

# نظام کلی مدیریت اوقات شبانه‌روزی از منظر اسلام

ولی الله نقی پورفر  
عضو هیئت علمی دانشگاه قم

## چکیده

از آنجاکه انسان در بینش اسلامی، انسان با هویتی واحد، موجودی دو ساحتی مادی معنوی (ملکی-ملکوتی) است، مجموعه فعالیت‌های شبانه‌روزی فرد مسلمان، تحت نظام خاصی تقسیم‌بندی شده است؛ به گونه‌ای که براساس آن، بیشترین بهره‌وری (کارایی و اثربخشی) در حوزه ساحت مادی معنوی از قبیل فعالیت‌های انسان مؤمن برای او حاصل می‌شود؛ حال آنکه، نظام فعلی تقسیم اوقات شبانه‌روزی در جمهوری اسلامی فاقد اثربخشی حداقل و فاقد دفاع عقلی تجربی و دفاع شرعی است.

براساس نظام کلی مدیریت اوقات شبانه‌روزی از منظر اسلام، ابتدا تدبیر خرده‌نظام ساعات فعالیت‌های معنوی رقم می‌خورد؛ سپس در پرتو آن، خرده‌نظام ساعات اشتغال را

تعریف و مقرر می‌شود و در ذیل این دو، خرده‌نظام‌های اوقات استراحت و تجدید قوا و ارتباطات غیررسمی و امور شخصی جامعه دینی سامان می‌یابد.

**کلیدواژه‌ها:** نظام، مدیریت، اوقات شبانه‌روزی، اسلام.

## مقدمه

در این مقاله، ابتدا ادبیات موضوع و اصول مرتبط تبیین می‌گردد؛ سپس، نظام کلی مدیریت اوقات شبانه‌روزی از منظر اسلام، بررسی و ارائه می‌شود. در پایان مقاله، پیش‌نویسی از راهکارهای اجرایی این نظام مدیریت اوقات، در نظام اداری و عموم جامعه، پیشنهاد می‌گردد.

### ۱. ادبیات موضوع و اصول مرتبط

پیش‌نیاز تبیین نظام ویژه مدیریت اوقات شبانه‌روزی از منظر اسلام، نیازمند تبیین ادبیات موضوع و تبیین اصول مرتبط است که در ذیل آمده است:

#### ۱-۱. ادبیات موضوع

در این بخش، مفاهیم اساسی، اهمیت و جایگاه مبحث در حوزه مدیریت اسلامی و تذکر به فقدان این مبحث در ادبیات علم مدیریت بررسی می‌شود.

#### ۱-۱-۱. مفاهیم اساسی: نظام، مدیریت اوقات شبانه‌روزی، از منظر اسلام

عناوین نظام کلی، مدیریت اوقات شبانه‌روزی، منظر اسلام، مفاهیم اساسی نیازمند تبیین در این موضوع هستند.

الف- نظام کلی: مقصود از «نظام» یا سیستم، «مجموعه‌ای از اجزای به هم پیوسته است که برای کسب هدف مشترک فعالیت می‌کنند؛ معمولاً سیستم‌های بزرگ از تعدادی خرده‌سیستم یا اجزای کوچک‌تر تشکیل می‌شوند» (رضائیان، ۱۳۸۰: ص ۶۳).

در مبحث حاضر، مقصود ما از تحقیق در «نظام کلی مدیریت اوقات شبانه‌روزی از منظر اسلام»، تبیین سیاست‌های کلی و راهبردهای حاکم بر مجموعه به هم پیوسته خرده‌نظام‌های مدیریت اوقات در حوزه‌های مادی و معنوی ساحت‌های زندگی از منظر اسلام است.

به عبارت دیگر، «نظام کلی» همان «سیاست‌های کلان جامع‌نگر» برای «راه‌کارهای اجرایی مدیریت اوقات شبانه‌روزی» در سطح فرد، گروه، سازمان و حاکمیت است؛ اما غرض اصلی و مؤکد مقاله تبیین رسالت حاکمیت اسلامی در این حوزه است.

ب- مدیریت اوقات شبانه‌روزی: مقصود از «مدیریت اوقات شبانه‌روزی»، تقسیم‌بندی اوقات شبانه‌روزی و تدبیر نوع فعالیت و چگونگی انجام آن در فرصت‌زمانی معین است، به نحوی که بیشترین بهره‌وری (کارایی و اثربخشی) را برای فرد و سازمان و جامعه و نظام پدید آورد.

ج- منظر اسلام: «منظر اسلام» نظر به رهنمودهای قرآن و روایات و عقل در طول قرآن و سنت معصومین (ع) دارد که ناظر به ساحت مادی و معنوی انسان است و دستاورد آن بیشترین بهره‌وری مادی و معنوی، برای حیات انسانی و الهی است.

۱-۱-۲. اهمیت و جایگاه نظام مدیریت اوقات شبانه‌روزی در مدیریت، سازمان و

### جامعه اسلامی

«اصول اعتقادات، اصول اخلاق و اصول احکام» ثابتات و ضروریات اولیه اسلام هستند؛ از این رو، پایه و مبنای عام سرزمینی تمامی تلاش‌های اجتهادی دینی در تمامی گرایش‌های الهیات و علوم انسانی و حتی علوم تجربی طبیعی است؛ بدین معنی که هیچ تلاش علمی یک مسلمان در هر حوزه علمی اعم از الهیات، علوم انسانی و طبیعی، صلاحیت نقض این ضروریات اولیه را ندارد؛ بلکه برعکس، این ضروریات بر تمامی دستاوردها حاکمیت دارد و چهارچوب کنترلی امکان صحت دستاوردهای هماهنگ یا حداقل، غیرمعارض با ضروریات است.

از آنجاکه علوم انسانی به شدت ایدئولوژیک هستند، بدین معنی که از پیش فرض‌های فلسفی و اعتقادی پژوهشگران مربوط، مستقیماً تأثیر می‌پذیرند؛ بدین جهت از باب نمونه مرتبط به موضوع، در سه دهه اخیر، بحث «فرهنگ سازمانی و معنویت و اخلاق در سازمان» از بحث‌های جدی در حوزه علم مدیریت به‌شمار می‌آید.

ارزش‌های اسلامی نیز با فرهنگ و اخلاق و معنویت ویژه خود بر مبنای علوم انسانی

و بالطبع، بر دستاوردهای آن در پی تأثیر بر مبانی، اثرات قاطعی می‌گذارد. علاوه بر آن، دستورالعمل‌های اسلامی در شئون فردی، خانوادگی، سازمانی و اجتماعی حکومتی و در مسائل و مجموعه وظایف مدیریتی، از هدف‌گذاری گرفته تا برنامه‌ریزی، تا سازماندهی و بسیج امکانات، تا هدایت و رهبری، تا نظارت و کنترل، اثرات ویژه‌ای را به جای می‌گذارد.

از آنجاکه تدبیر امور چهارگانه افراد، ارتباط با خود، خدا، جامعه و با طبیعت، در سطوح فردی خانوادگی، اداری اجتماعی و حکومتی، نیازمند تقسیم‌بندی و تعیین و تدبیر کلی اوقات مناسب هر فعالیت است؛ «نظام کلی مدیریت اوقات شبانه‌روزی»، پایه و اساس هر تدبیر و عملکرد شخصی، خانوادگی، سازمانی، اجتماعی و حکومتی مفید مادی معنوی با حداکثر کارایی و اثربخشی از منظر اسلام است؛ بنابراین، الگوی کلی این نظام مدیریت اوقات شبانه‌روزی، پیش‌نیاز اصلاح نظامات فردی خانوادگی، اجتماعی اداری و حکومتی است.

**۱-۱-۳. فقدان مبحث نظام کلی مدیریت اوقات شبانه‌روزی در ادبیات علم مدیریت**  
مبحث سیاست‌های راهبردی تدبیر اوقات شبانه‌روزی براساس ضرورت‌های مادی و معنوی وجود انسان در گستره و راستای زندگی مقدماتی دنیا و زندگی اصیل و ابدی آخرت، از مختصات فرهنگ الهی به‌ویژه اسلام است که در آن معرفت به دو ساحت مادی معنوی انسان و باور به خدا و به سرنوشت اخروی بهشت یا جهنم مبتنی بر نوع عملکرد انسان و حسابرسی الهی، اساس ایمان افراد معتقد را رقم می‌زند.

علوم انسانی تجربی رایج از جمله مدیریت، فاقد صلاحیت علمی برای تدبیر جامع نظام اوقات شبانه‌روزی است و نهایت و جهت همت این علوم، ساماندهی زندگی انسان در چهارچوب زندگی دنیوی و بالابردن هرچه بیشتر کارایی و اثربخشی فعالیت‌ها و لذات طبیعی مادی است.

مبحث مدیریت زمان در دانش مدیریت، فنون استفاده بهینه از اوقات را با بیان اصول و تکنیک‌های کاربردی آموزش می‌دهد؛ مانند تهیه فهرست کارهای ضروری، اولویت‌دادن به



کارهای مهم و ضروری، تهیه یک جدول زمان‌بندی شده با توجه به اولویت‌ها، تطبیق دادن یا هماهنگ کردن ساعت‌هایی که فرد در شبانه‌روز فعال‌تر است با کاری که اهمیت یا اولویت بیشتری دارد؛ چون شخص در آن ساعات آمادگی و تولید و بازدهی بیشتری دارد (رابینز، ۱۳۸۵: ص ۹۶۴).

این اصول و فنون اولاً، ناظر به سه هدف اشتغال اقتصادی و رفاه، سلامت مادی و روانی (نه معنوی) خانوادگی و شخصی، و رشد و توسعه هرچه بیشتر شغلی و شخصی است (برایان تریسی، ۱۳۸۹: ص ۵۲-۵۱) که صرفاً درصدد بهبود زندگی دنیوی است و توجهی به رشد معنوی ندارد؛ بلکه چنانکه گذشت، فاقد علم بدان نیز است.

ثانیاً، هنوز در این حوزه‌های مادی نیز سیاست کلی ساعات مناسب اشتغال اقتصادی را در شبانه‌روز، به درستی مشخص نکرده است؛ از این رو، هم ساعت اشتغال صبح دیر هنگام است (۵/۷ یا ۸ صبح) و هم اشتغال بعد از ظهر، بدون استراحت، با افت کیفیت و کمیت همراه است.

بدتر از آن شیفت کاری سوم است که از نظر افت کمی و کیفی بازدهی کار و تخریب سلامت جسمی و روانی، هشداردهنده است و در بسیاری از موارد، اشتغال در این شیفت سوم، با تدبیر صحیح عقلی و شرعی، و محاسبه سود و زیان مادی و معنوی در درازمدت، قابل اجتناب یا تقلیل جدی است.

#### ۴-۱-۱. سؤالات نظریه

الف- سؤال اصلی: «نظام مدیریت اوقات شبانه‌روزی در اسلام جهت بیشترین بهره‌وری در ساحت‌های مادی و معنوی زندگی، چگونه است؟».

ب- سؤالات فرعی:

- نظام اوقات عبادت چگونه است؟
- نظام اوقات اشتغال چگونه است؟
- نظام اوقات تمديد قوا چگونه است؟
- نظام اوقات تفریحات چگونه است؟

### ۱-۱-۵. نظریه

«مجموعهٔ فعالیت‌های شبانه‌روزی فرد مسلمان، تحت نظام خاص عبادت، اشتغال، تمديد قوا، و تفریحات، تقسیم‌بندی شده است؛ به گونه‌ای که براساس آن، بیشترین بهره‌وری (کارایی و اثربخشی) از قبل فعالیت‌های انسان مؤمن در حوزهٔ ساحت‌های مادی معنوی‌اش، برای او حاصل می‌شود».

