

《生命的七个优先次序》研读指南与学习测评

本研读指南旨在帮助读者系统性地思考、理解并应用《生命的七个优先次序》一文中的核心概念。通过文本梳理、深度思考题、自我测评及词汇表，引导学习者重新审视个人时间的分配与生命的终极价值。

一、核心内容概述

本文源于作者二十多岁时在一趟跨州巴士之旅中的深刻反思。面对繁杂的日常活动，作者试图厘清生命是否具有特定的目的与持久的价值，并避免在人生终了时因浪费岁月而悔恨。

通过列出并整合生活中的所有活动，作者将其归纳为**七个核心类别**，并依据其相对的长远影响力和重要性，排定了不可动摇的优先次序：

1. 神（灵性与永恒） → 2. 品格（自我与行为） → 3. 家庭（婚姻与教养） → 4. 朋友/熟人/当权者（社会人际） → 5. 健康（身体与生理） → 6. 工作/目标/命定（抱负与创造） → 7. 财务与财产（支持性资源）

二、七大优先次序详解与圣经依据

1. 神（包含灵性与永恒的事物）

- **核心定义：** 关乎对神的认识与关系，以及永恒、超自然和属灵领域的生命。神创造了人并制定了生命法则，认识神即是认识生命与智慧的源头。
- **经文依据：**
 - 《出埃及记》20 章 3 节：“除了我以外，你不可有别的神。”

- 。 《马可福音》12章30节：“你要尽心、尽性、尽意、尽力爱主—你的神。”

2. 品格（包含品格发展与找出身分）

- **核心定义：**确认真实的自我（恩赐、性格强项），并对自身的行为、态度、动机、选择及思想承担完全责任。个人的选择源于品格，且最终须为自己的生活方式交账。
- **经文依据：**
 - 。 《马太福音》7章5节：“先去掉自己眼中的梁木，然后才能看得清楚，去掉你弟兄眼中的刺。”

3. 家庭（包含婚姻、教养儿女与家庭责任）

- **核心定义：**基于血缘或婚姻建立的关系，需承担直接责任、更强的委身与更大的照顾义务。在人际关系考虑中处于首位。
- **经文依据：**
 - 。 《马太福音》22章39节：“其次（的诫命）...就是要爱人如己。”
 - 。 《约翰福音》19章26-27节：耶稣在十字架上将母亲嘱托给门徒约翰照顾。
 - 。 《提摩太前书》5章8节：“人若不看顾亲属，就是背了真道，比不信的人还不好，不看顾自己家里的人，更是如此。”

4. 朋友、熟人与当权者（广泛的人际互动）

- **核心定义：**涵盖除家庭之外的所有人际关系，包括朋友、雇主、属灵领袖、政府官员、熟人乃至偶然相遇的陌生人。若将每次相遇视为正向突破的可能性，能释放人际互动的全部潜能。

5. 健康（身体健康的所有层面）

- **核心定义：**包含饮食、运动与压力管理。健康是有效工作的前提；失去健康便无法充分履行工作职责，也无法完整经历生命中的事物。

6. 工作、目标与命定（人生抱负与使命）

- **核心定义：**赋予人生目标与每日醒来动力的活动，包括职业工作、兴趣爱好、内在动机及艺术创造方面的努力。

7. 财务与财产（支持性资源）

- **核心定义：**涉及金钱、房屋、车辆及有形财产。它们并非人生的终极追求或意义来源，而是扮演“支持性角色”，提供资源以确保能够实现更重要的目标与责任。

三、深度思考与讨论问题

1. **关于人生自我检视：**作者在二十多岁旅行时思考“生命只是众多活动的随意汇集，还是应该达成某些目的？”你在当前的生命阶段，是否也曾停下脚步思考过这个问题？你目前的时间分配反映了什么样的人生的优先次序？

2. **关于品格与责任**：为什么作者将“个人品格与行为”放在第二位，甚至优先于家庭和工作？“先去掉自己眼中的梁木”这一原则如何影响你处理个人问题与人际冲突的态度？
3. **关于家庭与社会关系的界限**：根据文本，家庭关系与一般社会关系（朋友、同事、当权者）的核心区别是什么？为什么说因出生或婚姻建立的关系需要“更强的委身”？
4. **关于健康与工作的逻辑关系**：为什么文本将“健康”置于“工作、目标与命定”之前？在现代忙碌的生活节奏中，人们常犯将工作置于健康之上的错误，文本的排序给你带来怎样的启发？
5. **关于财富的定位**：文本将“财务与财产”排在最后一位，并定义为“支持性角色”。这与世俗社会对财富的追求有何不同？如何做到有智慧地运用财产来支持生命中更重要的责任？

