

نوع مقاله: ترویجی

بررسی نقش تفریح، سرگرمی و بایسته‌های آن در سبک زندگی اسلامی

Mreapour6054@gmail.com

Taheri-akerdi@iki.ac.ir

کلیه منیره رضاپور آکردی / طلبه سطح ۳ کلام اسلامی جامعه الزهراء

محمدحسین طاهری آکردی / دانشیار گروه ادیان مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی

پذیرش: ۱۴۰۱/۰۴/۰۴

دریافت: ۱۴۰۰/۱۱/۱۲

چکیده

یکی از مهم‌ترین مسائلی که امروزه لازم است مورد توجه قرار گیرد، شیوه زندگی افراد است. دینداری از عوامل شکل‌دهنده شیوه زندگی افراد است. براین اساس مقاله کوشیده به اوقات فراغت و بایسته‌های آن در زندگی یک مسلمان شیعه در عصر غیبت معصوم^ع براساس موازین اسلامی بپردازد. با تعریفی از اوقات فراغت و جایگاه آن در زندگی امروزه و تکیه بر آیات و روایات اسلامی، جایگاه آن از منظر دین اسلام مورد بررسی قرار گرفته است. مسائلی مانند تفریح، گردشگری، بازی، نوع وسائل بازی و جایگاه هریک از آنها در پرورش یک مسلمان و آمادگی بیشتر وی برای پذیرش حکومت الهی، از مهم‌ترین موارد سبک زندگی اسلامی است. این مقاله با روش توصیفی - تحلیلی به اهمیت نقش اوقات فراغت در زندگی شخص مسلمان، پرداخته و ابزار بودن آنها در راستای تقرب الهی، و توجه خاصی که اسلام به تفریح و سرگرمی دارد را از مهم‌ترین دستاوردهای این نوشتار می‌داند.

کلیدواژه‌ها: سبک زندگی اسلامی، اوقات فراغت، تفریح، گردشگری، صلۀ رحم.

مقدمه

مدرنیته و تنوع فعالیت‌ها و روش‌های زندگی، برای مسلمانان عصر غیبت ارائه دهد. در این زمینه گرچه به مسئله تفریح به صورت مجزا پرداخته شده است؛ اما مقاله یا کتابی با این موضوع و مسئله خاص کمتر مورد توجه بوده و موردی مشاهده نشده است. از این رو، مقاله حاضر به نوبه خود، کاری جدید به شمار می‌آید.

اوقات فراغت در زندگی انسان امری ضروری و غیرقابل انکار است؛ به طوری که پر کردن آن، هم برای خانواده‌ها و هم برای نهادهای متصدی امور آموزشی و فرهنگی بسیار مهم است؛ اما برنامه‌ریزی برای گذراندن اوقات فراغت بسته به نوع نگرش ما نسبت به زندگی، معنا و هدف از زندگی متفاوت خواهد بود. ما به عنوان یک مسلمان برای اینکه بتوانیم بیشترین بهره‌وری را از این اوقات داشته باشیم باید به چیستی، مفهوم و جایگاه اوقات فراغت از منظر اسلام توجه داشته باشیم. بازی، صله رحم، مسافرت و گردشگری از جمله سرگرمی‌هایی است که اسلام از آن برای بهتر گذران اوقات فراغت نام برده و به آن توصیه کرده است.

۱. چیستی اوقات فراغت

«فراغت» لغتی است عربی از ریشه (فَرَع) و به معنای جدایی از چیزی یا کاری، وسعت، پایان یافتن کاری، دست کشیدن از کار، فرصتی که پس از پایان یک کار در اختیار انسان قرار می‌گیرد؛ اوقات فراغت نیز به معنای زمان‌ها و فرصت‌هایی است که فرد در استراحت و آسایش از کار رسمی و شغل اصلی خود به سر می‌برد (عمید، ۱۳۶۳، ذیل واژه اوقات فراغت).

عده‌ای، اوقات فراغت را به گونه‌ای معنا کرده‌اند که به معنای اوقات و زمان‌های آزادی تمام‌عیار انسان از همه قیود و محدودیت‌های قانونی و اخلاقی است. اوقاتی که انسان باید فقط به دنبال امور دلخواه و لذت‌های موردعلاقه خود برود. از نظر آنها اوقات فراغت یعنی اوقات بی‌مسئولیتی؛ آزادی محض و اوقات رهایی از هر نوع الزامی؛ اعم از الزامات شغلی، زیستی، اجتماعی، معیشتی، معاشرتی، خانوادگی، سیاسی و امثال آن (ر.ک: اوتویت و باتومور، ۱۳۹۲، ص ۶۷۶). چنین نگاهی از اساس با اندیشه اسلامی و نوع نگاه اسلام به انسان و زندگی اجتماعی متفاوت است.

اوقات فراغت در اسلام هرگز به معنای اوقات بی‌مسئولیتی یا

امروزه ما شاهد پیشرفت چشمگیر تکنولوژی در سطح گسترده‌ای هستیم؛ به طوری که حضور آن را در تمام زوایای زندگی خود می‌بینیم. این پیشرفت تکنولوژی به عنوان کمک‌کاری برای انسان‌ها در انجام کارهای روزمره حتی در زندگی ساده روستایی به چشم می‌خورد. اختراع و کشف امکانات جدید و بهره‌مندی از آن زندگی انسان‌ها را متحول کرده؛ رفاه و آسایش را به آن هدیه کرده و همچنان در حال پیشرفت و نوآوری است. این مسئله نیاز به تفریح را نیز افزون کرده است. امروزه ارزش و جایگاه تفریح در زندگی انسان بر کسی پوشیده نیست.