### ۱-۲. اصول مرتبط

تیین نظام ویژه مدیریت اوقات شبانه‌روزی در اسلام، مبتنی بر پیش‌نیازهایی از دو ساحتی بودن انسان است، رابطهٔ انسان با طبیعت، به‌ویژه تحولات شبانه‌روزی، مراتب سه‌گانهٔ دیانت و الزامات فقهی اخلاقی و عرفانی آن و ضرورت تقسیم چهارگانهٔ اوقات شبانه‌روزی، و... که در محورهای زیر تشریح شده است:

#### ۱-۲-۱. ساحت مادی - ملکوتی انسان

از بدیهیات فرهنگ اسلامی، هویت واحد انسانی مرکب از دو ساحت بدن مادی و روح ملکوتی است؛ به نحوی که کالبد مادی ظرف بروز ارادهٔ روح انسانی است (حجر: ۲۹).

#### ۱-۲-۲. ساحت مادی در خدمت ساحت ملکوتی

حقیقت انسان، همان بعد ملکوتی او است که در هنگام مرگ، کالبد مادی دنیوی را رها می‌کند و به عالم برزخ وارد می‌شود (سجده: ۱۱).

روح انسانی، به جهت حضور در کالبد مادی، گرایشات و اقتضائات حیوانی دارد و به جهت ماهیت خویش، گرایشات معنوی و ملکوتی دارد.

رسیدن روح به سن بلوغ و تجلی عقل الهی در این زمان و رشد و بالندگی آن، از سن بلوغ به بعد، انسان را وارد عالم تکلیف و پاسخ‌گویی به عملکرد خویش می‌کند؛ از این رو، مسئولیت می‌یابد ساحت مادی و حیوانی‌اش را همچون مرکبی در خدمت رشد و تعالی روح ملکوتی‌اش قرار دهد تا اقتضائات ملکوتی‌اش به فعلیت رسیده، نهادینه شود و ثبات معنوی یابد. اگرچه پاسخ به اقتضائات حیوانی در حد ضرورت و نیاز، امری غیرقابل اجتناب است، مقدمهٔ پاسخ مناسب به اقتضائات معنوی است (قصص: ۷۷).

شایان ذکر است که درهم‌تنیدگی جسم و روح چنان است که تأثیر متقابل بر یکدیگر دارند؛ از این رو، افراط در پاسخ‌گویی به یکی، تفریط و نقصان در دیگری را سبب می‌شود و ضرورت دارد با حفظ شأن مقدمیت جسم و اصل بودن روح، تعادل مبتنی بر حکم وحی الهی (قرآن و سنت) و عقل در خدمت وحی، مراعات شود (اسراء: ۳۹؛ فرقان: ۶۷).

مقصود از تعادل، تأمین نیاز مادی در حد قناعت و سپس کفایت است و عدم تعادل، زیاده‌روی در آن است؛ به نحوی که هم به جسم صدمه زند و هم در رشد معنوی اختلال ایجاد کند.

در توجه به معنویات بر پایه تأمین نیاز مادی (قناعت و کفایت)، در جهت حداکثری هیچ مرزی جز سه نکته «ظرفیت و کشش روحی» و «جامع‌نگری در ادای حقوق الهی و انسانی» و «رعایت اولویت‌ها» وجود ندارد.

در جهت حداقل، ادای مجموعه واجبات و محرمات و الزامات فقهی حقوقی اولیه، ضرورت شرعی و عقلی دارد.

### ۱-۲-۳. رابطه اسلام و رفاه و سعادت دنیوی

اسلام مکتبی الهی است که نه تنها برای سعادت اخروی انسان، بلکه به جهت آبادانی و رفاه و سعادت دنیوی انسان نیز، قبل از سعادت اخروی و در طول آن، برنامه زندگی ارائه می‌دهد (اعراف: ۹۶؛ هود: ۵۲) و اساساً، رفاه و سعادت دنیوی درازمدت را صرفاً، در گرو باور به «الله»، خالق و پروردگار هستی و تبعیت از فرامینش اعلام می‌کند (نساء: ۱۳۴).

همچنین، لذت روحی‌روانی از مواهب دنیا را بدون عشق و باور به «الله»، غیرممکن معرفی می‌کند؛ چراکه قلب و روح مخلوق خدا است و بدون ارتباط با خالق و پروردگار رازق بی‌نیاز، هرگز لذت و آرامش و امنیت روانی بلکه اجتماعی را نخواهد چشید! (رعد: ۲۸-۲۹).

بالاتر از آن، در زندگی دنیوی، قبل از آخرت، در معیشتی تلخ و ناگوار توأم با تنگنایی روحی‌روانی، به سر خواهد برد! (طه: ۱۲۴).

امثال این رهنمودهای الهی به تصریح قرآن، حداقل در تبیین سیاست‌ها و اصول و

شاخص‌های کلی، تمامی محورهای ساحت‌های مادی و معنوی انسان را دربرمی‌گیرد و هیچ حوزه‌ای از این رهنمود کلی مستثنا نیست (نحل: ۸۹؛ شوری: ۱۰).  
 با مطالعه اجمالی کل قرآن، به یقین معلوم می‌شود این امور و رهنمودهای قرآن، علاوه بر بینش‌ها و احکام ساحت‌های معنوی انسان، بینش‌ها و احکام ساحت‌های مادی انسان، از قبیل خوراک، پوشاک، مسکن و زناشویی و معاملات و ارث و غیره را دربرمی‌گیرد.  
 از جمله امور اساسی فراگیر در زندگی انسان، سیاست کلی مدیریت زمان، تقسیم و تدبیر اوقات شبانه‌روزی است که رهنمودش در قرآن کریم به کرات و در خلال دهه‌ها آیات، فرمان داده شده است و در روایات به تفصیل، به شرح آنها پرداخته است و ناظر به هر دو ساحت معنوی و مادی انسان است؛ از این رو، توجه و اهتمام به آنها تکلیفی شرعی در جهت تنظیم امور مادی و معنوی همه مسلمانان، به ویژه سیاست‌گذاران نظام اسلامی است.

#### ۱-۲-۴. ارتباط مستقیم تحولات شبانه‌روزی طبیعت با ساحت‌های انسانی

انسان در امکانات وجودی، گل سرسبد عالم خلقت است؛ پس آنگاه که امکاناتش را به فعلیت رساند و به کمال وجودیش رسد، به مقام خلیفه‌اللهی نائل می‌آید و به إذن خدا، مدیریت ارشد عالم را بر عهده می‌گیرد (بقره: ۳۰).

به جهت این جایگاه وجودی و منزلت عظیم و بی‌رقیب در نظام خلقت، محور عالم خلقت است و همه موجودات در راستای بسترسازی و تسهیل مسیر رشد و کمال انسان به ایفای نقش می‌پردازند؛ به عبارت دیگر، همه در خدمت انسان، به تسخیر درآمده‌اند! (جاثیه: ۱۳؛ لقمان: ۲۰).

تعبیر توبیخی «ألم تروا» در آیه اخیر می‌رساند که این تسخیر عالم چنان در معرض انسان است که گویی به حس و تفکر، قابل رؤیت است و امر پنهانی نیست و به صرف اراده حاصل می‌شود!

«مجموعه تحولات شبانه‌روزی» و فصول چهارگانه از مظاهر برجسته در خدمت رشد و تعالی انسان است (ابراهیم: ۳۴-۳۳).

تعبیر «...سئلتموه...» در آیه اخیر، چنان است که گویی این تسخیر به درخواست انسان صورت گرفته است؛ این معنی، گویای نیاز فطری و وجودی انسان به این تسخیر است. اما انسان‌ها از این نعم بی‌شمار غافل‌اند و به ناسپاسی عمر سپری می‌کنند و از برکت این تسخیر، برای رشد و تعالی خود بهره نمی‌گیرند (نحل: ۱۲).

در آیه ذکر شده و بعضی از آیات دیگر تسخیر، از جمله آیه اول در صدر بحث (جائیه: ۱۳)، جهت دریافت نقش و علل این تسخیر و نکات دیگر، مخاطبین را به تفکر و تعقل دعوت کرده است؛ بلکه اسرار این تسخیر را برای اهل فکر و عقل، برملا می‌داند! در قرآن کریم، پروردگار حکیم بی‌نیاز به این مظاهر تحولات شبانه‌روزی و اسباب و وسایل آن قسم یاد کرده است (فجر: ۱-۲، ضحی: ۱-۳، عصر: ۱-۲، لیل: ۱-۳، انشقاق: ۱۹-۱۶، مدثر: ۳۷-۳۲، تکویر: ۱۹-۱۵).

آیات جامع در این باب، در سوره شمس آمده است (شمس: ۱-۱۰). در این آیات، از قسم به تحولات شبانه‌روزی و آسمان و زمین، و نفس مُلهم و عارف به خیر و شر، و فجور و تقوی، سعادت و تزکیه و رشد انسان را نتیجه می‌گیرد، آن کس که بذر وجودش را برویاند، نومیدی و تباهی انسان را نتیجه می‌گیرد، آن کس که بذر وجودش را در زمین دفن کند و مانع رویش آن شود.

آیات تسخیر، بر نقش مستقیم این تحولات بر زندگی انسان سخن می‌گویند. آیات قسم، بعضی همچون آیه اخیر، بیشتر به نقش نمادین و تشبیه استعاری آنها در اشاره به مسائل انسانی و تبیین قواعد چگونگی تحولات روحی روانی او تأکید می‌کند. بعضی دیگر، همچون سوره فجر، هر دو جنبه را تذکر می‌دهد؛ هم یکی از ظروف زمانی مناسب رشد معنوی را تذکر می‌دهد (دهه ذی‌الحجه و فجر عید قربان)؛ همان‌گونه که این دهه بنا بر روایات، همان ده شبی است که حضرت موسی (ع) به امر خدا، چله‌اش را در میعاد الهی با آن به پایان رساند (اعراف: ۱۴۲) (ذکر چهل شب، بعد از تعبیر ۳۰ و ۱۰، و تعبیر «تم»)، به روشنی، به نقش عدد ایام و اوقات خاص در برنامه معنوی اشاره دارد) و هم خالی از اشارات نمادین برای تزکیه نفس یا ظهور فجر حقیقت و سرکوبی صولت

جباران نیست (فجر: ۱۴-۶).

به‌طور خلاصه، «تحولات شبانه‌روزی، نقش مستقیمی در اصلاح دنیا و آخرت انسان دارد؛ از این‌رو، ضرورت دارد انسان مؤمن، خانواده مؤمن و نظام اسلامی، براساس سیاست‌گذاری الهی قرآن و سنت معصومین، نظام اوقات امر معاش و معادش را تعریف کند و به اجرا گذارد».

### ۱-۲-۵. مراتب دیانت

در قرآن کریم، سه مرتبه الزامات دینی تعریف شده است: دیانت مسلمین؛ دیانت مؤمنین؛ و دیانت محسنین.

الزامات مطلوب دینی، سطح دوم و سوم است و سطح اول، لازم است اما برای خیر دنیا و آخرت، کفایت نمی‌کند.

دیانت مسلمین، سه طیف مقید به احکام، مریض القلب و منافق را دربرمی‌گیرد. حداقل مرتبه الزامات دینی، مرتبه اسلام است که صرفاً به الزامات فقهی حقوقی نظر دارد و واجبات و محرمات، و صحت و بطلان امور را دربرمی‌گیرد. عمده وجهه همت رساله‌های عملیه، تبیین موارد یادشده برای عموم جامعه است.

