

دو فصلنامه تفسیر پژوهی
سال هفتم، شماره سیزدهم
بهار و تابستان ۹۹
صفحات ۱۷۶-۱۶۱

واکاوی شیوه‌های بینشی و فکری مدیریت زمان در سبک زندگی (با تکیه بر آیات و روایات)*

مجید حیدری فر**

مرضیه محمدی آرام***

چکیده

زندگی انسان، با ویژگی‌های بی‌نظیرش، از نعمت‌های گرانسنگ خدای والا به شمار می‌آید که پیوسته در معرض زوال و نابودی است. از سوی دیگر، در سبک زندگی قرآنی، مدیریت زمان از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است؛ یعنی انسان با ایمان برای رسیدن به اهداف و آرمان‌های والای خویش، باید با برنامه‌ریزی هوشمندانه، بهره‌وری از عمرش را بیش‌تر کند تا زودتر به مقاصد خویش برسد. بدین منظور باید انسان مؤمن مدبر، شیوه‌های بینشی خاصی را سرآمد امور خویش قرار دهد؛ یعنی نوعی تغییر و دگرذیسی در قلمرو اندیشه‌اش پدید آورد تا بتواند از زندگانی‌اش استفاده بهینه و بیشینه داشته باشد. درباره مدیریت زمان، نخستین کتاب در مغرب زمین اواخر دهه ۱۹۵۰ به بازار آمد؛ ولی سال‌ها پیش‌تر، در منابع اسلامی (حدیثی و اخلاقی) با عناوین استفاده بهینه از عمر و فرصت‌های گوناگون زندگی، گاه نیز ضرورت داشتن نظم، از آن یاد شده است. هدف اصلی این مقاله، پاسخگویی تحلیلی به این پرسش اساسی است: «شیوه‌های بینشی و فکری مدیریت زمان در سبک زندگی چیست؟» که با توجه به مفادات آیات و روایات، چهار شیوه مهم و کلیدی را پیش می‌نهد: خودآگاهی و زمان‌شناسی؛ باورداشت نعمت الهی بودن زمان؛ مسئولیت‌شناسی در برابر زمان؛ به رسمیت شناختن حقوق دیگران. روش پژوهش و پاسخ‌دهی به پرسش در این مقاله، از گونه نقلی و حیاتی (تحلیل دلالتی متنی و بینامتنی و فرامتنی آیات و روایات) و گردآوری داده‌ها به روش کتابخانه‌ای و با استفاده از نرم افزارهای مرتبط و داده‌پردازی متن مقاله، به روش توصیفی و تحلیلی است. پرداختن به موضوعی نو و کاربردی و برخورداری از چیدمان منطقی و دسته‌بندی‌های استاندارد و نگارشی روان و رسا و گویا، از ابتکارات و امتیازات این مقاله به شمار می‌رود.

کلید واژه‌ها: سبک زندگی، سبک زندگی قرآنی، زمان، مدیریت زمان، شیوه‌های بینشی.

* تاریخ دریافت: ۹۹/۰۴/۰۴ تاریخ پذیرش: ۹۹/۱۲/۲۵

** استاد درس خارج از حوزه علمیه قم

*** کارشناس ارشد دانشگاه معارف قم (نویسنده مسئول)

۱- مقدمه و بیان مسئله

مدت زمان زیستن انسان در دنیا، از نعمت‌های بسیار ارجمند خدادادی است. مدیریت نیز به معنای فرایند برنامه‌ریزی و به کارگیری هوشمندانه امکانات متناسب و کنترل آگاهانه آن‌ها در فعالیت‌های روزانه انسان است که سرانجام سبب افزایش بهره‌وری وی از زندگی می‌گردد. انسان باایمان همه تلاش‌های خود را برای استفاده بهینه از عمرش و جلوگیری از اتلاف آن، به کار می‌بندد. مدیریت زمان و هدایت آن در مسیر صحیح، نتیجه برخورداری از برنامه‌ریزی درست و دقیق و جهت‌دار در زندگی توحیدی است تا بدین وسیله بتواند از لحظه لحظه عمرش بهره‌برد و با سرعتی مضاعف مسیر بندگی را بییماید.

بر پایه مفادات آیات و روایات (طباطبائی، ج ۱، ۱۳۹۰، ۲۰، ص ۳۵۶؛ مکارم شیرازی، ج ۲۷، ۱۳۷۱ ش، ص ۲۹۳؛ فخررازی، ج ۳۲، ۱۴۲۰، ص ۲۷۸؛ نعمانی، ۱۳۹۷، ص ۹؛ ابن اَبی‌جمهور، ج ۱، ۱۴۰۵، ص ۲۹۳؛ مجلسی، ج ۷۴، ۱۴۰۳، ص ۱۶۵) و رهیافت‌های عقل سلیم، مدیریت زمان ضرورتی اجتناب‌ناپذیر است، چون در نبودش، رشته امور از هم می‌گسلد و اهداف از دسترس دور می‌گردد. براین پایه، شناخت شیوه‌های مدیریت زمان در زندگی فردی و اجتماعی، بر هر مسلمانی بایسته است.

به نوشته راس، نخستین کتاب در باره مدیریت زمان، اواخر دهه ۱۹۵۰ به بازار آمد؛ (راس، جی، ۱۳۹۱ ش) ولی سال‌ها پیش‌تر، در منابع اسلامی (حدیثی و اخلاقی مانند الکافی و نهج‌البلاغه و جامع السعادة و المحجة البیضاء) با عناوین استفاده بهینه از عمر و فرصت‌های گوناگون زندگی، گاه نیز ضرورت داشتن نظم، از آن یاد شده است.

پرداختن تحلیلی به شیوه‌های اندیشه‌ای مدیریت وقت، در پرتو نورافشانی آیات و روایات، بر اساس چیدمان و دسته‌بندی منطقی و نگارشی روان و رسا و گویا از برجستگی‌ها و نوآوری‌های این مقاله به شمار می‌آید.

