



دانشکده الهیات و علوم اسلامی

گروه علوم قرآن و حدیث

عنوان پایان نامه:

الگوها و راهکارهای قرآنی و روایی در مدیریت زمان

استاد راهنما:

جناب آقای دکتر حسین رجب زاده

استاد مشاور:

جناب آقای دکتر محمد هادی امین ناجی

نگارش:

مرضیه ابویسانی

پایان نامه

برای دریافت درجه کارشناسی ارشد

در رشته علوم قرآن و حدیث

مهر ۹۰

## تقديم به :

حضرت ولی عصر(عجل الله تعالى فرجه)،

او که صاحب زمان است و زمان در انتظار آمدنش.

## تقدیر و تشکر :

«...وَقَالُوا الْحَمْدُ لِلَّهِ الَّذِي هَدَانَا لِهَذَا وَمَا كُنَّا لِنَهْتَدِيَ لَوْلَا أَنْ هَدَانَا اللَّهُ...» □

## با سپاس فراوان :

از مادر عزیز و پدر گرامی ام که هر چه دارم از وجود آن دو نازنین مهربان و دعای خیرشان است .

و از همسر مهربانم ، همراه و یاور همیشگی ام در فراز و نشیب زندگی، و از والدین دلسوزشان.

و از اساتید دلسوز و ساعی، جناب آقای دکتر رجب زاده، و جناب آقای دکتر ناجی که در طی مراحل تدوین این پروژه بنده را یاری نمودند.

و نیز از اساتید گرانقدر و تمامی کسانی که در تکمیل این پروژه نقشی داشتند.

## چکیده

نعمت عمر و حیات گوهر ارزشمندی است که رسیدن به سعادت جز از مسیر آن محقق نخواهد شد. از این رو در سال های اخیر پژوهش برای شناسایی ارزش واقعی، نحوه استفاده، و مدیریت زمان، مورد توجه اندیشمندان غربی قرار گرفته است. این در حالی است که این موضوع در میان مسلمانان و رهبران ایشان همزمان با عصر نزول قرآن و دوران امامت از اهمیت برخوردار بوده است.

درقرآن و روایات از یک سو، با هدفگذاری در رسیدن به اهداف دنیوی و سعادت اخروی نگاهی جامع به مدیریت عمر شده است، و از سویی دیگر با برنامه ریزی های دقیق و کاربردی، راهکارها و شیوه های مدیریت عمر بیان شده است.

این پایان نامه با جمع آوری آیات و روایات مربوط،تحلیل، و دسته بندی موضوعی آنها، در صدد بیان راهکارهای برگرفته از منابع اسلامی در حوزه مدیریت زمان و ارائه الگوهای کاربردی در این زمینه می باشد.در این تحقیق ابتدا هدف اسلام از توجه به زمان مطرح شده است؛ در این راستا به هدفگذاری برای سعادت اخروی انسان، با در نظر گرفتن دیدگاه اسلام نسبت به اهداف و موفقیت های مادی و دنیوی پرداخته شده است. در ادامه راهکارها و الگوهای اسلام در موضوع مدیریت زمان، ارائه شده و میزان کاربردی بودن آنها مورد بررسی قرار می گیرد. در پایان ضمن مقایسه بین مبانی دینی و غیر دینی مدیریت زمان، ارتباط بین وقت شناسی و دینداری انسان بیان می گردد .

