
بیانیه گام دوم و کاوشی در دستاوردهای مدیریت زمان در سبک زندگی قرآنی و حدیثی

مجید حیدری فر^۱ (نویسنده مسئول) - مرضیه محمدی آرام^۲

چکیده

مکتب پایا و پویای اسلام، با استناد به آیات قرآن و روایات اهل بیت علیهم السلام کامل‌ترین برنامه های سعادت‌بخش را برای انسان به ارمغان آورده و در ارائه قانون‌های مفید برای همه شئون زندگی انسانی، همه نیازهای او در زندگی فردی و جمعی را در اختیارش قرار می‌دهد. یکی از اصول با اهمیت در بیانیه گام دوم رهبری، پرهیز از سبک زندگی غربی و رویکرد به سبک زندگی اسلامی و تلاش جهادگرانه در ترویج آن است. بی‌شک این مهم، در گرو شناخت زمان و مدیریت درست آن است؛ یعنی انسان‌های انقلابی و مؤمن برای وصول به اهداف و آرمان‌های خویش، باید با برنامه‌ریزی هوشمندانه و مجاهدانه، چگونگی استفاده از نعمت وقت را مدیریت کنند تا به سهولت و سرعت، به مقاصدشان برسند. هدف این نوشتار پاسخگوئی تحلیلی به پرسش پیش‌روست: «مهم‌ترین برکات مدیریت زمان در سبک زندگی

۱. استاد سطوح عالی و دروس خارج حوزه علمیه قم. ۳۱۳dr.mheidarifar@yahoo.com

۲. کارشناسی ارشد دانشگاه معارف اسلامی قم و معاون پژوهشی موسسه قرآنی مقربون m.m.raoof

@gmail.com ۳۳۳

قرآنی و حدیثی چیست؟» که پنج رهاورد اندیشه‌ای و دوازده دستاورد کاربردی را به بحث می‌گذارد. در مغرب زمین، نخستین کتاب با عنوان مدیریت زمان، اواخر دهه ۱۹۵۰ به بازار آمد؛ ولی بسیار پیش‌تر، در منابع اسلامی با عناوین استفاده بهینه از عمر و فرصت‌های گوناگون زندگی، گاه نیز ضرورت داشتن نظم، از آن یاد شده بود. پرداختن تحلیلی به دستاوردهای نظری و عملی مدیریت زمان در سبک زندگی اسلامی، با الهام از آیات و روایات، بر اساس چیدمان منطقی و دسته‌بندی‌های گویا و نگارشی روان، از امتیازات این مقاله به شمار می‌آید. روش پژوهش، نقلی و حیانی (تحلیل دلالتی متنی و فرامتنی آیات و روایات) و گردآوری داده‌ها به روش کتابخانه‌ای و نرم افزاری و داده‌پردازی متن مقاله، به شیوه توصیفی و تحلیلی است.

واژگان کلیدی: بیانیه گام دوم انقلاب، سبک زندگی اسلامی، مدیریت زمان، برکات مدیریت زمان، دستاوردهای اندیشه‌ای، دستاوردهای کاربردی.

مقدمه و بیان مسأله

در بیانیه گام دوم انقلاب، مقام معظم رهبری (دامت برکاته) با توجه به تلاش‌های دشمنان اسلام، به ضرورت و اهمیت پرهیز از سبک زندگی غربی و رویکرد به سبک زندگی اسلامی و جهاد برای ترویج آن، اشاره کرده است. یکی از ارکان پیشرفت در زندگی، مدیریت و از زیرشاخه‌های آن، مدیریت زمان است که بر پایه رهیافت‌های عقلی و مدلول آیات و روایات، ضرورتی اجتناب‌ناپذیر است، چون در نبودش، رشته امور از هم می‌گسلد و اهداف از دسترس دور می‌گردد.

مدیریت زمان فرایند برنامه‌ریزی هدفمند و به‌کارگیری هوشمندانه امکانات متناسب و کنترل آگاهانه وقت است که سبب افزایش اثربخشی و کارایی بیش‌تر انسان در زندگی می‌گردد. انسان خدا باور باید همه تلاش‌های خود را برای استفاده بهینه از عمرش و جلوگیری از اتلاف آن، به کار بندد. در این صورت، کامیاب خواهد شد. مدیریت زمان و هدایت آن در مسیر اهداف متعالی، نتیجه برنامه‌ریزی درست است تا انسان بتواند از لحظه لحظه عمرش بهره‌مند گردد و با سرعتی مضاعف، در مسیر حرکت خداپسندانه گام بگذارد و به سرمنزل مقصود برسد، چون نبود مدیریت زمان، به دوری از اهداف و اختلال در زندگی را در پی دارد.

مهم بودن مدیریت در شئون گوناگون زندگی از آن روست که انسان در قلمرو زیست فردی و اجتماعی، هم کمال طلب است، هم جست‌وجوگر آسایش و آرامش. بسی بدیهی است که بدون برنامه‌ریزی هوشمندانه، دستیابی به امور پیش‌گفته شدن نیست.

در مغرب زمین، نخستین کتاب با عنوان مدیریت زمان، اواخر دهه ۱۹۵۰ به بازار آمد؛ (راس، جی، ۱۳۹۱ش) ولی بسیار پیش‌تر، در منابع اسلامی با عناوین استفاده بهینه از عمر و فرصت‌های گوناگون زندگی، گاه نیز ضرورت داشتن نظم، از آن یاد شده بود.

روش پژوهش این مقاله، نقلی و حیانی (تحلیل دلالتی متنی و فرامتنی آیات و روایات) در برابر نقلی تاریخی است و گردآوری داده‌ها به روش کتابخانه‌ای و نرم افزاری و داده‌پردازی متن

مقاله، به روش توصیفی و تحلیلی است.

مجهول این نوشتار، با توجه به مفاد آیات و روایات، شناخت دستاوردهای اندیشه‌ای و برکات کاربردی مدیریت زمان در سبک زندگی قرآنی و حدیثی است.

۲. معناشناسی واژگان کلیدی

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

أ) مدیریت زمان

بر اساس تصریح لغت شناسان، کلمه مدیریت مصدر از ریشه «دور» به معنای گرداندن و به دست گرفتن کاری، 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 مقاله این است: «فرآیند برنامه‌ریزی هدفمند و به کارگیری هوشمندانه امکانات متناسب و کنترل آگاهانه وقت در راستای اهداف و آرمان‌های انسان.»

ماده «زمن» بر محدوده چیزی دلالت می‌کند. (ر.ک: فراهیدی، ۱۴۰۹ق، ج ۵، ص ۱۹۹؛ ابن فارس، ۱۴۰۴ق، ج ۶، ص ۱۳۱). 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 نیز یعنی عمر محدود انسان در دنیا.

۳. تجزیه و تحلیل داده‌ها

در یک نگاه جامع دستاوردهای مدیریت زمان را می‌توان در دو دسته دنیائی و آخرتی قرار داد؛ برکات آخرتی مانند برخورداری از رحمت بیکران الهی و دستیابی به بهشت و رضوان الهی و نجات از آتش دوزخ. همچنین آثار و برکات دنیائی فراوانی دارد؛ لیکن موضوع این پژوهش تبیین دستاوردهای دنیائی مدیریت زمان در سبک زندگی اسلامی (قرآنی و حدیثی)

است که در دو شاخه اندیشه‌ای و کاربردی نمود دارد:

یکم. دستاوردهای اندیشه‌ای و نظری

در حقیقت این گونه دستاورد، ثمره‌ای مهم از مدیریت زمان است که در قلمرو بینش و نگرش انسان پدید می‌آید، بر این اساس عناوین زیر درخور بررسی است:

۱. بهره‌مندی از بینشی فراگیر و آینده‌نگرانه

در بیان مهم‌ترین برکات اندیشه‌ای رویکرد به مدیریت وقت در سبک زندگی اسلامی، از داشتن بینشی جامع و عاقبت‌نگر می‌توان نام برد. امام علی علیه السلام در این باره می‌فرماید: «بِالنَّظَرِ فِي الْعَوَاقِبِ تُؤْمَنُ الْمَعَاطِبُ: با نگرستن به پیامدهای امور، از هلاکت ایمن می‌ماند.» (لیثی، ۱۳۷۶ش، ص ۱۸۶؛ تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۳۰۵).

آری در پرتو دوراندیشی، آدمی به تقویت اراده و جدیت در امور زندگی دست می‌یابد و از این رهگذر به همتی چند برابر می‌رسد؛ چنان‌که علی علیه السلام می‌فرماید: «مِنَ الْحَزْمِ صِحَّةُ الْعَزْمِ: درستی اراده و تصمیم، از برکات دوراندیشی است.» (لیثی واسطی، ۱۳۷۶ش، ص ۴۷۰؛ تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۸۲۲).