تعبیر الهی در قرآن گویای آن است که این مرتبه ضرورت دارد اما کفایت نمی‌کند؛ چراکه به پذیرش ظاهری اسلام نظر دارد و هنوز عشق و ایمان قلبی را دربرنمی‌گیرد (حجرات: ۱۴).

در این مرتبه، حضور قلب در نماز و رعایت وقت فضیلت نماز، ضرورتی ندارد! و واجب نیست فرد مسلمان در تمامی عمر خود، حتی یک صفحه قرآن بخواند! و بیش از واجبات مالی اولیه همچون خمس و زکات و فطریه، واجب مالی اولیه دیگری بر عموم نیست.

در این سطح از دیانت، رعایت وظایف مادری و جویی ندارد! و واجب نیست که عموم زنان، زحمت غذاپختن و لباس شستن و امور دیگر را به خود بدهند! و این شوهر زن است که موظف است علاوه بر نفقه، تدارک این امور را به‌تنهایی عهده‌دار شود!

در این مرتبه لازم نیست فراتر از واجبات مالی خمس و زکات و کفارات و... دست در مانده‌ای را بگیری و به کار ارباب رجوع، تا بعد از وقت اداری رسیدگی کنی تا کارش پایان پذیرد! و...

ملاحظه می‌شود اتکای صرف به الزامات فقهی حقوقی و عدم اعتنا به الزامات اخلاقی، رشد فردی و سلامت انسانی را در روابط خانوادگی و اداری و اجتماعی به خطر می‌اندازد و اتفاقاً، به مرور، انگیزه التزام به حداقل‌ها را نیز در افراد کاهش خواهد داد. به‌ویژه اگر این سطح از دیانت، از مدیران و پرچم‌داران دیانت اسلامی صادر شود! چنین جامعه‌ای خودخواه فردگرا خواهد بود و هرگز روی سعادت دنیوی و اخروی را نخواهد دید. با این توجه معلوم می‌شود:

از علل اساسی انحطاط مسلمین، دوری از عشق و ایمان و الزامات اخلاقی اسلام، و اکتفا به ظواهر اولیه آن است. آن‌چنان که بعد از رحلت پیامبر اسلام (ص)، آرام آرام این فاصله و دوری شکل عادی گرفت و تلاطمات حیرت‌آور دوره امیر مؤمنان (ع) نیز فرصت نهادینه کردن ارزش‌های اخلاقی را در جامعه فاصله گرفته از ارزش‌ها به حضرتش نداد و عمده حکومت‌های تاریخ مسلمانان بعد از امام حسن (ع) نیز، حکومت‌هایی ریاکار و منافق بودند و فرهنگ ریا و نفاق را در جامعه مسلمین نهادینه کردند و هم‌اکنون نیز اکثریت آنها چنین هستند.

«در چنین فضایی، اکثریت جامعه را بیمار دلان تشکیل می‌دهند که به حداقل الزامات فقهی و حقوقی نیز پایبندی لازم را نخواهند داشت و زمام امور این افراد را طبعاً، منافقان و سنگدلان بر عهده خواهند گرفت و گروه مقید به احکام در اقلیت و انزوا و تنگنا قرار خواهند گرفت؛ تا چه رسد به مؤمنان و محسنان که دائم در رنج و عذاب هستند تا به لقای پرودگارشان نائل شوند» (سید رضی، ۱۴۰۷: ص ۴۸).

در سوره بقره از آیات ۲۰۰ الی ۲۰۷، حاجیان برگشته از حج را به چهار گروه «دنیاطلب محروم از آخرت»، «عاقبت‌به‌خیر طالب حسنه در دنیا و آخرت و نگران از جهنم»، «منافق لجوج شیفته دنیا، قدرت طلب تبه‌کار»، و «اینارگر جان برکف طالب رضای خدا» تقسیم می‌کند:

دیانت گروه اول و سوم، همان دیانت اعرابیان است که خیری در آخرت برایشان وجود ندارد گروه اول، عوام بیمار دل دنیا طلب در خدمت گروه سوم، خواص منافق قدرت طلب نفوذ کرده در مجاری قدرت و مدیریت جامعه هستند (تعبیر «إذا تولى»); این گروه سوم، رهبران اهل دنیا هستند که به اتکا و همراهی اهل دنیا با آنان، اقتصاد و نسل را به تباهی می‌کشند؛ گروه دوم، عموم اهل ایمان، و گروه چهارم، رهبران و امامان اهل ایمان و تقوی هستند؛ به حرمت گروه چهارم است که خداوند به جامعه رأفت و رحمت و عنایت ارزانی می‌دارد (تعبیر «والله رؤوف بالعباد»).

آیات ابتدایی سوره مؤمنون و معارج (به‌ویژه مؤمنون: ۱۰-۱، معارج: ۳۵-۱۹)، و آیات صفات اهل ایمان و تقوی، به‌نحو عام، صفات و الزامات دینی گروه دوم را گزارش می‌دهد.

دیانت مؤمنین: الزامات اخلاقی + فقهی حقوقی برای مؤمنین و مدیریت فرهنگی و اجرایی نظام است.

این مرتبه، حداقل دیانت مرضی خدا است. در این سطح ضرورت دارد حداقل ارزش‌های اخلاقی به الزامات فقهی حقوقی افزوده شود تا حداقل آثار معنوی دین اسلام، در نفوس انسانی و خانواده و جامعه و حاکمیت، متجلی شود و خیر دنیا و رستگاری در آخرت و وراثت بهشت برین نصیب بشریت شود (اعراف: ۹۶، مؤمنون: ۱۰-۱، معارج: ۱۹-۳۵).

آیات سوره صافات و سوره ذاریات (۱۹-۱۶)، به‌ویژه، و آیات دیگر ناظر به محسنین و موقنین، به‌نحو عام از ویژگی‌ها و صفات گروه سوم گزارش می‌دهد.

در قرآن کریم دیانت محسنین (اهل یقین): (الزامات عرفانی + اخلاقی + فقهی حقوقی) شامل علمای ربانی و معصومین (ع) است؛ قدر متقین از عنوان «محسنین»، ناظر به معصومین از انبیا و ائمه اطهار (ع) است. چراکه قرآن کریم مکرراً انبیا را «محسنین» می‌نامد (صافات: ۸۰-۷۹، ۱۱۰-۱۰۹، ۱۲۱-۱۲۰).

بحث تفصیلی این آیات به جهت محدودیت صفحات مقاله، حذف شد؛ از این رو، برای



توضیحات بیشتر به کتاب مجموعه مباحثی از اسلام (نقی پورفر، ۱۳۸۲: ص ۳۸۵-۳۴۸) مراجعه کنید.

به‌طور خلاصه، «تمرکز و اکتفا به ظواهر دینی در سطح مسلمین اعرابی مسلک، جامعه را به انحطاط می‌کشاند و روح و حقیقت اسلام را به انزوا و حاشیه می‌راند؛ پس جهت تجلی ارزش‌های متعالی اسلام در جامعه، شعار و دعوت به الزامات فقهی و حقوقی و عمل بدان لازم است، اما هرگز کافی نیست!

بنابراین، بر حاکمیت نظام اسلامی در ایران تکلیف است که سطح دیانت را از حداقل الزامات بالاتر برند و به نهادهای صدور حداقل ارزش‌های اخلاقی اسلام همت گمارند؛ پس، حداقل عاقبت‌به‌خیری، تلبس به حداقل الزامات ایمانی، علاوه بر الزامات فقهی حقوقی است و نظام و حاکمیت اسلامی در حداقل آن، هم مکلف به الزامات ایمانی و پرچم‌داری آن است و هم، مکلف است بستر لازم اعتلای ایمانی جامعه مسلمین را با سیاست‌گذاری و برنامه‌ریزی مناسب اهل ایمان، برای آنان فراهم کند.

از جمله سیاست‌گذاری‌های سرنوشت‌ساز برای اهل ایمان، «تنظیم اوقات مناسب برای امر دنیا و آخرت آنان» است که تفصیل آن خواهد آمد.

۱-۲-۶. اصل وجوب بسط‌سازی و ایجاد فرصت فردی و تشکیلاتی، برای تحقق فضیلت‌ها و رفع موانع از آن (اصل آخرت‌گرایی)

در منطق قرآن و سنت، صلاح و فساد جامعه در گرو صلاح و فساد مدیریت جامعه است (صدوق، ۱۴۱۶: ج ۱، ص ۳۶).

«علماء و رؤسا»، مدیران فرهنگی و اجرایی جامعه هستند و نقش الگویی ویژه برای جامعه ایفا می‌کنند و صلاحیت علمی و اخلاقی عملی آنان، سنگ زیربنای اصلاح جامعه است؛ بنابراین، تأثیر مدیران و رهبران اجتماعی آن‌چنان قوی است که تربیت خانوادگی را تحت الشعاع قرار می‌دهد و گویی اکثریت قاطع مردم، فرزندان رهبران و مدیران جامعه خویش هستند (ابن شعبه بحرانی، ۱۴۱۶: ص ۲۰۸؛ سید رضی، ۱۴۰۷: ص ۳۲۶).

تأثیر مدیریت جامعه بر مردم، اولاً، از شخصیت فردی آنان و ثانیاً، از تدبیر و سلوک

اجتماعی آنان نشئت می‌گیرد؛ از این رو، پیامبر عظیم‌الشان اسلام (ص)، امت اسلام را نه از «فقر و نداری»، بلکه از «سوء تدبیر»، بر حذر می‌دارد (ابن ابی جمهور، ۱۴۰۵: ج ۴، ص ۳۹). پس، نحوه نگرش و نحوه سلوک دینی مدیران و رهبران جامعه به نوعی، نمایشگر ارزش‌گذاری دینی و ارائه میزان وزن آنها به جامعه است؛ در واقع، کارکرد فرهنگ‌سازی و نهادینه کردن ارزش‌ها را به گونه ارائه شده، برای جامعه دارد. مدیران و رهبران باید با سخنان، سلوک فردی و تدبیر اجتماعی‌شان ارزش‌های دینی و وزن آنها را آن گونه که در دین خدا معین شده به جامعه ارائه دهند؛ از این رو، گاه ممکن است امر مستحب نزد مسلمانان به عنوان امر واجب اداری و حکومتی بر کارگزاران مقرر شود یا امر مکروهی حرمت اداری و حکومتی پیدا کند. همچنان که مهمان شدن عثمان بن حنیف، استاندار بصره در محفل شام اغنیا، مورد توییح اداری شدید از جانب امیر مؤمنان (ع) واقع می‌شود (سید رضی، ۱۴۰۷: ص ۴۱۶)؛ با آنکه از نظر فقهی امر مکروهی است و حرمت ندارد.

با توجه به این نکات، دستاورد مرتبه ایمان محل تأکید مضاعف قرار می‌گیرد؛ از این رو، غرض کاربردی از اصل مراتب دیانت در ارتباط با «نظام کلی مدیریت اوقات شبانه‌روزی» چنین خلاصه می‌شود:

- فرهنگ‌سازی ارزش‌های اخلاقی مستحب، واجب است و برخلاف تصور، مستحب نیست.
- عادی‌سازی ترک مستحبات و ارزش‌های اخلاقی و مباح‌سازی مکروهات، حرام است و برخلاف تصور، مکروه نیست؛ چراکه حفظ و تأکید بر حدود و ثغور ارزش‌ها، الزام شرعی دارد و خلاف آن نوعی بدعت‌گذاری است که از اشد منکرات است.
- رعایت حداقل ارزش‌های اخلاقی بر اهل ایمان و به‌ویژه حاکمیت اسلامی واجب است و مستحب نیست.
- رعایت «نظام کلی مدیریت اوقات شبانه‌روزی از منظر اسلام» پایه و اساس رعایت حداقل ارزش‌های اخلاقی و ایمانی است.