**واژگان کلیدی:** وقت، وقت شناسی، ارزش عمر، مدیریت زمان.

## فهرست مطالب

۱. فصل اول: طرح تحقیق	۱
۱ + معنا شناسی	۲
۱ + + مدیریت	۲
۱ + + ۴ زمان	۲
۱ + ۳ فرصت	۲
۱ + ۴ عمر	۳
۱ + ۵ نظم	۳
۱ + ۶ مدیریت زمان	۳
۱ + ۴ بیان مسأله	۴
۱ + ۳ اهمیت و ضرورت بحث	۴
۱ + ۴ پیشینه تحقیق	۵
۱ + ۵ اهداف تحقیق	۶
۱ + ۶ سؤالات تحقیق	۶
۱ + ۷ فرضیات تحقیق	۶
۱ + ۸ روش تحقیق	۷
۱ + ۹ مقدمه	۸
۲. فصل دوم: یافته های تحقیق	۱۰
۲-۱ بخش اول: ارزش عمر در آیات و روایات	۱۱
۲-۱-۱ ارزش عمر	۱۳
۲-۱-۱-۱ ارزش عمر از دیدگاه قرآن	۱۳
۲-۱-۱-۱-۲ نظام آفرینش و ارزش عمر	۱۵
۲-۱-۱-۲-۱ مسئولیت انسان در قبال اعمال و ارزش عمر	۱۷

- ۱۹-۲-۱-۱-۱-۳ عمر کوتاه و بی بازگشت -----
- ۲۰-۲-۱-۱-۲ ارزش عمر از دیدگاه روایات -----
- ۲۲-۲-۱-۱-۲ ارزش واحدهای زمانی -----
- ۲۲-۲-۱-۱-۲ روزه‌های ارزشمند -----
- ۲۵-۲-۱-۱-۲ ارزش ساعتهای عمر -----
- ۲۸-۲-۱-۱-۲ لحظات ارزشمند عمر -----
- ۳۱-۲-۱-۲ اهداف اسلام در توجه به مدیریت زمان -----
- ۳۱-۲-۱-۲ اهداف اخروی -----
- ۳۲-۲-۱-۱-۲ ورود به بهشت و رسیدن به رضوان الهی -----
- ۳۵-۲-۱-۱-۲ رهایی از آتش دوزخ -----
- ۳۶-۲-۱-۱-۲ برخورداری دائمی از پاداش و رحمت الهی -----
- ۳۷-۲-۱-۲ اهداف دنیوی -----
- ۴۱-۲-۲-۱-۲ کسب عزّت و اعتبار اجتماعی -----
- ۴۵-۲-۲-۱-۲ برخورداری از روزی حلال و رهایی از فقر -----
- ۴۷-۲-۲-۱-۲ رشد علمی، فرهنگی و دینی -----
- ۵۰-۲-۲-۱-۲ برخورداری از سلامت جسمانی و شادابی روحی -----
- ۵۳- جمع بندی مطالب فصل -----
- ۵۴-۲-۲ بخش دوم: راهکارها و الگوهای قرآنی و روایی در مدیریت زمان -----
- ۵۸-۲-۲ راهکارهای قرآنی و روایی در مدیریت زمان -----
- ۵۸-۲-۱-۱ شناخت -----
- ۶۱-۲-۱-۲ هدفگذاری -----
- ۶۵-۲-۱-۲ اولویت بندی -----
- ۶۹-۲-۱-۲ بهره گیری از اسباب (واگذاری امور) -----
- ۷۲-۲-۱-۲ نظم -----

