

## مدیریت زمان در نهج البلاغه

طاهره سادات طباطبایی مزرعه نو\*

### چکیده

زمان یکی باارزشترین چیزهایی است داریم ولی به اندازه اهمیتش از جایگاه و منزلتی برخوردار نیست. علت بسیاری از ناکامی‌های جبران‌ناپذیر زندگی فردی و اجتماعی ما حاصل عدم استفاده مطلوب از زمان است و تنها در سایه مدیریت بهینه از زمان است که می‌توانیم به خواسته‌های خود دست یابیم.

مولای متقیان حضرت علی (ع) در نهج البلاغه با ترسیم زندگانی گذشتگانی که به بطالت عمر خود را سپری نموده‌اند، سعی در القاء این تفکر دارند که برای زندگی خویش ارزش قائل شده و آن را در ادامه راه چنین افرادی قرار ندهید. توجه دادن به گذر سریع زمان و تمام شدن عمر، راه دیگری است برای هوشیار نمودن آدمی که آن حضرت (ع) سعی در تفهیم این مهم در عبارات خویش دارند.

در نوشتار حاضر، بمنظور بهره‌مندی از اندیشه ناب و زلال علوی، ابتدا مبانی نظری مدیریت زمان (مباحثی از قبیل زمان، انسان‌شناسی و رابطه انسان و زمان) در نهج البلاغه مورد توجه قرار گرفته و سپس مبانی عملی مدیریت زمان در نهج البلاغه مورد بررسی قرار گرفته است که در آن به بررسی مدیریت بر خویشتن و چگونگی آن و راهبردهای عملی مدیریت زمان پرداخته می‌شود و در خاتمه به برخی از علل اتلاف وقت اشاره می‌گردد.

**کلیدواژگان:** مدیریت زمان، مدیریت خویشتن، اغتنام فرصت، نهج البلاغه

---

\*. دکتری علوم قرآنی دانشگاه قرآن و حدیث قم، ta\_tabatabaei۷۷۲@yahoo.com

## مقدمه

اگرچه زمان سرمایه ارزشمندی است اما گذرا و تمام شدنی است و تنها کسانی که از لحظه لحظه این سرمایه در راه سعادت و کمال خویش بهره می‌گیرند، در آینده و در پایان عمر گرفتار حسرت بر گذشته نخواهند شد. علت بیشتر ناکامی‌های زندگی فردی و اجتماعی ما حاصل عدم استفاده مطلوب از زمان است. پیشرفت انسان بسته به فعالیتی است که به موقع و از راه صحیح در طی دستیابی به مقصود خود می‌دهد. بنابراین انسان باید وقت‌شناس باشد و از لحظات خود کمال استفاده را بکند و بدون مسامحه و اهمال، از آنها بهره‌برداری کند.

مولای متقیان حضرت علی (ع) که خود شاگرد شایسته پیامبر اسلام (ص) و مکتب الهی وحی بودند و در کلاس تربیت قرآن شخصیت باعظمتشان شکل گرفته بود، در نهج البلاغه با ترسیم زندگانی گذشتگانی که به بطالت عمر خود را سپری نمودند سعی در القاء این نحوه تفکر دارند که برای زندگی خویش ارزش قائل شده و آن را در تداوم راه چنین افرادی قرار ندهیم. توجه دادن به گذر سریع زمان و تمام شدن عمر راه دیگری است برای هوشیار نمودن آدمی که آن حضرت (ع) با عبارات گوناگون سعی در تفهیم آن دارند.

## مبانی نظری مدیریت زمان در نهج البلاغه

## الف) زمان

مراد از زمان در احادیث و روایات (گذشته از معنای فلسفی و فیزیکی آن) چند امر است: یک معنای آن، همان گذشت ساعات و لحظات شب و روز و ماه و سال است؛ چنانکه امیرالمؤمنین (ع) می‌فرماید: «الدهر یُخْلِقُ الْإِبْدَانَ وَ یُجَدِّدُ الْآمَالَ وَ یُقَرِّبُ الْمَنِيَةَ. یَبَاعِدُ الْأَمْنِيَةَ مِنْ ظَفَرٍ بِه نَصَبٍ، وَ مِنْ فَاتِهِ تَعَبٌ»؛ روزگار بدن‌ها را کهنه و آرزوها را جدید می‌کند و مرگ را نزدیک و خواسته‌ها را دور می‌سازد. کسی که به آن دست یابد خسته می‌شود، کسی که به آن نرسد، رنج می‌برد (نهج البلاغه، حکمت ۷۲).

معنای دیگر زمان، عبارت از اوضاع حاکم بر جامعه و مقتضیات آن است؛ یعنی آگاهی از احتیاجات و نیازهای زمان و موقعیتها و خصوصیات آن. امیرالمؤمنین (ع) در این خصوص می‌فرماید: «الدهر یومان، یوم لک و یوم علیک. فإذا کان لک فلا تبطر و إذا کان علیک فاصبر»؛

دنیا دو روز است: روزی به سود تو و روزی به ضرر تو. هر وقت چرخ نیلوفری به نفع تو گردید، سرمست و مغرور نشو و هنگامی که به ضرر تو چرخید مایوس نشو و صابر باش (همان، حکمت ۳۹۶). همچنین می‌فرماید: «الناس بزمانهم أشبه منهم بآبائهم»؛ مردم به زمان خود شبیه‌ترند تا به پدران خود (الشریف الرضی، ۱۴۰۶ق: ۱۱۵؛ ابن ابی‌الحدید، ۱۹۶۵م: ۲۰۹/۱۹).

معنای دیگر زمان آن است که مراد آشنایی و آگاهی به روزها و شبها و ساعات خاصی است که مورد توجه خداوند و اولیای خدا می‌باشد؛ مانند شب و روز قدر، که بسیار مورد عنایت ربوبی است تا جایی که خداوند می‌فرماید: «لیله القدر خیرٌ من ألف شهر»؛ شب قدر از هزار ماه (بیش از ۸۳ سال عمر) بهتر است (قدر/۳)، یا روز عرفه برای عموم مسلمین به خصوص حاجیان و میهمانان الهی در سرزمین عرفات، و یا روزها و شبهایی که متعلق به پیامبر(ص) و امامان (ع) می‌باشد و شب و روز ولادت و یا شهادت آن بزرگواران و یا ساعت و روز و شبی که آدمی موفق به توبه و کار خیری می‌شود و یا توفیق عبادتی و توجهی به پروردگار خود می‌یابد. شاید حدیث نبوی از پیامبر(ص) به همین معنا باشد که فرمودند: «إنَّ لربِّکم فی آیام دهرکم نفعات ألا فتعرضوا لها» (مجلسی، ۱۴۰۳ق: ۶۸ / ۲۲۱؛ المتقی الهندی، ۱۴۰۹ق: ۷ / ۲۱۳۲۴، ۷۶۹)؛ محققاً در روزهای عمر شما نسیم‌های لطف و رحمت الهی می‌وزد، مراقب باشید تا خود را در معرض آن نسیم‌ها قرار دهید (مبادا از آن اعراض کنید و بی‌خیال و بی‌تفاوت بیاید و بگذرد و شما مغبون و زیان کرده شوید).

اگر از افقی وسیع‌تر به این موضوع نگریسته شود، می‌بینیم که این‌ها فرصتهای سرنوشت‌ساز در عمر هر انسانی می‌باشد؛ مانند فرصت جوانی قبل از پیری، فرصت سلامتی پیش از بیماری، فرصت ثروت و غنا قبل از فقر و نداری، فرصت آسایش قبل از مشغولیت و فرصت حیات و زندگی قبل از مرگ. اینها همگی از فرصتهایی است که باید مورد بهره‌وری قرار گیرد، قبل از آنکه موجب غصه و حسرت و افسوس آدمی گردد.

ممکن است مراد از زمان، موقع‌شناسی جهت اقدام به هر کاری و یا ترک آن باشد. یکی از اسباب موفقیت و پیروزی انسان در کارها، وقت‌شناسی و اقدام کردن به موقع است.

کسانی در زندگی خود آن چه انجام داده و می‌دهند بر محور وظیفه و تکلیف الهی است، زمانه خود و اوضاع آن را و موقعیت اقدام یا ترک کاری را خوب می‌شناسند، لذا قیام و قعود آنها، فریاد و سکوتشان هر دو پیروزی است. مصداق اتمّ این ویژگی، پیامبر(ص) و اهل بیت (ع) می‌باشند. حضرت علی (ع) در این خصوص می‌فرماید: «أفّاح من نهض بجناح، أو استسلم فأراح. هذا ماء آجن و لقمه يعضُّ بها آكلها، و مجتنى الثمره لغير وقت ايناعها كالزراع بغير ارضه» (نهج البلاغه، خطبه ۵)؛ (دو کس راه صحیح را پیموده اند) آن کس که با داشتن یار و یاور و نیروی کافی به پاخاست و پیروز شد و آن کس که با نداشتن نیروی کافی کناره‌گیری کرد و مردم را راحت ساخت. این گونه زمامداری چون آبی متعفن و یا لقمه‌ای گلوگیر است. آنان که میوه را پیش از رسیدن بچینند، به کسانی می‌مانند که بذر را در کویر و شوره زار بپاشند (مکارم شیرازی، بی‌تا: ۷۴/۱؛ قاسمی منفرد، ۱۳۸۶: ۱۶-۲۱).

#### زمان مطلق و معدود

امیرالمؤمنین (ع) در وصف خداوند می‌فرمایند: برای خداوند وقتی معین و سرآمدی مشخص نمی‌توان تعیین کرد؛ «و لا وقت معدود و لا اجل ممدود» (نهج البلاغه، خطبه ۱). حضرت (ع) وقت را جزو شمردنیها توصیف کرده‌اند؛ چنانکه خداوند می‌فرماید: «فی ایام معدودات» (بقره/۲۰۳) یعنی در روزگاران شمرده می‌شود و یا می‌فرماید: «وما نوخر الا لاجل معدود» (هود/۱۰۴). وقت معدود وقتی است که معلوم باشد و به شمارش و محاسبه درآید. وقت مطلق از آن جهت که مطلق است قابل شمارش نیست بلکه مبداء شمارش است. وقت از آن جهت قابل شمارش قرار می‌گیرد که دارای تعدد در زمان باشد و یا به اعتبار حوادثی باشد که در زمانهای مختلف اتفاق می‌افتد. مقصود حضرت (ع) از وقت معدود و اجل ممدود، نفی نسبت ذات حق تعالی از داشتن زمان و مدتی است که دارای پایان باشد؛ یعنی هرگاه زمان پایان یابد، وجود او نیز به پایان می‌رسد. یکی از صفات ثبوتی حق تعالی ابدیت و ازلیت است؛ بدین معنا که خدای متعال باقی است، همیشه بوده و پیوسته خواهد بود؛ چه آنکه واجب‌الوجود بودن او هرگونه احتمال عدم را درباره او نفی و طرد نموده است. افزون بر آن، به طور کلی زمان در وجود خدا نقش ندارد و گذشته، حال

و آینده برای او قابل تصور نیست؛ زیرا خدا مافوق زمان است و اصلاً زمان آفریده خود اوست و ابدی و سرمدی است.