• فرهنگ‌سازی و نهادینه‌کردن «نظام کلی مدیریت اوقات شبانه‌روزی»، ازجانب حاکمیت اسلامی امری واجب و حیاتی است و هرگز مستحب نیست و بسترسازی برای اصلاح امر دنیا و آخرت جامعه است.

در «قانون اساسی نظام جمهوری اسلامی ایران» نیز بر این بسترسازی تأکید شده است؛ در اصل سوم، دولت جمهوری اسلامی ایران موظف است برای نیل به اهداف مذکور در اصل دوم، همه امکانات خود را برای امور زیر به‌کار گیرد:

«ایجاد محیط مساعد برای رشد فضایل اخلاقی، براساس ایمان و تقوی و مبارزه با کلیه مظاهر فساد و تباهی» (قانون اساسی، ۱۳۸۴، اصل ۳: بند ۱).

در اصل چهل و سوم برای تأمین استقلال اقتصادی جامعه و ریشه‌کن کردن فقر و محرومیت و برآوردن نیازهای انسان در جریان رشد، با حفظ آزادگی او، اقتصاد جمهوری اسلامی ایران براساس ضوابط زیر استوار می‌شود:

«تنظیم برنامه اقتصادی کشور به‌صورتی که شکل و محتوا و ساعات کار چنان باشد که هر فرد، علاوه بر تلاش شغلی، فرصت و توان کافی برای خودسازی معنوی، سیاسی و اجتماعی و شرکت فعال در رهبری کشور و افزایش مهارت و ابتکار داشته باشد» (همان: اصل ۴۳: بند ۳).

ملاحظه می‌شود که تدوین‌کنندگان هشیار قانون اساسی، ضرورت بسترسازی را در حوزه نحوه تنظیم ساعات فعالیت‌ها نیز پیش‌بینی کرده‌اند.

### ۱-۲-۷. اصل تقسیم اوقات شبانه‌روزی به اشتغال دنیوی و اخروی

در احادیث، از جمله حدیثی از امام رضا(ع) توصیه شده است:

«بسیار تلاش کنید تا اوقات شبانه‌روزی‌تان، به چهار بخش تقسیم شود: ساعتی برای خلوت با خدا، جهت مناجات و عبادت، ساعتی برای امر معیشت و اشتغال مادی، ساعتی برای معاشرت و ارتباطات اجتماعی با افراد معتمد برادری و آنان که عیوب شما را به شما می‌شناسانند و در باطن به شما اخلاص و ارادت دارند و ساعتی که برای لذت‌های خویش، در آن ساعت خلوت می‌کنید».

در ادامه حدیث، امام(ع)، تأکید می‌کند با رعایت وقت چهارم است که شما قادر خواهید بود تا وظایف و مسئولیت‌های سه‌گانه دیگر را برعهده گیرید و ادا کنید:

«وَاجْتَهِدُوا أَنْ يَكُونَ زَمَانُكُمْ أَرْبَعَ سَاعَاتٍ: سَاعَةٌ لِلْمُنَاجَاةِ، وَ سَاعَةٌ لِأَمْرِ الْمَعَاشِ، وَ سَاعَةٌ لِمُعَاشَرَةِ الْإِخْوَانِ وَالثِّقَاةِ وَ الَّذِينَ يُعَرِّفُونَكُمْ غُيُوبَكُمْ وَ يُخَلِّصُونَ لَكُمْ فِي الْبَاطِنِ، وَ سَاعَةٌ تَخْلُونَ فِيهَا لِلذَاتِكُمْ وَ بِهَذِهِ السَّاعَةِ تَقْدِرُونَ عَلَى الثَّلَاثِ السَّاعَاتِ» (مجلسی، ۱۴۰۳: ج ۷۵، ص ۳۴۶).

ملاحظه می‌شود که حدیث شریف به سیاست‌گذاری جامع برای اصلاح امور دنیا و آخرت تأکید می‌کند.

تعبیر «اجتهدوا» از واژه «جهد» و «جهد» به معنی تلاش فراوان با تمامی طاقت و وسع وجودی است.

این بیان گویای آن است که: «تنظیم اوقات و نظام‌بخشیدن به آن، در رویه فردی و خصوصاً اجتماعی، نیازمند تلاش و کوشش و مراقبت و دقت است تا به‌عنوان یک سنت اساسی در فعالیت‌های انسان نهادینه شود و حاکمیت اسلامی در این تدبیر سرنوشت‌ساز، نقشی اساسی را برعهده دارد».

### ۱-۲-۸. اصل جایگزینی زمان فعالیت‌ها در شرایط ضرورت فردی و تشکیلاتی

نظام ویژه و الگوی کلی مدیریت اوقات، یک تدبیر راهبردی است که ناظر به غالب اوقات و شرایط است. اما در شرایط ویژه یا در فعالیت‌هایی که یا اورژانسی هستند (مانند کشیک بیمارستان‌ها، نیروی انتظامی و غیره)؛ و یا اقتضائات مستمر هستند (مانند تعامل با دول دیگر که اختلاف افق زمانی بسیاری دارند) طبعاً، سیاست جایگزین در نظام اوقات مطرح خواهد شد.

اما باید توجه داشت این شرایط برای افراد شاغل در این نوع فعالیت‌ها، چرخشی تعریف شود تا اکثر اوقات نیروهای شاغل، با الگوی کلی مدیریت زمان، تطابق یابد و هماهنگ شود.

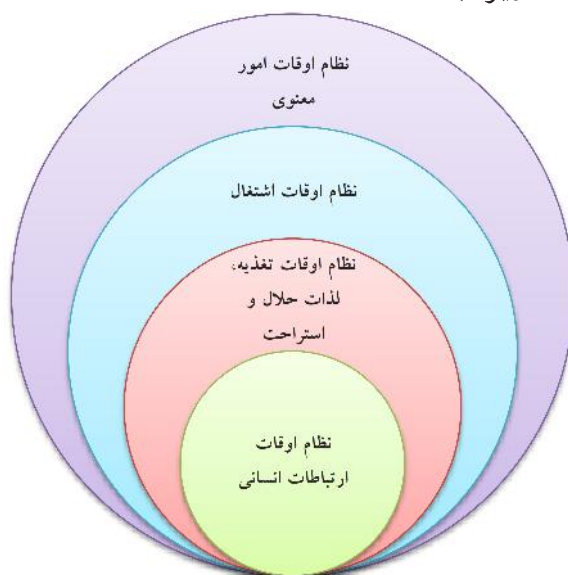
این شرایط خاص و جایگزینی فعالیت‌ها، به‌عنوان یک اصل در قرآن و سنت معصومین(ع) مطرح شده است:

«وَهُوَ الَّذِي جَعَلَ اللَّيْلَ وَالنَّهَارَ خِلْفَةً لِمَنْ أَرَادَ أَنْ يَذَّكَّرَ أَوْ أَرَادَ سُكُورًا» (فرقان: ۶۲)

شکر مناسب روز است، و تذکر با شب مناسب است؛ در صورت ضرورت، برعکس معمول، عمل خواهد شد. این رهنمود قرآنی، در احادیث، همین گونه تفسیر شده است (حر عاملی، ۱۴۰۳: ج ۳، ص ۲۰۰).

## ۲. نظام کلی مدیریت اوقات شبانه‌روزی از منظر اسلام

همان‌طور که در ابتدای مقاله آمد، نظام کلی مدیریت اوقات شبانه‌روزی در اسلام، ناظر به سیاست‌های راهبردی و ارائه الگوی مدیریت زمان شبانه‌روزی و هفتگی و نظام سالیانه است که در چهار عرصه زیر، بحث شده است:



نمودار ۱. الگوی نظام کلی مدیریت اوقات شبانه‌روزی

### ۲-۱. نظام کلی شبانه‌روزی و هفتگی مدیریت زمان از منظر اسلام

به دلیل تقدم ارزش‌های معنوی بر ارزش‌های مادی، ابتدا نظام اوقات معنوی تنظیم می‌شود. سپس، نظام اوقات اشتغال سامان می‌یابد؛ چراکه بدون شغل و درآمد، نیازهای اولیه خوراک، پوشاک، مسکن، وسایل زندگی و غیره تأمین نخواهد شد. «نظام اوقات تغذیه و لذت‌های حلال و استراحت»، در پی «نظام اوقات معنوی و اشتغال»،

مقرر می‌شود؛ چراکه پس از کسب درآمد، اولین ضرورت، برطرف کردن «نیاز تغذیه و لذت‌های حلال» و سپس، «استراحت» است و بر «تفریحات و ارتباطات اجتماعی» تقدم خواهد داشت؛ همان‌گونه که در حدیث تقسیم اوقات، «حدیث امام رضا (ع)»، نیز به این نکته تذکر داده شده است.

## ۲-۱-۱. الگوی زمانی امور معنوی

الگوی زمانی امور معنوی شامل اوقات نمازهای یومیه و نافله، تلاوت قرآن، تهذیب نفس و محاسبه نفس، دعا و مناجات، و تفکر خلاق در امر دنیا و آخرت و جمع بین آن دو است.

الف- اوقات نماز: نماز، برترین خدمت و عبادت معنوی است که همتایی ندارد و مهم‌ترین بسترساز کسب فیض معنوی و مدیریت شهودی است (حر عاملی، ۱۴۰۳: ج ۳، ص ۲۶-۲۷).

پس اولین تنظیم در نظام اوقات معنوی، اوقات نمازهای واجب پنج‌گانه شبانه‌روز است که دارای انعطاف وقتی مقرر است:

«أَقِمِ الصَّلَاةَ لِذُلُوكِ الشَّمْسِ إِلَى غَسَقِ اللَّيْلِ وَقُرْآنِ الْفَجْرِ؛ إِنَّ قُرْآنَ الْفَجْرِ كَانَ مَشْهُودًا» (اسراء:

(۷۸)

مقصود از «لدلوك الشمس»، آغاز زوال خورشید (هنگام نماز ظهر)، و «غسق الليل» سیطره تاریکی (نیمه شب، پایان وقت نماز عشاء)، و «قرآن الفجر»، نماز صبح است؛ که در مجموع، آیه شریفه به نمازهای پنج‌گانه شبانه‌روزی اشاره دارد و اول وقت نماز صبح، مورد تأکید ویژه است:

«إِنَّ قُرْآنَ الْفَجْرِ كَانَ مَشْهُودًا» (نوری، بی تا: ج ۳، ص ۱۱، ۱۲۴-۱۲۱، ۱۳۳-۱۳۲).

در فرهنگ شیعه، براساس سیره قطعی پیامبر خدا (ص) و رهنمود الهی معصومین (ع) جهت رعایت طاقت عموم، ادای این نمازها به سه نوبت، امکان تقلیل یافته است و جمع بین نماز ظهر با عصر، و مغرب با عشاء، مجاز شمرده شده است (حر عاملی، ۱۴۰۳: ج ۳، ص ۹۳؛ همو: ج ۳، ص ۹۲، ۱۶۲-۱۶۱).