- ۶-۱-۲-۲ تنظیم زمان خواب و بیداری ----- ۷۷
- ۷-۱-۲-۲ انجام هر کار در زمان خود ----- ۸۰
- ۸-۱-۲-۲ پرهیز از شتاب بی مورد ----- ۸۲
- ۹-۱-۲-۲ پرهیز از تأخیر بی جا ----- ۸۶
- ۱۰-۱-۲-۲ تذکر و توجه دائم به اهداف ----- ۸۹
- ۱۱-۱-۲-۲ پرهیز از غفلت ----- ۹۱
- ۱۲-۱-۲-۲ دوری از لغو ----- ۹۳
- ۱۳-۱-۲-۲ محاسبه نفس ----- ۹۵
- ۱۴-۱-۲-۲ زندگی در زمان حال ----- ۹۷
- ۱۵-۱-۲-۲ بهره گیری از اوقات فراغت ----- ۹۸
- ۱۶-۱-۲-۲ بهره گیری از فرصت های پیش بینی نشده ----- ۱۰۲
- ۱۷-۱-۲-۲ اغتنام فرصت های گذرا ----- ۱۰۴
- ۱۸-۱-۲-۲ تطویل زمان ----- ۱۰۶
- ۱-۱۸-۱-۲-۲ استفاده از تجارب دیگران ----- ۱۰۷
- ۲-۱۸-۱-۲-۲ بهره گیری از خاصیت اوقات ----- ۱۰۸
- ۳-۱۸-۱-۲-۲ دقت در عوامل معنوی افزایش عمر ----- ۱۰۹
- ۴-۱۸-۱-۲-۲ اندیشیدن به جای عبادت مستحب ----- ۱۱۰
- ۲-۲-۲-۲ الگوهای قرآنی و روایی در مدیریت زمان ----- ۱۱۱
- ۱-۲-۲-۲ الگوهای قرآنی ----- ۱۱۱
- ۲-۲-۲-۲ الگوهای روایی ----- ۱۲۴
- ۳-۲-۲-۲ الگوهایی از زندگی بزرگان دین ----- ۱۳۱
- جمع بندی مطالب فصل ----- ۱۳۶
- ۳-۲-۲-۲ بخش سوم: تحلیل مبانی غرب در مدیریت زمان و مقایسه با مبانی اسلام ----- ۱۳۸
- ۱-۳-۲-۲ تاریخچه مدیریت زمان در غرب ----- ۱۴۰

۱-۱-۳-۲	نظام سرمایه داری و مدیریت زمان	۱۴۱
۲-۱-۳-۲	مدیریت زمان شخصی	۱۴۴
۲-۳-۲	جامعیت برنامه های اسلام در مدیریت زمان	۱۴۹
۱-۲-۳-۲	توجه به اهداف دنیوی در راستای آخرت طلبی	۱۵۲
۲-۲-۳-۲	میزان کاربردی بودن راهکارهای اسلام در زمینه مدیریت زمان	۱۵۷
۳-۲-۳-۲	نقش عقیده به توحید در مدیریت برتر بر زمان	۱۶۱
۱-۳-۲-۳-۲	دعوت به وحدت گرایی در مقابل کثرت گرایی	۱۶۳
۲-۳-۲-۳-۲	ثبات در اصل توحید و بی ثباتی در گرایش مادی	۱۶۵
	جمع بندی مطالب فصل	۱۶۷
۴-۲	جمع بندی	۱۶۹
	فهرست منابع	۱۷۱



# فصل اول:

## طرح تحقیق

## ۱-۱ معنا شناسی

### ۱-۱-۱ مدیریت

«مدیر» اسم فاعل از مصدر اداره، به معنای اداره کننده است.<sup>۱</sup>

«اداره» از ماده «دَوَرَ» به معنای گردیدن حول چیزی و بازگشت به نقطه شروع می باشد.<sup>۲</sup>

کلمه «دَائِرَة» نیز از همین ماده و به معنای خط محیطی و «الدَّوَّارِیُّ» به معنای روزگار است که

بر انسان احاطه دارد.<sup>۳</sup>

بنابراین «مدیر» کسی است که بر کار خود احاطه دارد و آن را به درستی اداره می کند، و

«مدیریت» به معنای اداره کردن و گرداندن می باشد.

### ۱-۱-۲ زمان

«زمان» را به وقت، هنگام و روزگار معنا کرده اند.<sup>۴</sup> در واقع اسمی است که برای مدتی از وقت

به کار می رود، چه آن مدت کم باشد یا زیاد.<sup>۵</sup>

### ۱-۱-۳ فرصت

«فرصت» را به «النَّوْبَةُ» و «النُّهْزَةُ» معنا کرده اند.<sup>۶</sup>

این واژه هنگامی به کار می رود که گروهی آب کمی را بین خود تقسیم می کنند و برای

هریک نوبتی است و گفته می شود: نوبت تو و زمان آب خوردنت فرا رسید، پس از فرصت استفاده

کن و با شتاب از آن بهره بگیر.<sup>۷</sup>

<sup>۱</sup> عمید، حسن، ۱۳۷۶، فرهنگ فارسی عمید (جیبی)، تهران: امیر کبیر، ص ۱۱۰۲.

