







 簡介	5
 原則一 休息是生命節奏的一部分；是神的誠命。	8
 原則二 休息與工作不是相對的。	12
 原則三 工作無時無刻都在嘗試侵佔休息的位置。	16
 原則四 休息需要信心。	20
 原則五 休息是一種生活方式（第一部分）。	24
 原則六 休息是一種生活方式（第二部分）。	28
 原則七 休息能把我們（重新）與神聯繫。	32
 原則八 休息能在個人層面帶來生產力。	36

# 目錄