قرآن مبین حضرت یوسف علیه السلام را مدیر کارآمد و دوراندیش معرفی می‌فرماید: «قَالَ تَزْرَعُونَ سَبْعَ سِنِينَ دَأَبًا فَمَا حَصَدْتُمْ فَذَرُوهُ فِي سُنْبُلِهِ إِلَّا قَلِيلًا مِّمَّا تَأْكُلُونَ * ثُمَّ يَأْتِي مِنْ بَعْدِ ذَلِكَ سَبْعٌ شِدَادٌ يَأْكُلْنَ مَا قَدَّمْتُمْ لَهُنَّ إِلَّا قَلِيلًا مِّمَّا تُحْصِنُونَ * ثُمَّ يَأْتِي مِنْ بَعْدِ ذَلِكَ عَامٌ فِيهِ يُغَاثُ النَّاسُ وَفِيهِ يَعْرِضُونَ: گفت: هفت سال با تلاش پیوسته زراعت می‌کنید، پس آنچه را درو کردید جز اندکی را که خوراک شماست، در خوشه‌اش باقی بگذارید * پس از آن، هفت سال سخت و دشوار پیش می‌آید که می‌خورید آنچه را برای آن سال‌ها ذخیره کرده‌اید، مگر اندکی که برای کاشتن نگهداری می‌کنید * آنگاه بعد از آن دوره سخت، سالی می‌آید که مردم در آن باران فراوان یابند و در آن سال از محصولات کشاورزی، عصاره میوه می‌گیرند.» (یوسف (۱۲): ۴۷-۴۹).

بر این اساس، در برنامه‌ریزی کامل باید خطوط کلی امور در دراز مدت تا رسیدن به اهداف

مشخص گردد. فردی که نعمت خدادادی عمر را مدیریت می‌کند، پس از تعیین شرائط فعلی خود، به معین کردن راه‌هایی می‌پردازد که در آینده پیمودن آن‌ها بایسته است و بدین سان از ناهمگونی و پراکندگی در اهداف و تلاش‌هایش نجات می‌یابد. (ر. ک: نبوی، ۱۳۸۰ش، ص ۴۵).

برخی انسان‌ها توان دیدن افق‌های دور دست را ندارند و بسیار سطحی نگرند و فقط پیش پای خود را می‌بینند؛ گویا فردائی نیست. دم را غنیمت شمردن خوب است؛ اما نبود برنامه برای آینده و تنها به امروز نگرستن، زندگی انسان را با خطر رو به رو می‌سازد. چنین بینشی سبب می‌شود که انسان به مادی‌گرایی سوق پیدا کند و آینده برتر و دورتر را فراراه خود نبیند؛ چنانکه وقتی قوم حضرت موسی علیه السلام از شرّ فرعونیان نجات یافتند و از رود نیل گذشتند، به گروهی بت‌پرست برخوردند. آنگاه بنی اسرائیل گستاخانه گفتند: «یا مُوسَى اجْعَلْ لَنَا إِلَهًا كَمَا لَهُمْ آلِهَةٌ: ای موسی! همان گونه که آنان معبودهایی دارند، تو هم برای ما معبودی قرار بده!». (اعراف (۷): ۱۳۸). سرانجام نیز همین اندیشه نادرست آنان را در نبود حضرت موسی علیه السلام به فتنه گوساله پرستی کشاند.

به هر حال، انسان نباید از رسیدن به نتایج زودگذر خرسند گردد و از ادامه راه بازماند؛ بلکه با دوراندیشی و ژرف‌نگری، آینده دور را بنگرد و به اهداف بیش‌تر و بزرگ‌تر بیندیشد. مدیریت زمان با برنامه‌ریزی گره خورده است؛ یعنی برای رسیدن به اهداف باید برنامه‌ریزی هدفمند داشت. امیرمؤمنان علیه السلام نادیده گرفتن برنامه‌ریزی و چاره‌اندیشی را یک گرفتاری می‌داند و در این باره می‌فرماید: «مَنْ قَعَدَ عَنْ حِيلَتِهِ أَقَامَتْهُ الشَّدَائِدُ: کسی که چاره‌اندیشی و برنامه‌ریزی را رها کرده باشد با گرفتاری‌ها و شداید درگیر خواهد شد.» (لیثی واسطی، ۱۳۷۶ش، ص ۴۴۱؛ تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۶۳۰).

پس از شهادت شهید مظلوم آیت الله دکتر بهشتی در تقویم ایشان نکته عجیبی آشکار گردید، چون تا شش ماه آینده همه فعالیت‌های احتمالی و دیدارها و برنامه‌های خود را نوشته بود. (خنیفرو، ملکی، ۱۳۸۲ش، ص ۰۸).

۲. دگرگونی نگاه آدمی در استفاده بهینه از زمان

یکی دیگر از دستاوردهای اندیشه‌ای مدیریت زمان در سبک زندگی اسلامی، دگرگونی نگاه آدمی در استفاده بهتر از زمان است. بی‌تردید در صورت وجود برنامه‌ای بسامان، انسان مؤمن می‌تواند برای استفاده بیش‌تر از عمرش، کارهای مهم‌تری را انجام دهد و بر اثر تمرین و تکرار این اندیشه در ذهن او پدید آید که بهره‌وری بیشینه از وقت شدنی است.

بسی روشن است که اگر انسان باایمان یک لحظه به فکر مدیریت آگاهانه زمان نباشد و آن را فراموش کند، غارتگرانی که برای لحظه لحظه‌های وقت وی برنامه‌ریزی کرده‌اند، به آسانی عمرش را به غارت خواهند برد، پس بر انسان هدفمند بایسته است که همواره در اندیشه استفاده بهتر از لحظه‌های عمرش باشد.

۳. ترسیم اهداف گوناگون زماندار

یکی دیگر از دستاوردهای فکری مدیریت زمان در سبک زندگی اسلامی، ترسیم اهداف گوناگون زمانمند است. خدای حکیم همه آسمان‌ها و زمین و موجودات آن دو را بیهوده و بی‌هدف نیافریده است، (دخان (۴۴): ۳۸؛ ص (۳۸): ۲۷؛ مؤمنون (۲۳): ۱۱۵). پس برای انسان باایمان نیز بایسته است فرمانبردار او بوده و در زندگی خویش هدفمند باشد و برای رسیدن به آن، برنامه‌ریزی کند. مجموعه جهان هستی با اراده خدای دانا و توانا سوی هدفی معین پیش می‌رود؛ به گونه‌ای که فرصت‌های مناسبی برای گل‌سرسبد هستی یعنی انسان فراهم آید و بدین سان بستری برای خودسازی و شکوفاسازی توانمندی‌هایش تحقق یابد، پس همان‌گونه که جهان آفرینش هدفمند است و سوی جمال و کمال مطلق روانه می‌شود، انسان نیز با بهره‌گیری درست از فرصت‌هایش می‌تواند به اهداف تعیین شده دست یازد.

بی‌تردید هدفمندی در زندگی، برنامه‌ریزی را در پی دارد و هیچ برنامه‌ای بدون هدف معین تحقق پیدا نمی‌کند. تعیین اهداف روشن و منطقی و مدیریت زمان در راستای رسیدن به آن اهداف، به انسان اطمینان می‌دهد که عمرش را در مسیر درستی صرف می‌کند. هدفداری به انسان انرژی می‌دهد و او را به حرکت وامی‌دارد و با مقاومت جانانه، موانع را از سر راهش

برمی دارد و بدین سان احساس رضایت مندی و کامیابی به او دست می دهد. از سوی دیگر، اهداف زندگی هر شخصی با اعتقادات او ارتباط تنگاتنگی دارد، بنابراین هر انسانی با توجه به افکارش برای خود هدف گذاری کند.

در یک نگاه کلان، اهداف را می توان در دسته بندی جزئی و کلی یا کوتاه مدت و میان مدت و بلند مدت قرار داد. کنار اهداف کلان، تعیین اهداف جزئی و زمانمند به زندگی انسان نظم بیش تری می بخشد و او را در مدیریت زمان یاری می کند، زیرا اهداف جزئی در راستای مسئولیت های فردی و اجتماعی انسان تعیین می گردد. وظائفی که هر انسانی در برابر خدا و خویشتن و خانواده و جامعه و محیط زیست دارد.

قرآن مجید حضرت یوسف عَلَيْهِ السَّلَام را الگوی مدیریت موفق و ترسیم کننده اهداف میان مدت و بلند مدت برای اداره امور اقتصادی و کشاورزی مردم مصر می شناساند. (یوسف (۱۲): ۴۷ - ۴۹).

