



# New-Age time-management

## Oharrak

1 Jainkoahasiera eta amaiera neurtzeko denbora sortu!

1 Jainkoa'sazken mezua **Legegilearen Manifestua** hasten da **Aro Berria** Aro Berrirako **1 Jainkoa** denbora kudeaketa berria nahi zuen. Aurreko denboraren kudeaketa guztia ordezkatzeko du! **Batu zaitez!**

Besarkatu Custodian Guardian New Age denboraren kudeaketa:

Epe laburrean: **CG Denbora triangela** (CG Erlojua, CG Eguneroko errutina, CG Antolatzailea, lo egin, Shire gaueko muga)

CG Egutegia epe laburrean, orduetan erabiltzeko. Beste erloju guztiak ordezkatzeko ditu. CG Daily Routine, CG Planner zaindaria bizimodua. Shire gaueko muga komunitatearen osasunerako, habitaterako. Lo egin giza bizirauteko trebetasun bat!

Epe ertaina: **CG Kalender, CG Fun Day gaiak, CG Urtero Almanaka**

CG Egutegia epe ertainerako, astero, hilero, urteko erabilerarako. Egun dibertigarriaren gaiak ospatzeko, gogoratzeko, lotsatzeko. CG Urteko Almanaka Kronikaren etengabeko eguneratzea.

Epe luzera: **CG Khronicle, profetizatu, CG Ezagutzaren jarraipena**

CG Khronicle giza eboluzioaren iraganeko, orainaldiko eta etorkizuneko epe luzeko kronika. CG Ezagutzaren jarraipena giza ahaleginaren ondarea.

**1 Jainkoa zure berri izateko zain dago!**

## Denbora Otoitza

Maitea **1 Jainkoa**, Unibertso ederrenaren sortzailea  
Zure zaindari-zaindari leial xumeena (1<sup>st</sup> sizena) Eskerrik asko 'Hasiera eta amaiera emateagatik

Neurtu beharreko denbora, planifikatzeko denbora, gozatzeko denbora

Lagundu iezadazu denbora kontrolatzen esklabo ez dezan

Saiatzen naiz ez presarik ez presarik hartzen

Aintzarako **1 Jainkoa** eta Gizadiaren Ongia



Otoitz hau edozein egunetan esan daiteke, bakarka edo taldean edozein lekutan.



Custodian Guardian New Age denboraren kudeaketa erabiltzea ezinbestekoa da giza patua ezartzeko. Espazio-esplorazioa eta kolonizazioa.

## Kontrol denbora

**Aro Berria** denboraren kudeaketa ez da gaizki erabili behar esklabo edo irabazpide edo ustiapenerako. Ez erabili astirik presaka egiteko diseinatuta dagoen giza gorputza. Ez dago abiaduraren beharrik.

**1 Jainkoa** sortutako denbora edo zerren hasiera eta amaiera neurtu ahal izateko. Gizakiak denboraren kudeaketa sortu zuen denbora kontrolatzeko. Unibertso inperfektuan denbora lausoa da eta ez da zehatza. Giza gutzia denboraren kudeaketa bereganatu zuen denbora kontrolatzeko, presako lana eta denboraren esklaboa sortu ziren.

**1 Jainkoa** denbora sortu eta denbora kontrolatzeko adibidea jarri. Lan egin 5 egunetan 6. egunean, ebaluatu zure lorpena, osatu amaitu gabeko edozein lana eta planifikatu hurrengo asteko lana. Egunean 7 atseden hartu bizitzaz gozatu egun dibertigarria izan! Asteko lan-plana 6. egunean egiten da. Asteko familia-plana 7. egunean!

Pazko bakoitzak zure ekintzak aztertzen ditu urteko planaren aurka. Sartu zure planak datorren urterako. Quattro urteak. aztertu zure Quattroyears ekintzak egungo lau urteko planaren aurka. Ondoren, sartu zure datozen 4 urteko plana.

Erabili denboraren kudeaketa denbora kontrolatzeko. Hori lortzeko prozesu, tresna eta tekniken konbinazioa erabiltzen da.

Zure mahaia zeharkatzen duen datu bakoitza: jardun horretan, artxibatu edo bota.

Egin denbora gauza garrantzitsuetarako, ez premiazkoetarako bakarrik.

Ezarri proiektu bakoitzaren hasierako ordua eta epea.

Zatitu proiektu handiak tamainako urratsak egiteko eta gero urratsen ordena erabaki. Ez izutu egin ahal duzun onena.

Proiektu batean agortzen bazara, aldatu beste batera. Ez izan presarik denbora kontrolatzen.

**1 Jainkoa** ez egin presarik sorkuntzaren batekin! Ez zuen giza gorputza presaka edo presaka diseinatu. Presaka edo presa egitea osasunerako arriskua da: Istripuak, mendekotasunak, antsietatea, depresioa, bihotz-heriotza, hipertentsioa..

Presaka, presaka egotearen albo-ondorioak! Presaka edo presa egiteak istripuak, lan txarrak eta antsietatea eragiten ditu. Presaka edo presaka doazen liderrak ez dira buru izateko gai! Besteak presaka edo presa egitera behartzen dituzten liderrak ez dira buru izateko gai!

**Gutzi** denboraren kudeaketa onartu! Presako lanak sortu zituen, pieza-lana, garaiz egindako inbentarioa.. Denbora esklaboak!

Denbora ez da erabili behar jendea presatzeko. Ez dago abiaduraren beharrik.