

# Como é que está a usar o seu tempo?

Por Rick Warren

Um dos maiores desafios actuais é o uso do tempo. Ao longo de uma vida de 72 anos, especialistas afirmam que gastamos 21 anos a dormir, 14 anos a trabalhar, 7 na casa de banho (a minha filha adolescente já esgotou o tempo dela!), 6 anos a comer, 6 a viajar, 5 em filas de espera, 4 aprendendo, 3 em reuniões, 2 ao telefone, 1 ano à procura de coisas perdidas, 22 meses na igreja, 8 meses a mexer em correspondência inútil, 6 meses parados nos semáforos. Não é de admirar que um casal gaste em média, apenas 4 minutos por dia, a conversar com os filhos, caso eles resolverem ir ao local de trabalho dos pais para poderem vê-los! Estudos indicam que os pais estão a gastar, em média, 30 segundos por dia falando com os filhos!

Como é que usa o seu tempo? As respostas normais são: “Não tenho tempo suficiente”? Seria Deus um sádico cósmico que criou um dia com apenas 24 horas? Isso não será o bastante para tudo o que temos que fazer? Charles Richard disse: “Não deixe o calendário gozar na sua cara e fazê-lo de parvo. O ano só tem o número de dias de que fazemos uso. Uma pessoa pode realizar numa semana o que realizaria num ano, enquanto que outra faz exactamente o contrário.”

A Bíblia diz: “Pois para tudo há o seu tempo e o seu modo” (Eclesiastes 8:6). Nós, porém, pouco sabemos disso. O problema não é termos tempo suficiente, mas o modo como usamos o tempo de que dispomos. “Em vão trabalhei e em vão gastei as minhas forças” (Isaias 49:4).

## O que Deus diz acerca do uso do Tempo

- **É sinal de sabedoria.** “Prestem, portanto, muita atenção à maneira como se comportam. Não se comportem como insensatos, mas como pessoas inteligentes. Aproveitem bem o tempo, porque os dias que correm são maus” (Efésios 5:15, 16)
- **É um acto de boa administração.** “O que se requer destes encarregados é que sejam fiéis” (I Coríntios 4:2).
- **É um bom motivo para aprender.** Essa é a chave: administração de tempo pode ser aprendido. “Ensina-nos a ordenar os nossos dias rectamente, para podermos entrar pela porta da sabedoria” (Salmo 90:12).

## Passos para encontrar Tempo

**1. Analise o seu estilo de vida.** Onde é que está a gastar o seu tempo? Avalie um dia, uma semana e um mês. Hoje está melhor física, mental, emocional e espiritualmente do que há 6 meses atrás? E os seus relacionamentos? “Prestem, portanto, muita atenção à maneira como se comportam. Não se comportem como insensatos, mas como pessoas inteligentes” (Efésios 5:15). “Assim, não terás dificuldades no teu caminho, nem tropeçarás, quando correres” (Provérbios 14:12).

**2. Pense no presente.** Ontem já foi. Amanhã é uma nota promissória. Aproveite o hoje. “Não te gabes do dia de amanhã, pois não sabes o que poderá acontecer hoje” (Provérbios 27:1).

- **Aprenda a planear actividades.** No “horário nobre” (quando estiver ocupado com questões de alta prioridade) não permita interrupções. Quando a sua atenção estiver concentrada em actividades de média ou baixa prioridade, tente fazer duas coisas ao mesmo tempo. Separe tempo para relaxar!
- **Mantenha a desordem longe da sua vida.** Desordem física – coisas que ocupam a nossa visão de modo negativo. Desordem mental – itens que ocupam a nossa mente de forma negativa. Desordem emocional – tudo o que ocupa o nosso espírito de forma negativa.
- **Resgate o tempo que tem à mão.** Resgatar, significa voltar, libertar-se, mudar para melhor.

**3. Dê prioridade ao que é importante.** Todos temos o tempo suficiente para fazer a vontade de Deus. Organize a sua vida em torno de áreas chaves: **(a)** relacionamento pessoal com Deus e crescimento espiritual; **(b)** cônjuge e família; **(c)** trabalho; **(d)** saúde e recreação (visando preparação física, mental e emocional); **(e)** interações sociais.