۴. امکان پیش بینی مشکلات و آسانی پیشگیری از آنها

یکی دیگر از برکات و دستاوردهای اندیشه ای مدیریت زمان در سبک زندگی اسلامی، امکان پیش یابی چالش های پیش رو و گردنه های پر پیچ و خم زندگی و آسان شدن برنامه ریزی برای برون رفت سالم از آنهاست. پیامبر اعظم صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ در پاسخ به تقاضای کسی که از حضرت راهنمایی طلبید، چنین فرمود: «فَهَلْ أَنْتَ مُسْتَوْصٍ إِنْ أَنَا أُوصِيْتُكَ؛ حَتَّى قَالَ لَهُ ذَلِكَ ثَلَاثًا وَ فِي كُلِّهَا يَقُولُ لَهُ الرَّجُلُ نَعَمْ يَا رَسُولَ اللَّهِ؛ فَقَالَ لَهُ رَسُولُ اللَّهِ صَلَّى اللهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ: فَإِنِّي أُوصِيكَ إِذَا أَنْتَ هَمَمْتَ بِأَمْرٍ، فَتَدَبَّرْ عَاقِبَتَهُ؛ فَإِنْ يَكُ رُشْدًا فَامْضِهِ وَإِنْ يَكُ غَيًّا فَانْتِهِ عَنْهُ: أَيَا تُوَ آمَادُكِي

پذیرش سفارش مرا داری؟ سه بار حضرت تکرار کرد و او سه بار پاسخ مثبت داد. آنگاه به وی فرمود: توصیه من این است: هرگاه به انجام دادن کاری تصمیم گرفتی، درباره آن دور اندیش باش؛ اگر مایه پیشرفت و رشد یافتی، آن را انجام بده و اگر سبب عقب ماندگی و شکست دانستی، از آن صرف نظر کن.» (کلینی، ۱۴۰۷ق، ج ۸، ص ۱۵۰؛ حمیری، ۱۴۱۳ق،

علی علیه السلام در این زمینه می‌فرماید: «إِذَا هَمَمْتَ بِأَمْرٍ فَتَدَبَّرْ عَاقِبَتَهُ فَإِنْ يَكُ خَيْرًا وَرُشْدًا فَاتَّبِعْهُ وَ إِنْ يَكُ غَيًّا فَدَعْهُ: هنگامی که به انجام دادن کاری تصمیم گرفتی با دوراندیشی از عواقب ناپسند آن دوری کن.» (برقی، ۱۳۷۱ق، ج ۱، ص ۱۶؛ ابن بابویه، ۱۴۱۳ق، ج ۴، ص ۴۱۱). همچنین در سخن دیگری می‌فرماید: «التَّوَدِّيُّ قَبْلَ الْعَمَلِ يُؤْمِنُكَ النَّدَمَ: عاقبت اندیشی پیش از اقدام به هر کاری، تو را از پشیمانی ایمن می‌دارد.» (ابن شعبه حرانی، ۱۴۰۴ق، ص: ۹۰؛ ابن بابویه، ۱۴۱۳ق، ج ۳، ص ۱۲۱).

آری انسان با برخورداری از هنر دوراندیشی می‌تواند برای ایمنی از بلایا برنامه داشته باشد و از عواقب بد آن‌ها اجتناب کند و با امنیت خاطر و اطمینان، به اقدامات خود در آینده بپردازد. همچنین فرازها و فرودهای زندگی‌اش را بشناسد و با ارائه راه حل‌های احتمالی، از هر گونه شکست و ندامت و خسارت نجات یابد. قرآن حکیم می‌فرماید: «وَأَعِدُّوا لَهُمْ مَا اسْتَطَعْتُمْ مِنْ قُوَّةٍ وَمِنْ رِبَاطِ الْخَيْلِ تُرْهَبُونَ بِهِ عَدُوَّ اللَّهِ وَعَدُوَّكُمْ وَآخَرِينَ مِنْ دُونِهِمْ لَا تَعْلَمُونَهُمُ اللَّهُ يَعْلَمُهُمْ وَمَا تُنْفِقُوا مِنْ شَيْءٍ فِي سَبِيلِ اللَّهِ يُوَفَّ إِلَيْكُمْ وَأَنْتُمْ لَا تُظْلَمُونَ: و در برابر آنان آنچه در توان دارید از نیرو [و نفرات و ساز و برگ جنگی] و اسبان ورزیده [برای جنگ] آماده کنید تا به وسیله آن‌ها بترسانید دشمن خدا و دشمن خودتان و دشمنانی غیر از ایشان را که نمی‌شناسید؛ ولی خدا آنان را می‌شناسد و هر چه در راه خدا هزینه کنید، پاداشش به طور کامل به شما داده می‌شود و مورد ستم قرار نخواهید گرفت.» (انفال (۸): ۶۰).

هنگامی که حضرت یوسف علیه السلام مسئولیت خزانه‌داری مصر را عهده دار شد، با رویکرد به مدیریت درست، مردم مصر را با رویدادهای سخت آینده و مشکل خشکسالی، آشنا ساخت. وی به مردم آن سرزمین دستور داد تا هفت سال تمامی محصولات کشاورزی خود را مصرف نکنند و مقداری از آن را برای سال‌های قحطی پیش‌رو ذخیره کنند و بدین سان از آسیب خشکسالی ایمن بمانند. این راهکار حضرت، مقبول همگان قرار گرفت و از این رهگذر مبارزه با قحطی را عملی ساختند. (یوسف (۱۲): ۴۷-۴۹).

۵. آموزش فرهنگ کار و تولید و انتشار آن

یکی دیگر از دستاوردهای نظری مدیریت زمان در سبک زندگی اسلامی، آموزش فرهنگ کار و تولید و انتشار آن است. وقتی حضرت یوسف عَلَيْهِ السَّلَام به سمت خزانة داری مصر گماشته شد، با توجه دقیق به مدیریت زمان، مردم مصر را با فرهنگ اشتغال و تولید آشنا ساخت. وی به مردم آن سرزمین دستور داد تا هفت سال از محصولات کشاورزی خود مراقبت کنند و مقداری از آن را برای سال‌های خشکسالی آینده ذخیره کنند و بدین سان از آسیب قحطی در امان بمانند. این شیوه تعلیم حضرت مقبول زمامدار مصر و مورد استقبال مردم قرار گرفت و از این رهگذر مبارزه با قحطی و رویکرد به تولید و ذخیره بیش‌تر را آموختند. (یوسف (۱۲): ۴۷-۴۹).

دوم. دستاوردهای کاربردی و اجرایی

مدیریت زمان افزون بر برکات فکری و تحول‌آفرینی در عرصه ذهن، می‌تواند دستاوردهای مثبت و ارزنده‌ای در قلمرو عینی و اجرایی داشته باشد، بر این اساس بررسی عناوین زیر بایسته می‌نماید:

۱. برگزیدن اولویت‌های زندگی

گزینش اولویت‌ها یکی از برکات کاربردی مدیریت زمان در زندگی و عاملی مهم و مؤثر در برنامه‌ریزی است، چون از سوئی اندیشه و توان آدمی گنجایش همه افکار و اعمال را یکجا ندارد؛ از سوی دیگر یقیناً کارهای زندگی انسان یک دست نیست، برخی اهمیت بیش‌تری دارد و برخی دیگر اهمیت کمتر، پس با برنامه‌ریزی و مدیریت وقت می‌توان اولویت‌ها و اهم‌ها را مشخص کرد.

بر این اساس، امیرمؤمنان عَلَيْهِ السَّلَام تقسیم ساعات شبانه روز را در رسیدن به اهداف بایسته می‌شمارد: «إِنَّ لَيْلَكَ وَ نَهَارَكَ لَا يَسْتَوْعِبَانِ حَاجَاتِكَ فَاقْسِمْهُمَا بَيْنَ رَاحَتِكَ وَ عَمَلِكَ: بی تردید شب و روز ظرفیت برآورده کردن نیازهای تو را ندارد، پس آن دو را میان کار و استراحت قسمت کن.» (لیثی، ۱۳۷۶ش، ص ۱۵۵؛ تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۲۴۳).

در آموزه‌های دینی به دقت انتخاب در کارهایی که با هم تراحم دارند، بسیار تأکید شده است: «مَنْ اشْتَغَلَ بِغَيْرِ الْمُهْمِّ قَدْ ضَيَّعَ الْأَهْمَ: هر کس به کارهای غیر مهم بپردازد، کارهای اهم را از دست می‌دهد.» (لیثی، ۱۳۷۶ش، ص ۴۶۰؛ تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۶۲۶) و «شَرُّ مَا شَغَلَ بِهِ الْمَرْءُ وَقْتَهُ الْفُضُولُ: پرداختن به کارهای اضافی و غیر مهم، بدترین چیزی است که انسان خودش را به آن مشغول بسازد.» (لیثی، ۱۳۷۶ش، ص ۲۹۵؛ تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۴۰۹)

علامه طباطبائی رحمته‌الله تفسیر گرانسنگ المیزان را نخست بی نقطه می‌نوشت، پس از مرور مجدد، آن را نقطه گذاری می‌کرد. وقتی علت این کار را پرسیدند، ایشان پاسخ داد: من حساب کرده‌ام، اول که بی نقطه می‌نویسم و بعد در مرور نقطه می‌گذارم، چند درصد در وقتم صرفه جوئی می‌شود. (ر.ک: ره توشه راهیان نور، شماره ۲۷۲، ص ۱۴۰)

به هر حال، اولویت بندی، مهارتی ضروری؛ اما بسیار دشوار و چالش برانگیز است که انسان را وادی دارد تا با مدیریت زمان، ظرفیت و توانمندی خودش را افزایش دهد.