صرفه‌جویی در وقت و کسب اوقات فراغت را می‌توان از جمله دستاوردهای عصر مدرن دانست. اوقات فراغت همان ساعت‌های عمر و زندگی ماست که باید برای آن برنامه‌ریزی کرد و از آن نمی‌توان چشم‌پوشی کرد. در چگونگی پر کردن اوقات فراغت نیز، فناوری به مدد انسان آمده است. معمولاً در گذشته انسان‌ها این اوقات را بیشتر در کنار دوستان و اقوام می‌گذراندند، اما الان به مدد مدرنیته، انسان‌ها در این زمان‌ها هم نیاز به انسان دیگری را حس نمی‌کنند؛ بلکه در مکانی به نام فضای مجازی، زندگی می‌کنند، به راحتی اظهارنظر می‌کنند، از زیبایی‌های زندگی‌شان، از غصه‌ها و مشکلاتشان، و... صحبت می‌کنند، همدردی می‌بینند و دارای هویت و شخصیتی می‌شوند. اما آیا نیازهای جسمی و روحی انسان‌ها هم در شیوه زندگی امروزه ارضا می‌شود؟ چه آسیب‌هایی متوجه زندگی آدم‌هایی می‌شود که در این دوران زندگی می‌کنند.

با توجه به این مسئله که هرکدام از ما یک بار فرصت حیات داریم، باید از این نعمت و فرصت الهی برای سعادت و دستیابی به هدف از خلقت، نهایت استفاده را ببریم. امروزه به مدد زندگی مدرن و دستاوردهای آن با مسئله‌ای به نام «اوقات فراغت» به طور جدی مواجه هستیم.

سؤال اصلی مقاله این است که چگونه ما می‌توانیم از اوقات فراغت مطابق فرامین اسلامی بهره‌وری داشته باشیم؟ در ادامه سؤالات فرعی که مترتب بر آن بیان می‌شود، عبارت است از اینکه برنامه‌های پیشنهادی اسلام برای این بخش از زندگی یک مسلمان چیست؟ آیا در اسلام اساساً اصطلاحاتی مانند اوقات فراغت، سرگرمی، تفریح، بازی، شادی و... جایگاهی دارد؟ نقش والدین در این باره چیست؟

این مقاله در صدد است با روش توصیفی - تحلیلی و با تأکید و تکیه بر آیات و روایات، الگویی مناسب را در زمینه تفریحات در عصر

اگر با برنامه‌ریزی، زمانی را به تماشای تلویزیون و امثال آن اختصاص دهند، اشکالی ندارد. آنچه که اشکال دارد برخورد منفعلانه با این مسئله است. نباید به دلیل بی‌برنامگی و از روی بی‌حوصلگی با شبکه‌های مختلف تلویزیونی و... خود را سرگرم کنیم. چنین حالتی ممکن است انسان را به بسیاری از ناهنجاری‌های اخلاقی و اجتماعی بکشاند.

آنچه اسلام از ما می‌خواهد این است که فعالانه با اوقات فراغت خود برخورد کنیم و با مدیریت صحیح و برنامه‌ریزی همه‌جانبه بهترین بهره‌ها را از اوقات فراغت خود ببریم. توشه جسمی و روحی لازم را برای زمان‌های فعالیت و کار باید از همین اوقات فراغت فراهم کرد (شریفی، ۱۳۹۶، ص ۱۴۶). امام محمدباقر^ع در حدیثی می‌فرماید: «وَاکْمَشْ فِي فِرَاعِكَ قَبْلَ أَنْ يَقْصِدَ قَصْدَكَ وَ يَقْضَى قَضَاؤَكَ وَ يَحَالَ بِيْنَكَ وَ بَيْنَ مَا تُرِيدُ» (کلینی، ۱۳۶۲، ج ۲، ص ۱۳۵۲)؛ در (بهره‌گیری از اوقات فراغتت تعجیل کن، قبل از آنکه مرگت فرا رسد و حکمت به‌سر آید و میان تو و خواسته‌ها فاصله افتد).

اوقات فراغت منتظران حضرت حجت ارواحنا فداء نیز باید دارای شاخصه‌هایی باشد که با به‌کار بستن آنها بیش از پیش، زمینه را برای ظهور فراهم سازد. در دنیای امروز که لحظه لحظه‌های آن از جنگ‌های نظامی، سیاسی، اقتصادی، فرهنگی، روانی و دینی پر شده و شیاطین با تمام قوا علیه انسانیت و آزادی و ندای عدالت‌خواهی مظلومان وارد میدان شده‌اند؛ حتی ساعت‌های عمر ما باید با برنامه‌ریزی سپری شود، تا بتوانیم بستر جامعه را برای پذیرش حکومت جهانی ولی‌عصر^ع آماده کنیم.

یک منتظر در برنامه‌ریزی اوقات فراغت خود فراموش نخواهد کرد که باید انتظار در جای‌جای زندگانی‌اش جوانه بزند و در تمامی لحظات عمرش به چشم بخورد. با این نگاه حتی اوقات فراغت از برنامه‌ریزی برای پرورش روح و جسم پر خواهد شد. در ادامه چند مورد از برنامه‌هایی که برای گذراندن اوقات فراغت مناسب است، مورد بررسی قرار خواهد گرفت. تفریح، مسافرت و گردشگری، صلۀ رحم و بازی از مواردی است که در اسلام برای گذراندن اوقات فراغت توصیه شده است.