هدف اصلی نوشتار پیش رو پاسخگویی تحلیلی به این پرسش اساسی است: «با توجه به

مفادات آیات و روایات، شیوه‌های بینشی و فکری مدیریت زمان در سبک زندگی چیست؟»

روش پژوهش در این مقاله، نقلی و حیانی (تحلیل مدالیل متن آیات و روایات) در برابر نقلی تاریخی، و گردآوری داده‌ها به روش کتابخانه‌ای و با استفاده از نرم‌افزارها و داده‌پردازی متن نیز به روش توصیفی و تحلیلی است.

۲. معناشناسی واژگان کلیدی

پیش از پرداختن به تبیین و تحلیل شیوه‌های مدیریت، گزارش کوتاهی از معانی لغوی و اصطلاحی واژگان تحقیق بایسته است:

أ. زمان

ماده «زمن» بر محدوده چیزی دلالت می‌کند. (ر.ک: فراهیدی، ۱۴۰۹ق، ج ۵، ص ۱۹۹؛ ابن فارس، ۱۴۰۴ق، ج ۶، ص ۱۳۱ و ۱۳۲؛ ابن منظور، ۱۴۱۴ق، ج ۱۳، ص ۱۹۹). از واژه‌های مرتبط با آن، «وقت» است که در لغت به مقداری از زمان گفته می‌شود و هر چه دارای پایان باشد، زمان‌دار به شمار می‌آید. (ر.ک: ابن منظور، ۱۴۱۴ق، ج ۲، ص ۱۰۸). در اصطلاح دینی نیز به معنای عمر محدود و مدت زمان زیستن انسان در دنیا است.

ب. مدیریت

بر اساس تصریح لغت‌شناسان، کلمه مدیریت مصدر از ریشه «د و ر» به معنای گرداندن و به دست گرفتن بدون احاله به وقت دیگری است. (ر.ک: حسینی زبیدی، ۱۴۱۴ق، ج ۶، ص ۴۲۵).

درباره معنای اصطلاحی مدیریت تعاریف متعددی آمده است. (ر.ک: پیروز و دیگران، ۱۳۹۴ش، ص ۶؛ نبوی، ۱۳۸۰ش، ص ۳۳؛ مقیمی، ۱۳۹۴ش، ص ۵۷). تعریف برگزیده نویسنده این است: «فرآیند برنامه‌ریزی و به کارگیری هوشمندانه امکانات متناسب در راستای اهداف و آرمان‌های انسان.»

سوم. تجزیه و تحلیل داده‌ها

شیوه‌های بینشی و فکری مدیریت عمر و زمان یعنی انسان مؤمن مدبر باید در راستای مدیریت وقت خویشتن، تحولاتی عقیدتی و اندیشه‌ای را در درون خودش پدیدار سازد.

پیشاپیش شایان بیان است که این دگردیدی ذهنی، تنها می‌تواند زمینه مدیریت زمان را فراهم سازد، چون علم بدون عمل چندان کارساز نیست: «أَفَقَةُ الْعِلْمِ تَرْكُ الْعَمَلِ بِهِ؛ عِلْمٌ بِلَا عَمَلٍ حُجَّةٌ لِلَّهِ عَلَى الْعَبْدِ؛ مَا أَكْثَرَ مَنْ يَعْلَمُ الْعِلْمَ وَ لَا يَتَّبِعُهُ؛ أَشَدُّ النَّاسِ نَدَمًا عِنْدَ الْمَوْتِ الْعُلَمَاءُ غَيْرُ الْعَامِلِينَ.» (تمیمی آمدی، ۱۳۶۶، ص ۴۶).

به هر حال، شیوه‌های بینشی و اعتقادی مدیریت زمان از این قرار است:

۱. خودآگاهی و زمان‌شناسی و شناخت نوع کار

یکی از مهم‌ترین شیوه‌های فکری مدیریت زمان در زندگی فردی و اجتماعی، آگاهی از زمان و نوع کار و باورداشت توانمندی‌های خویشستن و تشخیص نقاط مثبت و صفات مطلوب خود انسان است. انسان تنها موجودی است که از او به کرامت یاد شده است. (فاطر (۳۵): ۳۹). ترکیباتی در انسان مثل جسم و روح، صفاتی مانند عقل و جهل سبب شده که بسیاری از فضائل در او جمع گردد. او با بهره‌گیری از نعمت عقل می‌تواند علوم بسیاری را به دست آورد و با آلوده نکردن روحش به گناه، کمالات معنوی را به چنگ آورد و به وسیله جسم مادی از غرائز و امیال برخوردار گردد و با جمع سالم میان آن دو، به فضیلت انسان بودن دست یابد. (ر.ک: جوادی آملی، ۱۳۸۸ش، ص ۲۸۴-۲۸۵)

انسان موجودی است که برای تکامل و رسیدن به سعادت آفریده شده است. بر همین اساس، خدای رحمان ویژگی‌های مثبت و توانمندی‌های بسیاری به او داده است، بنابراین او توانائی پیشرفت را دارد؛ اما هر فردی باید بداند که برای رسیدن به کمال باید بکوشد و با مدیریت صحیح زمان، با صرف کمترین وقت به مطلوب خود یعنی کمال و سعادت دست یابد.

قرآن مجید انسان را برترین آفریده و گل سرسبد هستی (مؤمنون (۲۳): ۱۲-۱۴ و بقره (۲): ۳۰-۳۳). و برخوردار از کرامت ویژه می‌داند: «وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَ حَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَ الْبَحْرِ وَ رَزَقْنَاهُمْ مِنَ الطَّيِّبَاتِ وَ فَضَّلْنَاهُمْ عَلَى كَثِيرٍ مِمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا.» به یقین فرزندان آدم را کرامت دادیم و آنان را در خشکی و دریا [بر مرکب‌هایی که در اختیارشان گذاشتیم] سوار

واکاوی شیوه‌های بینشی و فکری مدیریت زمان در سبک زندگی ... ۱۶۵

کردیم، و به آنان از نعمت‌های پاکیزه روزی بخشیدیم، و آنان را بر بسیاری از آفریده‌های خود برتری کامل دادیم.» (اسراء(۱۷): ۷۰)

از سوی دیگر همه آسمان و زمین و داشته‌های آن دو را آفریده شده برای او می‌شمارد: «هُوَ الَّذِي خَلَقَ لَكُمْ مَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا ثُمَّ اسْتَوَىٰ إِلَى السَّمَاءِ فَسَوَّاهُنَّ سَبْعَ سَمَاوَاتٍ وَهُوَ بِكُلِّ شَيْءٍ عَلِيمٌ: اوست که همه آنچه را در زمین است برای شما آفرید، سپس آفرینش آسمان را [که به صورت ماده‌ای دود مانند بود] اراده کرد و آن را به شکل هفت آسمان [همراه با نظامی استوار] درست و نیکو قرار داد؛ و او [به قوانین و محاسبات] همه چیز داناست.» (بقره(۲): ۲۹؛ نیز جائیه(۳۷): ۱۲-۱۳).