۲. وصول به توازن و تعادل در زندگی

یکی دیگر از رهاوردهای کاربردی مدیریت زمان، راهیابی به توازن و تعادل در زندگی اسلامی است. قرآن مبین در معرفی مؤمنان راستین، آنان را امتی معتدل و میانه رو و پرهیزکننده از افراط و تفریط می‌داند: «وَ كَذَلِكَ جَعَلْنَاكُمْ أُمَّةً وَسَطًا: و همان گونه [که شما را به راه راست هدایت کردیم] شما را امتی میانه [و معتدل و پیراسته از افراط و تفریط] قرار دادیم.» (بقره ۱۴۳: ۲)

بر این اساس، مؤمنان را به رعایت اعتدال و پرهیز از افراط و تفریط؛ حتی درباره دشمنان دین نیز سفارش می‌کند: «لَا يَنْهَاكُمْ اللَّهُ عَنِ الَّذِينَ لَمْ يُقَاتِلُوكُمْ فِي الدِّينِ وَ لَمْ يُخْرِجُوكُمْ مِنْ دِيَارِكُمْ أَنْ تَبَرُّوهُمْ وَ تُقْسِطُوا إِلَيْهِمْ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ الْمُقْسِطِينَ: خدا شما را از نیکی کردن و عدالت نسبت به کسانی که در کار دین با شما نجنگیدند و شما را از دیارتان بیرون نکردند باز نمی‌دارد؛ زیرا خدا عدالت پیشگان را دوست دارد.» (ممتحنه (۶۰): ۸). پیامبر اعظم صلی‌الله‌علیه‌وآله‌وسلم

نیز میانه‌روی را مایه گریز از نداری می‌داند: «مَا عَالَ امْرُؤٌ قَطُّ عَلَىٰ اِقْتِصَادٍ.» (ابن شعبه حرانی، ۱۴۰۴ق، ص ۶۰؛ ابن حیون، ۱۳۸۵ق، ج ۲، ص ۲۵۴).

امیرمؤمنان علی علیه السلام در این زمینه می‌فرماید: «إِذَا أَرَادَ اللَّهُ بِعَبْدٍ خَيْرًا أَلْهَمَهُ الْاِقْتِصَادَ وَ حُسْنَ التَّوْبَةِ وَ جَنَّبَهُ سُوءَ التَّوْبَةِ وَ الْاِسْرَافَ: اگر خدا بخواهد به فردی خیری برساند، میانه‌روی و برنامه‌ریزی بهتر را به او الهام می‌کند و او را از بدتدبیری و اسراف دور می‌دارد.» (لیثی، ۱۳۷۶ش، ص ۱۳۱؛ تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۲۹۱).

بر این اساس، انسان موحد با رعایت نظم و اعمال مدیریت وقت در امور زندگی خویش، نیز با برنامه‌ریزی درست و بهره‌برداری هوشمندانه از عمرش، می‌تواند به وصف اعتدال و میانه‌روی دست یابد.

۳. سودآوری سرمایه نخستین انسان

یکی دیگر از پیامدهای کاربردی مدیریت زمان در زندگی اسلامی، شکوفائی نیرومندی انسان در پرتو استفاده برنامه‌دار از عمرش و سودآور ساختن سرمایه خدادادی اوست. رویکرد به مدیریت وقت می‌تواند به خلاقیت و ابتکار انسان در استفاده بهینه و بیشینه از سرمایه گرانسنگ عمرش و شکوفائی علمی و عملی و فزونی کارائی او بینجامد؛ به گونه‌ای که انسان با صرف وقت کم‌تر، به اهداف بیش‌تری دست یابد.

قرآن حکیم در باره سرمایه اصیل و مایه برتری انسان به دیگر آفریده‌ها، از دیده دانشی و توانشی می‌فرماید: «وَلَقَدْ كَرَّمْنَا بَنِي آدَمَ وَ حَمَلْنَاهُمْ فِي الْبَرِّ وَ الْبَحْرِ وَ رَزَقْنَاهُمْ مِّنَ الطَّيِّبَاتِ وَ فَضَّلْنَاهُمْ عَلَىٰ كَثِيرٍ مِّمَّنْ خَلَقْنَا تَفْضِيلًا: به یقین فرزندان آدم را کرامت دادیم، و آنان را در خشکی و دریا [بر مرکب‌هایی که در اختیارشان گذاشتیم] سوار کردیم، و به آنان از نعمت‌های پاکیزه روزی بخشیدیم، و آنان را بر بسیاری از آفریده‌های خود برتری کامل دادیم.» (اسراء ۱۷): (۷۰). بر این اساس، انسان از ظرفیت‌های خاصی برخوردار است که می‌تواند در صورت مدیریت زمان، سوی رشد و تکامل حرکت کند.

آری انسان با تمرین بیش‌تر در مدیریت وقت، سرمایه‌ها و داشته‌های بینشی و گرایشی و

کنشی خودش را افزایش می‌دهد و از این رهگذر به نتایج دلخواه و مطلوب می‌رسد.

۴. شتاب دادن به پیشبرد آرمان‌ها

از رهاوردهای کاربردی مدیریت زمان در زندگی، تسریع در پیشبرد آرمان‌هاست. کسی که برنامه‌ریزی دارد، طبق آن حرکت می‌کند و در طول روز، استهلاک و هدررفتِ وقت ندارد. وی به سرعت می‌کوشد تا برنامه‌هایش را عملی کند و همین امر سبب می‌شود که سریع‌تر به اهداف خودش نزدیک گردد.

انسان می‌تواند به تناسب افق دیدش و با بهره‌مندی از توانائی‌هایش به کارهای ارزشمندی روی آورد. در این صورت با به دست آوردن موقعیت‌های تازه، پیمودن راه‌های جدید پیشرفت را برای خودش هموار سازد.

۵. پایبندی به مراعات حقوق دیگران

از مهم‌ترین دستاوردهای کاربردی مدیریت زمان در زندگی اسلامی، التزام به رعایت حقوق دیگران است. حق الناس یعنی حقی که مختص مردم بوده و جدای از حق الله است. در دین اسلام به حفظ این نوع حقوق بسیار تأکید شده است، چون گذشت از حق الناس، جلب رضایت حق داران را می‌طلبد.

قرآن مجید در باره ضرورت و اهمیّت حق الناس می‌فرماید: «فَأَوْفُوا الْكَيْلَ وَالْمِيزَانَ وَ لَا تَبْخَسُوا النَّاسَ أَشْيَاءَهُمْ: پس پیمانان و ترازو را کامل کنید و از اجناس و اموال و حقوق مردم مکاهید.» (اعراف (۸): ۸۵؛ نیز. ک: هود (۱۱): ۸۵؛ شعراء (۲۶): ۱۸۳؛ مطففین (۸۳): ۱-۳).

امام علی علیه السلام در این زمینه می‌فرماید: «جَعَلَ اللَّهُ سُبْحَانَهُ حُقُوقَ عِبَادِهِ مُقَدَّمَةً لِحُقُوقِهِ، خدای سبحان، حقوق بندگانش را مقدمه رسیدن به حقوق خود قرار داده است.» (لیثی، ۱۳۷۶ش، ص ۲۲۳؛ تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۳۴۰).

بر این پایه، ضرورت رعایت حقوق دیگران جای هیچ گونه تردید و تأمل ندارد و بر همگان روشن است که در صورت برنامه‌ریزی درست و مدیریت وقت، زمینه رعایت حق الناس

فراهم می‌گردد، چون با اجرای دقیق و زمان‌بندی شده برنامه‌ها، جایی برای تضييع حقوق دیگران نمی‌ماند.

۶. بهره‌جویی بیشینه از فرصت‌ها و پس‌انداز بهینه زمان

یکی دیگر از دستاوردهای کاربردی مدیریت زمان در زندگی اسلامی، بهره‌وری بهینه و حداکثری از فرصت‌ها و ذخیره‌سازی بیشینه زمان است. برای هر کسی در زندگی فرصت‌هایی وجود دارد که با مدیریت درست وقت می‌تواند بیش‌تر استفاده کند؛ گاه این فرصت‌ها به گونه پیش‌بینی نشده است؛ مانند وقتی که برای انجام دادن کارهای خیر پیش می‌آید و در نبود مدیریت، به راحتی و بدون بهره‌گیری خاصی از دست می‌رود و جز حسرت و ندامت برای انسان نمی‌ماند.