۲-۱. تفریح

امام رضا^ع در حدیثی به نقش سازنده تفریح در زندگی اشاره می‌کند و می‌فرماید: «کوشش کنید که زمان شما چهار بخش باشد؛ بخشی برای بندگی خدا، بخشی برای کار و کوشش و تأمین معاش، بخشی برای

اوقات بیکاری نیست؛ زیرا در هر جایی و تا زمانی که انسان عقل و اختیار و آگاهی و قدرت داشته باشد، مسئولیت نیز دارد. بنابراین هرگز نمی‌توان اوقات فراغت را اوقات بی‌مسئولیتی و آزادی محض و رهایی از وظایف و تکالیف دانست. اوقات فراغت به معنای اوقات بیکاری هم نیست؛ زیرا بیکاری یعنی اینکه فرد هیچ کاری برای انجام دادن نداشته باشد. درحالی‌که اگر تصویر درستی از انسان و مسئولیت‌های او داشته باشیم، هیچ زمان خالی از مسئولیتی را نمی‌توان برای او تصور کرد. بنابراین همواره کارهای زیادی برای انجام دادن هست. در بعضی روایات، فراغت به معنای بیکاری به شدت نکوهش شده و شخص فارغ به عنوان کسی که مورد غضب خداوند است، معرفی شده است (شریفی، ۱۳۹۶، ص ۱۳۳-۱۳۵). «إِنَّ اللَّهَ جَلٌّ وَ عَزَّ يَبْغِضُ الْعَبْدَ النَّوَامَ الْفَارِغَ» (کلینی، ۱۳۶۲، ج ۴، ص ۸۴)؛ به درستی که خدای جلیل و عزیز بنده پر خواب فارغ (بیکار) را دشمن می‌دارد.

اوقات فراغت جدا از برنامه روزانه نیست؛ بلکه بایستی به عنوان جزئی از برنامه روزانه یک مسلمان مورد توجه قرار گیرد؛ تا هم دنیا و هم آخرت خویش را در مسیر کمال، آباد کند؛ چنانچه امیرمؤمنان علی^ع در تفسیر آیه شریفه «وَلَاتَسْرِ نَصِيْبَكَ مِنَ الدُّنْيَا» (قصص: ۷۷) فرمودند: «لَاتَسْرِ صَحَّتَكَ وَ قُوَّتَكَ وَ فِرَاعَكَ وَ شَبَابَكَ وَ نَشَاطَكَ أَنْ تَطْلُبَ بِهَا الْآخِرَةَ» (صدوق، ۱۳۷۷، ص ۳۲۵)؛ سلامتی و قدرت و اوقات فراغت و جوانی و نشاط را فراموش نکن تا به وسیله آنها برای خویش آخرت را طلب کنی.

منتظران مهدی^ع با پرداختن به اموری که موجب نشاط روحی در کسب آمادگی برای ظهور آن حضرت می‌شود، از زمان فراغت خود بهره می‌برند (ملایی، ۱۳۹۵، ص ۱۳۱).

۲. چگونگی گذران اوقات فراغت در زندگی اسلامی

همه افراد در نحوه گذران اوقات فراغت خود یکسان نیستند. متأسفانه برخی افراد هیچ برنامه‌ای برای این کار ندارند. به همین دلیل بدترین لحظات زندگی آنان زمان‌های فراغت آنها از کار است. اوقات فراغت برای چنین افرادی معنایی جز اوقات بیکاری ندارد. پرسه‌زدن در خیابان‌ها، ایستادن در کوچه و خیابان و یا مشکل تراشی برای اطرافیان، محصول چنین نگاهی به اوقات فراغت است. برخی دیگر ممکن است با تماشای تلویزیون و گوش دادن به رادیو و امثال آن، اوقات فراغت خود را سپری کنند. چنین افرادی نیز در اغلب موارد بی‌برنامه‌اند. البته

این نکته توجه شود که زمان را باید صید کرد و از آن بهترین استفاده را برد. امیرمؤمنان علیؑ فرمودند: اگر فرصتی برایت پیش آمد به سرعت از آن بهره بگیر؛ چراکه از دست دادن فرصت‌ها اندوه در پی خواهد داشت (نهج‌البلاغه، ۱۳۷۸، کلمات قصار ۲۱).

باید به این نکته نیز توجه کرد که تفریح و لذت بردن در اوقات فراغت، بایستی به گونه‌ای برنامه‌ریزی شود که با تربیت اسلامی و شیعی ناسازگار نباشد؛ زیرا پرداختن به بعضی از امور صرفاً جهت گذراندن وقت است و سودی برای ما ندارد. رسول اکرمؐ می‌فرمایند: «تمام اعمال سرگرم‌کننده مؤمن باطل (ناصواب) است، مگر سرگرمی در سه چیز: پرورش اسب، تیراندازی و شوخی کردن با همسر» (کلینی، ۱۳۶۲، ج ۵، ص ۵۰).