امیرمؤمنان علی (علیه‌السلام) در این زمینه می‌فرماید: «مَنْ لَمْ يَعْرِفْ نَفْسَهُ بَعْدَ عَنْ سَبِيلِ النَّجَاةِ وَ حَبَطَ فِي الضَّلَالِ وَالْجَهَالَاتِ: هر کس خود را نشناسد، از راه نجات دور شده و در گمراهی و جهل، ساختار او مختل می‌شود.» (تمیمی‌آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۶۵۶؛ تمیمی‌آمدی، ۱۳۶۶ش، ص ۲۳۳).

خود باوری یعنی اینکه انسان خودش را به خوبی و به درستی بشناسد: «أَفْضَلُ الْعَقْلِ مَعْرِفَةُ الْمَرْءِ بِنَفْسِهِ؛ فَمَنْ عَرَفَ نَفْسَهُ عَقْلًا وَ مِنْ جَهْلَهَا ضَلَّ: برترین خردمندی خودشناسی است، پس انسان خودشناس عاقل و انسان خودشناس بی‌خرد و سفیه است.» (لیثی، ۱۳۷۶ش، ص ۱۱۶؛ تمیمی‌آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۲۰۶). و به توانائی انجام دادن کار و موفقیت در تحقق بخشیدن به وظایفش، ایمان داشته باشد. انسان هر اندازه خودباوری داشته باشد و خویشتن را کارآمد بداند، توانمندی‌ها و داشته‌هایش را بیش‌تر و بهتر به کار می‌گیرد. هر چه نگرش فرد درباره خودش بهتر باشد، اقدام و عمل او مؤثرتر خواهد بود، پس آن که خودباوری افزون‌تری دارد، مسئولیت‌پذیری‌اش نیز بیش‌تر است.

هر کسی برای انجام دادن هر کاری به شناخت دقیق آن نیازمند است. رسول خدا (صلی‌الله‌علیه‌و‌آله) می‌فرماید: «مَنْ عَمِلَ عَلَىٰ غَيْرِ عِلْمٍ كَانَ مَا يُفْسِدُ أَكْثَرَ مِمَّا يُصْلِحُ: عملی که

بر پایه آگاهی استوار نباشد، هرگز به نتیجه مطلوب نمی‌رسد و بسا زیانش بیش از سودش باشد» (برقی، ۱۳۷۱ق، ج ۱، ص ۱۹۸؛ کلینی، ۱۴۰۷ق، ج ۱، ص ۴۴). همچنین امام علی (علیه السلام) خطاب به جناب کمیل فرمود: «يَا كَمَيْلُ مَا مِنْ حَرَكَةٍ إِلَّا وَ أَنْتَ مُحْتَاجٌ فِيهَا إِلَى مَعْرِفَةٍ: ای کمیل هیچ کاری نیست مگر آن که در انجام دادن آن به شناخت نیازمندی.» (ابن شعبه حرانی، ۱۴۰۴ق، ص ۱۷۱).

امام صادق (علیه السلام) می‌فرماید: «الْعَامِلُ عَلَى غَيْرِ بَصِيرَةٍ كَالسَّائِرِ عَلَى غَيْرِ طَرِيقٍ لَا يَزِيدُهُ سُرْعَةَ السَّيْرِ إِلَّا بُعْدًا: کسی که بدون آگاهی به انجام دادن کاری بپردازد، مانند گمراهی می‌ماند که هر چه بیشتر پیش رود، بر گم گشتگی او افزوده می‌گردد.» (برقی، ۱۳۷۱ق، ج ۱، ص ۱۹۸؛ کلینی، ۱۴۰۷ق، ج ۱، ص ۴۳).

آری بدون آگاهی از شرائط زمان و نوع کاری که انجام می‌شود، هر قدمی را که انسان بر می‌دارد، از مسیر و مقصدش دورتر می‌گردد. بی‌شک با افزایش سرعت حرکت و گذشت زمان، از اهداف والای خود، بیش‌تر باز می‌ماند.

بر این اساس، خودشناسی و آشنائی با روحیات و توانمندی‌های شخصی، نخستین گام برای مدیریت موفق زمان است، زیرا آمادگی روحی و جسمی انسان در زمان‌های گوناگون تفاوت دارد. هر شخصی در ساعات معینی در روز آماده‌تر و پرنرزی‌تر است؛ اگر در آن زمان به کار بپردازد، از کارآمدی و موفقیت بیش‌تری برخوردار خواهد بود، از این رو در آیات و روایات به سحرخیزی و آغاز فعالیت‌ها در صبح زود تأکید شده است، چون میزان آمادگی بدنی انسان در آن هنگام بیشتر است: «إِذَا أَرَادَ أَحَدُكُمْ الْحَاجَةَ فَلْيَبْكِرْ إِلَيْهَا فَإِنِّي سَأَلْتُ رَبِّي عَزَّ وَ جَلَّ أَنْ يُبَارِكَ لِي فِي بُكُورِهَا: هرگاه به کاری نیاز داشته باشی، صبح زود به آن اقدام کن؛ زیرا از خدای خودم خواسته‌ام که صبحگاهان را برای امّتم بستر برکت قرار دهد.» (ابن بابویه، ۱۴۱۳ق، ج ۳، ص ۱۵۷).