در حقیقت، هیچ یک از اوقات انسان نباید بیهوده سپری گردد؛ حتی اگر کار خاص پیش‌بینی شده‌ای ندارد، می‌تواند با خواندن چند سطر کتاب یا گفتن ذکر خدا از عمرش بهره‌نیکو ببرد. در سخنان امیرمؤمنان علیه السلام آمده است: «فِي كُلِّ وَقْتٍ عَمَلٌ: در هر زمانی کاری باید انجام داد.» (لیثی، ۱۳۷۶ش، ص ۳۵۴؛ تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۴۷۷).

آری برنامه‌ریزی سبب می‌شود هر کار در جای خودش انجام گردد و به اندازه خودش وقت ببرد، در نتیجه امکان ذخیره‌سازی وقت فراهم می‌گردد. علی علیه السلام می‌فرماید: «الْأُمُورُ مَرْهُونَةٌ بِأَوْقَاتِهَا: کارها در گرو اوقات خود هستند.» (نعمانی، ۱۳۹۷ق، ص ۹؛ ابن‌ابی‌جمهور، ۱۴۰۵ق، ج ۱، ص ۲۹۳).

بر این اساس، هر کاری باید با برنامه‌ریزی درست، در زمان خودش انجام بگیرد، پس بسیار شایسته است که انسان در برنامه‌های روزانه‌اش، وقت هر کاری را مشخص کند: زمان کار، زمان مطالعه، زمان عبادت، زمان استراحت و خواب، زمان تفریح و ورزش، زمان روابط خانوادگی و اجتماعی، ساعتی نیز برای خلوت با خودش در نظر بگیرد.

قرآن مجید حضرت ابراهیم علیه السلام را الگوی شاخص مدیریت زمان معرفی می‌کند: «فَنظَرَ نَظْرَةً فِي النُّجُومِ * فَقَالَ إِنِّي سَقِيمٌ * فَتَوَلَّوْا عَنْهُ مُدْبِرِينَ * فَرَأَى إِلَى آلِهِتِهِمْ فَقَالَ أَلَا تَأْكُلُونَ * مَا لَكُمْ

لا تَنْطُقُونَ * فَرَاغَ عَلَيْهِمْ صَرْبًا بِالْيَمِينِ: [چون از او دعوت کردند که شبانه به مراسم عیدشان برود] نگاهی به ستارگان انداخت * و گفت: به راستی من بیمارم. * پس پشت‌کنان از او روی گرداندند. * او هم مخفیانه به سوی بت‌هایشان رفت و [از روی ریشخند] گفت: آیا غذا نمی‌خورید؟ * شما را چه شده که سخن نمی‌گویید؟ * پس [به آنها روی آورد و] با دست راست ضربه‌ای کاری بر آنها کوبید [و خردشان کرد].»

بر پایه این آیه، آن حضرت با هوشمندی تمام و استفاده درست از زمان، با نقشه از پیش تعیین شده، مأموریت الهی خودش مبنی بر بت‌شکنی را انجام داد.

استاد شهید مطهری رحمته‌الله علیه برنامه‌ریزی دقیقی داشت؛ در شبانه روز، ساعتی را برای رسیدگی به مشکلات فرزندان‌ش قرار داده بود و بر انجام دادن فرائض دینی آنان نظارت دقیق داشت. در کنار تهجد و تدریس، مطالب قابل توجه را در فرصت‌های مناسب و به طور منظم یادداشت می‌کرد. (ر.ک: پاک‌نیا، ماهنامه مبلغان، شماره ۲۸، ص ۳۹).

۷. انعطاف‌پذیری بیشینه در مدیریت فرصت‌ها

یکی دیگر از برکات کاربردی مدیریت زمان در زندگی اسلامی، انعطاف‌پذیری حداکثری در مدیریت وقت است. برخی کارها باید هرچه سریع‌تر انجام شوند و بعضی دیگر را می‌توان به تأخیر انداخت. در برنامه‌ریزی روزانه باید به اولویت‌ها توجه داشت، سپس به مدیریت پرداخت. کنار برخی کارها و وظائف روزانه، گاه کارهای پیش‌بینی نشده، برای انسان پیش می‌آید که باید برای آن‌ها وقت مناسبی در نظر بگیرد.

بهترین کار این است که برای انعطاف‌پذیری بیش‌تر در برنامه‌ها، انسان وقت‌های آزادی داشته باشد تا در صورت پیشامد کار ضروری غیرمنتظره، آن زمان آزاد را به این کار اختصاص دهد. اگر کاری پیش نیامد، می‌تواند این زمان آزاد را به دیگر کارهای مورد علاقه خود اختصاص دهد که در پیشبرد اهداف مدرسان هستند.

پس از گنجاندن همه وظایف و کارهای ضروری در برنامه روزانه، زمان‌های خالی را که به هیچ فعالیت‌ی اختصاص نداده، به دقت مشخص کند. این زمان‌ها بخش‌های انعطاف‌پذیر

برنامه روزانه هستند. همچنین وجود بخش‌های انعطاف‌پذیر، این امکان را فراهم می‌سازد که آدمی وظائف و کارهای پیش‌بینی نشده و دقیقه‌نودی را پوشش دهد.

۸. جایگزین‌سازی فرصت‌ها با تهدیدها

یکی دیگر از رهاوردهای کاربردی مدیریت زمان در زندگی، تشخیص کمبودها و تکمیل، نیز شناخت نادرست‌ها و اصلاح آن‌هاست که تهدیدها را به فرصت‌ها تبدیل می‌کند. یکی از مطالبات عقل و وحی از انسان که از اساسی‌ترین گام‌ها در تزکیه نفس و خودسازی به شمار می‌رود، ولایت بر خویشتن خویش است.

قرآن کریم به انسان‌ها این گونه فرمان می‌دهد: «عَلَيْكُمْ أَنْفُسُكُمْ: مراقب خویشتن باشید.» (مائده (۵): ۱۰۵). یکی از شاخص‌های ولایت بر خود، در اختیار گرفتن زمان است. انسان متدین باید برای استفاده بهینه از اوقاتش و جلوگیری از اتلاف آن‌ها، همه همّتش را به کاربندد، چون مدیریت عمر و هدایت آن در مسیر صحیح، نتیجه یک برنامه‌ریزی درست و هدفدار در زندگی توحیدی است تا انسان بتواند از نعمت گرانسنگ عمر بیش‌تر بهره‌برد و با سرعتی مضاعف، سیر الی الله را انجام دهد و به اهدافش برسد، چون بی‌برنامگی و نداشتن مدیریت زمان، چیزی جز دوری از اهداف و آرمان‌ها را به دنبال نخواهد داشت.

در مدیریت مطلوب، انسان نه تنها فرصت‌ها را از دست نمی‌دهد؛ بلکه تهدیدها را نیز به فرصت بدل می‌کند؛ یعنی لحظه‌های سخت زندگی را که برای انسان پیش می‌آید و می‌تواند زندگی او را در هم بریزد، با مهارت مدیریت، به فرصت بدل کرده و از آن‌ها بهره‌بیش‌تری می‌گیرد و این مهم در گرو توجه به فرایند مدیریت زمان است. (ر.ک: امیری، ۱۳۹۴ش، ص ۹۰). دقیقاً مانند حضرت یوسف علیه السلام که تهدید قحطی و خشکسالی را با برنامه‌ریزی درست، به فرصت ترویج کار و ذخیره‌سازی محصولات کشاورزی تبدیل کرد. (یوسف (۱۲): ۴۷-۴۹). آری برنامه‌ریزی درست که با توجه به وظائف و اهداف شکل می‌گیرد، زمینه واکنش‌های متناسب در برابر تهدیدها را فراهم می‌سازد؛ به گونه‌ای که انسان از عواقب و پیامدهای شوم آن ایمن می‌ماند: «بِالتَّظَرِّ فِي الْعَوَاقِبِ تُؤْمَنُ الْمَعَاطِبُ: سلامت و ایمنی از هلاکت با

نگریستن در پیامدهای امور به دست می‌آید.» (لیثی، ۱۳۷۶ش، ص ۱۸۶؛ تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ق، ص ۳۰۵).

۹. داشتن حس امیدمندی و رضایت‌مندی

از برکات کاربردی مدیریت زمان در زندگی، احساس امیدواری و رضایت‌داری با کاستن نگرانی‌ها و اضطراب‌ها و انواع فشارهای اقتصادی و اجتماعی است. اگر انسان در طول روز بدون برنامه‌ریزی قبلی به انجام دادن کارهایش بپردازد، دچار اضطراب و استرس می‌شود. برنامه‌ریزی تنها برای رسیدن به خواسته‌های اجتماعی و بهره‌وری بیشتر نیست؛ بلکه به حفظ سلامتی و شاد بودن نیز کمک می‌کند. کسانی که در برنامه‌ها زمانی را به خودشان اختصاص می‌دهند، بهتر بر اضطراب غلبه می‌کنند و موفق‌تر از دیگران هستند.