امیرالمؤمنین (ع) می‌فرماید: «لاتصحبه الاوقات و لاتترده الادوات، سبق الاوقات كونه و العدم وجوده و الابتداء ازله» (نهج البلاغه، خطبه ۲۲۸)؛ زمان در وجود خدا نقشی ندارد، وسایل گردش جهان او را خسته نمی‌کند، خدا قبل از زمان وجود داشته است، وجود خدا بر عدم او و ازلیت او بر آغازش سبقت داشته است (مختاری مازندرانی، ۱۳۷۴: ۱۳۰-۱۳۱).

### زمان‌بندی در تدبیر الهی

امام (ع) پس از آنکه ایجاد عالم را به خداوند جهان نسبت می‌دهد، به طور مفصل اشاره به ترتیب از جهت تازگی صنع و حکمت می‌کند که چگونه جهان مطابق حکمت بالغه الهی پیش از ایجاد، به طور تفصیلی در علم خداوند وجود داشته است: «أَحَالَ الْأَشْيَاءَ لِأَوْقَاتِهِ» (نهج البلاغه، خطبه ۱). این جمله اشاره به نکته مهمی دارد که در قرآن مجید نیز مکرر بر آن تأکید شده است و آن این است که همه موجودات جهان خلقت و ماده، دارای زمان‌بندی خاصی هستند و در عین وجود تضاد و اختلاف در آنها، با یکدیگر هماهنگی دارد و همدیگر را تکمیل می‌کنند و همواره با یک نظم درون‌ذاتی و برون‌ذاتی هدایت می‌شوند و به صورت کاروانی هماهنگ و همگام به سوی هدف نهایی در حرکتند و از مسیر خود منحرف نمی‌شوند. برگ و بار درختان در فصل بهار و تابستان، پژمردگی و خشکی آنها در پاییز و زمستان، حرکت خورشید در برجهای دوازده‌گانه، چگونگی نظام شب و روز و حرکت زمین به دور خود و همچنین قوای درونی و برونی انسان، همگی گواه بر این هدایت تکوینی الهی هستند؛ همانگونه که قرآن از زبان موسی (ع) می‌فرماید: «ربنا الذی اعطى كل شیء خلقه ثم هدی؛ پروردگار ما کسی است که به هر چیز آفرینش ویژه‌اش را داد و سپس هدایت فرمود» (طه / ۵۰). همچنین می‌فرماید: «و ان من شیء الا عندنا خزائنه و ما ننزله الا بقدر معلوم؛ جز این همه چیز نزد ماست و جز به مقدار معلوم (و مطابق نظم و حساب خاص) آن را نازل نمی‌کنیم» (حجر / ۲۱). این در حقیقت یکی از نشانه‌های مهم خداوند در عالم هستی است

که هر قدر انسان در آن بیشتر بیندیشد و مسأله هدایت تکوینی و نظم و زمان‌بندی و تألیف بین مخلوقات گوناگون را بیشتر مورد توجه قرار دهد، با عمق آن آشنا تر می‌شود (مکارم شیرازی، بی تا: ۱۱۱).

در بعضی نسخه‌های نهج البلاغه، این عبارت چنین آمده است: «أَجَالَ الْأَشْيَاءَ لِأَوْقَاتِهِ» مقصود، اشاره به وابستگی اشیاء به زمانهای خودشان برحسب آنچه در لوح محفوظ به قلم الهی مقرر شده است می‌باشد، به گونه‌ای که هیچ متقدمی متأخر و یا متأخری متقدم نمی‌شود. معنای لغوی «اجاله»، انتقال یافتن هر چیزی به وقت خاص خود و تحویل آن از عدم و امکان صرف به مدت معینی است که برای وجودش لازم است. حرف لام در کلمه «لاوقاتها» بیان‌کننده علت است؛ یعنی خداوند اشیاء را به این دلیل که دارای وقت معینی می‌باشند ایجاد کرده است، زیرا هر وقتی برحسب قدرت و علم خداوند جایگاه خاصی دارد که در غیر آن واقع نمی‌شود و به عبارت دیگر، معنای «تأجیل» این است که خداوند اوقات را ظرف معینی برای اشیاء قرار داده که از آن مقدم و مؤخر نمی‌شوند؛ چنانکه می‌فرماید: «إذا جاء أجلهم لا يستأخرون ساعة ولا يستقدمون» (ابن میثم بحرانی، ۱۳۶۲: ۲۸۶). بنابراین خداوند همه چیز را در زنجیره زمان به نظم کشیده است (معادیخواه، ۱۳۷۲: ۲۹۸۵).

#### ماه و خورشید، تقویم طبیعت

«جعل شمسها آیه مبصره لنهاها و قمرها آیه ممحوه من ليلها و اجراهما في مناقل مجراهما و قدر سيرهما في مدارج درجهما ليميز بين الليل و النهار بهما و ليعلم عدد السنين و الحساب بمقاديرهما» (نهج البلاغه، خطبه ۹۱). با درخشش خورشیدش، روز را نشانه‌ای، و با نور رنگ‌باخته ماه، شب را نشانه‌ای دیگر ساخت و هر دو را، در خطی معین، روان کرد و مدار حرکتشان را رقم زد تا با آنان شب و روز را متمایز کند و بدینسان شمار سالیان و محاسبه تاریخ را ممکن سازد (همان، ۲۹۸۶). «والشمس و القمر دائبان في مرضاته، بيليان كل جديد و يقربان كل بعيد» (نهج البلاغه، خطبه ۹۰). (آفتاب و ماه در مسیر رضایت او در حرکتند، هر تازه‌ای را که می‌نمایند و هر دوری را نزدیک) خاصیت قرار گرفتن در جویبار حرکت خورشید و ماه و همه ثوابت و سیارات سپهر نیلگون هر اندازه هم که از خود دوام و ثبات نشان بدهند،

تدریجاً به پایان سرنوشت خود که فنا و زوال است نزدیک می‌شوند، و هر چیزی که در شعاع تیررس خورشید و ماه قرار گرفته است چه تحت تاثیر آن دو قرار بگیرد یا نگیرد، در مجرای حرکت رو به پایان سرنوشت می‌رود. توالی و تعاقب خورشید و ماه و شب و روز بیشتر و روشن‌تر از دیگر نموده‌های عوامل حرکت، رو به زوال بودن اشیاء و کهنه شدن تازه‌ها و نزدیک شدن دورها را اثبات می‌کند.

### ب) انسان

ارزش انسان در فرهنگ اسلامی به قدری است که خداوند او را جانشین خود بر روی زمین قرار داده است؛ چنانکه فرشتگان او را سجده کنند و همه آسمانها و زمین مسخر اویند.

#### انسان‌شناسی در کلام امیرالمؤمنین (ع)

امیرالمؤمنین (ع) در نهج البلاغه انسان را هم در قلمرو «چنانکه هست» و هم در قلمرو «چنانکه باید باشد» کاملاً توضیح و تفسیر نموده و در این راستا از آیات قرآنی در حد اعلا بهره گرفته است، لذا ما می‌توانیم انسان را در قلمرو سخنان امیرالمؤمنین (ع) در پرتو قرآن بشناسیم؛ به خصوص که طرح‌کننده مسائل مزبور درباره انسان، خود یک انسان کامل است و با همه ابعاد و مختصات انسان «آنچنانکه هست» و انسان «آنچنانکه باید باشد» عجین است و از قله‌ای مرتفع به این موجود دارای سطوح گوناگون می‌نگرد. می‌توان از سه راه به انسان‌شناسی کامل آن حضرت (ع) در هر دو قلمرو پی برد:

**راه اول:** رابطه‌ای که علی بن ابیطالب (ع) با خود داشته است. ایشان به خوبی توانسته رابطه خود را با جهان هستی تنظیم نماید و این تنظیم چنانکه احتیاج به درک و شناخت جهان هستی دارد، نیازمند شناخت همه‌جانبه خویشتن نیز می‌باشد و این اصل را باید پذیرفت که کمیت و کیفیت شناخت انسانها، ارتباط مستقیم با کمیت و کیفیت شناخت خویشتن دارد.

**راه دوم:** علی بن ابیطالب (ع) نه تنها از یک خودشناسی شخصی که از سیاحت در درون ذات ناشی می‌گردد، برخوردار بوده است، بلکه کثرت و تنوع و تضاد حوادث و رویدادهایی که از آغاز حیات ایشان با پیامبر اکرم (ص) همراه بوده، به قدری است که

گویی جهان هستی و تاریخ بشری نمونه همه حقایق و رویدادهایی را که در نهاد و صور آن دو قلمرو بوده و خواهد بود، برای ایشان نشان داده و آن حضرت (ع) را در انسان‌شناسی به حد اعلا رسانده است.

راه سوم: تصفیه و تزکیه درونی در عالی‌ترین درجه خودسازی که بهترین و منحصرترین راه شناخت صفات عالی انسانی و مراتب صعود او به کمال ممکن و اضداد آن می‌باشد و به اصول و قوانین و فعالیت‌های اصیل روح و روان انسانی کمک جدی می‌نماید، راه سوم در انسان‌شناسی حضرت (ع) است. همه مطلعین از طرز تفکر و زندگی عینی امیرالمومنین (ع) به این امر اذعان دارند که ایشان در حد اعلی در این مسیر طی طریق کرده‌اند. امیرالمومنین (ع) کتاب آسمانی قرآن را که کتاب انسان است در همه سطوح در حد اعلا درک نموده‌اند، به طوری که اگر در متن سخنان آن بزرگوار و یا انگیزه گفتارها و نتایج آنها به حد لازم و کافی دقت شود، درخشش آیات قرآنی هویداست. وانگهی اگر بخواهیم انسان را از هر بعدی مورد شناسائی قرار دهیم، نزد آن حضرت همه را خواهیم یافت.

### ج) رابطه انسان و زمان

گذشت زمان و سپری شدن روز و شب و کاهش پیوسته عمر و فرصت از روشن‌ترین واقعیت‌هاست. با این حال انسان از این موضوع غافل است و از همین رهگذر خسارت بسیاری می‌بیند. نخستین شرط برای استفاده بهینه از عمر، قبول آن به عنوان «سرمایه» ای منحصر به فرد است. به کارگیری سرمایه با بهترین روش و داشتن تجربه و پشتکار، یکی از مهمترین عوامل موفقیت است و کوچکترین غفلت، زیان فراوان در پی دارد. در مورد عمر نیز هر فرد با استفاده صحیح و دقیق از نعمت ارزشمند آن، لحظه‌های حیات خویش را پربار و سودمند می‌سازد؛ چنانکه علی (ع) می‌فرماید: «أَيُّهَا النَّاسُ! اتَّقُوا اللَّهَ، فَمَا خُلِقَ امْرُؤٌ عَبَثًا فَيَلْهُوُ وَلَا يَتْرَكَ سُدًى فَيَلْغُوُ»؛ ای مردم، از خدا پروا کنید. هیچ کس بی‌هوده آفریده نشده است تا به بازیچه مشغول شود و به حال خود رها نشده است که به دنبال بی‌هوده برود (همان، حکمت ۳۷۰).