۲. باورداشت الاهی بودن نعمت عمر

از شیوه‌های بینشی و اعتقادی مدیریت زمان در زندگی، عمر را عطیه الاهی دانستن است. زمان نعمت بس ارجمندی است که خدای مَنان به انسان ارزانی داشته است: «أَلَمْ تَرَ أَنَّ اللَّهَ يُوَلِّجُ اللَّيْلَ فِي النَّهَارِ وَيُوَلِّجُ النَّهَارَ فِي اللَّيْلِ وَ سَخَّرَ الشَّمْسَ وَ الْقَمَرَ كُلٌّ يَجْرِي إِلَىٰ أَجَلٍ مُّسَمًّى وَ أَنَّ اللَّهَ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ» مگر ندانسته‌ای که خدا شب را در روز فرو می‌برد و روز را در شب فرو می‌برد و خورشید و ماه را مسخّر و رام کرده است که هر یک تا مدتی معین روانند و یقیناً خدا به آنچه انجام می‌دهید، آگاه است.» (لقمان (۳۰): ۲۹ و «وَ مِنْ رَحْمَتِهِ جَعَلَ لَكُمُ اللَّيْلَ وَ النَّهَارَ لِتَسْكُنُوا فِيهِ وَ لِتَبْتَغُوا مِنْ فَضْلِهِ وَ لَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ» و از رحمت خود شب و روز را برای شما قرار داد، تا در شب بیارامید و [در روز] رزق و روزی بجوید، باشد که سپاس‌گزاری کنید.» قصص (۲۸): (۷۳).

بر انسان باایمان بایسته است که در پیشگاه الاهی، برخورداری از این نعمت را بر زبانش جاری کند و شکر خدای حکیم را به جای آورد. امام صادق (علیه السلام) می‌فرماید: «مَا أُنْعَمَ اللَّهُ عَلَىٰ عَبْدٍ بِنِعْمَةٍ صَغُرَتْ أَوْ كَبُرَتْ، فَقَالَ: الْحَمْدُ لِلَّهِ، إِلَّا أَدَّى شُكْرَهَا: هر نعمتی را که خدای دانا بر بنده‌اش عطا فرماید، کوچک باشد یا بزرگ، و بنده در مقام سپاس‌گزاری، الحمد لله بگوید، شکر آن نعمت را به جا آورده است.» (کلینی، ۱۴۰۷ق، ج ۲، ص ۹۶).

در این زمینه علامه مجلسی (رحمه الله) می‌نویسد: انسان باید این نعمت را در جایی صرف کند که رضای خدای رحمان در آن باشد و حقّ واجب او در این نعمت را ادا کند، بسان شکرگزاری دیگر نعم الاهی مانند زبان که باید با آن سخنانی بگوید که خدای حکیم گفتن آن را واجب یا مستحب می‌داند.

زمان هم یک نعمت الاهی است، انسان برای شکر این نعمت، باید آن را مدیریت کند که بیهوده تلف نشود و در راه رضای خدای والا صرف گردد و در استفاده درست از آن بکوشد که در نتیجه، زندگی هدفمندی داشته باشد.

آری زمان را نعمت خدادادی دانستن بسیار سودمند است، چون سبب فزونی معرفت به خدای والا و اظهار ناتوانی خویشتن و محرّکی می‌شود برای بهره‌برداری درست انسان از زمان که با برنامه‌ریزی دقیق، نهایت استفاده را از آن بکند و با مدیریت وقت، زندگی‌اش را در مسیر خشنودی خدای مَنّان هدایت کند. (رک: مجلسی، ۱۳۸۲ش، ج ۱، ص ۳۲۸).

۳. مسئولیت‌شناسی در برابر زمان

از دیگر شیوه‌های اندیشه‌ای مدیریت زمان در زندگی، باورداشت بازخواست از عمر و بازپرسی خدای والا در روز رستاخیز است. مقتضای تعهد سپردن به کاری برنامه‌ریزی برای انجام دادن آن است که بی‌شک به صرف زمان نیاز دارد، پس در واقع انسان متعهد می‌شود برای تحقّق کارهایش، زمان را در دست بگیرد و خودش را در برابر آن مسئول بشمارد: «أَيَحْسَبُ الْإِنْسَانُ أَنْ يُتْرَكَ سُدًى: مگر انسان گمان می‌کند بیهوده و مهمل [و بدون تکلیف و مسئولیت] رها می‌شود!» (قیامت (۷۵): ۳۶).

باور و احساس مسئولیت‌پذیری، جوهره اصلی انسانیت و مرز میان انسان و دیگر موجودات است. انسان بی‌مسئولیت و کسی که برای خودش در برابر وجدان، و از همه مهم‌تر در برابر آفریدگار و پروردگارش هیچ‌گونه وظیفه و پیمانی را به رسمیت نمی‌شناسد، از قلمرو انسانیت بیرون است.

انسان باید هوشیار و بیدار باشد و نیک بداند که در این جهان، بیهوده آفریده نشده؛ (مؤمنون (۲۳): ۱۱۵). ولی افسوس که بسیاری از مردم تا دم مرگ از خواب غفلت بیدار نمی‌شوند. امام علی (علیه‌السلام) می‌فرماید: «الْإِنْسَانُ نِيَامٌ فَإِذَا مَاتُوا انْتَبَهُوا: مردم پیوسته خوابند، وقت مردن، بیدار می‌شوند.» (شریف رضی، ۱۴۰۶ق، ح ۱۱۲؛ ورام بن ابی فراس، ۱۴۱۰ق، ج ۱، ص ۱۴۵). این بیداری سودی ندارد، چون هوشیاری پس از مرگ، فقط سبب ندامت و حسرت می‌شود و خدای والا انسان‌ها را از چنین روزی بیم داده است: «وَأَنْذَرْنَاهُمْ يَوْمَ الْحَسْرَةِ إِذْ قُضِيَ الْأَمْرُ وَهُمْ فِي غَفْلَةٍ: و آنان را از روز حسرت - آن گاه که کار از کار بگذرد - بترسان، در حالی که آنان در بی‌خبری [شدیدی] هستند.» (مریم (۱۹): ۳۹).