- محوریت خانواده

امروزه اهمیت و جایگاه نهاد خانواده بر کسی پوشیده نیست و تلاش‌های علمی و عملی مسئولان و صاحب‌نظران در هر جامعه و مکتبی خود گواهی بر این ادعاست. بدیهی است که بسیاری از افرادی که دچار بزهکاری‌های اجتماعی می‌شوند، معمولاً از کسانی هستند که خانواده‌هایی ناسالم و ناکارآمد داشته‌اند. خانواده در دیدگاه اسلامی نیز نهادی مقدس شمرده می‌شود و در آیات و روایات اسلامی از جایگاه والایی برخوردار است. در منظر اسلام خانواده نخستین کانون آرامش و رشد بشری است و خداوند متعال در قرآن کریم می‌فرماید: «وَمِنْ آيَاتِهِ أَنْ خَلَقَ لَكُمْ مِنْ أَنْفُسِكُمْ أَزْوَاجًا لِتَسْكُنُوا إِلَيْهَا» (روم: ۲۱). رسول خداﷺ می‌فرمایند: هر معروفی صدقه به‌شمار می‌آید و هر آنچه را که مؤمن برای خود و خانواده و همسرش هزینه کند و نیز هر آنچه با آن آبروی خود را حفظ کند، برایش صدقه نوشته می‌شود (محدث نوری، ۱۴۰۸ق، ج ۷، ص ۳۳۹). همچنین در حدیثی دیگر فرمودند: به‌راستی بهترین شما کسی است که برای خانواده‌اش بهتر باشد (محمدی ری‌شهری، ۱۳۸۷، ج ۵، ح ۸۰۸۰، ص ۱۰۰). امام سجادؑ نیز می‌فرمایند: اینکه وارد بازار شوم و پولی داشته باشم که برای خانواده‌ام گوشتی بخرم که بدان نیاز دارند، نزد من از آزادسازی برده‌ای محبوب‌تر است (کلینی، ۱۳۶۲، ج ۴، ص ۱۲).

به تبعیت از این روایات و چندین روایت دیگر که اهمیت و اولویت خانواده را نسبت به دیگران بیان می‌کند باید گفت که در گذراندن اوقات فراغت نیز خانواده در رأس دیگر افراد قرار می‌گیرد و

همشینی با برادران دینی مورد اعتماد و کسانی که شما را به عیوبتان توجه دهند و با خلوص به شما تذکر دهند، بخش پایانی را به تفریح و لذت‌سالام اختصاص دهید؛ چه اینکه ساعات تفریح و نشاط به شما نیرو می‌دهد و به قدرتی مجهزتان می‌نماید که بتوانید سه بخش دیگر را هرچه بهتر و نیکوتر انجام دهید» (فقه منسوب به امام رضاؑ، ۱۴۰۶ق، ص ۳۳۷).

الف. ضرورت تفریح

تفریح می‌تواند یکی از مهم‌ترین و ضرورتی‌ترین کارها در اوقات فراغت باشد هر انسانی نیازمند اوقاتی است که در آن به تفریح و سرگرمی بپردازد. به یک معنا شاید بتوان گفت نیاز به تفریح و سرگرمی از نیازهای اساسی انسان است. البته سرگرمی‌ها و تفریحات افراد و طبقات مختلف اجتماعی و سنین مختلف متفاوت است؛ اما هیچ انسانی بی‌نیاز از تفریح نیست. تفریح برای تجدید نیرو و زودن یکنواختی از زندگی، امری لازم و ضروری و یکی از مهم‌ترین اصول بهداشت جسم و روان به‌شمار می‌رود. در داستان حضرت یوسفؑ وقتی برادران یوسف می‌خواهند اجازه او را از پدر بگیرند، چنین درخواست می‌کنند: «قَالُوا يَا أَبَانَا مَا لَكَ لَا تَأْمَنَّا عَلَىٰ يُوسُفَ وَإِنَّا لَهُ لَنَاصِحُونَ، أَرْسِلْهُ مَعَنَا غَدًا يَرْتَعْ وَيَلْعَبْ وَإِنَّا لَهُ لِحَافِظُونَ»؛ (برادران نزد پدر آمدند و) گفتند: ای پدر چرا تو دربارهٔ یوسف، به ما اطمینان نمی‌کنی؟ درحالی‌که ما خیرخواه او هستیم. فردا او را با ما (خارج شهر) بفرست، تا غذای کافی بخورد و تفریح کند و به یقین ما از او محافظت خواهیم کرد؛ و حضرت یعقوب بر همین اساس آن را پذیرفت؛ زیرا شادی و تفریح بایستهٔ یک زندگی کودکانه است (شریفی، ۱۳۹۶، ص ۱۴۸).

ب. بایسته‌های تفریح در انسان منتظر

برای داشتن یک زندگی نظام‌مند و هدفدار، ما از بایدها و نبایدهایی پیروی می‌کنیم. تفریح نیز به‌عنوان بخشی از زندگی نظام‌مند، دارای بایدها و نبایدهایی است؛ التزام به این بایدها و نبایدها ما را در رسیدن به اهداف عالی زندگی یاری می‌کند. به چند شاخصه مهم تفریح در زندگی شیعه منتظر اشاره می‌کنیم:

- برنامه‌ریزی

برنامه‌ریزی یک منتظر باید به گونه‌ای باشد که زمان اوقات فراغت در ساعاتی تنظیم نشود که سه وقت اصلی زندگی طبق روایات (وقت عبادت، علم و کار) را تحت‌الشعاع قرار دهد. از طرفی باید به

برجای مانده از گذشتگان را موجب عبرت‌گیری و تفکر بیشتر در سرنوشت خود می‌داند. آیاتی مانند:

«قَدْ خَلَتْ مِنْ قَبْلِكُمْ سُنَنٌ فَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَانظُرُوا كَيْفَ كَانَ عَاقِبَةُ الْمُكْذِبِينَ» (آل عمران: ۱۳۷)؛ پیش از شما سنت‌ها (و مجازات الهی بر طبق اعمال امت‌ها) وجود داشت، پس در روی زمین گردش کنید و ببینید سرانجام تکذیب‌کنندگان (آیات الهی) چگونه بوده است؟

«أَفَلَمْ يَسِيرُوا فِي الْأَرْضِ فَتَكُونُ لَهُمْ قُلُوبٌ يَعْقِلُونَ بِهَا أَوْ آذَانٌ يَسْمَعُونَ بِهَا فَأَنبَأَهُمُ اللَّهُ بِالْبُصُرِ وَ لَكِن تَعْمَى الْقُلُوبُ الَّتِي فِي الصُّدُورِ» (حج: ۴۶)؛ آیا آنان در زمین سیر نکردند تا دل‌هایی داشته باشند که (حقیقت را) با آنان درک کنند؛ یا گوش‌هایی که با آن (ندای حق را) بشنوند؟! زیرا (بسیار می‌شود که) چشم‌های ظاهر نابینا نمی‌شود، بلکه دل‌هایی که در سینه‌هاست کور می‌شود.