<sup>۲</sup> ابن منظور، محمد بن مکرم، ۱۴۱۴ ق، لسان العرب، بیروت: دار صادر، ج ۴، ص: ۲۹۶.

<sup>۳</sup> راغب اصفهانی، حسین بن محمد، ۱۴۱۲ ق، المفردات فی غریب القرآن، دمشق بیروت: دارالعلم الدار الشامیة، ص: ۳۲۱.

<sup>۴</sup> عمید، ۱۳۷۶، ص ۷۳۸.

<sup>۵</sup> ابن منظور، ۱۴۱۴ ق، ج ۱۳، ص: ۱۹۹.

<sup>۶</sup> همان، ج ۷، ص: ۶۴.

<sup>۷</sup> فیومی، احمد بن محمد، بی تا، مصباح المنیر، بی جا، ص: ۴۶۸.

بنابراین «فرصت»، وقت مناسب برای انجام کار،<sup>۱</sup> و زمان محدودی است که در اختیار انسان قرار داده می شود و باید با هوشیاری و بدون معطلی از آن بهره گیرد. ترجمه این واژه به «قطع»<sup>۲</sup> به معنای پاره ای از هرچیز، نشان دهنده محدود بودن آن است.

#### ۱-۱-۴ عمر

«عمر» به معنای حیات و زندگی است.<sup>۳</sup> راغب «العمارة» را به آبادانی و ضد خرابی معنا کرده و «عمر» را اسمی برای دوران زندگی و مدت آبادی بدن بوسیله حیات و روح می داند.<sup>۴</sup>

#### ۱-۱-۵ نظم

در لسان العرب در بیان معنای «نظم»، آن را مترادف با «تألیف» دانسته است.<sup>۵</sup> «مؤلف» چیزی است که از اجزاء مختلف بصورتی مرتب و منظم ترتیب یافته باشد، آنچنان که هر جزئی اگر باید اول قرار گیرد اول آن و اگر باید بعدا آورده شود بعدا، و با همین ترتیب تقدّم و تأخّر تنظیم شده باشد.<sup>۶</sup> «نظام» را به منظم کردن و به رشته درآوردن مهره ها معنا کرده اند. این معنا در تمام امور جاری است و هنگامی که گفته می شود: «لیس لأمره نظام» به این معناست که روش مشخص و تعیین شده ای در کارش ندارد.<sup>۷</sup>

#### ۱-۱-۶ مدیریت زمان

«مدیریت زمان» به معنای اداره کردن وقت در دسترس و احاطه داشتن بر آن می باشد. به این معنا که فرد کنترل زمان و کار خود را در دست گیرد و اجازه ندهد امور و حوادث، جریان زندگی او را هدایت کنند.

اکثر صاحب نظران علم مدیریت معتقدند که زمان اساسا اداره شدنی نیست و از مدیریت زمان

<sup>۱</sup> عمید، ۱۳۷۶، ص ۹۴۸.

<sup>۲</sup> ابن منظور، ۱۴۱۴ ق، ج ۷، ص ۶۵.

<sup>۳</sup> عمید، ۱۳۷۶، ص ۹۱۸.

<sup>۴</sup> راغب اصفهانی، ۱۴۱۲ ق، ص: ۵۸۶.

<sup>۵</sup> ابن منظور، ۱۴۱۴ ق، ج ۱۲، ص: ۵۷۸.

<sup>۶</sup> راغب اصفهانی، ۱۴۱۲ ق، ص: ۸۱.

<sup>۷</sup> فراهیدی، خلیل بن احمد، ۱۴۱۰ ق، کتاب العین، قم: انتشارات هجرت، ج ۸، ص: ۱۶۵.

تعبیر به مدیریت بر خود می کنند؛ زیرا زمان خود به خود می گذرد صرف می شود.<sup>۱</sup> بنابراین مدیریت زمان به عنوان سیستمی کارا و مؤثر برای کنترل اعمال و رفتارهای خود و استفاده مؤثر از زمان تعریف می شود.