از طرفی، همان‌گونه که در بحث مراتب دیانت گذشت، رعایت نماز اول وقت به‌عنوان یک سنت در اخلاق دینی جامعه و از ویژگی برجسته اهل ایمان و شیعیان، مورد تأکید قرآن است:

«وَالَّذِينَ هُمْ عَلَى صَلَوَاتِهِمْ يُحَافِظُونَ» (مؤمنون: ۹)

و در سنت معصومین (ع)، به‌عنوان یکی از سه ویژگی شیعیان، قبل از احسان به پدر و مادر و جهاد در راه خدا تعریف شده است (همو: ج ۳، ص ۸۲).

اساساً، شیعه‌بودن با این ویژگی، مورد آزمون و شناسایی قرار می‌گیرد! (همو: ج ۳، ص ۸۳). نیز، اول وقت نماز نسبت به آخرش، برتر از مال و فرزند و همچون برتری آخرت بر دنیا تعریف شده است! (امام صادق (ع) می‌فرماید:

اول وقت، موجب کسب رحمت ویژه و رضوان الهی و آخر وقت، مورد عفو و گذشت اعلام شده است که گویای نوعی تقصیر و گناه است؛ از این رو، جایز نیست انسان مؤمن بدون عذر، نماز اول وقت را ترک کند:

«أوله رضوان الله، و آخره عفو الله، و العفو لا يكون إلا من ذنب» (همو: ج ۳، ص ۹۰-۸۹).

همچنین، از بسترهای حفظ حداقل حیات معنوی و پرهیز از غفلت از معیارها، معرفی شده است (همان: ص ۷۹)؛ و موجب رفاقت با ملک‌الموت و تلقین شهادتین از جانب ملک و طرد ابلیس از بالین او، در هنگام مرگ خواهد بود (همو: ج ۳، ص ۷۹).

درمقابل، از تأخیر اول وقت نماز نهی شدید شده است و تساهل در آن، نوعی اعراض از نماز و سبک‌شمردن آن تلقی شده است؛ چنان که در سوره ماعون آمده است (همو: ج ۳، ص ۸۲، ۸۷، ۹۱، ۱۵۱).

نیز، زمینه‌ساز نفوذ شیطان در فکر و دل فرد بی‌مبالات به اوقات و جرئت‌دادن او به گناهان بزرگ، معرفی شده است؛ حال آنکه شیطان، نسبت به مؤمن مراقب اوقات نماز، در ترس و وحشت به سر می‌برد (همو: ج ۳، ص ۱۸ و ۸۱).

با توجه به نکات ذکر شده، ضرورت دارد «سیاست تنظیم اوقات اشتغال براساس فرصت‌دادن به جامعه، جهت ادای نماز اول وقت تنظیم شود و در شرایط معمول و

غیراضطراری، به‌هیچ‌وجه، ساعت کاری الزامی به جامعه، اعم از اداری، آموزشی و غیره، در این اوقات تعریف نشود؛ همان‌گونه که فرهنگ دینی بر این معنا تأکید دارد؛ عادت پیامبر خدا (ص) چنان بود که هرگز، شام و غیرشام را بر نماز مقدم نمی‌داشت؛ و هرگاه وقت نماز می‌رسید، چنان حالتی به او دست می‌داد، تو گویی نه خانواده‌ای می‌شناسد و نه رفیق دلسوزی! (ری‌شهری، ۱۳۶۷: ج ۷، ص ۳۰۹۴).

این نظام نماز اول وقت سه‌گانه: «صبح»، «ظهر و عصر»، و «مغرب و عشاء»، نظام تخفیفی جهت عموم جامعه است، اما خواص جامعه نخبگان فرهنگی و مدیران ارشد فرهنگی و اجرایی نظام اسلامی، به‌عنوان پرچم‌داری الزامات اهل ایمان، به رعایت اوقات پنج‌گانه توصیه شده‌اند؛ مگر آنکه حضور در نماز جماعت، یا عذری از قبیل سفر، بیماری جسمی یا بحران روحی روانی، اضطرار شغلی، جو نامساعد و غیره در میان باشد که موجب جمع میان ظهر و عصر، و مغرب و عشاء، و یا تأخیر نماز شود. همان‌گونه که سنت پیامبر (ص) و ائمه اطهار (ع) این چنین بود (همان: ص ۱۵۹، ۱۶۰، ۱۶۲). با این بینش، جمع بین نمازها در شرایط عادی، سیاست دینی اهل بیت (ع)، برای ضعف‌ها و نوجوانان معرفی شده است تا از ادای نمازها باز نمانند (همان: ص ۱۶۰).

در نامه امیر مؤمنان (ع) به کارگزاران و فرمانروایان مناطق، فرمان اقامه نماز در اوقات پنج‌گانه صادر شده است:

«أما بعد؛ فَصَلُّوا بِالنَّاسِ الظُّهْرَ حَتَّى... وَ صَلُّوا بِهِمُ العَصْرَ... وَ صَلُّوا بِهِمُ المَغْرِبَ... وَ صَلُّوا بِهِمُ العِشاءَ... وَ صَلُّوا بِهِمُ الغَدَاةَ... وَ صَلُّوا بِهِمُ صَلَاةَ أضعفهم، وَ لَا تَكُونُوا فِتَانِينَ» (سید رضی، ۱۴۰۷: ص ۴۲۶).

ب- اوقات تلاوت قرآن، دعا و مناجات، محاسبه و تهذیب نفس، و تفکر خلاق: در فرهنگ اسلامی، به‌ویژه قرآن کریم، بر سه وقت ویژه، جهت بهره‌برداری معنوی تأکید شده است:

- مابین الطلوعین،
- قبل از غروب،



• بعد از نیمه شب.

وقت اول و دوم، عموماً، ملازم یگدیگر توصیه شده‌اند؛ وقت سوم، مهم‌ترین وقت معنوی است که در فرهنگ معنوی دینی مطرح است:

– مابین الطلوعین: از طلوع فجر تا طلوع آفتاب

مابین الطلوعین از اوقات مهم خودسازی معنوی، تلاوت قرآن، ذکر و مناجات با خدا، حسابرسی اعمال، عذرخواهی به درگاه خدا و جبران مافات و طلب توفیق عمل صالح است و توصیه شده است مبدا از آن غفلت شود (اعراف: ۲۰۴).

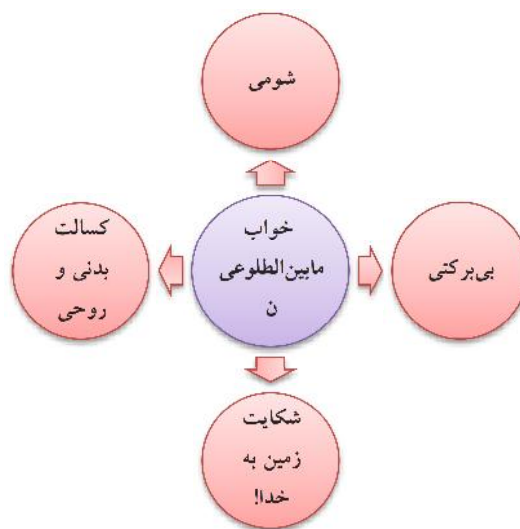
این برنامه معنوی، زمینه‌ساز صبر و مقاومت در برابر مشکلات و نارسایی‌ها و مخالفت‌ها است و رضایت شغلی حاصل از انجام وظیفه را در پی دارد (طه: ۱۳۰، ق: ۴۰-۳۹). یاد خدا و تذکر به شئون و حضور الهی در صحنه‌ها، توان استقامت و نفوذناپذیری در برابر آلودگان و از حق‌گريزان مخالف حق را فراهم می‌کند (طور: ۴۸-۴۹، انسان: ۲۶-۲۴). آیات ذکر شده، استفاده معنوی از سه وقت ویژه را نیز تذکر می‌دهد.

در آیاتی دیگر، از جمله برکات استفاده معنوی از اوقات مابین الطلوعین و قبل از غروب، زمینه‌سازی بهره‌مندی از نعم بزرگ، همچون رهبری الهی، مانند تولد حضرت یحیی (مریم: ۱۱)، دستگیری الهی در دوری روزافزون از جهالت‌ها، غفلت‌ها، و خباثت‌ها (الظلمات (احزاب: ۴۳-۴۱) معرفی شده است.

در آیه دیگر، رهنمودهای دینی و وجود پیامبر خدا (ص) را به عنوان الگوی عملی الهی برای نجات و رستگاری، زمینه مناسبی برای بهره‌مندی معنوی از اوقات ویژه، معرفی می‌کند (فتح: ۹-۸).

از آیه ذکر شده، معلوم می‌شود: «آموزه‌های دینی و این برنامه معنوی اوقات ویژه، از بسترهای قوی شکل‌گیری «خودکنترلی»، حسن جریان «اخلاق و معنویت در سازمان‌ها و جامعه»، و یکی از زمینه‌های مناسب توانمندی معنوی برای «مدیریت شهودی» در سطح خرد و کلان است؛ امری که علم مدیریت تهی از آموزه‌های دینی الهی، فاقد آن است. در فرهنگ دینی، در شرایط اختیاری و عادی، فعالیت اقتصادی در مابین الطلوعین و خواب

و استراحت، از بدترین ساعات اشتغال دنیوی و استراحت و شوم، معرفی شده است که موجب بی‌برکتی در رزق و کسالت و ضعف جسمی و روحی می‌شود (حرعاملی، ۱۴۰۳: ج ۴، ص ۱۰۶۳)؛ حتی زمین نیز از این امر به خدا شکایت می‌برد! (حویزی، بی‌تا: ج ۵، ص ۱۱۸).



## نمودار ۲. الگوی آثار خواب مابین‌الطلوعین

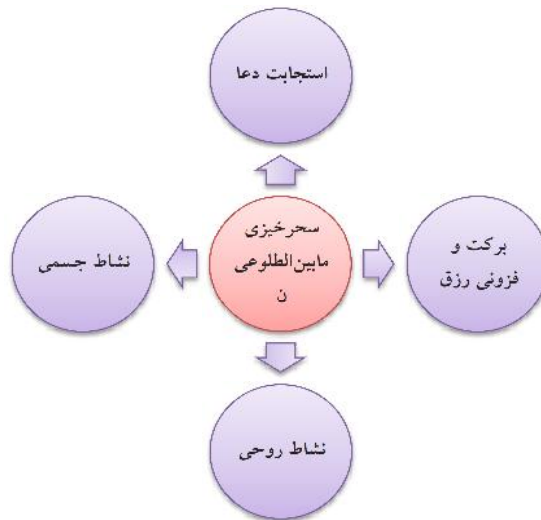
برعکس، بیدارباش و برنامه معنوی در این ساعت، برترین فعالیت زمینه‌ساز توفیق و برکت اقتصادی و نشاط جسمی و روحی، در فعالیت روزانه تعریف شده است (همان؛ کلینی، ۱۳۶۳: ج ۲، ص ۴۷۸).

در احادیث دیگر، اثر ذکر و دعا و استغفار و تلاوت قرآن در این ساعت، در جهت خیر و برکت اقتصادی، قوی‌تر و سریع‌تر و بیشتر از اقدام اقتصادی همچون درنوردیدن سرزمین‌ها و دریاها معرفی شده است؛ بلکه این نتیجه‌بخشی اقتصادی، بی‌همتا تلقی شده است (حرعاملی، ۱۴۰۳: ج ۴، ص ۱۰۳۷، ۱۰۳۵-۱۰۳۶).