پیامبر اکرم ﷺ نیز در حدیثی، سفر و گردشگری را موجب سلامتی جسمی و بهره‌مندی اقتصادی می‌داند و می‌فرماید: «سَافِرُوا تَصَحَّوْا سَافِرُوا تَعْنَمُوا» (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۷۳، ص ۲۲۱)؛ مسافرت کنید تا سالم باشید و مسافرت کنید تا به درآمد برسید.

اهداف گردشگری در رفتار منتظران

در فرهنگ اسلامی سفر و سیاحت علاوه بر گردش و نشاط، عرصه عبرت و تفکر نیز قلمداد شده است. از این جهت سفر در آفاق و تفکر در انفس، سبب تعالی انسان می‌شود. به این ترتیب طبیعت عرصه تعلیم و تزکیه می‌گردد. هدف گردشگری در اسلام اموری مانند عبرت از ملل گذشته، شناخت آفریدگار، پرورش اندیشه، برخورداری از تفریح سالم، زیارت مشاهد و عتبات عالیه و صلح رحمی است.

تمرین توحید و شناخت آفریدگار

از دیدگاه اسلام انسان در میان موجودات از کرامت برخوردار است و زمین گهواره اوست. انسان از زمین برمی‌آید و به زمین برمی‌گردد و از زمین برمی‌خیزد. کائنات، زمین، آسمان و هرچه در آنهاست برای انسان آفریده شده و به بهره‌جویی قاعده‌مند او از این نعمت‌ها در قرآن کریم سفارش شده است.

«إِنَّ فِي خَلْقِ السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ وَ اخْتِلَافِ اللَّيْلِ وَالنَّهَارِ وَ الْفُلْكِ الَّتِي تَجْرِي فِي الْبَحْرِ بِمَا يَنْفَعُ النَّاسَ وَ مَا أَنْزَلَ اللَّهُ مِنَ السَّمَاءِ

در هنگام تعارض بین گذران فراغت با خانواده و گذراندن آن با غیرخانواده، خانواده اولویت دارد. امروزه که آموزش غیرمستقیم از بهترین شیوه‌های آموزشی شمرده می‌شود؛ می‌توان از فرصت فراغت در اعیاد اسلامی و تعطیلات با زیباسازی‌ها و ظرافت‌های مادرانه و تدبیری پدرانه با ایجاد فضایی معنوی و نهادینه کردن عقاید شیعی که از بزرگ‌ترین وظیفه یک خانواده منتظر مهدوی به‌شمار می‌آید نیز بهره برد. پیامبر اکرم ﷺ در صدر اسلام و اولین روزهای جوانه‌زدن نهال اسلام، به این شیوه آموزشی اشاره می‌کنند و می‌فرمایند: خانواده خود را در روز جمعه از میوه یا گوشتی بهره‌مند سازید، تا با آمدن جمعه شاد شوند (کلینی، ۱۳۶۲، ج ۶ ص ۲۹۹). اگر خانواده‌ها به این نکته بسیار مهم توجه کنند و برنامه‌ریزی دقیقی برای گذران اوقات فراغت داشته باشند، به‌گونه‌ای که فرزندان از کنار خانواده بودن احساس لذت بکنند، به‌راحتی می‌توان فرهنگ انتظار را در این خانواده‌ها نهادینه کرد.

رعایت حلال و حرام

برای گذران اوقات فراغت باید ابزارها و مکان‌ها به گونه‌ای باشد که از دیدگاه اسلام دارای ارزش بوده، رضایت خداوند و امام زمان ﷺ در آن باشد، بنابراین نه تنها باید از مکانی که در آن معصیت صورت می‌گیرد، دوری کرد؛ بلکه باید از هرگونه ابزاری که در نزد شرع، حلال نیست نیز دوری کرد. با این حساب باید در استفاده از محصولات رسانه‌ای، فیلم‌ها، موسیقی و امثال آن دقت بیشتری به خرج داد (ملایی، ۱۳۹۵، ص ۱۳۱-۱۳۳).

۲-۲. مسافرت و گردشگری

یکی از بهترین و سودبخش‌ترین راه‌های گذران اوقات فراغت که مورد تأکید ویژه اسلام نیز هست، مسافرت و گردشگری است. آیات متعددی در قرآن کریم مردم را به سیر و سفر و گردشگری در سراسر زمین و دیدن نشانه‌ها و مظاهر الهی و مشاهده سرنوشت دشمنان دین، تکذیب‌کنندگان دعوت پیامبران مجرمان و گناهکاران دعوت می‌کنند.