انسان موجودی نظام‌مند است و نظم و انضباط در شئون گوناگون زندگی برای او آرامش‌آور است. از سوی دیگر، بی‌نظمی و استفاده نادرست از وقت و امکانات، نظام فکری او را به هم می‌ریزد و سبب پیدایش تنش‌ها و فشارهای روانی می‌گردد. در طرف مقابل، برنامه‌ریزی و مدیریت زمان یکی از راه‌های احساس سعادت‌مندی و امیدواری و شادابی در زندگی است. معمولاً کسانی که در زندگی یا کار خود برنامه روشنی ندارند، مردمانی ناخشنود هستند که در زندگی خود احساس فشار می‌کنند. (ر.ک: میرکمالی، ۱۳۷۶، ش ۳۹-۴۰، ص ۴۰-۷۱).

آری با اجرای دقیق و به موقع برنامه و دستیابی به اهداف از پیش تعیین شده، دغدغه‌های ذهنی انسان کاهش می‌یابد و از این رهگذر، اضطراب‌ها و نگرانی‌ها و تنش‌های درونی او به حداقل می‌رسد.

همچنین یکی از لوازم زندگی دنیائی، برخورداری از امکانات مادی است. از آن زمان که انسان‌ها به بهره‌مندی از امکانات مادی و برآوردن نیازهای خود توجه کردند، منافع اقتصادی یکی از اصول زندگی شناخته شد؛ به گونه‌ای که امروزه هیچ فردی نمی‌تواند بدون بهره‌وری از امکانات اقتصادی، نیازهای خود را برآورده سازد.

قرآن کریم آفرینش روز و شب را زمینه‌ای برای کسب و کار و ایجاد انتظام در زندگی می‌داند:

«وَجَعَلْنَا اللَّيْلَ وَ النَّهَارَ آيَاتَيْنِ فَمَحْوُنَا آيَةَ اللَّيْلِ وَ جَعَلْنَا آيَةَ النَّهَارِ مُبْصِرَةً لِيَتَبَتَّغُوا فَضْلًا مِنْ رَبِّكُمْ وَ لِيَتَعْلَمُوا عَدَدَ السِّنِينَ وَ الْحِسَابَ وَ كُلَّ شَيْءٍ فَصَّلْنَاهُ تَفْصِيلًا: ما شب و روز را دو نشانه [قدرت و حکمت خود] قرار دادیم؛ پس شب را بی نور کردیم و روز را روشن ساختیم، تا [در آن] روزی و رزقی را از پروردگارتان بطلبید و برای اینکه شماره سال‌ها و حساب [اوقات و زمان‌ها] را بدانید، و هر چیزی را [که نسبت به دنیا و دینتان و تربیت و کمالتان نیازمند به آن هستید] به روشنی و به طور کامل بیان کردیم.» (اسراء (۱۷): ۱۲).

بی‌شک هیچ‌گونه تلاش اقتصادی بدون مدیریت زمان نتیجه مطلوب نخواهد داشت. کسی که با توجه به نوع کارش به زمان مناسب برای کسب درآمد بیش‌تر را برگزیند و در آن به فعالیت اقتصادی خود بپردازد، مسلماً برکت و روزی بیش‌تری را به دست می‌آورد؛ چنانکه امام صادق علیه السلام در اهمیت توجه به زمان در موفقیت کسب و کار می‌فرماید: «لَأَنَّهُ رُبَّمَا اخْتَجَّ النَّاسُ إِلَى الْعَمَلِ بِاللَّيْلِ لِضِيقِ الْوَقْتِ عَلَيْهِمْ فِي بَعْضِ الْأَعْمَالِ فِي النَّهَارِ وَ لِشِدَّةِ الْحَرِّ وَ إِفْرَاطِهِ فَيَعْمَلُ فِي ضَوْءِ الْقَمَرِ أَعْمَالًا شَتَّى كَحَرْثِ الْأَرْضِ وَ صَرْبِ اللَّبَنِ وَ قَطْعِ الْحَشَبِ وَ مَا أَشْبَهَ ذَلِكَ: زیرا گاه مردم به شب کاری نیازمندند چون در روز همه کارشان انجام نمی‌شود یا از شدت حرارت نمی‌توانند درست کار کنند، پس در نور مهتاب کارهای مختلفی را انجام می‌دهند مانند شخم زدن زمین و دوشیدن شیر و بریدن درختان و مانند آن.» (مفضل، بی تا، ص ۱۳۱).

شایان بیان است که روایت پیش‌گفته دلیل روشنی بر اهمیت رعایت وقت و بهره‌برداری درست و مناسب از آن در راستای به دست آوردن منافع اقتصادی و کاستن از فشارهای مالی و روانی است.

۱۰. پیدایش پیوند درست با خدا و مردم

یکی از دستاوردهای کاربردی مدیریت زمان در زندگی، پیدایش رابطه درست با آفریدگار و پروردگار و توده مردم است. در صورت برنامه‌ریزی درست برای استفاده از فرصت‌های زندگی، انسان رابطه خود با خدایش را در قالب امثال فرمان‌های او سامان می‌بخشد. بسا

کسانی گله‌مندند که چرا موفق نمی‌شوند هر روز مقداری قرآن بخوانند یا با خدا مناجات کنند، رازش در این نکته مهم نهفته است که برنامه‌ریزی ندارند. اگر ساعتی را در روز مخصوص خواندن قرآن و دعا قرار دهند، یقیناً موفق خواهند شد.

همچنین برخوردهای اجتماعی خویش را مدیریت و حقوق برادران و خواهران دینی‌اش را رعایت می‌کند و روابط اجتماعی‌اش سامان بهتری می‌یابد، زیرا ثمره ارتباط حقیقی با خالق هستی، در برقراری رابطه خدمت‌رسانانه به مخلوقات او تبلور می‌یابد؛ چنانکه امیرمؤمنان علی علیه السلام در فرمان حکومتی‌اش به جناب مالک اشتر یادآوری فرموده است. (ر.ک: شریف رضی، ۱۴۱۴ق، ن ۳۱).

آیت الله شیخ انصاری رحمته الله علیه با این که مرجع تقلید بود و از مادر خویش سرپرستی می‌کرد و به کار تدریس و تعلیم می‌پرداخت، با این حال هر روز یک جزء قرآن و نماز جعفر طیار و زیارت جامعه و عاشورا می‌خواند. (دهقان، ۱۳۸۲ش، ص ۲۵۳).

۱۱. سرفرازی اجتماعی

از برکات کاربردی مدیریت زمان در زندگی اسلامی، رسیدن به عزتمندی اجتماعی است. در آموزه‌های دینی انسان مؤمن عزیز شمرده شده است: «وَلِلَّهِ الْعِزَّةُ وَلِرَسُولِهِ وَلِلْمُؤْمِنِينَ: عزت از آن خدا و پیامبر و مؤمنان است.» (المنافقون ۶۲): ۷.

امام صادق علیه السلام در این باره می‌فرماید: «إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَجَلَّ فَوَّضَ إِلَى الْمُؤْمِنِ أُمُورَهُ كُلَّهَا وَ لَمْ يُفَوِّضْ إِلَيْهِ أَنْ يَكُونَ ذَلِيلًا؛ أَمَا تَسْمَعُ قَوْلَ اللَّهِ عَزَّ وَجَلَّ يَقُولُ: وَ لِلَّهِ الْعِزَّةُ وَ لِرَسُولِهِ وَ لِلْمُؤْمِنِينَ (المنافقون ۶۲): ۷. فَالْمُؤْمِنُ يَكُونُ عَزِيزًا وَ لَا يَكُونُ ذَلِيلًا: خدای والا همه امور مؤمن را به خودش وانهاده؛ ولی اجازه خوار کردن خود را به او نداده است؛ آیا این آیه را نشنیده‌ای: عزت از آن خدا و پیامبر و مؤمنان است؛ پس مؤمن همیشه عزیز است و هرگز خوار نمی‌شود.» (کلینی، ۱۴۰۷ق، ج ۵، ص ۶۳).

بر این اساس مؤمنان می‌توانند با مدیریت عمر و اوقات زندگی خود و با داشتن برنامه‌ریزی درست به عزت و اعتبار اجتماعی و عظمت و سربلندی دست یابند. (ر.ک: مکارم

شیرازی، ۱۳۷۱ش، ج ۱۸، ص ۱۹۷.