استفاده از تنفس صبح و نسیم سحری روح‌افزا در ساعت مابین‌الطلوعین نیز دلیل دیگری برای بیدارباش، است که از باب اهمیت ویژه، در قرآن بدان قسم یاد شده است (تکویر: ۱۸).

تحقیقات علمی نیز، ضرورت بیدارباشی در این وقت را که اکسیژن به حداکثر میزان

شبانه‌روزی‌اش می‌رسد، توصیه می‌کند.



### نمودار ۳. الگوی آثار سحرخیزی قبل از طلوع

لازم به تذکر است که در درجه اول، مراد از اهتمام به وقت مابین‌الطلوعین برای عموم مردم در شرایط عادی، توفیق اقامه نماز اول وقت صبح و بیدار باشی و عدم خواب است؛ در درجه دوم، استفاده معنوی با ذکر و دعا و تلاوت قرآن است که نوعاً، همه وقت را دربرنمی‌گیرد. وقت الباقی، فرصت مناسبی برای صبحانه خواهد بود که از طلوع آفتاب، اشتغال اقتصادی، اداری یا آموزشی آغاز شود.

نکته دیگر آن است که در احادیث، حرکت به سوی اقتضائات زندگی، توأم با ذکر و دعا، با حفظ وضو بعد از نماز واجب، از مصادیق تعقیبات نماز و برنامه معنوی تعریف شده است (حرعاملی، ۱۴۰۳: ج ۴، ص ۱۰۳۴).

با حفظ این شرایط، بخشی از وقت مابین‌الطلوعین می‌تواند برای رسیدن به محل کار یا تحصیل صرف شود.

**– قبل از غروب:** بعد از عصر تا غروب (حدود یک ساعت)

همان‌گونه که گذشت، برنامه معنوی قبل از طلوع و قبل از غروب، مشابه یگدیگر است (اعراف: ۲۰۴، طه: ۱۳۰).

اما از ویژگی‌های قبل از غروب، محاسبه اعمال روزانه و به شکل نمادین توجه به

گذر عمر و نزدیک شدن به غروب عمر و زمان مرگ، و اندیشه درباره وضعیت توشه عمل، برای حسابرسی الهی است؛ از این رو، هماهنگ با طبیعت، نوعی دلشورگی و غربت رفتن از دار دنیا به انسان دست می‌دهد (انشقاق: ۱۹ - ۱۵)؛ به شرط آنکه با خود و خدای خویش خلوت کند و به دنیا مشغول نشود (کلینی، ۱۳۶۳: ج ۲، ص ۵۲۴).

با این نکته، استفاده از وقت معنوی قبل از غروب و خلوت با خویش از مهم‌ترین اوقات محاسبه فعالیت‌های دنیوی و اخروی و ارزیابی عملکرد است.

آنکه خود را در دنیا مسافر می‌بیند نه مقیم، دائماً دغدغه اصلاح عملکرد و تحول بهینه با بهره‌وری هرچه بیشتر در دنیا در راستای آخرت را با خود دارد و به شرایط جاری قناعت نمی‌کند و از تلاش برای رشد و تعالی باز نمی‌ایستد.

پس، از برکات ویژه استفاده از این دو وقت، به‌ویژه قبل از غروب، ارزیابی و نقد اهداف، برنامه‌ها و عملکردها، و اصلاح آنها به‌عنوان سیره دائمی اهل ایمان، به‌ویژه مدیریت اسلامی خواهد بود.

– بعد از نیمه شب، به‌ویژه، ثلث آخر شب

در فرهنگ الهی قرآن و سنت معصومین (ع)، شب‌زنده‌داری، به‌ویژه، در ثلث آخر شب مهم‌ترین وقت معنوی به‌شمار می‌آید که از برنامه‌های آن، نماز شب، ژرف‌اندیشی در قرآن (تدبر و ترتیل)، تفکر خلاق و اندیشه‌های قوام‌یافته و تصمیم‌سازی و تصمیم‌گیری حکیمانه و قاطع است.

«يا أَيُّهَا الْمُرْمَلُ قُمِ اللَّيْلَ إِلَّا قَلِيلًا نِصْفُهُ أَوْ انْقُصْ مِنْهُ قَلِيلًا أَوْ زِدْ عَلَيْهِ وَرَتِّلِ الْقُرْآنَ تَرْتِيلًا؛ إنا سَنُلْقِي عَلَيْكَ قَوْلًا ثَقِيلًا؛ إِنَّ نَاشِئَةَ اللَّيْلِ هِيَ أَشَدُّ وَطْئًا وَأَقْوَمُ قِيلًا؛ إِنَّ لَكَ فِي النَّهَارِ سَبْحًا طَوِيلًا» (مزمل: ۷-۱).

تعبیر «انا سنلقى عليك قولاً ثقیلاً»، دلیل ضرورت شب‌زنده‌داری و ژرف‌اندیشی و سیر در حقایق قرآنی را توانا شدن برای حمل بار مسئولیت عظیم مدیریت و رهبری الهی جامعه بشری برای پیامبر اسلام (ص) معرفی می‌کند.

مفهوم «ناشئة»، از مصدر «نشئت»، آفرینش و پرورش را افاده می‌کند (راغب اصفهانی،

بی‌تا: ص ۵۱۳) و مقصود از «ناشئة اللیل» خلاقیت و آفرینش فکری و ارادی رو به قوت و اشتداد است که در دل شب شکل می‌گیرد.

تعبیر «إن ناشئة اللیل هی اشد وطأ و أقوم قیلاً»؛ دلیل دوم، شب‌زنده‌داری و انس عمیق قرآنی را تذکر می‌دهد که این وقت، از ویژگی خاصی در شکل‌گیری اندیشه‌های قوام‌یافته و تصمیمات محکم و قاطع دارد.

این دو نکته، هم‌گویای بهترین وقت مطالعه قرآن و استخراج اندیشه قوام‌یافته دینی و هم بهترین وقت اندیشه در چگونگی برنامه‌ریزی در حوزه‌های گوناگون زندگی فردی و اجتماعی و به‌ویژه، سازمانی بر مبنای قرآن و چگونگی تصمیم‌گیری و اجرای آن است. تعبیر «إن لک فی النهار سبحا طویلاً» دلیل سوم شب‌زنده‌داری را تذکر می‌دهد که روز، وقت مناسب عمل و اجرا است و نه وقت اندیشه و تصمیم‌گیری! و تلاش و تحرک فراوان عملی، فراغت فکری را سلب و اجازه اندیشه عمیق و پخته را به انسان، به‌ویژه مدیریت نمی‌دهد.

تعبیر «المزمل» از واژه «زمل» است، که معنی «ثقل و سنگینی» را افاده می‌کند (ابن فارس، ۱۴۰۴: ج ۳، ص ۲۵)؛ پس، خطاب به پیامبر خدا (ص) با تعبیر «یا ایها المزمل» به جای خطاب «یا ایها النبی» و «یا ایها الرسول»، به ثقل و سنگینی مسئولیت پذیرفته شده، آن هم با کمال میل و آمادگی اشاره دارد، مسئولیتی که شب قبل (شب بعثت) بر عهده پیامبر (ص) گذاشته شده است:

«ای کسی که با کمال میل و آمادگی، مسئولیت سنگین مدیریت و رهبری الهی را بر عهده گرفته‌ای، برخیز و به توانمند کردن هر چه بیشتر خویش برای ادای حق این مسئولیت عظیم الهی، با شب‌زنده‌داری و تدبیر و ترتیل قرآن اقدام نما».

با این توجه، معلوم می‌شود که رهنمود شب‌زنده‌داری مخصوص پیامبر خدا (ص) نیست، بلکه جزء برنامه‌های اساسی مدیریت و رهبری اسلامی است؛ همان‌گونه که در آخر همین سوره تذکر می‌دهد، در این برنامه شب‌زنده‌داری و فعالیت فکری و معنوی، عده‌ای از اهل ایمان به‌عنوان هسته‌های اولیه مدیریت نظام اسلامی، پیامبر خدا (ص) را

همراهی می‌کردند:

«إِنَّ رَبَّكَ يَعْلَمُ أَنَّكَ تَقُومُ أَدْنَىٰ مِنْ ثُلُثَيِ اللَّيْلِ وَ نِصْفَهُ وَ ثُلُثَهُ وَ طَائِفَةٌ مِّنَ الَّذِينَ مَعَكَ...» (مزمل: ۲۰).

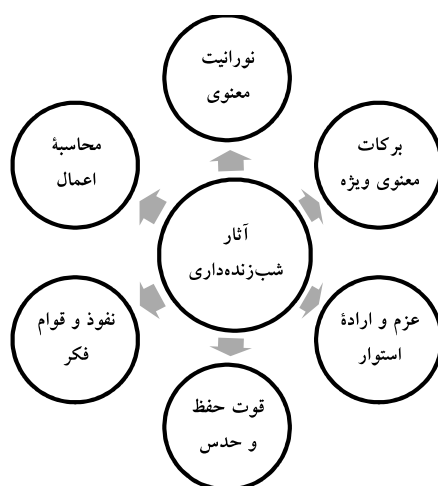
اساساً، به بیان امیر مؤمنان(ع)، خودسازی معنوی از رسالت‌های مدیریت اسلامی است و اختصاصی به پیامبر(ص) و معصوم(ع) ندارد(سید رضی، ۱۴۰۷: ص ۴۸۰).

در آیه‌ای دیگر، از برکات مادی معنوی غیرقابل تصور این شب‌زنده‌داری، برای اهل تهجد و بهره‌مندان از شب‌خبر می‌دهد! (سجده: ۱۷-۱۶)؛ و در سوره‌ذاریات از این شب‌زنده‌داری، به‌عنوان سنت دائمی محسنان، یاد می‌کند(ذاریات: ۱۷-۱۵).

همان‌گونه که به شهادت همسر حضرت امام ره، در طول ۶۰ سال زندگی با ایشان، حتی یک شب، نماز و شب‌زنده‌داری حضرت امام ترک نشد و همان‌گونه که علامه طباطبایی از استادش، سید علی قاضی، عارف بزرگ نقل می‌کند که فرمود: «پسرم دنیا می‌خواهی، نماز شب(را ملتزم باش)؛ آخرت را می‌خواهی نماز شب(را ملتزم باش)».

از سخنان عارفان اهل قرآن معلوم می‌شود، «از لوازم و مقومات مدیریت و رهبری قابل قبول الهی، التزام به بهره‌مندی از نماز شب و انس با قرآن است که حداقل، مدیران ارشد نظام، از مدیران کل گرفته تا رهبری نظام، عناصر اتاق‌های فکر نظام، نمایندگان مجلس، شورای نگهبان، تشخیص مصلحت، انقلاب فرهنگی و... را دربرمی‌گیرد».

«این نکته زمان‌شناسی مناسب تفکر خلاق و تصمیم‌گیری، از مختصات فرهنگ اسلامی است که هنوز در کتب تفکر خلاق و مباحث تصمیم‌گیری در علم مدیریت، به‌عنوان مهم‌ترین وقت اندیشه‌سازی و تصمیم‌سازی و تصمیم‌گیری مورد توجه واقع نشده است».



نمودار ۴. الگوی کلی آثار شب‌زنده‌داری

لازمه استفاده از این وقت ذی‌قیمت برای اهل ایمان، به‌ویژه برای مدیران فرهنگی و اجرایی نظام اسلامی، تغییر اساسی در الگوی ساعات اشتغال است که در محور بعد، توضیح آن می‌آید.