گردشگری از منظر قرآن و روایات

قرآن کریم گردشگری و سیر و سفر در زمین را موجب فهم و درک بهتر حقایق هستی می‌داند. مسافرت و دیدن آثار باستانی

رنگ‌های مشعشع جلوه می‌کند مجذوب این پدیده طبیعی شده و او را به اندیشه ذوب فلزات سوق داده است (ایمانی خوشخو، ۱۳۹۶، ج ۳، ص ۲۱۰). علامه امینی صاحب الغدیر پس از سفری که به کشور هند داشت، می‌گوید: من اگر مرجع بودم و وجوهات شرعی به‌دست من می‌رسید، همه را به طلاب می‌دادم تا سفر کنند، حرکت کنند. می‌گفتم این هزینه، بروید جهان اسلام را بشناسید (حکیمی، بی‌تا، ص ۲۸۵). انسان منتظر باید بداند که یکی از امتیازات اسلام نسبت به سایر ادیان موجود، اهمیت آن به علم و دانش‌اندوزی است. قرآن که «تبیاناً لكل شیء» و «هدی للمتقین» معرفی شده و تا قیامت برنامه زندگی مسلمانان را هدایت می‌کند. در نخستین آیاتی که بر پیامبر اکرم ﷺ نازل شده، به موضوع علم و دانش اشاره می‌کند. محتوای نخستین آیات نازل شده بر پیامبر اکرم ﷺ، توصیه‌ها و سیره آن حضرت، و وجود صدها روایت در این موضوع گواه این مدعاست. جست‌وجوی دانش از نگاه اسلام یک واجب دینی برای همه مسلمانان است که اولاً اختصاص به زمان و مکان خاصی ندارد و ثانیاً محدودیت خاصی از جهت معلم نیز ندارد؛ یعنی حتی اگر علم و حکمت در دست کفار و منافقان باشد، اسلام به پیروان خود توصیه می‌کند برای فراگیری آن تلاش کنند (شریفی، ۱۳۹۳، ص ۱۹۳).

– زیارت مشاهد شریفه و عتبات عالیه

غفلت یکی از مسائلی است که انسان همواره با آن روبه‌روست و هر چیزی که یادآور موطن حقیقی باشد و نشانه‌های خداوند را یادآوری کند در اسلام از ارزش اخلاقی بالایی برخوردار است. حتی در مواردی پیامبر اکرم ﷺ به‌عنوان تذکردهنده و یادآوری‌کننده خطاب می‌شود؛ زیرا مردم نیازمند هستند تا آنچه را که می‌دانند و به آن اعتقاد دارند را نیز به آنها یادآوری کرد. در این میان سفرهای زیارتی و دیدار از مکان‌های مقدس و حضور در آنها نیز می‌تواند با ایجاد حس معنوی، یک مذکر و یادآوری‌کننده باشد.

خداوند در قرآن کریم می‌فرماید: «وَأُولَا دَعَا اللَّهُ النَّاسَ بَعْضَهُمْ بِبَعْضٍ لَهْدَمَتْ صَوَامِعُ وَبُيُوعٌ وَصَلَوَاتُ وَمَسَاجِدُ يُذْكَرُ فِيهَا اسْمُ اللَّهِ كَثِيرًا وَلَيَنْصُرَنَّ اللَّهُ مَنْ يَنْصُرُهُ إِنَّ اللَّهَ لَقَوِيٌّ عَزِيزٌ» (حج: ۴۰)؛ و اگر خداوند بعضی از مردم را به‌وسیله بعضی دیگر دفع نکند، دیرها و صومعه‌ها، و معابد یهود و نصارا و مساجدی که نام خدا در آن بسیار برده می‌شود، ویران می‌گردد و خداوند کسانی که او را یاری کنند،

مِنْ مَاءٍ فَأَحْيَا بِهِ الْأَرْضَ بَعْدَ مَوْتِهَا وَبَثَّ فِيهَا مِنْ كُلِّ دَابَّةٍ وَتَصْرِيفِ الرِّيَّاحِ وَالسَّحَابِ الْمُسَخَّرِ بَيْنَ السَّمَاءِ وَالْأَرْضِ لِقَوْمٍ يَعْقِلُونَ» (بقره: ۱۶۴)؛ در آفرینش آسمان‌ها و زمین و آمد و شد شب و روز و کشتی‌هایی که در دریا به سود مردم در حرکتند و آبی که خداوند از آسمان نازل کرده، و با آن زمین را پس از مرگ زنده کرده، و انواع جنبدندگان را در آن گسترده و (همچنین) در تغییر مسیر بادها و ابرهایی که میان زمین و آسمان مسخرند، نشانه‌هایی است (از ذات پاک خدا و یگانگی او) برای مردمی که عقل دارند و می‌اندیشند. انسان همان‌گونه که می‌تواند در دامن طبیعت و کنار سواحل از مناظر چشم نواز آن لذت ببرد؛ با کوه‌نوردی، دریانوردی و غارنوردی حس ماجراجویی خود را ارضا کند؛ با رفتن به چشمه‌های آب گرم و چشمه‌سارها و منابع آب‌های معدنی و درمانی عوارض جسمی خود را بهبود بخشد؛ در کنار همه این مواهب می‌تواند روح و فطرت خداجوی خود را حیاتی تازه بخشد و آن را با قافله طبیعت همراه کند و آهنگ دل را با نغمه تسبیحی که زبان همه موجودات بدان مترنم است، هم‌نوا سازد (ایمانی خوشخو، ۱۳۹۶، ج ۳، ص ۲۱۱).

یک خانواده منتظر در عصر پر از شبهات غیبت، از هر فرصتی باید برای قوی‌سازی مبانی اعتقادات فرزندان استفاده کند؛ طبیعت و زیبایی‌هایی آن، نظم و هماهنگی، رویدنی‌ها و خوراکی‌های خوشمزه... در حین استفاده و بهره‌وری از آنان با تشکر از خداوند و به‌زبان آوردن حمد الهی می‌تواند مدرسه خوبی برای آموزش خداشناسی برای فرزندان باشد. باید توجه داشت که آنچه که از کودکی در باورهای انسان نهادینه شود، در مقابل حمله‌های تندبادهای شبهات و خرافات و عقاید انحرافی، مقاومت بیشتری خواهد داشت.