## ۲-۱ بیان مسأله

مدیریت زمان به عنوان شاخه ای از علم مدیریت، در دهه های اخیر بیش از پیش مورد توجه قرار گرفته است. تمام اقشار انسان ها در سطوح مختلف زندگی خود از جمله زندگی فردی، اجتماعی، سیاسی و اقتصادی، در صدد آن هستند که برای رسیدن به اهداف خود از تمام فرصت های موجود به بهترین نحو بهره گیری کنند. از این رو کتاب هایی از نظرگاه های مختلف به این مسأله، تألیف شده اند تا با ارائه راهکارهایی برای مدیریت برتر بر زمان، بشر را در رسیدن به اهدافش یاری نمایند.

در این میان این سوال به ذهن می رسد که اسلام به عنوان جامع ترین و آخرین دین الهی تا چه حد برای فرصت های زندگی انسان اهمیت قائل است و ارزش عمر انسان را چه مقدار می داند؟ آیا بهره گیری از فرصت های زندگی و مدیریت بر زمان در تعلیمات اسلام جایگاهی دارد؟ آیا اسلام راهکارهایی برای مدیریت بر زمان ارائه داده و این راهکارها تا چه حد کاربردی و منطبق با شرایط جوامع امروزی هستند؟

در این پروژه سعی می شود با نگاهی نو به آیات و روایات اسلامی، راهکارهای مدیریت زمان از این دیدگاه مورد بررسی قرار گیرد.

## ۳-۱ اهمیت و ضرورت بحث

مسأله زمان و نحوه بهره گیری از آن امریست که بشر از دیر باز با آن سروکار داشته است. خصوصاً در دنیای امروز با توجه به شتاب زمان و پیشرفت های سریع تکنولوژی، اهمیت این امر بیش از پیش احساس می شود. در جوامع امروزی می توان در مدت زمان کم به اطلاعات زیادی دسترسی پیدا کرد؛ با این حال تمایل به سریعتر انجام دادن کارها روز به روز بیشتر می شود و این

---

<sup>۱</sup> جعفر پور، محمود، علی اکبر رجبی میاندره، ۱۳۸۸، برنامه ریز کاربردی زمان (همراه با ارثه تکنیک ابداعی و نوین برنامه ریزی)، تهران، پلک، ص ۹.

احساس را برای انسان به وجود می آورد که از زمان عقب می ماند و نمی تواند به اهداف خود در زندگی دست یابد. عدم دسترسی به اهداف، احساس پوچی و بی معنا بودن زندگی را به دنبال دارد و توجه به نقش زمان می تواند راه گشای این مشکل باشد.

در میان دیدگاه های مختلفی که اهمیت زمان را بررسی می کنند و راهکارهایی برای مدیریت زمان ارائه می دهند، این وظیفه مسلمانان است که با غور در آیات و روایات اسلامی، نظر اسلام را در این زمینه استخراج کنند و تعالیم حیات بخش آن را در دسترس همگان قرار دهند. این پروژه سعی دارد گامی کوچک در این زمینه بردارد و راهکارهای مدیریت زمان را از نظر اسلام بررسی کند.

#### ۴-۱ پیشینه تحقیق

سابقه پژوهش و ارائه تألیف در زمینه مدیریت زمان به حدود نیم قرن پیش می رسد.<sup>۱</sup> از آن زمان تا کنون تألیفات متعددی در جوامع غربی در زمینه مدیریت زمان ارائه شده است و یکی از قدیمی ترین کتاب ها در زمینه مدیریت زمان به زبان فارسی، کتاب «مدیریت زمان» نوشته «عبدالحمید سروش»<sup>۲</sup> یا مجموعه سخنرانی های ایشان می باشد.

