

# 第三課 善用時間的方法 李偉文

## 一、本文章法分析

- 1.文體：議論文。
- 2.主旨：釐清「時間管理」的概念，點出「善用時間」的祕訣，讓讀者反思如何找回有意義、更加滿意的生活。
- 3.作法：全文依內容可分為三大部分：
  - (1)第一部分（第一～二段）：擠出時間。引用魯迅的話及自身例子，說明時間可以被「擠出來」，即運用零碎時間做事。
  - (2)第二部分（第三～五段）：開發時間。引用姚仁祿的說法說明時間不能管理，只能像礦產一樣開發，人只能在有限的時間資源裡，促使事情發生。
  - (3)第三部分（第六～十四段）：善用時間。舉出真正善用時間的方法，與運用時間的關鍵祕訣。

## 二、句意分析

- 1.時間就像海綿裡的水一樣，如果你願意擠，總還是有的：說明只要願意，總能找到可利用的零碎時間。
- 2.魯迅是民國初年有名的文學家，他這句經典的勵志格言，不斷被人傳誦、引用：強調魯迅的文學地位，以及這句話的重要性及影響力。
- 3.生命是以時間為單位的，浪費別人的時間，等於謀財害命；浪費自己的時間，等於慢性自殺：直指時間就是生命，浪費時間是害人害己的行為。
- 4.的確，與人有約時，我不願意遲到，更痛恨別人遲到：作者嚴以律己，也期待他人守時。
- 5.我通常隨身帶書，以備不時之需，或者跟人約在書店碰面，在等待時可以趁機逛書店：說明作者熱愛閱讀，且善於利用零碎時間。
- 6.雖然我們常說「時間就是金錢」，但是時間與金錢不同——錢可以管理，因為通常所說的「管理」是可以累積儲存，並且加以運用的：金錢可透過管理，而決定其增減變

化，但是時間不行。

- 7.在醒著的時間，順著因緣，把時間變成礦產一樣的資源，在適當的時候開採出來，讓人們得到一些分享，自己也感到開心：順著緣分，付出自己的時間資源與人分享，促成有助他人的事，自己也能得到快樂，善用時間的結果是利己又利人。
- 8.能夠如此，我們就是促成這個緣分發生的重要催化劑：意謂緣分能夠發生，在於我們的行動。
- 9.我們需要的不是「節省時間」，而是「節省工作」：指集中時間去做該做的事，不花時間在無謂的事情上。
- 10.把想做的事都做了，就不會惶然，而能夠增加自己生活的滿意度：意近於梁啟超：「人生最苦的事，莫苦於身上背著一種未了的責任」，「如釋重負」後就能得到心滿意足的快樂。
- 11.放下線上遊戲，多閱讀；減少上網時間，多讀報紙；看電視，不如觀賞電影；別只是空想，要多思考；聊八卦，不如與人深度交談……：強調完整的吸取知識與資訊、多思考、與人深度的對談，可增加生活滿意度。
- 12.原本應該帶來自由的科技，卻創造了手銬，將我們的思緒綑綁在片斷零碎的訊息中：網路資訊爆發，人們迷失在大量片面簡短的訊息中，而難以有系統性的深度思考。
- 13.我們以為善加利用時間，可以同時處理很多事，其實所完成的零星小事，只是創造出非常有效率的假象，當我們一整天都被這些說不清楚的雜事占據了，反而會令我們很沮喪：把時間花在無關緊要的小事情上，就算都完成了也毫無成就感，會覺得好像什麼都沒做一樣。
- 14.因為我們需要完整而集中的時間，做真正重要的事，才會覺得生活是有意義的：捨棄不重要的事情，把更多的時間專注在真正重要的事情上，才能感到生活有意義。
- 15.真正快樂的唯一來源，是為了某種我們看重的意義而花費我們的時間、我們的生命：生命要花在最看重的事情上，才能獲得真正的快樂。
- 16.管理時間和運用時間，重點在於：找到我們渴望的事，然後每天空出時間真切的去做：勉勵人們找到渴望的事，並澈底實行，將時間與心力投入其中。