– اندیشه‌ورزی و علم‌آموزی

گردش‌های علمی در بسیاری از مدارس و نهادهای آموزشی یکی از راه‌های بسیار مؤثر در یادگیری و ماندگاری آموزش در ذهن و خاطر افراد است که در شیوه‌های نوین آموزش یکی از ابزارهایی که مورد توجه قرار گرفته است. از آیات قرآن استفاده می‌شود که ذوالقرنین، جهانگردی صاحب هنر و دیندار بوده و با مدد خداوند، وسیله سریع‌السیری نیز داشته و با آن به شرق و غرب جهان آن روز سفر کرده است. وی در سفر به غرب عالم با مشاهده منظره غروب خورشید در میان دریا و شعاع خورشید در فضای آب‌گونه بخار که به

باری می‌کند؛ خداوند قوی و شکست‌ناپذیر است.

شاید یکی از علت‌های اهتمام شارع مقدس به نگهداری از مکان‌های عبادی، همچون مساجد و زیارتگاه‌ها؛ ظرفیت معنوی نهفته در این مکان‌ها برای ایجاد تحولات روحی و معنوی در افراد است که از طریق حضور در آنها به دست می‌آید. تأکید قرآن کریم بر این نکته که در این مکان‌ها «از نام خدا بسیار یاد می‌شود»، دلیل اهمیت آنها و ضرورت نگهداری از این مکان‌ها را نشان می‌دهد (ایمانی خوشخو، ۱۳۹۶، ج ۳، ص ۲۱۳).

امام صادق علیه السلام می‌فرماید: «مَنْ زَارَنَا فِي مَمَاتِنَا فَكَأَنَّمَا زَارَنَا فِي مَحْيَانَا» (مفید، ۱۴۱۰ق، ص ۴۸۵-۴۸۶)؛ هر کس در حالت ممات ما، ما را زیارت کند، مانند این است که ما را در حال حیاتمان زیارت کرده است. طبق این حدیث شریف تفاوتی در زیارت معصوم علیه السلام چه در قید حیات باشند یا نباشند، نیست و زیارت مرقد شریف ائمه علیهم السلام نیز می‌تواند همان اثر سازندگی و معنوی را در انسان داشته باشد. البته به شرط آنکه ما قدرت درک و شناخت این ظرفیت را داشته باشیم. زیارت مشاهد شریفه و مرقد ائمه اطهار علیهم السلام در پرورش روح یک شخص منتظر و تمرین امام‌شناسی، توسل و توکل بسیار مؤثر است و شایسته است که به این دو نکته دقت شود:

الف. توجه و دقت به زیارت‌نامه‌ها و معانی بلند و پرمفهوم آنها می‌تواند در امام‌شناسی ما و توجه به کارکردهای وجود ائمه برای ما مفید باشد. مخصوصاً زیارت جامعه کبیره که از وجود نازنین امام هادی علیه السلام وارد شده که یک مدرسه امام‌شناسی است و خواندن آن در زیارت هریک از ائمه بزرگوار وارد شده و حتی در تشریفی که سید/احمد رشتی به محضر امام عصر - ارواحنا فدا - داشته نقل شده که حضرت حجت فرمودند: چرا جامعه نمی‌خوانید، جامعه، جامعه، جامعه (پورسیدآقایی، ۱۳۸۶، ص ۳۱۶).

ب. رعایت آداب زیارت، مانند غسل و وضو که خود راهی برای طهارت باطنی است؛ یادآور این نکته است که در حضور معصوم علیه السلام باید به اصل طهارت توجه کرد. یک شخص منتظر باید بدانند در محضر امام زمانش باید با رعایت ادب و طهارت ظاهری و باطنی را بنماید و برای ارتباط بیشتر و سازنده‌تر، این طهارت را در همه موارد زندگی خود، حتی در خوردن و خوابیدن هم رعایت کند؛ تا اتصال به امام در هر لحظه برایش مقدور باشد؛ چراکه خداوند به نبی و پیامبر خویش در قرآن کریم این امر را یادآوری می‌کند که در مکان

مقدس و محترم باید با آداب خاص و احترام حضور پیدا کرد؛ آنجا که به موسی علیه السلام می‌فرماید: «إِنِّي أَنَا رَبُّكَ فَاخْلَعْ نَعْلَيْكَ إِنَّكَ بِالْوَادِ الْمُقَدَّسِ طُوًى» (طه: ۱۲)؛ من پروردگار تو هستم. کفش‌هایت را بیرون آر که تو در سرزمین «طوی» هستی.

۲-۳. صله رحم

انسان موجودی اجتماعی است و فطرتاً به همزیستی و زندگی با هموعان علاقه دارد و این مسئله امری غیرقابل انکار است؛ تا جایی که روان‌شناسی امروز علاقه به تنهایی و انزوا، یا دوری از اجتماع را بیماری و یکی از علائم افسردگی تلقی می‌کند. امروزه بیشتر کشورهای تحت تأثیر از مکاتب اومانیسیمی و انسان‌محوری، با مسائلی مانند کمبود زاد و ولد، عدم اهمیت برای هموعان و... و در نتیجه کم شدن ارتباط میان انسان‌ها با همدیگر مواجه هستند. اما آنچه که مورد اهمیت است، اینکه حتی در این جوامع هم نیاز انسان‌ها به همدم، مونس و هم‌صحبت به چشم می‌خورد. آمار زندگی انسان‌ها در کنار حیوانات نه به‌عنوان یک حیوان که خدمتی به انسان ارائه دهد؛ بلکه به‌عنوان یک هم‌خانه، دوست و هم‌صحبت و بعضاً شریک زندگی و حتی فرزندا که در اکثر موارد انسان‌ها خدمتگزار آنها هستند؛ تأییدی بر این مسئله است.