با هر نفس، آنی از فرصت‌های دنیا کم می‌شود و گامی به سوی نقطه صفر این سرمایه گرانبها برداشته می‌شود. پس بازنده‌ایم اگر این فرصتها و امکانات، ابزار هدایت و



تعالی روحمان نگردد. علی (ع) در نهج البلاغه گذر پرشتاب لحظات عمر را این گونه بیان می‌کند: «چه شتابان است ساعتها در روز و چه پرشتاب است روزها در ماه و چه سریع می‌گذرد ماه‌ها در سال و چه پرشتاب است سال‌ها در عمر» (همان، خطبه ۱۸۸، خطبه ۲۳۰). همچنین در کلامی دیگر نیز می‌فرماید: «الْفُرْصَةُ تَمُرُّ مَرَّ السَّحَابِ فَانْتَهِزُوا فُرْصَ الْخَيْرِ»؛ فرصت همچون ابر می‌گذرد، پس فرصتهای شایسته و خوب را مغتنم شمارید (همان، حکمت ۲۰). نظام طبیعت، سنتی است الهی از آغاز خلقت تا فرجام آن. بنا بر همین قانون، بر بشر است که مهلت‌ها و فرصتهایش را به کار گیرد، پیش از آنکه غم و حسرت، گریبان او را بگیرد. بدون تردید، پایان زندگی غافلانه، جز پشیمانی و سیه‌روزی چیزی نیست؛ چنانکه حضرت (ع) می‌فرماید: «فرصت را دریاب، پیش از آنکه مایه غصه و اندوه شود». همچنین می‌فرمایند: «حسرت و دریغ بر هر غافلی که عمر او حجت و گواهی بر ضد او شود و سپری شدن ایام عمر، او را به بدبختی بکشاند».

لحظات ویژه‌ای در عمر آدمی هستند که در زمانهای خاص و ارزشمندی پدیدار می‌شوند و باید به طور مضاعف به آنها توجه کرد. انسان باید در این اوقات در جهت پیشرفت و تعالی خود و جامعه گام بردارد؛ اوقاتی چون جوانی، سحر، هنگام دعا و نزدیکی به خداوند، ماه مبارک رمضان و شبهای قدر، ایام حج و نظیر اینها اوقاتی هستند که باید به عنوان لحظه‌های ویژه در زندگی به آنها نگریست و از آنها بهره‌های عالی گرفت.

### مبانی عملی مدیریت زمان در نهج البلاغه

#### الف) مدیریت خویشتن

مهمترین راهکار اساسی‌ترین روشی که برای تحقق اهداف مدیریت زمان وجود دارد، مدیریت خویشتن است. امام علی (ع) می‌فرماید: «مَنْ نَصَبَ نَفْسَهُ لِلنَّاسِ إِمَامًا فَلْيَبْدَأْ بِتَعْلِيمِ نَفْسِهِ قَبْلَ تَعْلِيمِ غَيْرِهِ، وَلْيَكُنْ تَأْدِيبُهُ بِسِيرَتِهِ قَبْلَ تَأْدِيبِهِ بِلِسَانِهِ؛ وَ مَعْلَمُ نَفْسِهِ وَ مُؤَدِّبُهَا أَحَقُّ بِالْإِجْلَالِ مِنْ مَعْلَمِ النَّاسِ وَ مُؤَدِّبِهِمْ»؛ هر کس خود را رهبر مردم قرار دهد، باید قبل از دیگران به خود بپردازد و باید نخست مردم را با رفتار خود و سپس با گفتار ادب آموزد. کسی که معلم و

ادب‌کننده خویشتن است؛ به احترام، سزاوارتر است از کسی که معلم و مربی مردم است (همان، حکمت ۷۰). همچنین می‌فرمایند: «هرگاه حکم تو درباره خودت نافذ باشد، دل‌های مردم به عدالت تو روی می‌آورد» (همانجا). انسان دارای گرانبهاترین گوهر وجود است و نباید آن را به خواری بکشد، بلکه باید آن را بشناسد، به بار بنشاند و استعداد‌های شگفت خود را در جهت کمال مطلق شکوفا سازد. نفس انسانی، جوهری الهی و نفع‌ای ربانی است و همچون آینه‌ای است که صفات رحمانی در آن متجلی می‌شود و انسان واجد این حقیقت ملکوتی، می‌تواند با تربیت، خود را شکوفا کرده و والاترین جلوه حق گردد و از طریق مدیریت خویشتن به اصلاح فردی بپردازد، زیرا کسی که از اصلاح نفس خویش ناتوان باشد، از اصلاح امور اجتماعی ناتوان‌تر است.

از جمله مؤثرترین راه‌های مدیریت خویشتن عبارتند از:

#### ۱- خودشناسی

خودشناسی، مهمترین عامل خوشبختی انسان در دنیا و آخرت است. علمای اخلاق، با توجه به آیات و روایات و آموزه‌های دینی، از خودشناسی به عنوان سودمندترین علوم یاد کرده‌اند و آن را نخستین مرحله در سیر و سلوک اخلاقی برشمرده‌اند؛ چراکه همانا خداشناسی نیز از خودشناسی آغاز می‌شود. از اینرو یکی از مسائل مهمی که در نهج البلاغه سخت مورد توجه قرار گرفته است. از نظر امام (ع) انسان موجودی است دارای «خرد» و دارای استعداد‌های گوناگون که باید قدر آن را شناخته و آن را در جهت تعالی و کمال بکشد. شناخت قدر و منزلت، خود نشانه تعالی و رشدیافتگی انسان است. انسانی که قدر و منزلت خود را درک کند، استعداد‌های وجودی خویش را به هدر نمی‌دهد و از امکانات و جهانی که برای او خلق شده در جهت نیل به کمال بهره می‌جوید (نصری، ۱۳۷۱: ۴۹۲). بنابراین، انسان باید خود را بشناسد، زیرا به فرموده امیرالمؤمنین (ع) «کسی که قدر و منزلت خود را نشناسد، هلاک می‌گردد» (نهج البلاغه، حکمت ۱۴۹).

## ۲- جهاد با نفس و خودسازی

با توجه به آنچه بیان شد درمی‌یابیم که شناخت و بصیرت خود، محور مدیریت خویشتن است و این با مفهوم «جهاد با نفس» و نقطه آغاز آن یعنی «یقظه» و بیداری ارتباط تنگاتنگی دارد. آری، بشر امروز خسته از فن‌آوریهایی که حجابی بر فطرت او شده‌اند، می‌رود که به «فطرت» خود رجوعی دوباره داشته باشد. این نیاز به بازگشت به فطرت است که او را لحظه به لحظه به سوی تعمیق و گسترش مدیریت و رهبری خویشتن هدایت و رهنمون می‌سازد. خودسازی، یکی از ویژگیهای بارز انسانهای شایسته است که در آن، نه تنها با رذایل اخلاقی نفس خویش به مبارزه می‌پردازند، بلکه سجایا و اخلاق نیکو را در خویش تقویت می‌کنند. تزکیه و خودسازی یکی از اصول تربیتی اسلام است. هدف از تزکیه این است که انسان خود را از هر خصلت ناروا که مانع کمال و کرامت نفس است، پیراسته سازد و از این طریق، آماده پذیرش خصلتهای سازنده و پاک انسانی گردد و در نتیجه، تعادل و رشد لازم را برای انسان تر شدن و به خدا نزدیک شدن به دست آورد. حضرت (ع) درباره بهترین و دوست داشتنی‌ترین بندگان می‌فرماید: «ای بندگان خدا، همانا بهترین و محبوبترین بنده نزد خدا، بنده‌ای است که خدا او را در پیکار با نفس، یاری داده است؛ کسی که جامه زیرین او اندوه و لباس رویین او ترس از خداست، چراغ هدایت در قلبش روشن شده و وسایل لازم برای روزی او فراهم آمده و دوری‌ها و دشواری‌ها را بر خود نزدیک و آسان ساخته است. حقیقت‌های دنیا را با چشم دل نگریسته، همواره به یاد خدا بوده و اعمال نیکو، فراوان انجام داده است» (دشتی، ۱۳۸۷: ۱۰۳).

همچنین می‌فرماید: «پس بر هر یک از شماست (که برای اصلاح و تربیت خود) عمل نماید و وظیفه خود بگذارد در روزهایی که فرصتی دارد، پیش از آنکه مرگ او را به حال خود نگذارد. روزهایی که آسوده خاطر است و زمان دل‌مشغولی او نرسیده، روزهایی که دم تواند برآورد و گلوی خشک نشده است (و راه نفسش بسته نشده است) و باید که خود را برای رسیدن (بدان جهان) آماده دارد و از جای کوچ برای جای ماندن توشه بردارد... به نفستان میدان ندهید که این شما را به راههای ستم‌پیشگان می‌برد و با نفستان سازش مکنید که این شما را به معصیت می‌کشاند» (نهج البلاغه، خطبه ۸۶).

در منطق امیرمؤمنان (ع) انسان خود باید به تربیت خویش قیام کند و راه سخت کمال را با پای خود درنوردد و به سازش با نفس تن نسپارد. از اینرو، ایشان خودسازی معنوی را شرط اول رشد و سعادت می‌دانند و پس از طرح ضرورت خودسازی به راههای آن می‌پردازند و روش تربیت نفس و راه خویشتن‌داری را نشان می‌دهند و رهنمود می‌دهند که منتظر دیگران نباشید و تربیت و خودسازی را با تلاش و کوشش از خود آغاز کنید و نفس خویش را از هرگونه کارهای پست دور نگهدارید.

### ۳- بیداری از خواب غفلت

امام علی (ع) می‌فرماید: «خُذُوا مِنْ أَجْسَادِكُمْ فَجُودُوا بِهَا عَلَى أَنْفُسِكُمْ وَ لَا تَبْخُلُوا بِهَا عَنْهَا»؛ از جسم و تن خویش بگیریید و آن را خرج روح و روانتان کنید و از مصرف کردن تن برای جان بخل نورزید (صبحی، ۱۳۸۷: ۲۶۷). در این دنیا، هر کس به فکر خویش است. در این میان، یکی، تنها به جسم خود می‌اندیشد و آن را اصل می‌داند و دیگری، روح را. بسیاری در پایان عمر حسرت می‌خورند که اوقات بی‌بازگشت خود را صرف اموری گذرا و ناچیز کردند. امیرمؤمنان علی (ع) نیز در سخنی پندآموز، حالت کسانی را ترسیم می‌کنند که با جدا شدن از دنیا و گذاشتن آن و رفتن به جهانی دیگر، پرده غفلت از مقابل چشمانشان کنار می‌رود و هر آنچه را سود اخروی برایشان نداشت، عیان می‌بینند. همه نیروها تحلیل می‌روند، امانتها پس گرفته می‌شوند و مرگ به سراغشان می‌آید، به گونه‌ای که توان حرف زدن نیز از آنان گرفته می‌شود. اینجاست که دیگر هیچ موجودی را یارای چاره‌جویی و بازگرداندن لحظه‌های تلف شده بر او نیست و تنها به این می‌اندیشد که «عمرم را صرف چه کردم و روزگارم را در چه راهی گذراندم؟» «يُفَكِّرُ فِيمَ أَفْنَى عُمُرِهِ وَ فِيمَ أَذْهَبَ دَهْرَهُ» (نهج البلاغه، خطبه ۱۰۸).