四、综合测评与测验（附答案解析）

（一）单项选择题

1. 作者思考并梳理出“生命的七个优先次序”时的背景是（ ）。 A. 在大学毕业典礼上的演讲准备 B. 二十多岁时乘坐长途跨州巴士前往密歇根上吉他课的途中 C. 在退休后的晚年回忆录撰写中 D. 在一次教会退修会的研讨期间
2. 根据原文，作者将哪一项列为生命中无可取代的第一优先？（ ） A. 个人品格与道德修养 B. 建立幸福健康的家庭 C. 神，包含灵性与永恒的事物 D. 实现个人的工作抱负与命定

3. 关于“健康”与“工作”的次序关系，作者的观点是（ ）。 A. 工作优先于健康，因为工作赋予生命意义 B. 健康优先于工作，因为必须先有健康才能有效工作并履行职责 C. 两者同等重要，不分先后 D. 财务状况决定了健康与工作的先后顺序
4. 原文对于“财务与财产”在生命中的定位，以下描述准确的是（ ）。 A. 它们是人一生努力奋斗的终极目标 B. 它们能直接赋予生命最深层的意义和目的性 C. 它们扮演支持性角色，作为实现更重要目标的资源 D. 它们在生命优先次序中完全不重要，应当彻底剔除

（二） 填空与经文对应题

1. 在论述第二优先次序“品格”时，作者引用了《马太福音》7章5节的经文：“先去掉自己眼中的_____，然后才能看得清楚，去掉你弟兄眼中的_____。”
2. 在论述家庭的责任时，作者引用《提摩太前书》5章8节指出：“人若不看顾亲属，就是_____，比不信的人还不好，不看顾自己家里的人，更是如此。”
3. 按照文本的逻辑，请将下列七个领域按优先级从高到低进行排序（填写序号）： ① 健康 ② 财务与财产 ③ 品格 ④ 神 ⑤ 工作、目标与命定 ⑥ 朋友、熟人与当权者 ⑦ 家庭 正确顺序为： _____ → _____ → _____ → _____ → _____ → _____

（三） 简答题

1. 作者建立这七个优先次序的主要动机和目的是什么？

2. 文本中指出，在与朋友、熟人、当权者及陌生人相遇时，抱持怎样的心态能够释放人际互动的全部潜能？

答案解析

（一）单项选择题

1. B 【解析】文本开篇即交代：这发生在作者二十几岁时，乘坐从德州达拉斯前往密歇根州沙勒沃伊的长途巴士途中。
2. C 【解析】原文明确指出：“神必须摆第一。祂创造我们，并写下了生命的法则。认识神就是认识生命……认识并了解祂是最重要且无可取代的。”
3. B 【解析】原文指出：“健康在工作之前，因为你必须先照顾好自己健康，才能有效的工作。如果失去了健康，你就无法充分履行工作上的职责。”
4. C 【解析】原文明确指出财务与财产“不是生命的主要焦点……它们比较像是支持的角色，确保我们有足够的资源去完成生命中更重要的责任。”

（二）填空与经文对应题

1. 梁木；刺
2. 背了真道
3. ④ → ③ → ⑦ → ⑥ → ① → ⑤ → ②（即：神 → 品格 → 家庭 → 朋友/熟人/当权者 → 健康 → 工作/目标/命定 → 财务与财产）

（三）简答题

1. 答案要点：

- 作者希望过有意义的人生，活出精采，不想到了人生终了时因浪费大把岁月而深深懊悔。
- 希望不失去活出最大生命潜能的机会，实现并超越期盼与梦想。
- 希望产生能体现自身价值、并使许多人生命更加丰富的积极影响力。
- 需要明确评估时间的使用，找出需投入更多精力的活动，并剔除无益的活动。

2. 答案要点：

- 将每次相遇视为“有正向突破的可能性”。抱持这种态度能让人们更好地理解并释放所有日常人际互动的潜在价值。

五、 关键术语与词汇表 (Glossary)

词汇/概念 (Term)	文本定义与内涵解释 (Definition & Context)
优先次序 (Priorities)	根据活动与责任对生命产生的长远影响力和真实价值，所排定的相对重要性顺序。作者的七大优先次序在数十年间保持不变。
神性与永恒 (Spirituality & Eternity)	位于第一优先级的领域，涉及对神的认识、与神的关系，以及超自然、属灵与永恒层面的生命认知。

品格与身分 (Character & Identity)	位于第二优先级的领域，指确认真实的自我（包含恩赐与性格强项），并对自身的态度、动机、思想、选择及行为承担完全责任。
家庭委身 (Family Commitment)	基于血缘或婚姻关系而产生的直接责任。相较于一般社会关系，家庭需要更强的委身与更大的照顾义务。
正向突破的可能性 (Potential for Positive Breakthrough)	指在对待朋友、熟人、当权者及陌生人等非家庭关系时的一种积极视角，认为每一次人际相遇都蕴含着产生积极改变或建树的机会。
支持性资源 (Supportive Resources)	专指“财务与财产”（金钱、房屋、车辆等）。它们本身不是奋斗的终极目标或意义来源，而是被智慧运用的工具，用以支持更高优先级的生命责任。