آری یکی از پرسش‌های روز رستاخیز چگونگی بهره‌مندی از حیات دنیائی و عمر آدمی است. از سوئی قرآن مجید می‌فرماید: «ثُمَّ لَتَسْتَلُنَّ يَوْمَئِذٍ عَنِ النَّعِيمِ: آن گاه شما در آن روز از نعمت‌ها بازپرسی خواهید شد.» (تکواثر(۱۰۲): ۸). از سوی دیگر پیامبر اکرم (صلی‌الله علیه و آله) می‌فرماید: «رَأْسُ مَالِ الْعَبْدِ أَوْقَاتُهُ: بزرگ‌ترین سرمایه بنده خدا عمر اوست.» (ورام بن ابی فراس، ۱۴۱۰ق، ج ۱، ص ۱۰۷).

انسان به وسیله مدیریت درست زمان می‌تواند به سعادت ابدی و دیدار مهر یار برسد: «يَا أَيُّهَا الْإِنْسَانُ إِنَّكَ كَادِحٌ إِلَىٰ رَبِّكَ كَدْحًا فَمُلَاقِيهِ: ای انسان! یقیناً تو با تلاشی سخت به سوی آفریدگار و پروردگارت در حرکتی، پس او را [در حالی که مقام فرمانروائی مطلق و حکومت بر همه چیز ویژه اوست و هیچ حکومتی در برابرش وجود ندارد] دیدار می‌کنی.» (انشقاق(۸۴): ۶). و «يَا أَيُّهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ * ارْجِعِي إِلَىٰ رَبِّكِ رَاضِيَةً مَرْضِيَّةً * فَادْخُلِي فِي عِبَادِي * وَادْخُلِي جَنَّتِي: ای جان آرام گرفته و اطمینان یافته! * به سوی پروردگارت در حالی که از او خشنودی و او هم از تو خشنود است، باز گرد. * پس در میان بندگانم درآی * و در بهشتم وارد شو.» (فجر(۸۹): ۲۷-۳۰) بر این اساس، انسان باید هر روز به حسابرسی خودش بپردازد که هر دقیقه‌اش را در چه کاری صرف می‌کند؛ اگر در راه اطاعت خدای رحمان سپری کرده باشد، بی‌شک سود برده و اگر در مسیر معصیت گذرانده باشد، بی‌نهایت زیان دیده و اگر به هیچ یک نپردازد، سرمایه گرانسنگش را بی‌ثمر هدر داده است.

در صورت نخست، خویش را تحسین و ترغیب، در صورت دوم و سوم، سرزنش و مؤاخذه کند و تا اندازه امکان از آن تاوان بگیرد و به جبران گذشته‌اش بپردازد؛ هرچند نمی‌توان زمان تلف شده و عمر از دست رفته را برگرداند.

بر پایه روایات معتبر، (کلینی، ۱۴۰۷ق، ج ۱، ص ۲۱۹ - ۲۲۰). اعمال امت هر دوشنبه و پنجشنبه بر پیامبر (صلی‌الله علیه و آله) و امامان (علیهم‌السلام) نشان داده می‌شود: «وَقُلْ اَعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ وَسَتُرَدُّونَ إِلَىٰ عَالِمِ الْغَيْبِ وَ الشَّهَادَةِ فَيُنَبِّئُكُمْ بِمَا كُنْتُمْ

تَعْمَلُونَ: و بگو: عمل کنید به زودی خدا و پیامبرش و مؤمنان اعمال شما را خواهند دید، و به زودی به سوی دانای نهان و آشکار بازگردانده می‌شوید، پس شما را به آنچه همواره انجام می‌دادید، آگاه می‌کند.» (توبه(۹): ۱۰۵). مقصود از مؤمنان در آیه شریفه، امامان (علیهم‌السلام) هستند. (طبرسی، ۱۳۷۲ش، ج ۵، ص ۱۰۴). امام صادق از امام باقر (علیهما‌السلام) نقل می‌کند: «إِنَّ اللَّيْلَ إِذَا أَقْبَلَ نَادَى مُنَادٍ بِصَوْتٍ يَسْمَعُهُ الْخَلَائِقُ إِلَّا الثَّقَلَيْنِ يَا ابْنَ آدَمَ: إِنِّي خَلَقْتُ جَدِيدًا إِنِّي عَلَى مَا فِيَّ شَهِيدٌ فَخُذْ مِنِّي: وقتی شب فرا رسد، مناد با صدائی که همه مخلوقات جز جن و انس بشنوند، بلند ندا سر می‌دهد که ای پسر آدم من آفریده‌ای تازه هستم، هر چه در من اتفاق افتد، به آن شهادت خواهم داد، پس از من سود بگیر.» (ابن طاووس، ۱۳۷۶ش، ص ۱۴؛ حر عاملی، ۱۴۰۹ق، ج ۱۶، ص ۹۹؛ مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۷، ص ۳۲۵).

امیرمؤمنان علی (علیه‌السلام) می‌فرماید: «عِبَادَ اللَّهِ زِنُوا أَنْفُسَكُمْ مِنْ قَبْلِ أَنْ تُوزَنُوا وَ حَاسِبُوا مَا مِنْ قَبْلِ أَنْ تُحَاسَبُوا: بندگان خدا خود را بسنجید قبل از آن که مورد سنجش قرار گیرید، پیش از آن که حسابتان را برسند، حساب خودتان را برسید.» (شریف‌رضی، ۱۴۰۶ق، خ ۹۰).

محاسبه روزانه نفس، سبب رشد انسان و لزوم دقت در برنامه‌هایش و حصول اصلاح در زندگی او می‌گردد. در این صورت، انسان همه کارهایش را به موقع و طبق برنامه پیش می‌برد. بر این اساس، ایمان به محاسبه نفس و بازخواست آن در آخرت، سبب مدیریت بهتر زمان می‌شود تا عمرش را به درستی و در جهت صحیح صرف کند و یک لحظه از آن را بیهوده هدر ندهد. خدای حکیم می‌فرماید: «أَقْتَرَبَ لِلنَّاسِ حِسَابُهُمْ وَ هُمْ فِي غَفْلَةٍ مُعْرِضُونَ: وقت حسابرسی اعمال مردم به آنان نزدیک شده است و آنان همچنان در غفلت‌اند و با دل بستن به دنیا و وا نهادن توبه و ایمان، از آن رویگردانند.» (انبیاء(۲۱): ۱).