### ب) راهبردهای عملی مدیریت زمان در نهج البلاغه

#### ۱- مراقبه و محاسبه

حسابرسی به کارها، یکی از عوامل کمک‌کننده به بهره‌وری بیشتر از زمان است. عمر آدمی ارزش بسیاری دارد، پس باید مراقب چگونه سپری شدن آن باشیم و اوقات خود را در راه بهترین و مفیدترین کارها صرف بکنیم و پیش از آنکه از ما حساب بکشند، باید خود

حسابگر عمر و نقاد کارها و فرصت‌هایمان باشیم و از آنجا که آدمی همواره در معرض اشتباه و لغزش است، لازم است حریم حقیقت را پاس داشته و به حساب خویش توجه کنیم تا از لغزیدن خود جلوگیری و در صورت لغزش به سرعت بازگردیم و جبران کنیم. بدیهی است اگر آدمی خود بدین روش به اصلاح خویش نپردازد، دیگران نمی‌توانند او را اصلاح کنند. حضرت (ع) در این خصوص می‌فرماید: «عباد الله زنا أنفسکم من قبل ان توزنوا، و حاسبو من قبل ان تحاسبوا، و تنفسوا قبل ضیق الخناق، و انقادوا قبل عنف السیاق، واعملوا انه من لم یعن علی نفسه حتی یکون له منها واعظ و زاجر لم یکن له من غیرها لازجر و لا واعظ»؛ بندگان خدا! خود بسنجید و حساب نفس خویش را برسید، پیش از آنکه به حسابتان برسند، پیش از آنکه مرگ، گلویتان را بگیرد و نتوانید نفس بکشید- رام و گردن نهاده- به راه راست روید، پیش از آنکه به سختی رانده شوید و بدانید آن کس که نتواند خود را پند دهد تا از گناه باز دارد، از دیگری نیاید تا این کار را برای او به جای آورد (همانجا). پس انسان باید شرط کند که عهد و پیمانی را که بسته، حفظ کرده و مراقب نفس خویش باشد تا خلافی از او صادر نشود؛ چراکه «کما تزرع تحصد»؛ آن‌گونه که کشته‌ای، درو می‌کنی (همان، خطبه ۱۵۲، حکمت ۲۷۹). کسی که حساب عمرش را نداشته باشد، وقتی از باختن خود آگاه می‌شود که دیگر دیر شده است. بنابراین، حسابگری در همه چیز، به ویژه در خصوص گوهر ارزشمند عمر لازم و مفید است و حسابرسی نفس، عاملی در جهت بهره‌وری بهتر از زمان است؛ چراکه آگاه شدن از خطاها و خسران‌های زندگی، در سایه محاسبه اعمال و رفتار امکان‌پذیر است. حضرت (ع) همچنین می‌فرماید: «فحاسب نفسک لنفسک، فان غیرها من الأنفس لها حسیب غیرک» خویشتن را به نفع خویشتن [یا برای خویشتن] محاسبه کن، زیرا برای غیر نفس تو حسابگری غیر از تو وجود دارد (همان، خطبه ۲۲۲) و نیز می‌فرماید: «أعلموا عباد الله ان علیکم رصدا من أنفسکم و عیونا من جوارحکم و حفاظ صدق یحفظون أعمالکم و عدد أنفسکم»؛ بدانید ای بندگان خدا! برای شما از درون خویشتن تان کمین گرفته شده [بر همه شئون حیات شما نظاره می‌کند] و از اعضای خودتان چشمانی است که شما را

می‌بیند و نگهبانان صادقی است که کردارها و عدد نفس‌های شما را ثبت می‌کنند (همان، خطبه ۱۵۷). این گوشزدهای متعدد و متنوع قاطع‌ترین دلیل بر اهمیت محاسبه‌گری نفس است.

## ۲- عمل‌گرایی

«اعْمَلُوا رَحِمَكُمُ اللَّهُ، عَلَى أَعْلَامٍ بَيِّنَةٍ، فَالطَّرِيقُ نَهْجٌ يَدْعُو إِلَى دَارِ السَّلَامِ، وَ أَنْتُمْ فِي دَارِ مُسْتَعْتَبٍ عَلَى مَهَلٍ وَ فَرَاغٍ..» (همان، خطبه ۹۴). امام علی (ع) در بخشی از این خطبه، به غنیمت شمردن فرصت عمر و زندگی در این دنیا اشاره می‌کنند و طی بیانی کوتاه و پرمحتوا، تذکراتی آموزنده می‌دهند: «به عمل بپردازید، خدا شما را رحمت کند!» و سپس با اشاره به مسیر می‌فرماید: «و باید اعمال شما بر طبق نشانه‌های روشن (کتاب خدا و سنت معصومین (ع)) بوده باشد». سپس یادآوری می‌کنند که تشخیص این راه و مقصد آن کار مشکلی نیست: «راه، روشن است و شما را به خانه امن و امان (بهشت و سعادت جاویدان) دعوت می‌کند». آنگاه به فرصت‌های بسیار گرانبهایی که مردم در اختیار دارند و غالباً به آن توجه ندارند، اشاره کرده و طی هشت جمله، جوانب مختلف این فرصت‌های گرانبها را روشن می‌سازند: «شما در سرایی هستید که می‌توانید از خطاهای خود (از پیشگاه خداوند) عذرخواهی کنید و رضایت او را جلب نمایید». «مهلت کافی و فراغت خاطر (برای انجام حسنات و کسب فضایل) دارید». «پرونده‌های اعمال گشوده و قلمها آماده نوشتن است (و این فرصت گرانبهایی است که نباید آن را از دست دهید)». «بدن‌های شما سالم و زبان‌ها آزاد است (و آماده انجام هر کار خیر، و بیان هر سخن نیکی هستید)». «توبه پذیرفته می‌شود و اعمال مقبول می‌گردد». از یکسو وسایل سعادت فراهم و از سوی دیگر، موانع راه قابل برطرف کردن است، اگر از این فرصتها استفاده نشود، به راستی جای تأسف است! به‌خصوص اینکه هیچ تضمینی سپرده نشده که این فرصت گرانبها تا کی پایدار می‌ماند و ممکن است در یک لحظه کوتاه، همه چیز پایان گیرد و درهای توبه بسته شود، پرونده‌های اعمال مختومه گردد، قلمها از نوشتن حسنات باز ایستند، بدن‌ها علیل و ناتوان به بستر بیماری افتد، زبان‌ها از کار بیفتد و هیچگونه راه بازگشتی وجود نداشته باشد! (مکارم شیرازی، بی تا: ۴/ ۲۷۲).

همچنین حضرت (ع) می‌فرماید: «فَاعْمَلُوا وَ الْعَمَلُ يُرْفَعُ، وَ التَّوْبَةُ تَنْفَعُ، وَ الدُّعَاءُ يُسْمَعُ، وَ الْحَالُ هَادِيَةٌ، وَ الْاِقْلَامُ جَارِيَةٌ. وَ بَادِرُوا بِالْاَعْمَالِ عُمْرًا نَاكِسًا، اَوْ مَرَضًا حَابِسًا، اَوْ مَوْتًا خَالِسًا» (نهج البلاغه، خطبه ۲۳۰). امام (ع) به لزوم بهره‌گیری از فرصتها پیش از فرارسیدن اجل تأکید ورزیده و می‌فرماید: «تا هنگامی که فرصت برای قبولی اعمال دارید و توبه سودمند است و دعا به اجابت می‌رسد و در آرامش به سر می‌برید و قلمها(ی فرشتگان برای نوشتن اعمال صالح) در جریان است، عمل کنید». ایشان به این امر مهم اشاره می‌کنند که تا شما در دنیا هستید پنج فرصت مهم در دست دارید: اعمال خوب شما به پیشگاه خدا می‌رود و با آب توبه می‌توانید گناهان را بشوید. دعاها در پیشگاه خدا به اجابت می‌رسد. آرامشی دارید که می‌توانید با استفاده از آن هر کار نیکی انجام دهید و بالآخره فرشتگان آماده‌اند تا اعمال نیک شما را در نامه اعمالتان ثبت کنند. ولی اگر این فرصت از دست رود و در آستانه مرگ قرار گیرید، تمام این امکانات پنجگانه از شما سلب می‌شود و جز حسرت و اندوه متاعی نمی‌خرید. سپس می‌فرماید: «و به انجام اعمال صالح مبادرت ورزید پیش از آنکه عمر پشت کند (و مرحله پیری و ناتوانی برسد) یا بیماری مانع از عمل گردد، یا مرگ (همه چیز را از شما) برباید» (مکارم شیرازی، بی‌تا: ۸ / ۴۸۷).

ایشان در بخشی از خطبه ۲۳۷ نیز می‌فرماید: «فَاعْمَلُوا وَ اَنْتُمْ فِي نَفْسِ الْبَقَاءِ، وَ الصُّحُفُ مَنشُورَةٌ، وَ التَّوْبَةُ مَبْسُوطَةٌ، وَ الْمَدْبِرُ يُدْعَى وَ الْمَسِيءُ يُرْجَى، قَبْلَ اَنْ يَخْمَدَ الْعَمَلُ...». امام (ع) در این بخش از خطبه در عباراتی کوتاه و پرمعنا همه مخاطبان خود را به استفاده از فرصتها تشویق می‌کنند و به همگان هشدار می‌دهند که این فرصت دائمی نیست و دیر یا زود از دست خواهد رفت؛ پس بکوشید تا جامه حسرت و یأس نپوشید. ایشان در مورد چگونگی فرصتها به پنج نکته اشاره می‌کنند: نخست می‌فرماید: «اکنون که در متن زندگی و حیات هستید، عمل کنید. (زیرا مهمترین نتیجه عمر، عمل است)». تعبیر «نَفْسِ الْبَقَاءِ» اشاره لطیفی به این معناست که گویی بقای در دنیا به موجود زنده‌ای تشبیه شده که در حال نفس کشیدن است و پیش از آنکه از نفس بیفتد باید از آن استفاده کرد. در جمله دوم می‌فرماید: «نامه‌های عمل گشوده است» و با گشوده بودن پرونده‌ها هرگونه اصلاحی امکان‌پذیر است. در جمله سوم

می‌فرماید: «بساط توبه گسترده است». روشن است که تا درهای توبه باز است، راه بازگشت باز است و با آب توبه می‌توان آتشفهای برافروخته گناهان را خاموش کرد. در چنین حالتی انسان به درگاه خدا اظهار ندامت می‌کند و قطره اشکی که حاصل توبه‌ای نصح و خالص است، دریایی از آتش را خاموش می‌کند. در جمله چهارم و پنجم می‌فرماید: «در حالی که فراریان از طاعات خدا به سوی او فراخوانده می‌شوند و به بدکاران و گنهکاران امید عفو داده می‌شود». در ششمین، هفتمین و هشتمین جمله می‌فرماید: «پیش از آنکه چراغ عمل خاموش گردد، مهلت قطع شود و اجل پایان گیرد»، آری! تا عمر باقی است، تنور عمل داغ و مهلت باقی و فرصت برقرار است و در آن لحظه که انسان چشم از این جهان بربندد، همه اینها پایان می‌گیرد. در نهمین و دهمین جمله می‌فرماید: «پیش از آنکه در توبه بسته شود و فرشتگان (که مأمور ثبت اعمال نیک و بدند) به آسمان صعود کنند (سخت بکشید و فرصت را غنیمت بشمارید)» (مکارم شیرازی، بی‌تا: ۸ / ۵۶۵).

