

2026 年 10 月 5 日

By C.C. Simpson

計劃帶來平安**THERE IS PEACE IN A PLAN**

星期日晚上，你的思緒無法平靜。接下來一週的事情不斷在腦中打轉：尚未準備好的客戶電話、需要招聘的人員、沒有人跟進的發票，以及一再延後、遲遲沒有和兒子進行的談話。這些事情沒有一件被寫在任何地方，全都散亂地堆在你的腦海裡，而你的腦袋正是最不適合存放這些事情的地方。於是，你躺在床上，在黑暗中一一盤點。

接著，你起身拿起一本筆記本，把這些事情寫下來。十五分鐘後，雖然工作一點也沒有減少，但你胸口緊繃的感覺卻鬆開了。你的腦海終於能看清楚接下來要面對的一切，不必再費力地同時記住所有事情。

這份如釋重負的感覺，不是提升工作效率的技巧，而是屬靈的。「因為神不是叫人混亂，乃是叫人安靜。」(哥林多前書 14 章 33 節)秩序是神本性的一部分，祂所創造的兒女，也需要在秩序中才能安然生活。當我們活在秩序中，就是活在神所在的領域裡，而平安正是從那裡而來。

看看耶穌基督如何處理，祂服事中規模最大的一次後勤補給問題。現場有五千名男子，加上婦女和孩子，卻沒有食物。祂即將行那從幾乎無有到使餅倍增的神蹟，因此大可省略安排眾人的過程。然而，「耶穌吩咐他們，叫眾人一幫一幫地坐在青草地上。眾人就一排一排地坐下，有一百一排的，有五十一排的。」(馬可福音 6 章 39-40 節)排好、數算、坐下，然後耶穌才施行神蹟。

想想耶穌因此避免了甚麼：群眾一窩蜂地衝向那個男孩的食物籃；強壯的人搶到食物，弱小的人卻空著肚子回家。實際發生的情況是，每個人都安靜地坐著，直到領受自己所需要的。既然耶穌不在混亂中做事，為什麼我們卻一再堅持如此呢？

我們許多人已經把混亂當成了常態。我們從一件事匆忙跳到下一件事，並稱之為「衝勁」。我們甚至把忙亂的步調，當作證明自己能力的資歷。然而，大多數以這種方式生活的人，明

香港工商基督徒協會 (CBMC Hong Kong Ltd)

地址：香港上環禧利街 2 號東寧大廈 11 樓 1102 室 Tel: (852) 2805-1923

Email: enquiry@cbmc.org.hk Web: www.cbmc.org.hk

支持本會使命，服侍工商界及職場，請下載奉獻表格

<https://www.cbmc.org.hk/file-download.html>

顯已經筋疲力盡；他們和家人相處時容易緊繃，似乎只要再遇上一個不順利的星期，就會徹底崩潰。

寫下計畫，並不會消除工作中的急迫性，截止日期依然存在。然而，當那些在腦中不停打轉的事情，被寫在紙上時，你就會得到一份隨之而來的平安。以下是你本週可以做的三件事：

在星期一開始之前，把頭腦中的事情整理出來。任何只存在腦海裡的事情，都會日夜不停地，占用你的注意力。把它們全部寫在一個，你真正信賴的地方。

按照順序排列。第一步、第二步、第三步。「人心籌算自己的道路；惟耶和華指引他的腳步。」(箴言 16 章 9 節)你無法掌控結果，而且在你走到第四步以前，神很少會先讓你看見其中隱藏著甚麼。祂只會把下一件該做的事交給你。計畫就是按照順序採取順服的行動。

用開放的態度看待計畫。受到打斷不一定代表失敗，有些打斷是神交付的任務。但有計畫的領袖能夠接納突如其來的變化；沒有計畫的領袖，則會在慌亂中被水流沖著走，最後只把它稱為又一個忙碌的星期。

那五千人能夠吃飽，是因為他們先坐了下來。秩序為他們開啟了，通往平安與神蹟的門。坐下來，把事情排列整齊，然後看看神會把什麼交在你手中。

@2026 版權所有。Christopher C. Simpson 致力於在全球職場上，培養勇敢且得勝的基督信仰，這份熱忱源於他對福音轉化力量的深刻信念。在擔任國際 CBMC 總幹事之前，Chris 在公部門貢獻了長達二十八年的卓越職業生涯 - 曾經擔任美國海軍陸戰隊的指揮官；在美國特勤局服役，負責保護七位美國總統，並且在複雜而高危的國際任務中領導精銳團隊。Chris 與他的妻子 Ana(尼加拉瓜裔)居住在佛羅里達州博卡拉頓。

反省與問題討論

第一、當你一週的行程變得擁擠時，那些工作究竟存放在哪裡呢？是寫在紙上、記錄在某個系統中，還是在午夜時分不斷盤旋在你的腦海裡呢？

第二、耶穌先讓群眾坐下，才給他們食物。在你的職場生活中，有哪些事情必須先「安頓就緒」，神才能使用它們成就事情呢？

香港工商基督徒協會 (CBMC Hong Kong Ltd)

地址：香港上環禧利街 2 號東寧大廈 11 樓 1102 室 Tel: (852) 2805-1923

Email: enquiry@cbmc.org.hk Web: www.cbmc.org.hk

支持本會使命，服侍工商界及職場，請下載奉獻表格

<https://www.cbmc.org.hk/file-download.html>

第三、你是否已經開始把忙亂的步調，當作自己有價值的證明呢？你生命中有誰因此付出了代價呢？

第四、說出一件目前堆在你肩上、卻一直沒有寫下來的責任。本週若要把它按照順序安排好，你需要付出甚麼代價呢？

挑戰思考

星期一開始之前，花十五分鐘寫下你所承擔的一切：每一項任務、每一場需要進行的談話，以及每一個必須作出的決定。接著，按照你處理的先後順序為它們編號。到了週間，若有新的事情出現，不要立刻把它加入清單，而要先決定它在你原有工作順序中的位置。到了週末，問問自己，這一週是否睡得與以往不同。

備註：如果你有聖經，想閱讀更多相關的內容，請參考下面的經文：(因篇幅有限，請自行參閱未列出的經文：箴言 16 章 1-9 節)

箴言 16 章 9 節

16:9 人心籌算自己的道路；惟耶和華指引他的腳步。

箴言 21 章 5 節

21:5 殷勤籌劃的，足致豐裕；行事急躁的，都必缺乏。

路加福音 14 章 28-30 節

14:28 你們哪一個要蓋一座樓，不先坐下算計花費，能蓋成不能呢？

14:29 恐怕安了地基，不能成功，看見的人都笑話他，說：

14:30 這個人開了工，卻不能完工。

哥林多前書 14 章 33、40 節

14:33 因為神不是叫人混亂，乃是叫人安靜。

14:40 凡事都要規規矩矩的按著次序行。

腓立比書 4 章 6-7 節

4:6 應當一無掛慮，只要凡事藉著禱告、祈求，和感謝，將你們所要的告訴神。

4:7 神所賜、出人意外的平安必在基督耶穌裡保守你們的心懷意念。