واکاوی شیوه‌های بینشی و فکری مدیریت زمان در سبک زندگی ... ۱۷۱

رسول اکرم (صلی الله علیه و آله) درباره سؤال‌های روز قیامت می‌فرماید: «لَا تَزُولُ قَدَمَا عَبْدٍ يَوْمَ الْقِيَامَةِ حَتَّى يُسْأَلَ عَنْ أَرْبَعٍ عَنْ عُمُرِهِ فِيمَا أَفْنَاهُ وَ شَبَابِهِ فِيمَا أَبْلَاهُ وَ ... : روز قیامت قدم‌های بنده برداشته نمی‌شود تا سؤال کنند از او چهار چیز: از عمرش که در چه چیز گذرانده و جوانی‌اش که در چه چیزی سپری کرده و ...» (ابن بابویه، ۱۳۷۶ش، ص ۳۹؛ مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۷، ص ۲۵۸). امیرمؤمنان علی (علیه‌السلام) نیز می‌فرماید: «إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى يُسْأَلُكُمْ مَعَشَرَ عِبَادِهِ عَنِ الصَّغِيرَةِ مِنْ أَعْمَالِكُمْ وَ الْكَبِيرَةِ: خدای حکیم از شما بندگان در باره اعمال کوچک و بزرگ خواهد پرسید.» (شریف رضی، ۱۴۰۶ق، ن ۲۷).

آری با توجه به اینکه خدای حکیم از نعمت حیات و عمری که به انسان داده، روز قیامت سؤال خواهد کرد، باید زمان محدودی را که انسان در اختیار دارد، با دقت مدیریت کند و همیشه به فکر محاسبه خویشتن باشد و نیک بداند که روز قیامت در حضور خدای والا مؤاخذه خواهد شد.

خسران در سوره مبارک عصر، به معنای از دست رفتن اصل سرمایه است؛ یعنی هر لحظه‌ای که از عمر آدمی می‌گذرد، قسمتی از سرمایه زندگی‌اش کاسته می‌شود؛ مگر آن که سرمایه‌اش را در بستر ایمان و عمل صالح و طرفداری از حق مصرف کند.

کوتاه سخن

اگر انسان به بازخواست و محاسبه ایمان داشته باشد، وقتش را طوری مدیریت خواهد کرد که از کارهای سبب خسارت و ندامت، دوری کند و در زندگی به دنبال روش‌های مناسبی برای برنامه‌ریزی مطلوب باشد، چون اساس یک زندگی پاک و مطلوب، داشتن مدیریت زمان در تمامی عرصه‌هاست.

۴. به رسمیت شناختن حقوق دیگران

از دیگر شیوه‌های بینشی و فکری مدیریت زمان در سبک زندگی قرآنی، اندیشه در رعایت حقوق دیگران است. این مهم باید در صدر برنامه‌های انسان قرار بگیرد، چون احترام

گذاشتن برای دیگران و رعایت حق الناس سبب می‌شود که انسان، زمان خود و مردم را بیهوده تلف نکند. برای نمونه، گذاشتن ماشین جلوی در منازل دیگران یا رد کردن ارباب رجوع و موکول کردن کار آنان به زمان دیگر، با اینکه در عرض چند دقیقه می‌توان گرفتاری او را حل کرد یا معطل کردن بیماران در مطب پزشکان یا ...، بی‌حرمتی به حقوق دیگران است که سبب اختلال در برنامه‌های آنان می‌شود، پس انسان باید در اداره زمان و تنظیم برنامه‌های خود، به حقوق دیگران توجه کند.

انسان باید بداند با شخصیتی رو به روست که خدای حکیم او را خلیفه‌الله می‌داند: «وَ إِذْ قَالَ رَبُّكَ لِلْمَلَايِكَةِ إِنِّي جَاعِلٌ فِي الْأَرْضِ خَلِيفَةً». (بقره (۲): ۳۰). و او را بر بسیاری از آفریده‌های خویش برتری داد: «وَ لَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ». (اسرا (۱۷): ۷۰). و همه داشته‌های آسمان و زمین را برای او آفریده است: «وَ سَخَّرَ لَكُم مَّا فِي السَّمَاوَاتِ وَ مَا فِي الْأَرْضِ جَمِيعًا مِنْهُ». (جاثیه (۴۵): ۱۳). و رعایت حقوق او را واجب شمرده است. «وَ لَا تَبْخَسُوا النَّاسَ أَشْيَاءَهُمْ وَ لَا تَعْتُوا فِي الْأَرْضِ مُفْسِدِينَ». (شعراء (۲۶): ۱۸۳).

آری با توجه به آیات و روایات فراوانی که در رابطه با شخصیت و کرامت انسان وجود دارد، انسان باید برای شخصیت دیگران ارج بگذارد و چنانکه زمان خودش را ارزشمند می‌داند، زمان دیگران نیز برای او ارزشمند باشد و با ایجاد مزاحمت برای دیگران یا موکول کردن کارشان به آینده، سبب اختلال در برنامه‌ریزی آنان نگردد.

نیندیشیدن در حق الناس و مراعات نکردن آن، معلول خودمداری انسان است که در برابر دیگران احساس مسئولیت نکند و به عمر دیگران اهمیت ندهد و در مسئولیتی که در برابر آنان دارد، جاهلانه سستی بورزد و برنامه‌ریزی دیگران را ارج نهد. یکی از معاصران در این زمینه می‌نویسد: برای اینکه انسان در زندگی دچار اهمال کاری نشود و حق الناس را رعایت کند، باید از روش جایگزینی استفاده کند؛ یعنی اگر لحظه‌ای بیندیشد که اگر او جای دیگران بود، بی‌شک دوست داشت که آنان با او چگونه برخوردی داشته باشند؛ آیا او

واکاوی شیوه‌های بینشی و فکری مدیریت زمان در سبک زندگی ... ۱۷۳

هم دوست داشت که به هر دلیلی کارش را به تعویق انداخته و سبب اختلال در برنامه‌ریزی وی شوند که در نتیجه، سبب دور شدن از هدف و سبب عدم انتظام در زندگی وی گردند! (ر.ک: آقاهرانی، ۱۳۸۶ش، ص ۵۴).