### ۳- وقت‌شناسی

پیشرفت انسان بسته به فعالیت است که در راه رسیدن به مقصود انجام می‌دهد. این فعالیت‌ها اگر به موقع انجام گیرد صد در صد نتیجه مثبت خواهد داشت. در زندگی مواردی پیش می‌آید که اگر فرد در آن موارد سخنی بگوید و یا به عملی اقدام کند، آن سخن و یا عمل برای او ثمربخش بوده و ممکن است مسیر زندگی او بلکه اولاد و اعقابش را عوض کند. بنابراین انسان باید وقت‌شناس باشد و لحظات حساس را تشخیص دهد و بدون مسامحه و اهمال از آنها بهره‌برداری کند و اگر فرصتها را به راحتی از دست بدهد در فعالیت خود دچار شکست شده و پشیمان خواهد گردید.

بنا بر اصل مدیریت زمان، همه کارها زمان و موقعیت مناسبی را برای اجرا می‌طلبند و اقدام زودهنگام یا دیرهنگام نتیجه‌ای در بر ندارد. تأکیده‌های مکرر حضرت علی (ع) بر انجام دادن تکالیف، به اهمیت و نقش مؤثر زمان در کارها اشاره دارد و آدمی را به تفکر در مسائلی چون بلاهای تقدیری، فرارسیدن اجل، گذشتن وقت توبه و فرارسیدن رستاخیز وامی‌دارد. در اندیشه معاد بودن و شتاب در توشه‌گیری پیش از اجل نیز در کلامی دیگر از آن حضرت چنین ترسیم شده است: «بَادِرُوا الْمَعَادَ وَ سَابِقُوا الْآجَالَ» (نهج البلاغه،



خطبه ۱۸۲). این عبارت، در واقع دعوت به آمادگی عملی و تلاش زمان‌شناسانه و فرار از غافلگیر شدن است. امام (ع) تنظیم و توزیع وقت را همواره مد نظر داشته و به کارگزاران خود نیز رعایت این اصل حیاتی را توصیه می‌کنند؛ چنانکه در بخشی از عهدنامه خود به مالک اشتر می‌فرماید: «و امض لكل يوم عمله فان لكل يوم ما فيه»؛ کار هر روز را در همان روز انجام بده؛ زیرا هر روز کاری مخصوص به خود دارد (که اگر آن روز بگذرد آن موقعیت بدست نخواهد آمد) (همان، نامه ۵۳).

#### ۴- پرهیز از شتابزدگی و سستی

انسان قبل از اقدام نسبت به هر کاری لازم است آن را ارزیابی و عاقبت‌سنجی نماید و سپس دست به اقدام آن بزند. حضرت (ع) بر تامل و تفکر و ترک شتاب و عجله هنگام اتخاذ تصمیم تأکید داشته و می‌فرماید: «و إياك و العجله بالأمر قبل أوانها، أو التساقط فيها عند إمكانها، أو اللجاجة فيها إذا تنكرت، أو الوهن عنها إذا استوضحت، فضع كل أمر موضعه و أوقع كل عمل موقعه» (همان، نامه ۵۳)؛ مبدا هرگز در کاری که وقت آن فرا نرسیده شتاب کنی! یا در کاری که وقت آن رسیده سستی ورزی و یا در چیزی که (حقیقت آن) روشن نیست ستیزه‌جویی نمایی و یا در کارهای واضح و آشکار کوتاهی کنی! تلاش کن تا هر کاری را در جای خود و در زمان مخصوص به خود، انجام دهی (دستی، ۱۳۸۷: ص ۴۲۱).

همچنین امام (ع) می‌فرماید: «مِنَ الْخُرْقِ الْمُعَاجِلَةِ قَبْلَ الْإِمْكَانِ، وَ الْإِنَاةَ بَعْدَ الْفُرْصَةِ»؛ از نادانی شخص، عجله کردن پیش از امکان، و از دست دادن امکانات پس از فرصت است (نهج البلاغه، حکمت ۳۵۵). انجام دادن کارها به خصوص کارهای کلان و زیربنایی، نیازمند مقدمات و زمینه‌سازی متناسب است و در غیر این صورت معمولاً به نتیجه مطلوب نخواهد انجامید. انجام دادن کارها پیش از فراهم آوردن مقدمات لازم و زمینه‌سازی مناسب می‌تواند فرد یا سازمان را با مشکلات بسیاری روبه‌رو سازد و خسارات فراوانی پدید آورد. در این مورد حضرت (ع) می‌فرماید: «و مجتنى الثمره لغير وقت ایناعها كالزراع بغير أرضه» (همان، خطبه ۵) کسی که قبل از موقع مناسب شروع به کاری می‌کند، مثل آن است که میوه را قبل از

رسیدن آن بچیند که هم میوه را از کمال لایق خود محروم کرده و هم از این کار نابخردانه طرفی نبسته است (جوادی آملی، ۱۳۷۵: ۲۰۲).

#### ۵- نظم و انضباط

نظم در کارها و برنامه‌ریزی دقیق مبتنی بر زمان‌بندی حساب شده برای انجام امور، متضمن فواید فراوانی است که به پیشرفت فرد و اجتماع مدد می‌رساند. نظم، از اتلاف وقت و ضایع شدن دیگر نیروها و امکانات آدمی جلوگیری می‌کند. شخص منظم می‌تواند در زندگی به کلیه تعهدات و پیمانهای خود به موقع وفا کند. ارزش «نظم» در زندگی انسان همین بس که امیرمؤمنان (ع) آن را هم‌ردیف دیگر ارزش‌های والای اسلامی قرار داده و در واپسین روزهای حیات خویش به فرزندان بزرگوارشان رعایت آن را سفارش نموده و فرمودند: «اوصیکما و جمیع ولدی و اهلی و من بلغه کتابی بتقوی الله و نظم امرکم...» (نهج البلاغه، نامه ۴۷). در این بیان بلیغ، نظم در ردیف تقوا که از والاترین ارزش‌های اسلامی است قرار گرفته و وفای به آن گوشزد گردیده است. از طرفی انسان برای رسیدن به کمال باید در پرتو عقل و اندیشه از کوتاهترین راه بهره جوید تا به هدف عالی خویش دست یابد. در این مسیر، «نظم» کوتاهترین راه و طریق غلبه بر سختی‌ها و یافتن کاستی‌ها و صرفه‌جویی در وقت و استفاده بهینه از آن است. از اینرو انسان منظم زودتر به هدف می‌رسد و همواره از نشاط و تحرک بیشتر برخوردار است و در زندگی برنامه‌ریزی کامل‌تری دارد و آینده‌نگر و دوراندیش است. چنین فردی، کلیه وظایف فردی و اجتماعی خود را به موقع و در کمال دقت انجام خواهد داد. مهمترین منبعی که استفاده صحیح از آن می‌تواند در برقراری نظم و انضباط مؤثر باشد، زمان است. آنجا که انسانها با گرایش‌های در جامعه بشری در تضاد و ناسازگارند، آنچه می‌تواند آنان را از این تنش نجات بخشد، وفاداری و عمل به قانون و ارج نهادن به حقوق یکدیگر است. «نظم‌پذیری»، دروازه و مجوز حرکت به سوی بهره‌وری است؛ چنانکه حضرت (ع) در عهدنامه مالک اشتر می‌فرماید: «وامض لکلّ یوم عمله فإنّ لکلّ یوم ما فیه» (همان، نامه ۵۳)؛ یعنی کارها را آنچنان تنظیم کن که کار هر روز را در همان روز انجام بدهی و آن را به روز بعد موکول نکنی؛ زیرا برای هر روز کار خاصی است که باید در همان ظرف معین واقع شود (جوادی آملی، ۱۳۷۵: ۲۰۲).

## ۶- تنظیم برنامه زندگی

توجه و بهره‌برداری صحیح و مناسب از لحظات گرانبهای عمر، موجبات رشد و تعالی را فراهم خواهد آورد. آدمی باید چگونه استفاده کردن از اوقات زندگی را انتخاب کند و با هوشیاری هرچه تمامتر، سرمایه وقت را به گونه‌ای توزیع نماید که همه ابعاد زندگی را دربرگیرد؛ چراکه با عدم صحیح توزیع وقت، بخشی از زندگی مورد بی‌مهری قرار گرفته و در نتیجه به مجموعه زندگی لطمه وارد می‌آید. آموزه‌های اسلامی همواره توصیه می‌کنند که مسلمانان برای وقت خویش برنامه داشته باشند و آن را بر اساس اصول صحیح و منطقی در بخش‌های گوناگون و مورد نیاز توزیع کنند؛ چنانکه حضرت (ع) می‌فرماید: «لِلْمُؤْمِنِ ثَلَاثُ سَاعَاتٍ: فَسَاعَةٌ يُنَاجِي فِيهَا رَبَّهُ، وَ سَاعَةٌ يَرْمُ مَعَاشَهُ، وَ سَاعَةٌ يُخَلِّي بَيْنَ نَفْسِهِ وَ بَيْنَ لَذَّتَيْهَا فِيمَا يَحِلُّ وَ يَجْمَلُ وَ لَيْسَ لِلْعَاقِلِ أَنْ يَكُونَ شَاخِصًا أَلَّا فِي ثَلَاثٍ: مَرَمَهُ لِمَعَاشٍ، أَوْ خَطْوَهُ فِي مَعَادٍ، أَوْ لَذَّةٍ فِي غَيْرِ مَحْرَمٍ» (نهج البلاغه، حکمت ۳۹۰)؛ مؤمن را سه ساعت است: ساعتی که در آن با خدای خویش مناجات کند و ساعتی که کارهای زندگی خویش را به صلاح آورد و ساعتی که واگذارد نفس خویش را در لذت‌های حلال و پسندیده، و عاقل را نشاید که آهنگ کاری جز این سه کار کند: مرمت امور زندگی یا گام برداشتن در راه آخرت، یا لذت بردن از چیز غیرحرام (قرشی، ۱۳۸۴: ۳ / ۶۳۰). امام (ع) به اعتدال در عبادت، کار و لذت اشاره می‌کنند. همان طور که عبادت خدا واجب است، تأمین زندگی و درآمد نیز واجب است و تأمین آسایش روح و جسم که از طریق خوردن، خوابیدن، تفریح سالم و... تأمین می‌گردد به منظور بازیافتن قدرت برای عبادت و کار بیشتر واجب است.

## ۷- هدفمندی

ذهن دارای مکانیسم هدف‌جویی است و در هر شخصی نیرویی به نام غریزه زندگی یا نیروی زندگی وجود دارد که در تمام عمر، خود به خود در تلاش است تا زندگی را خوشتر و پربارتر سازد؛ همانطور که در جسم نیز نیرویی وجود دارد به نام «قوه سازنده وجود» که در تمام عمر، خود به خود می‌کوشد تا با امراض و ناراحتی‌های جسمی مبارزه کند و سلامت

و تعادل هر چه بیشتر را فراهم کند (ر.ک: مطهری، ۱۳۷۶). هدف به زندگی جهت و معنی می‌بخشد و در واقع انسان هدفمند، روشمند است (خنifer و پورحسینی ۱۳۸۵: ۳۵).