امام صادق علیه السلام در این زمینه می‌فرماید: «لَا يَنْبَغِي لِلْمُؤْمِنِ أَنْ يُدِلَّ نَفْسَهُ قَبْلَ لَهُ وَ كَيْفَ يُدِلُّ نَفْسَهُ قَالَ يَتَعَرَّضُ لِمَا لَا يُطِيقُ: برای مؤمن سزاوار نیست که خودش را خوار کند. راوی از حضرت پرسید: چگونه می‌تواند خودش را خوار کند؟ امام در پاسخ وی فرمود: با پرداختن و روی آوردن به کاری که در توان او نیست.» (کلینی، ۱۴۰۷ق، ج ۵، ص ۶۴؛ طوسی، ۱۴۰۷ق، ج ۶، ص ۱۸۰).

بر این پایه، برخی کارهای انسان به اعتبار اجتماعی او آسیب می‌زند و این آسیب برآمده از نبود مدیریت زمان و برنامه‌ریزی درست در زمینه بهره‌برداری از ابزار و امکانات مناسب است.

۱۲. امکان سنجش میزان رشد انسان در زندگی

یکی دیگر از برکات مدیریت زمان، امکان اندازه‌گیری پیشرفت یا ایستائی یا پسرفت انسان در شئون مختلف زندگی است. امروزه فرصت‌های فراوانی برای رشد در عرصه‌های گوناگون وجود دارد؛ اما به دلیل گستردگی و چندگونگی، گاه انسان‌ها دچار سردرگمی یا چالش‌هایی می‌شوند مانند بی‌برنامگی یا بی‌انگیزگی که آنان را به سمت پوچی می‌کشاند. اگر انسان قدر فرصت‌ها و زمان را نداند، به راحتی آن‌ها را از دست می‌دهد یا نمی‌تواند به درستی از آن‌ها استفاده کند.

مهم‌ترین ابزار انسان برای رشد و پیشرفت، تعیین هدف و داشتن مدیریت زمان است؛ یعنی باید مقصد و مقصود و مقدار زمان معین برای رسیدن به آن را مشخص کند. نمونه قرآنی این حقیقت، وجود مبارک حضرت یوسف علیه السلام است که با هدفگذاری درازمدت سه ساله و اعمال برنامه‌های کوتاه مدت سالانه، موفق شد میزان پیشرفت مردم مصر را در عمل برایشان مشهود و ملموس گرداند. (رک: سوره یوسف (۱۲)، آیات ۴۷ - ۴۹).

اگر انسان نسبت به زمان حال و آینده بی‌برنامه و بی‌هدف و بی‌انگیزه باشد، به یقین هیچ نوع رشدی نخواهد داشت. بشر از دیرباز به فکر پیشرفت خود و اجتماعش بوده و برای

سرعت بخشیدن به آن، تلاش‌های شبانه‌روزی را انجام داده است، بزرگ‌ترین خطای راهبردی این است که تمامی دستاوردهای نوین امروزی را اتفاقی و بدون داشتن مدیریت زمان و هدف قلمداد کنیم. بی‌تردید پشت هر موفقیتی تلاشی نهفته است و هر کوششی در پی انگیزه‌ای تحقق می‌یابد و هر انگیزه‌ای محصول شناخت هدفی مقدس و داشتن برنامه برای دستیابی به آن است.

به صورت کلی، برنامه‌ریزی و داشتن مدیریت زمان سبب صرفه‌جویی در وقت و انرژی و هزینه‌ها می‌شود. همچنین از سردرگمی و افتادن در مسیرهای اشتباه و دچار شدن به ساعت‌ها تلاش بیهوده، جلوگیری می‌کند. اگر انسان، زمان و منابع و امکانات را به درستی مدیریت کند و انرژی خودش را برای کارهایی هزینه کند که در برنامه‌های خودش مشخص کرده، به یقین در پیشبرد انسان نتیجه بهتری خواهد داد و قهراً از هدر رفتن زمان و گرفتار پسرفت شدن جلوگیری خواهد شد.

بی‌شک امکانات انسان محدود است و اگر به درستی از آن‌ها استفاده نکند، ممکن است برای همیشه آن‌ها را از دست بدهد و دیگر نتواند به اهداف مطلوبش برسد. به یقین یکی از منابع محدود زمان است، اگر انسان در هنگام جوانی این منبع با ارزش را هدر بدهد، هنگام میانسالی توانایی انجام دادن خیلی از کارها را نخواهد داشت و ناچار باید از اهداف والایش چشم‌پوشی کند.

باید انسان هنگام برنامه‌ریزی به محدودیت‌ها و موانع و احتمالی نیز بیندیشد تا پیش از آن که اتفاق ناگواری رخ دهد، به راحتی بتواند جلوی خیلی از آن‌ها را بگیرد یا خودش را برای رویارویی با آن‌ها آماده سازد. در این حالت با فکری باز و خیالی آسوده‌تر و راهکارهایی منطقی‌تر، با آن موانع روبه‌رو می‌گردد و به آسانی آن‌ها را پشت سر می‌گذارد و در مسیر پیشرفت گام می‌نهد.

آری استعداد رشد و پیشرفت و به بیانی دیگر دستیابی به نعمت هدایت الاهی، در همه موجودات وجود دارد؛ اما انسان‌ها باید با برنامه‌ریزی درست و داشتن مدیریت صحیح زمان

از این نعمت خدادادی در راستای پیشرفت خودشان در رسیدن به اهدافشان استفاده کنند و هر گونه مانعی را از سر راه خویش بردارند و امکان سنجش رشد و تعالی خودشان را اندازه گیری کنند.

۱۳. سعادت‌مندی دو جهانی

از رهاوردهای عملی و کاربردی مدیریت زمان در زندگی اسلامی، دستیابی به کامیابی در دنیا و آخرت است. از دیدگاه آیات و روایات، هدف کلی برای زندگی انسان، نیک روزی و نیک فرجامی است؛ یعنی رسیدن به اهداف دنیائی و آخرتی که همان قرب الهی و تحصیل رضایت حضرت دوست است. رسول خدا ﷺ فرمود: «إِنَّ عُمْرَكَ مَهْرُ سَعَادَتِكَ إِنْ أَنْقَذْتَهُ فِي طَاعَةِ رَبِّكَ: عمر (و زمان) قیمت و بهای سعادت توست، اگر (با برنامه‌ریزی) در مسیر طاعت خدا به کار گرفته شود.» (لیثی واسطی، ۱۳۷۶ ش، ص ۱۴۹؛ تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ ق، ص ۲۲۲).

در سخن دیگری فرمود: «اخْذَرُوا ضِيَاعَ الْأَعْمَارِ فِيمَا لَا يَبْقَى لَكُمْ فَفَائِئُهَا لَا يَعُودُ: پرهیز از تباه کردن عمر در چیزی که ماندگار نیست، چون زمان از دست رفته قابل برگشت نیست.» (تمیمی آمدی، ۱۴۱۰ ق، ص ۱۶۳؛ تمیمی آمدی، ۱۳۶۶ ش، ص ۱۶۰).

در جهان بینی الهی، هدف اصیل از زندگی دنیائی، دستیابی به تعالی و تکامل و در نتیجه سعادت همه جانبه است: «الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ طُوبَى لَهُمْ وَ حَسْبُ مَأْب: کسانی که ایمان آوردند و کارهای شایسته انجام دادند، برای آنان زندگی خوش و با سعادت و بازگشتی نیکوست.» (رعد (۱۳): ۲۹).

ظرف زمان فرصتی است برای بندگی بهتر و برتر و گردآوری توشه برای سرای آخرت که جایگاه جاودانی انسان است. قرآن مجید به انجام دادن امور عبادی و کارهای نیکو فرمان می‌دهد؛ بسیار بدیهی است که امکان فرمانبرداری دقیق در گرو مدیریت وقت آدمیان است: «يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا ارْكَعُوا وَ اسْجُدُوا وَ اعْبُدُوا رَبَّكُمْ وَ افْعَلُوا الْخَيْرَ لَعَلَّكُمْ تُفْلِحُونَ: ای اهل ایمان! رکوع به جا آورید و سجده نمایید و پروردگارتان را عبادت کنید و کار نیک انجام

دهید تا کامیاب شوید.» (حجج (۲۲): ۰۷۷).

در مدیریت وقت، بر پایه آموزه‌های قرآن و روایات، با ایده کمال و سعادت انسانی روبرو هستیم و از همه مهم‌تر تولید و تکامل مکمل همدیگر هستند و هدف اصلی به کمال رسیدن انسان در سایه استفاده درست از زمان و تحقق ارزش‌ها و آرمان‌های اوست. زندگی آخرتی استمرار حیات دنیائی به شمار می‌رود؛ لیکن اصالت بخشیدن به آن نادرست است. بر این اساس، هرگونه تلاش مادی دنیائی یا معنوی آخرتی عبادت و بندگی به شمار می‌آیند. (ر.ک: اژدری، ماهنامه جهان گستر، ص ۱۲، ش ۱۲۴).