امیرمؤمنان علی (علیه‌السلام) می‌فرماید: «أَيُّ بَنِي تَفَهَّمٍ وَصِيَّبِي وَاجْعَلْ نَفْسَكَ مِيزَانًا فِيمَا بَيْنَكَ وَبَيْنَ غَيْرِكَ فَأَحْبِبْ لِعَيْرِكَ مَا تُحِبُّ لِنَفْسِكَ وَاكْرَهُ لَهُ مَا تَكْرَهُ لِنَفْسِكَ وَ لَا تُظْلِمَ كَمَا لَا تُحِبُّ أَنْ تُظْلَمَ وَ أَحْسِنِ كَمَا تُحِبُّ أَنْ يُحْسِنَ إِلَيْكَ: ای فرزند عزیزم! سفارش مرا بفهم و خود را میان خویش و دیگران ترازو قرار بده؛ یعنی برای دیگران همان را بخواه که برای خود می‌خواهی و برای او میخواه آنچه را که برای خویش نمی‌پسندی و ستم مکن چنانکه برای خود نمی‌پسندی و نیکی کن همان‌گونه که برای خودت دوست داری.» (ابن شعبه حرانی، ۱۴۰۴ق، ص ۷۴؛ مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۷۴، ص ۲۰۳).

به هر حال، انسان باید بداند که عمرش و همه نیروهایش امانت‌های الهی هستند که هرگونه کوتاهی در مسیر خدمت، خیانت به خدا و بندگان او و کاری بس نکوهیده‌ست: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا تَخُونُوا اللَّهَ وَالرَّسُولَ وَتَخُونُوا أَمَانَاتِكُمْ: ای اهل ایمان! به خدا و پیامبر خیانت نکنید و به امانت‌های میان خود هم خیانت نورزید.» (انفال: ۸)، (۲۷).

بر این اساس، کارگزاران نظام اسلامی باید به این نکته توجه کنند که تباہ کردن وقت دیگران خیانتی بزرگ و غیرقابل جبران است، چون گرانبهارترین و حساس‌ترین امانت یعنی زمان مردم در دست آنهاست. کسانی که به آنان رجوع می‌کنند، در حقیقت وقتی را برای انجام دادن امور خود معین می‌کنند و اگر کارگزاران در این امر کوتاهی کرده و بدون دلیل کار آنان را به وقت دیگری موکول کنند، حق الناس رعایت نشده و روز رستاخیز در پیشگاه خدای والا باید پاسخگو باشند، بنابراین اگر انسان به حق الناس معتقد باشد، برای وقت دیگران ارج می‌نهد و در انجام دادن کار دیگران کوتاهی نخواهد کرد و در نتیجه برنامه‌های خودش نیز به هنگام انجام می‌گردد.

جمع‌بندی و نتیجه‌گیری

در پی تحقیق از شیوه‌های بینشی و نظری مدیریت زمان در زندگی قرآنی به نتایج زیر دست یافتیم:

زمان ارجمندترین نعمت خدای بزرگ برای انسان است. قرآن و روایات با تعبیر گوناگونی، انسان را به استفاده صحیح از وقت و عمر خویش فراخوانده و اتلاف آن را به عذاب‌های سخت تهدید کرده، بنابراین کسانی که بر اثر نبود مدیریت، وقت خود را به بیهودگی می‌گذرانند، بر خلاف نصوص و حیانی گام برداشته و در گمراهی آشکاری به سر می‌برند. بر پایه رهیافت‌های عقلانی و آیات و روایات فراوان، مدیریت زمان ضرورتی اجتناب‌ناپذیر برای هر شخص و سازمان و اجتماع است، چون در نبود آن، رشته کارها از هم می‌گسلد و اهداف از دسترس بیرون می‌رود.

در عصر ارتباطات و پیشرفت‌های شگرف گوناگون، هر فرد و جامعه‌ای، برای رشد مادی و معنوی، به برنامه‌ریزی و تنظیم اوقات بسیار نیاز دارد.

انسان موجودی است که برای تکامل و رسیدن به سعادت آفریده شده است. بر همین اساس، خدای رحمان ویژگی‌های مثبت و توانمندی‌های بسیاری به او داده است، بنابراین او توانائی پیشرفت را دارد؛ اما هر فردی باید بداند که برای رسیدن به کمال باید بکوشد و با مدیریت صحیح زمان، با صرف کمترین وقت به مطلوب خود یعنی کمال و سعادت دست یابد.

انسان به اندازه خودباوری‌اش، توانمندی‌ها و داشته‌هایش را بیش‌تر و بهتر به کار می‌گیرد. هر چه نگرش فرد درباره خودش بهتر باشد، اقدام و عمل او مؤثرتر خواهد بود.

زمان را عطیه الاهی دانستن سبب فزونی معرفت به خدای والا و اظهار ناتوانی خود و محرکی می‌شود برای بهره‌برداری درست انسان از زمان که با برنامه‌ریزی دقیق، نهایت استفاده را از آن بکند و با مدیریت وقت، زندگی‌اش را در مسیر خشنودی خدای مَنان هدایت کند.