هیچ عاقلی در محدودیت زمان عمر و زوال قدرت تردید نمی‌کند؛ زیرا تردید در امری محسوس که دائماً در برابر دیدگان انسان قابل مشاهده و لمس است، امکان‌پذیر نیست. بنا به اعتقاد خاتم‌الانبیاء (ص) و امیرالمؤمنین (ع) و دیگر اولیاء زمان عمر کوتاه است و هر نوعی از قدرت و به هر اندازه‌ای رو به زوال و فناست و طواعت تاریخ و اشقیاء و پلیدان و پیروان «باری به هر جهت» نیز به این امر اذعان دارند. آنچه که این دو گروه را از یکدیگر جدا می‌سازد، موضوع سومی است که عبارت است از: «زندگی حرکتی است رو به هدف بزرگ».

به نظر می‌رسد برای شناخت سطوح و آرمان‌ها و انگیزه‌ها و کیفیت‌های زندگی مردم، در هر دو قلمرو فرد و اجتماع، تنها باید دریافت که موضوع «حرکت زندگی رو به کدام مقصد است». اگر کسی زندگی را حرکتی رو به یک هدف بزرگ تلقی کند، با نظر به عظمت آن هدف، حتی یک لحظه از زمان و یک پدیده ناچیز از قدرت را هم بیهوده تلف نمی‌کند و از ناچیزترین پدیده حیات گرفته تا چشمگیرترین واقعیات حیات و حتی مرگ، همه و همه را در محاسبه دقیقی انجام می‌دهد؛ در صورتی که اشقیاء و پلیدان، بدان جهت که مست قدرت و هوی و هوس خویشند، توجه و کاری با حکمت آغاز و پایان زندگی ندارند.

حضرت علی (ع) در این خصوص می‌فرماید: «فأله الله ایها الناس. فیما استحفظکم (احفظکم) من کتابه و استودعکم من حقوقه، فان الله سبحانه لم یخلقکم عبثاً و لم یترکم سدی و لم یدعکم فی جهاله و لاعمی. قد سمی آثارکم و علم اعمالکم و کتب آجالکم و انزل علیکم (الکتاب تبیاناً لکل شیء)»؛ ای مردم! خدا را، خدا را در نظر بگیرید (بترسید از خدا) درباره آنچه که از شما در حفظ و عمل به قرآن خواسته است و در مراعات عمل به حقوقی که نزد شما به ودیعت نهاده است، زیرا خداوند سبحان شما را بیهوده نیافریده و به حال خودتان وانگذاشته و شما را در جهل و کوری رها ننموده است. خداوند عزیز همه آثار اعمال شما را (از خیر و شر) معین فرموده و همه اعمال شما را دانسته و اجل‌های شما را ثبت نموده است. خداوند متعال قرآن را که (بیان‌کننده همه چیز است) برای شما فرستاده است. همچنین می‌فرماید: «ای مردم! از خدا بترسید، هیچ کس بیهوده آفریده نشد تا به بازی بپردازد و او را به حال خود

وانگذاشته‌اند تا خود را سرگرم کارهای بی‌ارزش نمایند» (نهج البلاغه، حکمت ۳۷۰، دشتی، ۱۳۸۷: ۵۱۳).

#### ۸- تدبیر و آینده‌نگری

تدبیر بدین معناست که انسان در ظواهر امور توقف نکند و قبل از اقدام به هر کاری جوانب و زوایای مختلف آن را بررسی نماید و پیامدهای احتمالی آن را پیش بینی کند، در فرجام امور ببیند و پایان کاره را بنگرد. آینده‌نگری و دوراندیشی یکی از شرایط مدیریت خردمندان و منطقی است. ضرورت آینده‌نگری، مسأله‌ای عقلانی است و هر انسان خردمندی آن را باور دارد؛ چراکه پیامدهای احتمالی هر کاری، در صورتی قابل جبران خواهد بود که قبل از اقدام، توجه کافی به آن گردد و پیش‌بینی‌های لازم در موردش صورت گیرد.

امام علی (ع) دوراندیشی و آینده‌نگری را نشانه خردمندی دانسته و عاقلترین انسان را فردی می‌داند که آینده‌نگری بیشتری داشته باشد و می‌فرماید: «اعقل الناس انظرهم فی العواقب»؛ خردمندترین مردم، عاقبت‌اندیش‌ترین آنهاست (همان، حکمت ۲۱۱). انسانی که اهل تدبیر نباشد، در ظواهر هستی می‌ماند و راه به حقیقت عالم نمی‌برد و این عدم تدبیر در تمام زندگی و رفتار آدمی تاثیر می‌گذارد.

#### ۹- آخرت‌گرایی

در فرهنگ اسلامی یکی از عوامل مهم مدیریت زمان که بازدارنده انسان از انواع زشتی‌ها و گناهان است، آخرت‌گرایی است؛ زیرا انسان همواره می‌خواهد باشد و جاودانه گردد و عمر و لذت و سعادت او همیشگی باشد. این امر از گزینه «مطلق‌خواهی» در ذات انسان نشأت می‌گیرد و در دنیای فناپذیر تحقق نمی‌پذیرد، بلکه با سفر به دیار دیگری در بهشت جاویدان محقق می‌گردد.

آخرت‌گرایی، بهشت‌گرایی و زندگی جاودانه پس از مرگ می‌تواند به گزینه مطلق‌خواهی انسان پاسخ مثبت دهد؛ چنانکه حضرت (ع) فراوان به این نکته اشاره داشته و می‌فرماید: «و اعلم یا بنی انک انما خلقت للاحرة لا للدنیا و للفناء لا للبقاء و للموت لا للحیة و انک فی منزل قلعه و دار بلغه و طریق الی الاحرة»؛ همانا تو برای زندگی جاویدان آخرت آفریده شدی، نه

برای دنیا، برای فنا، نه برای بقا، برای مرگ، نه برای حیات. تو در جایی زندگی می کنی که باید از آنجا بگذری. تو در سرای موقتی. تو در راه آخرتی (همان، نامه ۳۱). همچنین نسبت به شهدای اسلام می فرماید: «بندگان نیکوکار و برگزیده خدا آماده رحیل گردیده اند و کمی از دنیای فانی را با آخرت که در آن فنا نیست معاوضه کردند، راستی برادران ما که خونشان در صفین ریخت، اگر امروز زنده نیستند چه زیان دیده اند، خوشا به حالشان که نیستند تا از این لقمه های گلوگیر بخورند! و از این آبهایی ناگوار بنوشند! به خدا سوگند آنها خدا را ملاقات کردند و پاداششان را داد و آنها را بعد از «خوف» در سرای «امن» خویش جایگزین ساخت» (همان، خطبه ۱۸۲) و بارها رهنمود می دهد: «فَكُونُوا مِنْ أِبْنَاءِ الْآخِرَةِ وَ لَا تَكُونُوا مِنْ أِبْنَاءِ الدُّنْيَا»؛ از فرزندان آخرت باشید، نه از فرزندان دنیا (همان، خطبه ۴۲). سیاست آموزشی امام (ع) بر همین اصل معنوی تکیه دارد که روح «آخرت گرایی» را تقویت نماید و از انواع دنیاپرستی ها، شهوت زدگی ها و هواپرستی ها جامعه را برهاند.

#### ۱۰- اختصاص دادن بهترین اوقات به عبادت

در اسلام هر کار خیر و مفیدی اگر با انگیزه پاک خدایی توأم باشد، عبادت است. از اینرو همه کارهای مسئولان و دست اندرکاران اجرایی نیز اگر خالصانه و برای خدا باشد، عبادت خواهد بود. حضرت (ع) به مالک فرمان می دهد که بهترین اوقاتش را به عبادت اختصاص دهد و نماز را که تجلیگاه عروج انسان به مبدأ هستی است، به طور کامل و بدون کم و کاستی و با تمام توان و نیرو، سرلوحه همه کارهایش قرار دهد: «و اجعل لنفسك فيما بينك و بين الله افضل تلك المواقيت و اجزل تلك الاقسام، و ان كانت لله اذا صلحت فيه النية، و سلمت منها الرعيه»؛ و برای «اصلاح نفس» مابین خود و خدایت بهترین و باعظمت ترین اوقات را قرار بده، اگر چه همه آن اوقات به شرط صلاحیت نیت و آسودگی رعیت، برای خدا است (همان، نامه ۵۳).

مالک! وقتی را برای حضور در بارگاه خداوندی انتخاب کن که بتوانی همه قوای مغزی و روانی خود را برای بیان حال و موقعیتی که تا آن لحظه به آن رسیده ای، متمرکز نمایی. آن موقع بهترین ساعت نشاط مغزی و روانی برای گیرندگی الطاف و عنایات الهی است. عبادات و نیایشهای اعتیادی که معمولاً در اوقات کسالت و برای انجام بار تکلیفی که بر

دوش سنگینی می‌کند، نه تنها برای گردیدنهای تکاملی مفید نیست، بلکه برای نیل به حضور در بارگاه الهی نیز مضر می‌باشد. این ساعت را ناچیز مشمار و آن را بااهمیت‌ترین ساعت عمرت تلقی نما، زیرا مربوط به بااهمیت‌ترین جریان روحی توست که عبارت است از حضور در بارگاه خداوندی. ساعتی را که توفیق حضور در بارگاه الهی پیدا کردی، می‌توانی بهترین ساعت برای نیروگیری تلقی کنی؛ نیرویی که برای مدیریت یک جامعه مورد نیاز است و نه از نظر کیفیت با نیروی انسانی که یک فرد را می‌خواهد اداره کند قابل قیاس است و نه از نظر کمیت نیرویی که در آن ساعت می‌توانی از خدا بگیری می‌تواند پاسخگوی همه آرمانهای معقول جامعه باشد.

مالک! هر آنچه که در این فرمان به تو گفته‌ام و هر آنچه که از من و رسول خدا (ص) و آیات قرآنی در چگونگی ارتباط چهارگانه اساسی (ارتباط تو با تو، ارتباط تو با خدا، ارتباط تو با جهان هستی، ارتباط تو با افراد بنی نوع خود) دریافته‌ای، در ساعت ارتباط با خدا قابل درک و پذیرش واقعی خواهد شد، زیرا دیگر ساعت‌های عمر آدمی هرچند که در مطالعه و تفکر و فعالیتهای عقلانی و عضلانی صرف شود، مانند آن ساعت که برای برقراری حضور در بارگاه الهی قرار داده است نخواهد بود. تو در این ساعت در حال گیرندگی و جذب فیض الهی هستی که می‌تواند فروغ ربانی را به مطالعات و تفکرات و هرگونه فعالیتهای دیگر تو بتاباند. در این ساعت است که تو رویاروی مبدأ اعلی و فیض‌بخش کائنات قرار گرفته‌ای. این ساعت را می‌توانی در روز انتخاب کنی و یا می‌توانی در شب برگزینی. اختیار در انتخاب ساعت حضور با توست و اگر همه ساعات عمرت را در مشاغل معمولی اگرچه زمامداری صالح هم بوده باشد، بگذرانی و وقتی را برای حضور خاص تعیین نکنی، از جذب فیض الهی که برای اداره شئون فردی و جمعی بندگان اجرا می‌کند، محروم خواهی گشت و بدیهی است کسی که دستش خالی از فیض مستمر الهی باشد، از سعادت حیات معقول محروم است و کسی که فاقد چنین سعادت است، چگونه می‌تواند دیگران را از سعادت بهره‌ور بسازد؟!