### 三、與「時間」有關的成語

- 1.俯仰之間：短暫的時間。
- 2.一朝一夕：形容時間短暫。
- 3.星移斗轉：比喻時光的流逝。
- 4.窮年累月：比喻長久的時間。
- 5.日月如梭：形容時光消逝迅速。
- 6.一刻千金：比喻光陰極為珍貴。
- 7.曠日持久：歷時長久，拖延時日。
- 8.與日俱新：隨著時間不斷的更新。
- 9.光陰似箭：形容時間消逝如飛箭般迅速。
- 10.烏飛兔走：比喻日月運行，光陰流逝快速。
- 11.白駒過隙：比喻時間過得很快。駒，音ㄐㄨ。ㄘㄨ。
- 12.曇花一現：比喻人或事物一出現便迅速消失。
- 13.夜以繼日：表示夜晚接著白天，一直不歇息。
- 14.彈指之間：形容極短暫的時間。或形容時間過得很快。
- 15.韶光荏苒：形容時光漸漸的流逝。荏苒，音ㄖㄣˋ ㄣˊ。

### 四、與「時間」有關的俗諺、名言佳句

- 1.花有重開日，人無再少年。( 關漢卿 )
- 2.少壯不努力，老大徒傷悲。(〈長歌行〉)
- 3.一個今日，勝過兩個明天。( 美 富蘭克林 )
- 4.合理安排時間，就等於節約時間。( 英 培根 )
- 5.白日莫空過，青春不再來。( 林寬〈少年行〉)
- 6.拋棄時間的人，時間也拋棄他。( 英 莎士比亞 )
- 7.時間給空想者痛苦，給創造者幸福。( 美 麥肯錫 )
- 8.一年之計在於春，一日之計在於晨。( 蕭繹《纂要》)
- 9.聖人不貴尺之璧而重寸之陰，時難得而易失也。(《淮南子》)
- 10.把活著的每一天都看作是生命的最後一天。( 美 海倫·凱勒 )
- 11.盛年不重來，一日難再晨。及時當勉勵，歲月不待人。( 陶淵明〈雜詩〉)
- 12.少年易老學難成，一寸光陰不可輕。未覺池塘春草夢，階前梧葉已秋聲。( 朱熹〈偶成〉)
- 13.三更燈火五更雞，正是男兒讀書時。黑髮不知勤學早，白首方悔讀書遲。( 顏真卿〈勸學〉)
- 14.勸君莫惜金縷衣，勸君惜取少年時。花開堪折直須折，莫待無花空折枝。( 杜秋娘〈金縷衣〉)
- 15.當許多人在路上徘徊不前時，他們不得不讓開一條大路，讓那珍惜時間的人趕到他們的前面去。( 古希臘 蘇格拉底 )

# 【善用時間的方法】學習單

班級：\_\_\_\_\_ 座號：\_\_\_\_ 姓名：\_\_\_\_\_ 執行時間：110 年 \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日~ \_\_\_\_\_ 月 \_\_\_\_\_ 日~

| 自我觀察一周作息                   |        |     |     |         |     |     |     |
|----------------------------|--------|-----|-----|---------|-----|-----|-----|
|                            | 星期一    | 星期二 | 星期三 | 星期四     | 星期五 | 星期六 | 星期日 |
| 簡述<br>作息<br>時間             |        |     |     |         |     |     |     |
| 剩餘<br>時間<br>經常<br>做哪<br>些事 | 分<br>鐘 | 分鐘  | 分鐘  | 分鐘      | 分鐘  | 分鐘  | 分鐘  |
|                            |        |     |     |         |     |     |     |
| 一周總計剩餘時間：                  |        |     | 分鐘  | 時間再次規劃： |     |     |     |
| 執行<br>規劃<br>內容             |        |     |     |         |     |     |     |
| 檢核                         |        |     |     |         |     |     |     |
| 再修正                        |        |     |     |         |     |     |     |

