完成是有「黃金時間」的，一定要在有限的時間內完成才有用，錯過了就一切都白搭，例如一張考卷花三天三夜的時間答了滿分根本沒有用，因為世界上沒有這種考試方式，因此有些事「巧遲不如拙速」，而有些正好相反，需要「慢工出細活」，所以必須根據工作的性質與時限來決定時間的規劃，才能恰如其分，把時間做最適當的運用，如期如質的完成交辦任務。

三、時間是需要控制掌握的

常聽人抱怨時間被浪費了而感到十分可惜，本來可以做不少事的就這樣被糟





蹋了，在工作和生活對時間做一些控制掌握，應該可以把浪費盡可能降到最低，例如：（一）開會時，要確定能負責決策的人參加，否則就改期舉行；其次要準時，開會中發言要言簡意賅抓住重點，對偏離主題的發言或討論，主持人要及時打斷，拉回到主題，對於雙方可以私下討論的細節留到會後再談，最後做到限時結束，開一個不浪費時間而有效率的會。（二）安排整件事情時，對於界面上操之在人的時間需再三提醒確認，隨時追蹤掌控，以配合控制整體規劃並做必要的調整。（三）對於可能產生耽誤時間的瓶頸，要投入較多的資源以盡力化解，保持整個流程的暢通，以避免卡住而致嚴重的延宕。

四、時間是需要保留餘裕的

以前曾看過一篇文章，題目是「時間截止減一」，意思是說處理任何有時間限制的事情，應該在時間截止的前一段時間就做好。例如 5 天內要完成的工作在第 4 天就完成，一個 3 小時的工作最好在 2 小時就做好，以避免意外的狀況造成來不及，時不我與、徒呼負負。像繳款就是，不要拖到最後一天才辦理，萬一臨時有事就誤時誤事了，因此在時間的安排上要保留一些餘裕才不至於自陷困境，正所謂：從容不迫多瀟灑，倉皇失措真狼狽。

五、時間是需要隔離封鎖的

卡內基訓練的創辦人黑幼龍先生建議：在需要非常專心避免干擾的時候，不妨採取「封鎖時間」(Blocktime) 的方法排除任何打擾，十分有效。的確在工作上需要非常投入專心思考時，電話、訪客或廣播等往往會打斷思緒而需要重新整理，以致事倍功半，必要時在時間管理上使用此法，確實能較有效率的完成工作。綜合以上的建議，看起來不是很難，但要確實做到，可能需要慢慢養成習慣才會見效，基本上時間管理應該算是知易行難的一門學問，運用之妙存乎一心。有云：「時間就像一張網，你撒在哪裡，收穫就在哪裡。」因此常常感到時間不夠用的人更要抱著勿以善小而不為的心，從大處著眼小處著手，即使對俯拾皆是的短暫空檔亦宜珍惜利用，點點滴滴的爭取時間，也許漸漸就會感覺越來越充裕，終而游刃有餘、收穫豐碩了。

（出自台灣電力公司《同心園地》第 143 期；文/林彬 第二核能發電廠）