جمع بندی و نتیجه گیری

در پی تحقیق از دستاوردهای اندیشه‌ای و کاربردی مدیریت زمان در سبک زندگی اسلامی، به نتایج زیر دست یافتیم:

بر پایه بیانیه گام دوم انقلاب مقام معظم رهبری، پرهیز از سبک زندگی غربی و رویکرد به سبک زندگی اسلامی بسیار اهمیت دارد، چون غربیان با کوشش برای ترویج سبک زندگی خودشان، زیان‌های جبران‌ناپذیر اخلاقی و اقتصادی و دینی و سیاسی به کشور زده‌اند و مقابله با آن، جهادی همه جانبه و هوشمندانه می‌طلبد.

زمان ارجمندترین نعمت خدای بزرگ برای انسان است. مدیریت زمان همان فرآیند برنامه ریزی هدفمند و به کارگیری هوشمندانه امکانات متناسب و کنترل وقت در راستای اهداف و آرمان‌های انسان است.

مدیریت زمان و بهره‌برداری بهینه و بیشینه از آن، مایه سعادت و سلامت و سیادت دنیا و آخرت انسان می‌گردد.

اگر انسان مدیریت وقت نداشته باشد، با داشتن دریائی از امکانات؛ ولی با به کارگیری غلط آن و انجام دادنش در زمان نامناسب، هیچ حرکت مثبتی ارائه نخواهد داد.

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 است، 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.

رویکرد به مدیریت زمان می‌تواند به خلاقیت انسان در استفاده بهینه و بیشینه از سرمایه گرانسنگ عمرش و شکوفائی علمی و عملی و فزونی کارائی او بینجامد؛ به گونه‌ای که انسان با صرف وقت کمتر، به اهداف بیش‌تری دست یابد.

هدفمندی در زندگی، برنامه‌ریزی را در پی دارد و هیچ برنامه‌ای بدون هدف معین تحقق نمی‌یابد. اولویت‌بندی، مهارتی ضروری؛ اما بسیار دشوار و چالش‌برانگیز است که انسان را وامی‌دارد تا با مدیریت زمان، ظرفیت و توانمندی خودش را افزایش دهد.

در مدیریت مطلوب، انسان‌ها نه تنها فرصت‌ها را از دست نمی‌دهند؛ بلکه تهدیدها را نیز به فرصت بدل می‌کنند و امکان سنجش رشد و پیشرفت خویش را فراهم می‌سازند.

منابع

- * قرآن مجید، ترجمه انصاریان با اندکی ویرایش.
- * شریف رضی، نهج البلاغة، صبحی صالح، (۱۴۱۴ق)، چ اول، قم، هجرت.
- * امام سجاد علیه السلام، الصحيفة السجادية، (۱۳۷۶ش)، چ اول، قم، دفتر نشر الهادی.
- اژدری، علیرضا، «مدیریت در اسلام و مصادیق آن»، ماهنامه جهان گستر، ش ۱۲۴.
- امیری، علی نقی، (۱۳۹۴ش)، ویژگی ها و وظایف مدیران در نهج البلاغه، چ اول، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه.
- پاک نیا، عبدالکریم، «خاطراتی از زندگی معنوی استاد مطهری رحمته الله علیه»، ماهنامه مبلغان، شماره ۲۸.
- پیروز، علی آقا و دیگران، مدیریت در اسلام، قم، پژوهشگاه حوزه و دانشگاه، چ ۱۰، ۱۳۹۴ش.
- جمعی از نویسندگان، (بی تا)، ره توشه راهیان نور، شماره ۲۷۲، قم، دفتر تبلیغات اسلامی.
- خنیفر و ملکی، (۱۳۸۲ش)، مهارت‌های برنامه‌ریزی در زندگی: رویکردی کاربردی در مدیریت و برنامه‌ریزی زندگی و یادگیری، تهران، فراشناختی اندیشه.
- دهقان، احمد، (۱۳۸۲ش)، چهل مجلس، قم، انتشارات ناصر.
- راس، جی، مدیریت زمان، ترجمه محمد تقی فرامرزی، بی جا، چ سوم، ۱۳۹۱ش.
- مقیم، محمد، (۱۳۹۴ش)، اصول و مبانی مدیریت از دیدگاه اسلام، چ دوم، تهران، راه دان.
- مکارم شیرازی، ناصر، (۱۳۷۱ش)، تفسیر نمونه، چ ۱۰، تهران، دارالکتب الإسلامية.
- میرکمالی، محمد، (زمستان ۱۳۷۶ - ۱۳۷۷)، مجله دانش مدیریت، سال یازدهم، ش ۳۹ - ۴۰.
- نبوی، محمد حسن، (۱۳۸۰ش)، مدیریت اسلامی، چ ششم، قم، بوستان.
- ابن اَبی جمهور، محمد بن زین الدین، (۱۴۰۵ق)، عوالي اللئالی العزیزية في الأحادیث

- الدينية، الطبعة الاولى، مصحح: عراقي، مجتبي، قم، دارسيد الشهداء للنشر.
- ابن بابويه، محمد بن علي، (١٤١٣ق)، من لا يحضره الفقيه، الطبعة الثانية، مصحح: غفاري، علي اكبر، قم، دفتر انتشارات اسلامي وابسته به جامعه مدرسين حوزه علميه قم.
- ابن حيون، نعمان بن محمد مغربي، (١٣٨٥ق)، دعائم الإسلام، الطبعة الثانية، مصحح: فيضی، آصف، قم، مؤسسة آل البيت عليهم السلام.
- ابن شعبه حراني، حسن بن علي، (١٤٠٤ / ١٣٦٣ق)، تحف العقول، الطبعة الثانية، محقق: غفاري، علي اكبر، قم، جامعه مدرسين.
- ابن فارس، احمد بن فارس، (١٤٠٤ق)، معجم مقاييس اللغة، الطبعة الاولى، محقق: هارون، عبدالسلام محمد، قم، مكتب الاعلام الاسلامي.
- ابن منظور، محمد بن مكرم، (١٤١٤ق)، لسان العرب، الطبعة الثالثة، محقق: مير دامادي، جمال الدين، بيروت، دارالفكر للطباعة والنشر والتوزيع - دار صادر.
- برقي، احمد بن محمد بن خالد، (١٣٧١ق)، المحاسن، الطبعة الثانية، محقق: محدث، جلال الدين، قم، دار الكتب الإسلامية.
- تميمي آمدی، عبد الواحد بن محمد، (١٣٦٦ش)، تصنيف غرر الحكم و درر الكلم، الطبعة الاولى، مصحح: درايتي، مصطفى، قم، دفتر تبليغات.
- تميمي آمدی، عبد الواحد بن محمد، (١٤١٥ق)، غرر الحكم و درر الكلم، الطبعة الثانية، محقق: رجائي، سيد مهدي، قم، دارالكتاب الإسلامي.
- حسيني زبيدي، محمد مرتضى، (١٤١٤ق)، تاج العروس من جواهر القاموس، الطبعة الاولى، محقق: علي هلالی و سيري علي، بيروت، دارالفكر.
- حميري، عبد الله بن جعفر، (١٤١٣ق)، قرب الإسناد، الطبعة الاولى، محقق: مؤسسة آل البيت عليهم السلام، قم، مؤسسة آل البيت عليهم السلام.
- شريف الرضي، محمد بن حسين، (١٤٠٦ق)، خصائص الأئمة عليهم السلام (خصائص أمير المؤمنين عليهم السلام)، الطبعة الاولى، محقق: اميني، محمد هادي، مشهد، آستان قدس رضوي.

طوسی، محمد بن الحسن، (۱۴۰۷ ق)، تهذیب الأحكام (تحقیق خراسان)، الطبعة الرابعة، محقق: خراسان، حسن الموسوی، تهران، دار الکتب الإسلامية.

فراهیدی، خلیل بن احمد، (۱۴۰۹ ق)، کتاب العین، الطبعة الثانية، قم، هجرت.

کلینی، محمد بن یعقوب، (۱۴۰۷ ق)، الکافی (ط - الإسلامية)، الطبعة الرابعة، محقق: غفاری علی اکبر و آخوندی، محمد، تهران، دار الکتب الإسلامية.

لیثی واسطی، علی بن محمد، (۱۳۷۶ ش)، عیون الحکم و المواعظ، الطبعة الاولى، محقق: حسنی بیرجندی، حسین، قم، دار الحدیث.

مفضل بن عمر، (بی تا)، التوحید، الطبعة الثالثة، محقق: مظفر، کاظم، قم، داوری.

نعمانی، محمد بن ابراهیم، (۱۳۹۷ ق)، الغيبة، الطبعة الاولى، محقق: غفاری، علی اکبر، تهران، صدوق.