### ۱۱- ترک آرزوهای دور و دراز

در کلام امام علی (ع) در برخی موارد آرزو مدح شده و در بعضی دیگر آرزو، یکی از سرمایه‌های بزرگ الهی نامیده شده است. (پیامبر(ص) می‌فرماید: «آرزو برای امت، رحمت و رفیق و همدمی است»). امام علی (ع) می‌فرماید: «أَشْرَفُ الْغِنَى تَرْكُ الْمُنَى»؛ بالاترین توانگری ترک آرزوهاست. (همان، حکمت ۳۴). از آنجایی که آرزوها گاهی با صفات پستی همچون حرص و آز و امثال آن همراه می‌شوند و کمترین حدّ آرزو سرگرمی به کارهای بی‌فایده است، امام (ع) در تشویق به ترک آن، به برترین توانگری تعبیر می‌کنند. همچنین داشتن آرزوی طولانی مذمت شده است (ابن میثم بحرانی، ۱۳۶۲: حکمت ۳۴)؛ چنانکه امام (ع) می‌فرماید: «مَنْ أَطَالَ الْأَمَلَ أَسَاءَ الْعَمَلَ»؛ هر کس آرزوهای دور و دراز در سر بپروراند، عمل و کردارش ناپسند گردد (همان، حکمت ۳۶).

در جمع بین احادیث و روایات می‌توان آرزوهای انسان را به دو دسته تقسیم کرد: الف) آرزوهای حقیقی: آرزوهای معقولی است که با واقعیات عالم مرتبط است و به عبارتی، خیال با پشتوانه عقل آن آرزوها را می‌سازد و به کوتاهی عمر و مقدمه بودن دنیا برای زندگی حقیقی و ابدیت آخرت توجه دارد.

ب) آرزوهای کاذب: آرزوهای مرهوم است که خیال با پشتوانه حس آنها را می‌سازد. قوه وهم، دنیا را برای انسان، دائمی تصویر می‌کند و او را به آرزوهای بی‌پایان دور و دراز مشغول می‌سازد. آمال دور و دراز موجب غفلت عقل، گم شدن هدف حقیقی و پراکندگی دل می‌شود.

واقع‌نگری و داشتن آرزوهای مثبت و معقول، با رشد حرص و بلندپروازی در تضاد است. از سویی، تکیه بر آرزوهای دور و دراز و غفلت از واقعیت، سبب راکد نگه داشتن سرمایه عمر و هدایت آن در مسیری نادرست می‌شود و آدمی را در بهره‌وری عمر ناکام می‌سازد. حضرت (ع) در بیانی لطیف می‌فرماید: «إِيَّاكَ وَالْإِتِّكَالَ عَلَى الْمُنَى فَإِنَّهَا بَضَائِعُ النَّوْكَى»؛ از تکیه بر آرزوها بپرهیز؛ زیرا آرزوها، کالا و سرمایه نابخردان است (همان، خطبه ۹۰). آرزوهای دور و دراز، برای کسانی است که از یاد مرگ غافلند و خود را در این دنیا جاودانه می‌پندارند. نتیجه این عمل نیز فراموشی آخرت و بی‌توجهی به سعادت آن جهان است.



امیرمؤمنان (ع) در پرهیز دادن آدمیان از این فکر غفلت‌آور می‌فرماید: «ای مردم! خوفناک‌ترین چیزی که من به شما نسبت بر آن بیم دارم، دو چیز است: پیروی از هوای نفس که انسان را از حق بازمی‌دارد و آرزوی دراز که آخرت را از یاد می‌برد» (همان، خطبه ۴۲). همچنین می‌فرماید: «اعلموا ان الامل یسهی العقل و ینسی الذکر فاکذبوا الامل فانه غرور و صاحبه مغرور»؛ و بدانید آرزو عقل را پوشانده و ذکر خداوندی را به فراموشی می‌سپارد. آرزو را تکذیب کنید، زیرا آرزو فریبنده و صاحبش فریب خورده است (همان، خطبه ۸۶).

آرزویی که در این عبارات آمده، به نوعی به خواسته‌ها و امور غیرضروری و دور از توانایی فرد اشاره دارد. از اینرو می‌توان گفت انسان آرزوگرا همواره در فردهای موهوم زندگی می‌کند و واقعیت زنجیری دیروز و امروز، در زندگی او نقش طبیعی خود را از دست داده است.

#### ۱۲- جدیت در بهره‌وری از عمر و زمان

پویایی و تلاش در بهره‌وری مؤثرتر از عمر و زمان مؤثر است؛ چنانکه حضرت (ع) می‌فرماید: «عَلَيْكُمْ بِالْجِدِّ وَالْإِجْتِهَادِ»؛ جدیت و کوشش کنید (همان، خطبه ۲۳۰) و در کلام زیبا و نغز دیگری می‌فرمایند: «لَا يُدْرِكُ الْحَقُّ إِلَّا بِالْجِدِّ»؛ جز با جدیت و تلاش به حق نمی‌توان رسید (همان، خطبه ۲۹). کسی که گذر عمر را به خوبی درک کند، جدی‌تر و از لهو و بازیچه، گریزان‌تر خواهد بود. امیرمؤمنان (ع) در متن توصیف یکی از برادران متعهد دینی، با اشاره به این ویژگی مهم می‌فرماید: «هرگاه صحنه جدی و میدان عمل پیش می‌آمد، شیر بیشه شجاعت بود» (همان، نامه ۲۸). ناگفته پیداست که افراد صاحب عزم، دنبال سورچرانی و شکم‌بارگی و بهره‌مندیهای غیرضروری مادی نیستند.

#### ۱۳- مشورت و استفاده از تجارب دیگران

فواید و برکات فراوانی که از مشورت نصیب انسان می‌شود، هرگز از تلاش‌های بی‌وقفه، شخصی، امکانات مادی و تفکر فردی عاید نمی‌گردد. از عوامل بهره‌وری سریع از عمر و زمان، استفاده از تجربه‌های سودمند دیگران است. آن که از تجارب بزرگان و دانایان در زندگی درس بگیرد، نیمی از راه را در رسیدن به اهدافش پیموده است. علی (ع) در نهج البلاغه بر

این مهم، فراوان تأکید کرده و از سویی، خود نیز در انتقال تجربه‌های مفید و راهگشا به مردم و فرزندان خود بسیار کوشیده است؛ چنانکه در وصیت به فرزند گرانقدرشان، امام حسن مجتبی (ع) می‌فرماید: «فرزندم! من گرچه به اندازه پیشینیان عمر نکرده‌ام، ولی در کارها و خبرها و آثارشان اندیشه و سیر کرده‌ام. تا آنجا که مثل یکی از آنان شده‌ام، بلکه بر اثر آگاهی از تجربه‌های آنان، با همه آنان از آغاز تا پایان زیسته‌ام و زلال را از تیره و سود را از زیان بازشناختم» (همان، نامه ۳۱). همچنین آن حضرت (ع) حفظ تجارب را نوعی خردمندی دانسته و می‌فرماید: «الْعَقْلُ حِفْظُ التَّجَارِبِ»؛ خردمندی، حفظ کردن تجربه‌هاست (همانجا) و کارگزاران خویش را به استفاده از اهل تجربه در کارها دعوت نموده و می‌فرماید: «تَوَخَّ مِنْهُمْ اَهْلَ التَّجْرِیْبَةِ»؛ از کارگزاران اهل تجربه استفاده کن (همان، نامه ۵۳)؛ چراکه اندوخته‌های تجربی دیگران، حاصل یک عمر زیستن در فرازها و نشیب‌ها و موفقیت‌ها و ناکامی‌های زندگی است و راه کوتاهتری برای دستیابی آسانتر به هدف است.

### پرهیز از دوستی با بدان

همنشین بد، غارتگر عمر انسان، تباه‌کننده اخلاق و هدردهنده فرصت‌ها و امکانات اوست. قضاوت دیگران نسبت به آدمی، با شناخت ویژگی‌های دوستان و معاشران او رقم می‌خورد، از اینرو همنشین پسندیده در تعالی و زندگی فرد بسیار مؤثر است. مولی‌الموحدین (ع) در این خصوص می‌فرماید: «إِنَّ الصَّاحِبَ مُعْتَبَرٌ بِصَاحِبِهِ»؛ دوست را با دوستش می‌سنجند (همان، نامه ۶۹). همچنین ایشان در نهج البلاغه از برخی دوستی‌ها به شدت نهی می‌کنند تا مبادا سرمایه عمر انسان از رهگذر چنین افرادی تلف شود؛ از جمله در کلامی گهربار می‌فرماید: با احمق و نادان همنشینی مکن؛ زیرا او هم کار خود را در نظر تو می‌آراید و هم دوست دارد تو نیز مثل او باشی. از سوی دیگر، آدمی را به دوست داشتن دوستان خدا دعوت می‌کنند که سبب صلاح و اصلاح و خدایی شدن او می‌شود: «وَقَرِّ اللّٰهَ وَ اَحِبِّ اَحِبَّائَهُ»؛ خداوند را گرامی دار و دوستانش را دوست بدار (همانجا). چراکه دوستان خوب، انسان را به راه خیر و خوبی می‌کشند و در رسیدن به سعادت، یاریش می‌کنند. پس آن کس که خواهان بهروزی و کامیابی خویش است، باید از همنشینی با ناصالحان بپرهیزد.

### علل و عوامل اتلاف زمان در نهج البلاغه

برخی از علل و عوامل اتلاف زمان عبارت است از:

**بی‌فکری و عمل‌زدگی:** نداشتن طرح کاری از مصادیق بی‌فکری است. به منظور دوری از این آفت باید به برنامه‌ریزی و اولویت‌بندی کارها پرداخت. در مدیریت زمان، تعیین اهداف و اولویت‌ها از مهمترین امور به شمار می‌رود که با توجه به آن می‌توان از به دام افتادن در امور جزئی و غیرضروری نجات یافت. علی (ع) در این خصوص می‌فرماید: «من قعد عن حیلته أقامته الشدائد»؛ کسی که از چاره‌اندیشی بازماند، سختیها بر او وارد می‌شوند (آمدی، ۱۳۴۲: ۲۸۴).

**بی‌نظمی:** فرد نامنظم علاوه بر اتلاف زمان خود، باعث اتلاف زمان دیگران نیز می‌شود و برعکس، فرد منضبط هیچگاه کاری را در نیمه راه نمی‌کند، بلکه اهدافی متعالی برمی‌گزیند و با سعی و کوشش و نظم و زمان‌بندی آن را به فرجام می‌رساند.

**تنبلی و بی‌حوصلگی:** امام علی (ع) می‌فرماید: «إياکم و الکسل فإنه من کسل لم یؤد لله حقاً» (ابن ابی الحدید، ۱۹۶۵م: ۲۰/۲۶۴)؛ فرد تنبل چون اهل کار نیست، حتی هدفهای قابل دسترس و آسان را دست‌نیافتنی می‌بیند و به همین دلیل اوقات خود را به بطالت می‌گذراند. همچنین می‌فرماید: «ما أنقض النوم لعزائم اليوم»؛ خواب چقدر از تصمیمات روز می‌کاهد (نهج البلاغه، خطبه ۲۴۱).