اکثر تألیفات فارسی در این زمینه، ترجمه شده آثار محققان غربی است، و یا با اقتباس از نوشته های آنان نوشته شده است. منابع اسلامی در این زمینه نیز بیشتر به بیان ارزش عمر و استفاده از فرصت جوانی پرداخته و اکثراً با هدف رسیدن به سعادت اخروی تألیف شده اند. در زمینه زندگی موفق در دنیا نیز عناوینی چون نظم و برنامه ریزی در این منابع به چشم می خورد و اخیراً تألیفاتی در زمینه اسلام با عنوان یا موضوع مدیریت زمان صورت گرفته است، اما این تألیفات کمتر در پی استخراج راهکارها بوده اند و به ذکر روایات اکتفا شده است. به عنوان مثال در کتاب «گوهر وقت» نوشته «سید حسن مطلبی»<sup>۳</sup>، در فصلی با عنوان «علل تضييع وقت» با دسته بندی روایات به بیان علل تضييع وقت پرداخته، اما تحلیلی دقیقی از روایات بیان نشده و غالباً به ذکر روایات اکتفا شده است.

<sup>۱</sup> جی راس در کتاب مدیریت زمان اینگونه گزارش می دهد: «اولین کتاب درمورد مدیریت زمان در اواخر دهه ۱۹۵۰ به بازار آمد.»، راس، ۱۳۸۴، ص ۲۸.

<sup>۲</sup> سروش، عبدالحمید، ۱۳۷۲، مدیریت زمان: راهنمای استفاده صحیح از وقت برای موفقیت بیشتر در کار و زندگی، تهران: عبدالحمید سروش.

<sup>۳</sup> مطلبی، سید حسن، ۱۳۷۹، گوهر وقت، تهران: مؤسسه انتشارات امیر کبیر، شرکت چاپ و نشر بین الملل.

در همین کتاب در فصلی دیگر با عنوان «در آینه روایات»، بیش از هفتاد روایت را بدون دسته بندی موضوعی و تحلیل، فقط ذکر کرده است.

## ۵-۱ اهداف تحقیق

هدف این پروژه بررسی الگوها و راهکارهایی است که در قرآن و روایات در زمینه مدیریت زمان ارائه شده است و در این راستا دستیابی به اهداف ذیل مد نظر قرار می گیرد:

بررسی راهکارهای قرآن در زمینه مدیریت زمان.

بررسی اهداف قرآن از توجه به مدیریت زمان.

بررسی تأثیر اعمال عبادی بر مدیریت زمان.

بررسی میزان کاربردی بودن راهکارهای قرآن در جامعه امروز.

## ۶-۱ سؤالات تحقیق

سؤالات اصلی که در این پروژه به آنها پاسخ داده خواهد شد به شرح زیر می باشد:

۱. آیا بین وقت شناسی و رشد معنوی فرد رابطه ای وجود دارد؟

۲. راهکارهای قرآن و روایات در زمینه مدیریت زمان تا چه اندازه کاربردی و مؤثر است؟

۳. هدف قرآن و روایات از توجه به زمان و مدیریت آن توجه به کدام جنبه از ابعاد وجودی

انسان بوده است؟

## ۷-۱ فرضیات تحقیق

این پژوهش بر اساس فرضیه های زیر انجام شده است:

۱. قرآن و روایات ضمن توجه و برنامه ریزی برای تمام لحظات عمر انسان و نهی از هدر

دادن آن، به تمام جوانب و نیازهای دنیوی و اخروی فرد توجه داشته اند.

۲. با توجه به علم خداوند به نیازهای حقیقی بشر، الگوهای قرآنی و روایی بسیار حکیمانه،

کاربردی و مؤثر است.

۳. به نظر می رسد رابطه وقت شناسی و رشد معنوی فرد، رابطه ای دو طرفه و متقابل است.

## ۸-۱ روش تحقیق

روش جمع آوری اطلاعات در این پروژه به صورت کتابخانه ای بوده و تحقیق به صورت تحلیلی توصیفی انجام شده است.