یکم. منابع فارسی

۱. آقانهانی، مرتضی، (۱۳۸۶ش)، اهمال کاری (بررسی علل و راهکارهای درمان)، چ چهارم، قم، مرکز انتشارات مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی(ره).
۲. پیروز، علی آقا و دیگران، (۱۳۹۴ش)، مدیریت در اسلام، ج ۱۰، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
۳. جوادی آملی، عبدالله، (۱۳۸۸ش)، حق و تکلیف در اسلام، چ سوم، محقق: خلیلی، مصطفی، قم، اسرا.
۴. حیدری‌فر، مجید، (۱۳۸۹ش)، مدرسه پژوهش و نگارش، چ اول، قم، بوستان کتاب.
۵. راس، جی، (۱۳۹۱ش)، مدیریت زمان، ترجمه محمد تقی فرامرز، بی‌جا، مثلث، چ سوم.
۶. مجلسی، محمدباقر بن محمدتقی، (۱۳۸۲ش)، عین الحیات، چ اول، محقق: رجائی، مهدی، قم، أنوار الهدی.
۷. مقیمی، محمد، (۱۳۹۴ش)، اصول و مبانی مدیریت از دیدگاه اسلام، چ دوم، تهران، راه دان.
۸. نبوی، محمدحسن، (۱۳۸۰ش)، مدیریت اسلامی، چ ششم، قم، بوستان کتاب.

دوم. منابع عربی

۹. قرآن مجید، ترجمه انصاریان با اندکی ویرایش.
۱۰. نهج البلاغة، صبحی صالح، قم، هجرت، چ اول، ۱۴۱۴ ق.
۱۱. صحیفة سجادية، قم، دفتر نشر الهادی، چ اول، ۱۳۷۶ش.
۱۲. ابن ابی جمهور، محمد بن زین الدین، (۱۴۰۵ق)، عوالی اللئالی العزیزية فی الأحادیث الدینیة، الطبعة الاولى، مصحح: عراقی، مجتبی، قم، دارسید الشهداء للنشر.
۱۳. ابن بابویه، محمد بن علی، (۱۳۷۶ش)، الأمالی، چ ششم، تهران.
۱۴. _____، (۱۴۱۳ق)، من لا یحضره الفقیه، چ دوم، محقق / مصحح: غفاری، علی اکبر، قم، دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.
۱۵. ابن شعبه حرانی، حسن بن علی، (۱۴۰۴)، تحف العقول، چ دوم، محقق / مصحح: غفاری، علی اکبر، قم، جامعه مدرسین.
۱۶. ابن طاووس، علی بن موسی، (۱۳۷۶ش)، محاسبة النفس، چ چهارم، محقق / مصحح: شهید ثانی، زین الدین بن علی / کفعمی ابراهیم بن علی، تهران، مرتضوی.
۱۷. ابن فارس، احمد، (۱۴۰۴ق)، معجم مقاییس اللغة، چ اول، محقق/مصحح: هارون، عبدالسلام محمد، قم، مکتب الاعلام الاسلامی، ۱۴۰۴ق.
۱۸. ابن منظور، محمد بن مکرم، (۱۴۱۴ق)، لسان العرب، چاپ سوم، محقق / مصحح: میر دامادی، جمال الدین، بیروت، دار صادر.

۱۹. برقی، احمد بن محمد بن خالد، (۱۳۷۱ ق)، المحاسن، ج دوم، محقق / مصحح: محدث، جلال الدین، قم، دار الکتب الإسلامية.
۲۰. تمیمی آمدی، عبدالواحد بن محمد، (۱۳۶۶ش)، تصنیف غرر الحکم و درر الکلم، ج اول، محقق / مصحح: درایتی، مصطفی، قم، دفتر تبلیغات.
۲۱. تمیمی آمدی، عبد الواحد بن محمد، (۱۴۱۰ ق)، غرر الحکم و درر الکلم، ج دوم، محقق / مصحح: رجائی، سید مهدی، قم، دارالکتاب الإسلامی.
۲۲. حر عاملی، محمد بن حسن، (۱۴۰۹ ق)، وسائل الشیعة، ج اول، محقق / مصحح: مؤسسة آل البيت علیهم السلام، قم، مؤسسة آل البيت علیهم السلام.
۲۳. حسینی زبیدی، محمد مرتضی، (۱۴۱۴ ق)، تاج العروس من جواهر القاموس، ج اول، محقق / مصحح: علی هلالی و سیری علی، بیروت، دارالفکر.
۲۴. شریف رضی، محمد بن حسین، (۱۴۰۶ ق)، خصائص الأئمة علیهم السلام (خصائص أمير المؤمنين علیه السلام)، ج اول، محقق / مصحح: امینی، محمد هادی، مشهد، آستان قدس رضوی.
۲۵. طباطبائی، محمدحسین، (۱۳۹۰ ق)، المیزان فی تفسیر القرآن، الطبعة الثانية، لبنان - بیروت، مؤسسة الأعلمی للمطبوعات.
۲۶. طبرسی، فضل بن حسن، (۱۳۷۲ش)، مجمع البیان لعلوم القرآن، ج سوم، تهران، ناصر خسرو.
۲۷. فراهیدی، خلیل بن احمد، (۱۴۰۹ ق)، کتاب العین، ج دوم، قم، هجرت.
۲۸. فخر رازی، محمد بن عمر، (۱۴۲۰ ق)، التفسیر الکبیر (مفاتیح الغیب)، بیروت، دار إحياء التراث العربی، ج ۳.
۲۹. کلینی، محمد بن یعقوب، (۱۴۰۷ ق)، الکافی (ط - الإسلامیة)، ج چهارم، محقق / مصحح: غفاری علی اکبر و آخوندی، محمد، تهران، دار الکتب الإسلامیة.
۳۰. لیبی واسطی، علی بن محمد، (۱۳۷۶ش)، عیون الحکم و المواعظ، ج اول، محقق / مصحح: حسینی بیرجندی، حسین، قم، دار الحدیث.
۳۱. مجلسی، محمد باقر بن محمدتقی، (۱۴۰۳ ق)، بحار الأنوار (ط - بیروت)، ج دوم، بیروت، دار إحياء التراث العربی.
۳۲. مکارم شیرازی، ناصر، (۱۳۷۱ش)، تفسیر نمونه، (ج ۱۰)، تهران، دار الکتب الإسلامیة.
۳۳. نعمانی، محمد بن ابراهیم، (۱۳۹۷ ق)، الغیبة، الطبعة الاولى، مصحح: غفاری، علی اکبر، تهران، صدوق.
۳۴. ورام بن أبی فراس، مسعود بن عیسی، (۱۴۱۰ ق)، مجموعة ورام، ج اول، قم، مکتبه فقیه.