

善用时间

投身在繁忙的工商社会里，有的人因为不善于利用零碎时间，因此总觉得时间不够用，譬如一坐上车子，不是闲聊，就是睡觉。其实，时间要靠自己把握、善用，只要懂得把握时间，充分利用时间，时时刻刻都能修行。

时间是很宝贵的，如果没有时间，事情就难以完成。因此，一个不会争取时间的人，要想有多大的成就，实在难矣哉。人要懂得规划时间，才能充分利用时间，实现人生的理想。

如何善用时间呢？应人的生理时钟，一天的时间安排，大致可以做如下分配：

- 一、思考于清晨。
- 二、行动于白昼。
- 三、反省于日暮。
- 四、休息于夜晚。

除了大方向的时间规划之外，零碎时间如坐车、发呆、闲聊、洗澡的时间也当把握。零碎时间可以做些什么呢？

- 一、读一篇文章，看一份报纸，增长见闻。
- 二、背诵单词，学习外文。

三、打坐冥想，净化身心。

四、分享经验，与人联谊、交流。

五、慢步跑，有助身体健康。

时间是最公平无私的，每个人每天都同样拥有二十四小时，但是不会利用时间的人，一不留意时间就浪费了。所以，如果你是一个懂得规划时间的学生，那么当别人还在埋首苦读的时候，你早已轻松愉快地做着自己想做的事。如果你是个懂得安排时间的员工，那么当别人还在全力以赴地工作时，你已经在享受休闲的快乐时光了。

时间对一个运动健将来说，分秒必争，例如世界百米赛跑，几秒之差，成就便相去甚远，但是时间对一个慵懒的人来说，却是度日如年。因此，一个会珍惜时间的人，常觉得时间不够用，一个不珍惜时间的人，则嫌时间过得慢。莎士比亚说：“时间的脚步，不会因为我们有许多事情要做而稍作停留。”时间就是生命，人生即使拥有再多的金银财宝，都无法换取生命。所以，人生切勿蹉跎时光，眼前想做的事情，应当全力以赴，切莫辜负岁月，以免留下后悔的人生。

（星云）



闲言碎语

△我不是不知道我喜欢什么，只是我更清楚我要什么。

△没有天生的强者，一个人只有站在悬崖边的时候才会真正坚强起来。

△人生最糟的不是失去爱的人，而是因为太爱一个人，而失去了自己。

△不要想着自己曾给人恩惠，因为除了你没有人会记得。

△人生中，你需要把握的是：该开始的，要义无反顾地开始；该结束的，就干净利落地结束。

△人间的事往往如此，当时提起痛不欲生，几

年之后，也不过是一场回忆而已。

△所谓生活质量，简单的理解就是找到一个最适合自己的环境，如鱼得水，如鸟在林。

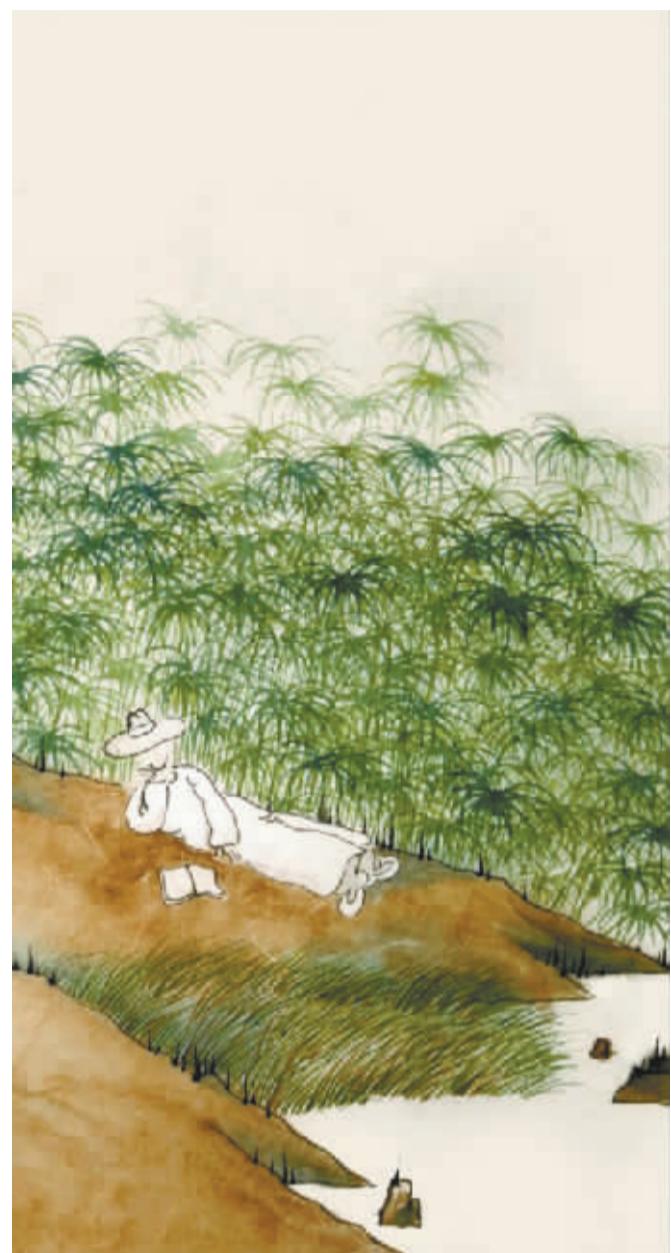
△有些路很远，走下去会很累，可是，不走，又会后悔。

△该来的都会来，该走的全会走，别抗拒，别挽留，别贪恋，别不舍，别担心。

△要知道一个人有多爱你不是看他平常对你有多好，而是你们吵架的时候他怎么对你。

△做一个平静的人，做一个善良的人，做一个微笑挂在嘴边、快乐放在心上的人。

（综编）



闲书似看非看，俗身半倚半躺。
听着春水流去，不禁胡思乱想。

老树画画

4G用移动 百兆宽带免费用

百兆光纤 全光网络
更稳更快

高清电视 直播点播
4K 超清

4G+速 网速加倍
比快更快

全家共享 通话上网
全家分享

移动 极光宽带

* 88元=20M宽带+1G国内流量+500分钟国内时长+1部高清电视盒



享品质 和家互联

中国移动