این پروژه در سه فصل به ترتیب زیر تنظیم شده است:

در فصل اول ارزش و اهمیت زمان و عمر انسانی از دیدگاه آیات و روایات مورد بررسی قرار

گرفته و اهدافی که اسلام از توجه به زمان و اهمیت دادن به بهره گیری از آن دارد بیان می گردد.

در فصل دوم ابتدا راهکارهایی که در زمینه مدیریت زمان در لسان آیات و روایات بیان شده

است بررسی و دسته بندی می گردد. سپس به بیان الگوهایی پرداخته می شود که با بهره گیری از این

راهکارها به سعادت و موفقیت دست یافته اند، یا با عدم بهره گیری صحیح از زمان به اهداف خود

دست نیافته اند.

در فصل سوم با بیان مقایسه ای بین راهکارهای اسلامی و غربی در زمینه مدیریت زمان ،

تحلیلی از وضع موجود بیان شده و میزان کاربردی بودن دستورالعمل های دینی در زمینه مدیریت

زمان مورد بررسی قرار گرفته است.

## ۹-۱ مقدمه

در جامعه علمی جهانی، علوم انسانی دارای اهمیت زیادی است و مباحث مختلفی در این زمینه مطرح می‌گردد. در این میان دانشمندان غربی خود را پایه گذار اکثر مباحث علوم انسانی می‌دانند و با ارسال نظریات خود به سراسر جهان، اعتقادات و جهان بینی خود را نیز منتقل می‌کنند. این در حالی است که چهارده قرن پیش از این، دین اسلام با نزول کتاب قرآن به عنوان کتاب هدایت، پایه ریزی تمام علوم انسانی را به صورتی دقیق و بر اساس جهان بینی اسلام که منطبق با فطرت انسانی است، ارائه داده کرده. اما متأسفانه کم کاری برخی دانشمندان اسلامی خصوصاً در دوره های اخیر در زمینه استخراج نظریات اسلام و ارائه آن به جامعه اسلامی و دیگر جوامع، باعث شده است نظریات غربی صحیح تر و پایه ای تر تلقی شوند.

مدیریت زمان، یکی از این مباحث است که اندیشمندان غربی از حدود دو قرن پیش، به نوعی خود را پایه گذار آن می‌دانند. در حالی که قرن ها پیش از این، در آیات و روایات اسلامی نظرات اساسی در این زمینه مطرح شده است، و در طی این مدت افراد زیادی با به کار گیری این راهکارها در زندگی خود به موفقیت هایی دست یافته اند.

در دیدگاه اسلام، مسأله زمان و نحوه استفاده از آن دارای اهمیت و ارزش فراوانی است. قرآن کریم بازه های مختلف زمانی (سال، ماه، روز، ساعت) را بیان کرده، و به اوقات زمان قسم یاد می‌کند.<sup>۱</sup> مدت عمر و زمان زندگی انسان در دنیا را تنها فرصتی می‌داند که به او داده شده تا بتواند با بهره گیری صحیح از آن سعادت خویش را تضمین کند؛ و غفلت و عدم بهره گیری از فرصت های زندگی را موجب رسیدن وی به شقاوت می‌داند.

آیات و روایات، با توجه دادن انسان به دو مسیر سعادت و شقاوت که پیش روی او قرار دارد، از او می‌خواهند فرصت محدود عمر خود را به بهترین نحو مدیریت کند و با بهره گیری از قدرت اختیار و اراده خود و در سایه عمل در بستر زمان، به اهداف خود در دنیا و آخرت دست یابد.

مدیریت زمان مجموعه مهارتهایی است که به فرد این امکان را می‌دهد که از فرصتهای خود در زندگی به درستی استفاده کند و با مدیریت بر اعمال و عملکردهای خود، به اهداف زندگی دست

<sup>۱</sup> (وَالْعَصْرِ)، عصر/۱، (وَالضُّحَى وَاللَّيْلِ إِذَا سَجَى)، ضحی/۲، (وَالصُّبْحِ إِذَا سَفَرٌ)، مدثر/۲۴...