## ۲-۱-۲. الگوی زمانی اشتغال و رفع نیازهای معیشتی

این نظام، به دو بخش قبل از ظهر و بعد از ظهر تقسیم می‌شود:

الف- قبل از ظهر: از طلوع آفتاب تا حداکثر نیم ساعت به ظهر: تلاش اقتصادی اداری یا آموزشی از صبح زود، مورد تأکید فرهنگ دینی است که از نظر طبیعت نیز، در بهترین زمان با بیشترین اثربخشی و کارایی همراه است (همو: ج ۱۲، ص ۱۲، ۱۶، ۴۳، ۵۰).  
تعبیر «بکور»، و «إغتراب»، در روایات بالا، به قرینه لغت و روایات مابین الطلوعین، صبح زود اول طلوع آفتاب است (راغب اصفهانی، بی تا: ص ۵۵)؛ وقتی که کلاغ (غراب) برای تغذیه به پرواز درمی‌آید.

پس، با توجه به برنامه معنوی مابین الطلوعین و امور شخصی، آغاز ساعت اشتغال، طبعاً، از طلوع آفتاب شروع شده، تا حدود نیم ساعت به ظهر ادامه می‌یابد.  
این نیم ساعت برای آن است که حدود یک ربع تا بیست دقیقه، قدری استراحت صورت گیرد که با قدری نشاط و حضور قلب، نماز اول وقت ظهر و عصر (برای عموم، و جماعت) برگزار شود.

چراکه فرد مسلمان با الگوی مطرح‌شده، حداقل از طلوع فجر، بیدار بوده تا این وقت مجموعه فعالیت‌هایی را صورت بخشیده است که خستگی حاصل از آن را، در این وقت قریب به ظهر، به همراه دارد؛ پس نیازمند اندکی استراحت است.

به‌ویژه، برای مدیریت فرهنگی و مدیریت ارشد اجرایی که حداقل، از نیم تا یک ساعت قبل از فجر، بیدار بوده است، این استراحت، ضرورت ویژه می‌یابد؛ این خواب، در حوزه‌های علمیه، به قیلولة قبل از ظهر، شهرت دارد.

این بیدار باشی از طلوع فجر تا نیم ساعت به ظهر، در زمستان، در کوتاه‌ترین روز سال (از ۵/۴۵ تا ۱۱/۴۵)، حدود ۶ ساعت، و در تابستان، در بلندترین روز سال (از ۳ تا ۱۱/۱۵)، حدود ۸/۱۵ ساعت است.

ملاحظه می‌شود، این استراحت مختصر قبل از ظهری، درباره تابستان، با حدود قریب به ۸ ساعت فعالیت‌های مختلف، ضرورت بیشتری می‌یابد.

ب- بعد از ظهر: ۱/۵ الی ۲ ساعت بعد از اذان ظهر (پس از نماز ظهر و عصر، نهار و استراحت) تا نیم الی یک ساعت و نیم به غروب؛ معمولاً نماز اول وقت ظهر و عصر و نهار، یک ساعت را دربرمی‌گیرد؛ نیم تا یک ساعت استراحت بعد از ظهر با توجه به کوتاهی و بلندی روز، ضرورت دارد. توضیح و مستند این ضرورت در مبحث بعد آمده است.

پس فرصت اشتغال بعد از ظهر در زمستان، در کوتاه‌ترین روز سال، بعد از نماز، نهار و استراحت نیم‌ساعته (۱/۳۰ ساعت) تا حداقل نیم ساعت به غروب (از ۱۳/۴۵، تا ۱۶/۴۵)، حدود ۳ ساعت مفید است و در تابستان، در طولانی‌ترین روز سال، از ساعت ۱۳/۴۵ (با یک ساعت استراحت بعد از ظهر) تا ۱۸/۱۵ (تا یک ساعت و نیم به مغرب)، ۴/۵ ساعت مفید است که در مجموع ساعات اشتغال، از اول آفتاب (۷/۱۵)، تا نیم ساعت به مغرب (۱۶/۴۵)، در آغاز زمستان، حدود ۷/۳۰ ساعت، و در آغاز تابستان، از اول آفتاب تا یک ساعت و نیم به غروب (از ۵، تا ۱۸/۱۵)، حدود ۱۰/۴۵ ساعت است که میانگین فعالیت روزانه در طول سال حدود ۹/۱۲ است که از میانگین فعالیت فعلی بیشتر است؛ حال آنکه از نظر کیفیت نیز، برتری بی‌چون و چرایی دارد.



نیم ساعت به مغرب در آغاز زمستان و ۱/۵ ساعت در آغاز تابستان، با توجه به رهنمود بعد از عصر و قبل از غروب در آیات و روایات است که متناسب با کوتاهی و بلندی روز، حداقل ساعات است.

این‌گونه برنامه‌ریزی، هر یک از فعالیت‌های معنوی و اشتغال و استراحت نیمروزی را در بهترین زمان خویش قرار می‌دهد، حتی صرف‌نظر از رهنمودهای دینی، برای نظام‌های غیردینی نیز، دارای بیشترین اثربخشی خواهد بود تا چه رسد به اسلام که جامعیت ویژه‌ی توجه به دنیا و آخرت دارد.

لازم به یادآوری است که برای تعیین ساعت مقرر آغاز کار صبحگاهی می‌توان ساعت طلوع آفتاب در آغاز هر ماه را مبنای شروع کاری ماهانه قرار داد که با این روش، رصد و انس با تحولات طبیعت، سیره عمومی مردم قرار خواهد گرفت که از اهداف مقدماتی اسلام برای درگیر شدن هرچه بیشتر مردم با تحولات طبیعت و سیر فکری و تأملات نفسانی معنوی در آفاق و انفس است (فصلت: ۵۳).

### ۲-۱-۳. الگوی زمانی استراحت و تمدید قوا

سه وقت استراحت، در منطق دینی مطرح است:

الف- از ثلث دوم شب تا قبل از فجر: استراحت شبانه در منطق قرآنی و احادیث مربوط، از اوایل ثلث دوم شب تا قبل از فجر تعریف شده است (نور: ۵۸؛ حرعاملی، ۱۴۰۳: ج ۴، ص ۱۰۶۹؛ همو: ج ۳، ص ۴۰).

برای ایجاد آمادگی، جهت کفایت استراحت شبانه تا اوایل یا اواسط ثلث سوم شب (بنابر اقتضائات)، استراحت نیمروزی ضرورت ویژه دارد و بدون آن، امکان خیزش در ثلث آخر شب وجود نخواهد داشت؛ توضیح این ضرورت در مبحث بعد آمده است.

ب- خواب قیلولة نیم‌ساعتی قبل از ظهر: ضرورت این استراحت مختصر نیمروزی قبل از ظهر در مبحث اشتغال، به مناسبت توضیح داده شد.

ج- استراحت نیم تا یک ساعته بعد از ظهر، پس از نماز و نهار: تغذیه نیمروزی، امتلاء معده و اشتغال قوای مغزی و عصبی به هضم و جذب غذا، در کنار خستگی باقی‌مانده

از فعالیت صبح، میزان هشیاری را کاهش داده، ضرورت خواب نیمروزی را برای تجدید قوا تأکید می‌کند.

در قرآن کریم این استراحت نیمروزی، حتی با لباس راحتی نه با لباس کار، به‌عنوان امری طبیعی تأیید شده است (نور: ۵۸).

در احادیث نیز خواب نیمروزی، نعمت الهی تلقی شده است که از برکاتش، افزایش ضریب هشیاری و حافظه درازمدت است و برعکس، خواب اول روز، مایه آشفتگی و بدخلقی، و خواب بعد از عصر، زمینه‌ساز خرفتی و کم‌عقلی، و خواب بعد از نماز مغرب، موجب محرومیت از رزق الهی، معرفی شده است (حرعاملی، ۱۴۰۳: ج ۴، ص ۱۰۶۶، ۱۰۶۸).

خواب نیمروزی که در فرهنگ دینی، همان قیلولة بعد از ظهر است؛ حداقل در مجموع (لباس راحتی، استراحت و آماده‌شدن به کار بعد از ظهری)، نیم‌ساعت را دربرمی‌گیرد.

تحقیقات میدانی غربیان نیز، نشان داده است که نیم‌ساعت استراحت بعد از ظهری، حداقل نیمی از قوای ازدست‌رفته صبح را بازیافت می‌کند و یک ساعت استراحت بعد از ظهری، تمامی انرژی ازدست‌رفته صبح را احیا می‌کند.

## ۲-۱-۴. الگوی زمانی ارتباطات انسانی غیرشغلی

این الگوی زمانی به دو بخش میان‌هفته و ایام تعطیل شغلی، به‌ویژه جمعه، تقسیم می‌شود:

الف- اوقات میان‌هفته فی مابین نظامات زمانی معنوی و مادی: الگوی زمانی ارتباطات انسانی غیرشغلی، طبعاً در طول هفته شغلی، تابع زمانبندی تأمین ضرورت‌های اولیه معنوی، مادی اشتغال، لذت حلال (تغذیه و زناشویی و استراحت و...) است که بنابر اقتضائات شخصی و خانوادگی تعریف می‌شود و نوعاً، خارج از تعریف حکومتی است.

ب- تعطیلی شغلی روزهای جمعه و برنامه‌های جایگزین: روز جمعه، در فرهنگ اسلامی مهم‌ترین ایام معنوی شخصی خانوادگی اجتماعی است؛ از این رو، سید الأیام

و روز عید لقب گرفته است و حتی افضل از عید فطر و عید قربان معرفی شده است؛ از این رو، ارزیابی عملکرد خیر و شرّ مضاعف است (همو: ج ۵، ص ۶۷، ۶۶). جمعه، روز ویژه استجابت دعا، روز ظهور امام زمان (ع) و روز وقوع قیامت است (همو: ج ۵، ص ۶۹، ۶۷، ۶۶). نیز، روز ویژه نظافت شخصی، هدیه و ارتباطات اجتماعی ویژه در قالب نماز جمعه و غیره است (همو: ج ۵: ص ۷۸، ۷۰، ۶۶).

با توجه به اهمیت ویژه این روز، بر حاکمیت اسلامی است که با فرهنگ‌سازی اجتماعی و ارزش‌گذاری معنوی از طریق صدا و سیما و از طریق تسهیلات مادی و پرداخت‌های ویژه و غیره در این روز، زمینه‌های نهادینه کردن اهتمام به روز جمعه را فراهم کند تا بیشترین بهره‌وری مادی معنوی جامعه، در این روز مبارک، حاصل شود و این خود، مقدمه حضور پر نشاط در فردای کاری روز شنبه خواهد بود؛ از جمله لوازم این معنی، تغییر نظام ساعات در طول هفته، براساس الگوی اسلامی است تا این روز، به جای حداکثر بهره‌وری مادی معنوی، به رفع خستگی مفرط ایام هفته تبدیل نشود.

## ۲-۱-۵. نحوه هماهنگی نظام مدیریت ساعات شبانه‌روزی اسلامی، با دول دیگر در

### شرایط اختلاف افق

اختلاف افق، بین دول، امری اجتناب‌ناپذیر است و هرگونه نظام تدبیر ساعات شبانه‌روز، به هر حال، ارتباط مستقیم با بخشی از جهان را ناممکن می‌کند.

باید سازمان‌ها را براساس ضرورت ارتباط مستقیم با دول و میزان ارتباط، طبقه‌بندی کرد و بخشی از فعالیت سازمان را به میزان نیاز، هم به شکل چرخشی نسبت به کارکنان و متناسب با کشورهای مقصد، تمامی هفته را به صورت انعطاف‌پذیر به دو یا سه شیفت کاری در شبانه‌روز تعریف کرد، و هم حضور شغلی در این بخش، در صورت امکان گردش تعریف شود تا به اشتغال طولانی مدت برای افراد خاص، در این بخش، منجر نشود.