**پذیرش درخواستها و خواهشها (تعارف بی‌جا و رودربایستی):** تعارف بی‌جا و داشتن رودربایستی در حقیقت یک نوع دروغگویی است. وقتی فرد نمی‌تواند و یا نمی‌خواهد کاری را انجام دهد و آن کار را بپذیرد، باعث اتلاف زمان، سرمایه و تضییع حقوق دیگران می‌شود. مجلسی در بحارالانوار از کتاب دعوات راوندی از امیرالمؤمنین (ع) روایت می‌کند که

فرمودند: وقتی از رسول خدا (ص) چیزی را می‌خواستند چنانچه اراده‌اش بر انجام آن کار تعلق می‌گرفت، می‌فرمود: «آری» و اگر نمی‌خواست آن را انجام دهد سکوت می‌کرد و هرگز کلمه «نه» را بر زبان جاری نمی‌ساخت (مجلسی، ۱۴۰۳ق: ۲۲/۲۹۴؛ طباطبایی، ۱۳۸۴: ۳۵).

**تسویف و اهمال کاری (کار امروز را به فردا افکندن):** تسویف منجر به سنگینتر شدن بار فردها می‌شود و نگرانی از کارهای مانده و دشواری انجام آنها به مرور زمان منجر به بیماریهای عصبی و یا بی‌تفاوتی نسبت به امور می‌گردد و به دنبال آن بی‌نظمی و عدم تعهد نسبت به مسئولیتها رخ می‌دهد و از همه مهمتر فرصتها از دست می‌رود. بنابراین باید از ورود به هر کاری قبل از موقع مناسب آن خودداری شود و با فرارسیدن فرصت مناسب آن تأخیر روا نگردد (جوادی آملی، ۱۳۷۵: ۲۰۲). تأخیر در کارها موجب بی‌نظمی و به‌هم‌ریختگی آنها می‌گردد؛ چنانکه علی (ع) می‌فرماید: «الْأُمُورُ الْمُتَنَتِّظَةُ يُفْسِدُهَا الْخِلَافُ»؛ امور به انتظام آمده را یک تخلف به هم می‌ریزد (آمدی، ۱۳۴۲: ۲۶).

**تلاش بیش از حد:** امام علی (ع) می‌فرماید: «قلیل تدوم علیه، أرحی من کثیر مملول منه»؛ کار کمی که ادامه یابد از کار زیادی که ملال‌آور باشد، امیدبخش‌تر است (نهج البلاغه، حکمت ۲۷۸). پرداختن به کارهای مختلف بیش از توان منجر به بیماریهای جسمی و روحی می‌شود. بنابراین هر کس باید با توجه به توان و ظرفیت خویش قبول مسئولیت نماید. اگر هر کس مسئولیت خود را به‌خوبی بشناسد و اهتمامش را به انجام آن مبذول دارد، کاری بر زمین نمی‌ماند و خللی در کارها پدید نمی‌آید. خلل و نابسامانی از جایی شروع می‌شود که افراد، کار و مسئولیت اصلی خود را رها کرده و در پی امور متفرع و بیش از توان خود هستند.

**خستگی:** فرد خسته، کارآیی کمتری دارد. خستگی مستقیماً بر میزان وقت، حوصله، خلاقیت و پشتکار و ... فرد تأثیر می‌گذارد. افرادی که فکر می‌کنند با کار ممتد و بدون

استراحت کافی می‌توانند کار بیشتری انجام دهند در اشتباهند و در واقع سرمایه و زمان خود را با بازدهی کم از دست می‌دهند.

**عدم توانایی در تصمیم‌گیری درست:** امام علی (ع) می‌فرماید: «من ساء عزمه رجع علیه سهم»؛ هر کس تصمیمش بد باشد تیرش به خودش برمی‌گردد (آمدی، ۱۳۴۲: ۲/ ۱۲۰، ح ۶/۶۴۲۴) قدرت و سرعت در تصمیم‌گیری از شاخصه‌های مهم در بهره‌وری فرد است. ناتوانی در تصمیم‌گیری باعث اتلاف وقت خود و دیگران می‌شود.

**رفاه‌زدگی:** رفاه‌طلبی و پرداختن بی‌حد و اندازه به امور رفاهی، انسان را از اهداف مهمتر و والاتر بازمی‌دارد و از این طریق بسیاری از فرصتها از دست می‌رود (گروه نویسندگان، ۱۳۸۵: ۶۳-۵۳). امیرالمؤمنین (ع) در سفارش به میانه‌روی می‌فرماید: «از اسراف پرهیز و میانه‌روی را برگزین، از امروز به فکر فردا باش و از اموال دنیا به اندازه کفاف خویش نگاه‌دار و زیادی را برای روز نیازمندیت در آخرت پیش فرست. آیا امید داری خداوند پاداش فروتنان را به تو بدهد درحالی که از متکبران باشی؟ و آیا طمع داری ثواب انفاق‌کنندگان را دریابی در حالی که در ناز و نعمت قرار داری؟ و تهیدستان و بیوه زنان را از آن نعمتها محروم می‌کنی؟ همانا انسان به آنچه پیش فرستاده و نزد خدا ذخیره ساخته، پاداش داده خواهد شد» (نهج البلاغه، نامه ۲۱، دشتی، ۱۳۸۷: ۳۵۷).

## نتیجه‌گیری

گذشت زمان و سپری شدن روز و شب و کاهش پیوسته عمر و فرصت از روشن‌ترین واقعیتهاست. با این حال انسان از این موضوع غافل است و از همین رهگذر خسارت بسیاری می‌بیند. مدیریت بر زمان به معنای استفاده بهینه از آن در کلام امیرالمومنین (ع) تحت عنوان غنیمت شمردن فرصتها و زمانها برای انجام امور بسیار مورد توجه قرار گرفته است؛ چنانکه می‌فرمایند: «إِنَّ الْفُرْصَ تَمَرٌ مَّرَّ السَّحَابِ فَانْتَهَزُوهَا إِذَا أَمَكَنْتَ فِي أَبْوَابِ الْخَيْرِ وَ إِلَّا عَادَتْ نَدْمًا»؛ برآستی که فرصتها به تندی و شتاب ابر در گذرند. هر وقت کارهای خیر دست داد و ممکن شد، آن فرصتها را غنیمت شمارید و گرنه کار به ندامت و پشیمانی می‌کشد.

بیان ضرورت و اهمیت مدیریت زمان را از دو نقطه نظر می‌توان مطرح کرد: از یک‌سو مدیریت زمان موجب شناختن و به‌کار بستن راه‌هایی می‌شود که با توجه و عمل به آنها می‌توان زندگی مطلوب‌تر و مفیدتری داشت و با طبقه‌بندی فعالیتها و تعیین اولویتها بر اساس رهنمودهای این تئوری، به موفقیت‌های بزرگی در جهت تأمین اهداف زندگی دست یافت. از سوی دیگر دستیابی به سعادت اخروی و نیل به کمال انسانی در گرو بهره‌برداری بهینه از فرصت توشه‌اندوزی عمر کوتاه دنیایی ماست؛ چنانکه تأکیدات فراوانی در نهج البلاغه مبنی بر خودشناسی و خودسازی و مدیریت بر خویشتن و انجام عبادات در وقت تعیین شده و جایگاه عصر و زمان و... مؤید این نکته است. در واقع نهج البلاغه بعنوان آئینه اسلام ناب محمدی، برای مدیریت زمان، یک سیستم کاملاً علمی و دقیقاً عملیاتی ارائه کرده است و در مباحث اعتقادی و تمامی عبادات دینی، نقش زمان و بهره‌گیری از آن، نظم‌بخشی فعالیتها و خودسازی و در نهایت مدیریت بر خویشتن بسیار کامل مورد توجه قرار گرفته است و این ناشی از تفاوت نگرش اسلام نسبت به انسان و زمان به عنوان پدیده‌ای ارزشمند و در خدمت وصول کمال انسانی می‌باشد. اسلام در طراحی سیستم مدیریت زمان مهمترین شاخصه ایمان را احاطه

مؤمن بر زمان و محاسبه روزانه مستمر می‌داند و حیات واقعی فرد را در گرو شناخت امام زمانش ذکر می‌کند و به بندگان مخلصش وعده وسعت و رهبری زمان را می‌دهد.

### فهرست منابع

۱. قرآن کریم
۲. نهج البلاغه
۳. ابن ابی الحدید، شرح نهج البلاغه، تحقیق محمد ابوالفضل ابراهیم، قاهره: دار احیاء الکتب العربیه، ۱۹۶۵م.
۴. ابن میثم بحرانی، شرح نهج البلاغه، قم: دفتر تبلیغات اسلامی، ۱۳۶۲.
۵. آمدی، عبدالواحد، غررالحکم و دررالکلم، تهران: انتشارات دانشگاه تهران، ۱۳۴۲.
۶. جوادی آملی، اخلاق کارگزاران در حکومت اسلامی، تهران: مرکز نشر فرهنگی رجاء، چ ۶، ۱۳۷۵.
۷. -----، عبدالله، حکمت عملی و نظری در نهج البلاغه، قم: مرکز نشر اسراء، چ ۳، ۱۳۷۹.
۸. خنیفر، حسین؛ پورحسینی، مؤده، مهارتهای زندگی، قم: نشر هاجر، چ ۸، ۱۳۸۵.
۹. دشتی، محمد، ترجمه نهج البلاغه، قم: نسیم حیات، چ ۳، ۱۳۸۷.
۱۰. الشریف الرضی، خصائص الائمہ، تحقیق محمدهادی امینی، مشهد: مجمع البحوث الاسلامیه، ۱۴۰۶ق.
۱۱. صبحی، صالح، نهج البلاغه، بیروت: ضبط نصه و ابتکر فهارس العلمیه، طبعه الاولی، ۱۳۸۷.
۱۲. طباطبایی، سیدمحمدحسین، سنن النبی، ترجمه حسین استاد ولی، تهران: پیام آزادی، چ ۷، ۱۳۸۴.
۱۳. قاسمی منفرد، مهدی، آسیب‌شناسی زمان در نهج البلاغه، تهران: فرهنگ مکتوب، چ ۱، ۱۳۸۶.

۱۴. قرشی، سید علی اکبر، آیین نهج البلاغه، تهران: فرهنگ مکتوب، ۱۳۸۴.
۱۵. گروه نویسندگان، مدیریت برنامه ریزی و زمان، تهران: مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی، ۱۳۸۵.
۱۶. المتقی الهمدی، کنز العمال، بیروت: مؤسسه الرساله، ۱۴۰۹ق.
۱۷. مجلسی، محمدباقر، بحار الانوار، بیروت: مؤسسه الوفاء، ۱۴۰۳ق.
۱۸. مختاری مازندرانی، محمدحسین، صفات جمال و جلال خدا در نهج البلاغه، ناشر: مولف، چ ۱، ۱۳۷۴.
۱۹. مطهری، مرتضی، سیری در نهج البلاغه، قم: صدرا، چ ۱۴، ۱۳۷۶.
۲۰. معاد یخواه، عبدالمجید، فرهنگ آفتاب؛ فرهنگ تفصیلی مفاهیم نهج البلاغه، نشر ذره، چ ۱، ۱۳۷۲.
۲۱. مکارم شیرازی، ناصر، ترجمه گویا و شرح فشرده نهج البلاغه، قم: مؤسسه مطبوعاتی هدف، بی تا.
۲۲. نصری، عبدالله، سیمای انسان کامل از دیدگاه مکاتب، تهران: انتشارات جهاد دانشگاهی، چ ۳، ۱۳۷۱.