یابد. سال ها، ماه ها، روزها، ساعت ها، دقایق و لحظات، اموری ثابت و بدون تغییر هستند و این انسان است که در قالب زمان دچار تغییر و تحول می شود. بنابراین مدیریت زمان، همان مدیریت فرد و اعمال و رفتار و اهداف او در قالب زمان می باشد.

برای بهره گیری بهتر از زمان، آیات و روایات اسلامی راهکارهای مؤثری در زمینه مدیریت زمان بیان می کنند که کاربردی و همگانی است، و هدف از بیان این راهکارها نه فقط رسیدن به اهداف اخروی، بلکه دستیابی به اهداف اخروی و دنیوی می باشد. بیان راهکارهای اسلامی در زمینه مدیریت زمان و آشنا شدن افراد با نحوه به کارگیری این راهکارها، قدم اول برای بهره گیری از فرصت های زندگی است.

اقدام مؤثر دیگر اسلام معرفی الگوهای مثبت و منفی در این زمینه است تا با بررسی نحوه زندگی آنها، فرد خود مسیر زندگیش را در برخورد با فرصتها و نحوه مدیریت آنها با اختیار و آگاهانه انتخاب کند.

## فصل دوم:

### یافته های تحقیق

## بخش اول:

### ارزش عمر

### در آیات و روایات

نعمت حیات یا همان فرصت زندگی در دنیا، نعمتی ارزشمند است که خدای متعال به بشر ارزانی داشته است تا با بهره گیری از فرصت های عمر خود در دنیا، جایگاه اخروی خود را کسب کند. از دیدگاه اسلام زندگانی این دنیا فانی و گذراست و هدف از زندگی در دنیای فانی، رسیدن به سرای جاویدان آخرت است.<sup>۱</sup> حضرت علی (علیه السلام) می فرمایند:

« إِنَّكَ مَخْلُوقٌ لِلْآخِرَةِ فَأَعْمَلْ لَهَا »<sup>۲</sup>

« بدرستی که تو برای آخرت آفریده شده ای، پس برای آن عمل کن »

مسیر زندگی انسان به سوی آخرت است و این خود فرد است که با اعمالش در دنیا جایگاه اخروی خویش را معین می نماید؛ اگر از فرصت های عمر خود به درستی بهره گیرد، می تواند سعادت خویش را تضمین کند. و اگر فرصت های عمر را از دست بدهد، مسیر شقاوت را در پیش گرفته است. انسان دور اندیش کسی است که همواره مراقب باشد که هیچ چیز او را از رسیدن به سعادت آخرت باز ندارد:

« الْحَازِمُ مَنْ لَمْ يَشْغَلْهُ غُرُورُ دُنْيَاهُ عَنِ الْعَمَلِ لِآخِرَاهُ »<sup>۳</sup>

« دور اندیش کسی است که فریب دنیا او را از عمل برای آخرت باز ندارد »

پس از مفارقت از دنیا تنها عمل صالح است که به تصریح برخی روایات در قبر نیز همراه انسان است. بنابراین، عمر و مال و امکانات را در این فرصت محدودی که در دنیا در اختیار انسان نهاده شده، باید صرف تحصیل عمل صالح نماید تا به سعادت جاودان دست یابد.<sup>۴</sup>

در این فصل ابتدا ارزش عمر از دیدگاه آیات و روایات بیان خواهد شد، سپس اهدافی که اسلام از اهمیت به فرصت های زندگی مد نظر دارد مورد بررسی قرار خواهد گرفت.

<sup>۱</sup> شوری/۳۶.

<sup>۲</sup> تمیمی آمدی، عبد الواحد، ۱۳۶۶، تصنیف غرر الحکم و درر الکلم، قم: دفتر تبلیغات، ص: ۱۴۵، حدیث ۲۶۲۳.

<sup>۳</sup> همان، ص: ۴۷۵، حدیث ۱۰۸۸۳.

<sup>۴</sup> (فَمَنْ كَانَ يَرْجُوا لِقَاءَ رَبِّهِ فَلْيَعْمَلْ عَمَلًا صَالِحًا)، کهف/۱۱۰.