معمولاً، در اکثر سازمان‌ها یا ضرورت ارتباط با خارج از کشور وجود ندارد، و یا ارتباط مستقیم بالفعل ضرورتی ندارد؛ از این رو، بخش کوچکی درگیر ارتباط مستقیم بالفعل

خواهد بود که با سیاست یادشده یا مشابه آن، قابل حل و فصل است و افراد درگیر ارتباط، جهت تنظیم و تدبیر اوقات، همان‌طور که در اصل جایگزینی فعالیت‌ها ذکر شد، عمل خواهند کرد.

به‌هرحال، برای اکثریت قاطع جامعه، نظام مدیریت اوقات شبانه‌روزی با تدبیر حاکمیت اسلامی، قابل اجرا خواهد بود.

## ۲-۲. نظام کلی سالانه مدیریت اوقات شبانه‌روزی از منظر اسلام

در اسلام، علاوه‌بر نظام اوقات معنوی شبانه‌روز هفتگی، نظام سالیانه اوقات معنوی طراحی شده است که پاسخی به نیاز معنوی دوره‌ای انسان است.

### ۲-۲-۱. الگوی زمانی تهذیب نفس و... و تقلیل یا حذف اشتغال معیشتی

مهم‌ترین نیاز معنوی سالیانه، برنامه عبادی ماه مبارک رمضان است:

- روزه ماه رمضان: برنامه عبادی ماه رمضان ترکیبی از امساک از خوردن و آشامیدن، و رذایل اخلاقی و استغفار، دعا، مناجات و نماز، و اهتمام به امر دردمندان و گرفتاران، به‌ویژه فقرا و مساکین دنیا و آخرت است.

طبعاً، پایه توانمندی برای بهره‌مندی از این ماه معنوی روزه شرعی است؛ از این رو، قدری تقلیل تلاش اقتصادی، برای ایجاد فرصت و توان برای امور معنوی، به‌ویژه برای مدیران ارشد و نخبگان و سکانداران فرهنگی ضروری است.

این تقلیل ساعات فعالیت مادی و افزایش برنامه معنوی، ابتدا در افزایش کیفیت معنوی و تقوای افراد (روحیه پرهیز از رذایل، و نشاط روزافزون به عمل صالح)، نقش بارزی دارد؛ این کیفیت معنوی و تقوای نفسانی در میان‌مدت و درازمدت، اثربخشی و کارایی هرچه بیشتر اقتصادی را نیز در پی خواهد داشت (اعراف: ۹۶؛ سید رضی، ۱۴۰۷: ص ۴۸۴).

- شب‌ها و روزهای قدر: طبعاً به تقلیل ویژه ساعات، به جهت اهتمام معنوی ویژه شب‌های قدر در ایام شب‌های قدر تأکید شده است.

- روز عرفه از ظهر تا غروب: روز عرفه (ظهر تا غروب روز نهم ذی‌الحجه)، بعد از ماه رمضان، از مهم‌ترین ایام غفران و آمرزش و استجاب دعا است؛ از این رو، امام صادق (ع)

فرمودند:

«کسی که در ماه رمضان آمرزیده نشود، دیگر آمرزیده نخواهد شد، مگر اینکه روز عرفه را درک کند» (کلینی، ۱۳۶۳: ج ۴، ص ۶۶).

پس ضرورت دارد این روز، تعطیل عمومی اعلام شود تا با فرهنگ‌سازی مناسب آن، جامعه اسلامی از برکات معنوی و فرصت ویژه این بعد از ظهر تا غروب، بهره‌مند شوند.

– اعیاد مذهبی: فطر، قربان، غدیر، شعبان و....

– اعیاد ملی-مذهبی: نوروز، ۲۲ بهمن، ۱۲ فروردین، و....

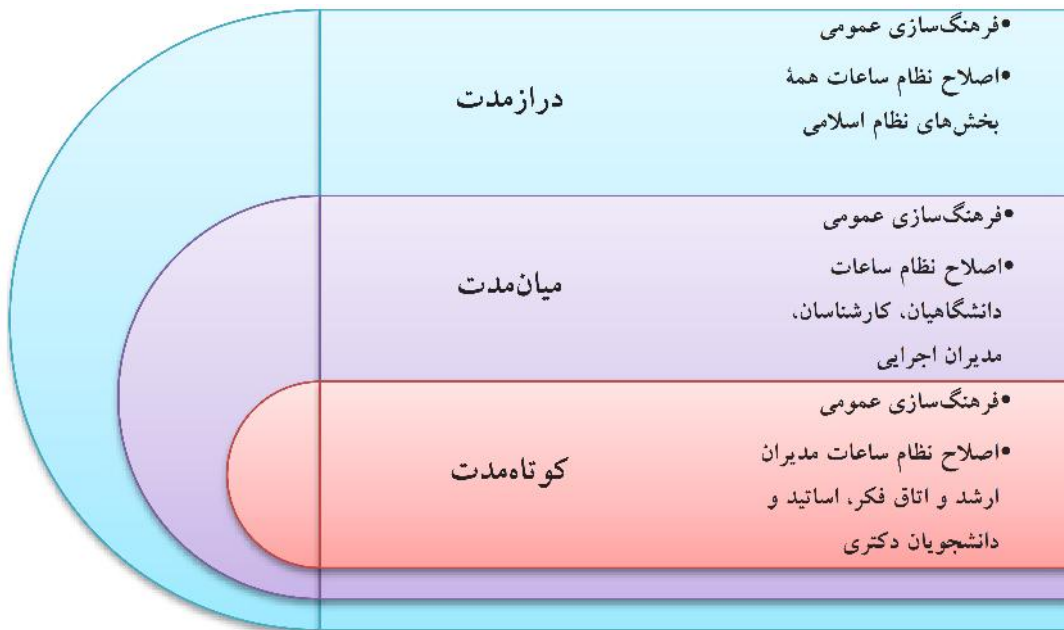
۲-۲-۲. الگوی زمانی استراحت شغلی سالیانه: متناسب با اقتضائات و عرف رایج

### ۳. پیش‌نویسی از راهکارهای اجرایی پیشنهادی

عملی کردن الگوی کلی مدیریت اوقات شبانه‌روزی نیازمند سیاست تدریج در اجرا، متناسب با ظرفیت و اقتضائات اقشار مختلف است؛ از این رو، مناسب است در سه مرحله کوتاه‌مدت، میان‌مدت، و درازمدت به اجرا درآید. اجرای آزمایشی این طرح، در سه یا چهار استان با اقتضائات مختلف اقلیمی نیز می‌تواند محکی برای نحوه پیاده کردن آن در کل کشور قرار گیرد.

اجرای اولیه شجاعانه و هوشمندانه طرح هدفمند کردن یارانه‌ها نیز با وجود تفاوت‌ها، از جهاتی می‌تواند تجربه خوبی برای تدبیر و اجرای شجاعانه و هوشمندانه و صبورانه این طرح عظیم و حیاتی، مورد توجه قرار گیرد. در اینجا لازم به تذکر مجدد است که طراحی راهکار اجرایی، خود پروژه عظیم مستقلی است و تذکرات زیر، صرفاً در حد پیش‌نویس ابتدایی است؛ بنابراین، روش‌های اجرایی دیگر، قابل پیشنهاد است که در اجرا باید به آزمون گذارده شود.

به جهت محدودیت صفحات، صرفاً به ارائه مدل مفهومی بسنده می‌شود:



نمودار ۴. الگوی کلی پیشنهادی راهکار اجرایی تحول نظام اوقات

امید آنکه، با درک حکومت محوری جامع‌نگرانه نظام فقهت به قرآن و سنت معصومین(ع)، و علم مناسب به زمان، و تخصصی‌شدن ویژه ابواب فقهی، امر فقهت هرچه تواناتر در خدمت نظام اسلامی و به‌ویژه ارائه الگوی اسلامی علوم انسانی و بومی کردن آن قرار گیرد.

## کتاب نامه

- قرآن کریم.
- ۱. ابن شعبه بحرانی، حسن بن علی. ۱۴۱۶ه.ق. تحف العقول عن آل الرسول(ص). قم. نشر جامعه مدرسین. چ ۴.
- ۲. ابن ابی جمهور، الاحسائی. ۱۴۰۵ه.ق. غوالی اللغالی. قم. نشر سید الشهداء. چ ۱.
- ۳. ابن فارس، زکریا. ۱۴۰۴ه.ق. معجم مقائیس اللغة. قم. مکتب الاعلام الاسلامی.
- ۴. رابینز، استیفن پی. ۱۳۸۵ه.ش. رفتار سازمانی. ترجمه پارسائیان و اعرابی. تهران. دفتر پژوهش های فرهنگی. چ ۱۰.
- ۵. تریسی، برایان. ۱۳۸۹ه.ش. مدیریت زمان. ترجمه یلدا بلارک. تهران. نشر بیان. چ ۵.
- ۶. حر عاملی، محمد بن حسن. ۱۴۰۳ه.ق. تفصیل وسائل الشیعه الی تحصیل مسائل الشریعه. بیروت. احیاء التراث العربی. چ ۵.
- ۷. حویزی، عبد علی. بی تا. نور الثقلین. قم. نشر اسماعیلیان.
- ۸. راغب اصفهانی، حسین بن محمد. بی تا. معجم مفردات الفاظ القرآن. تهران. المکتبه المرتضویه. بی چا.
- ۹. رضائیان، علی. ۱۳۸۰ه.ش. مبانی سازمان و مدیریت. تهران. نشر سمت. چ ۲.
- ۱۰. ری شهری، محمد محمدی. ۱۳۶۷ه.ش. میزان الحکمة. تهران. مکتبه الاعلام الاسلامیه. چ ۲.
- ۱۱. سید رضی، محمد بن حسین. ۱۴۰۷ه.ق. نهج البلاغه. قم. دارالهجره. چ ۱.
- ۱۲. سیوطی، عبد الرحمن. ۱۴۰۹ه.ق. الدر المنثور فی التفسیر المأثور. بیروت. دارالفکر. چ ۲.
- ۱۳. صدوق، محمد بن علی بن بابویه. ۱۴۰۳ه.ق. الخصال. قم. نشر جامعه مدرسین.
- ۱۴. قانون اساسی جمهوری اسلامی ایران. ۱۳۸۴ه.ش. تهران. نشر دوران. چ ۳۵.
- ۱۵. کلینی، محمد بن یعقوب. ۱۳۶۳ه.ش. الکافی. تهران. دارالکتب الاسلامیه. چ ۵.
- ۱۶. مجلسی، محمد باقر. ۱۴۰۳ه.ق. بحارالانوار الجامعة لدرر اخبار الائمة الاطهار(ع). بیروت. دار احیاء التراث العربی. چ ۳.
- ۱۷. مکارم شیرازی، ناصر. ۱۳۶۶ه.ش. تفسیر نمونه. تهران. دارالکتب الاسلامیه.
- ۱۸. نوری، میرزا حسین. بی تا. مستدرک الوسائل و مستنبط المسائل. بیروت. آل البيت لاحیاء التراث.
- ۱۹. نقی پورفر، ولی الله. ۱۳۸۲ه.ش. مجموعه مباحثی از مدیریت در اسلام. تهران. مرکز مطالعات و تحقیقات مدیریت اسلامی. چ ۱.