در زندگی شخص منتظر نیز مسئله همدم و مونس اهمیت دارد؛ چراکه از این مسئله برای انسان، گریزی نیست. یک مسلمان منتظر باید بداند اسلام نیز به آن بسیار اهمیت داده و با توجه به کرامت انسان و حفظ شخصیت انسانی یک فرد مسلمان، برای این مسئله راه‌کارهایی در نظر گرفته و حتی ویژگی‌هایی را برای همنشین و مونس ذکر می‌کند. در این میان رحم و اقوام نزدیک انسان جایگاه ویژه‌ای دارند و این دید و باز دیده‌ها و احوال‌پرسی‌ها تحت عنوان «صله رحم» مورد تأکید اسلام است و حتی آن را از حقوق ارحام می‌شمرد. برای نمونه به یک روایت از پیامبر اکرم صلی الله علیه و آله اشاره می‌شود. رسول خدا صلی الله علیه و آله می‌فرماید: «سفارش می‌کنم امت حاضر و غائب و آنهایی را که در پشت مردان و رحم زنانند تا روز قیامت راه، که صله رحم کنند؛ اگرچه به فاصله یکسال راه باشد؛ زیرا صله رحم جزء دین است» (کلینی، ۱۳۶۲، ج ۳، ص ۲۲۱). شخص منتظر اوقات فراغت را یکی از زمان‌های مناسب برای اجرای این دستور اسلامی می‌داند تا با انجام آن و سرکشی و آگاهی از احوال اقوام در جهت کسب رضای خداوند قدمی بردارد.

۲-۴. بازی

هدف از آنها، تمرکز ذهن و سلیس شدن تکلم و افزایش گنجینه لغات بود و همچنین ایشان در بازی‌هایی که با دويدن و جهیدن همراه بود نیز شرکت می‌کرد (منطقی، ۱۳۷۲، ج ۲، ص ۵۵۹-۵۶۰). امیرمؤمنان علی^ع می‌فرمایند: «هر کس که کودکی دارد باید خود را تا حد طفولیت تنزل دهد». روزی امیرمؤمنان^ع کودک یتیمی را دید؛ هرچه خواست با او حرف بزند، دید غم یتیمی بر او اثر گذاشته و حاضر نیست با ایشان سخن بگوید. آنگاه امام^ع چهار دست و پا راه رفت و صدای گوسفند درآورد؛ کودک با دیدن این وضع به خنده افتاد. یکی از یارانش که این حالت را دید، گفت: زشت است شما رئیس حکومت اسلامی هستی؛ حضرت در جواب فرمودند: در عوض لب یتیمی به خنده باز شد (مجموعه مقالات دومین کنگره سراسری انجمن اولیا و مربیان، ص ۳۷).

روزی امام حسن و امام حسین^ع در دوران کودکی تمرین خط می‌کردند؛ هر یک مدعی شدند که خط من بهتر است؛ از مادر خواستند که میان آنها داوری کند؛ ولی مادر نخواست که با قضاوت خود یکی را ناراحت سازد. به همین دلیل آنها را نزد امیرمؤمنان علی^ع فرستاد. ایشان هم از داوری خودداری کردند و آنها را نزد پیامبر اکرم^ص فرستادند. پیامبر داوری را به جبرئیل حواله کرد. او نیز از داوری خودداری کرد و سرانجام این کار به عهده مادر گذاشته شد که سراسر وجودش ظرافت و درایت بود. زهرای مرضیه^ع فرمودند: دانه‌های گلوبندم را بر زمین می‌ریزم، هر کس دانه‌های بیشتری جمع کرد، خط او بهتر است. ایشان به رقابت پرداختند؛ دانه‌ها مساوی بود (مجلسی، ۱۴۰۳ق، ج ۱۰۴، ص ۲۹۷).

- کارکردهای سازنده در بازی کودک

تمام کارشناسان، کارکرد تفریحی بازی و اسباب‌بازی را پذیرفته‌اند و معتقدند که نیاز به تفریح با بازی‌های مفید باید ارضا شود. امروزه زندگی ماشینی برای بیشتر مردم خسته‌کننده شده است؛ زیرا فاقد فعالیت بدنی است. درحالی‌که در گذشته‌ای نه چندان دور، انسان برای کار و ادامه زندگی خود نیازمند حرکت و تلاش جسمانی بود. این فقدان حرکت از یک‌سو، و یک‌نواختی زندگی از سوی دیگر، با فشارهای عصبی محیط کار دست به دست هم داده و ضرورت فعال بودن، به‌ویژه تفریح و فعالیت بدنی در اوقات فراغت را به اصلی اجتناب‌ناپذیر تبدیل کرده است. بازی برای بزرگسالان، عاملی مؤثر

بازی یکی از مهم‌ترین ارکان تفریح در زندگی انسان‌هاست. تقریباً همه زندگی انسان در زمان کودکی با بازی سپری می‌شود که امروزه یکی از مهم‌ترین ابزار آموزش و یادگیری در این سنین حساس به‌شمار می‌آید. با توجه به جنبه‌های وسیع نهفته در بازی، مفهوم و تعریف ساده‌ای از این موضوع که پذیرش همگانی داشته باشد، در اختیار نداریم. در حقیقت، تلاش‌ها برای تعریف بازی، به پراکندگی تعریف‌ها انجامیده و بر پیچیدگی موضوع افزوده است. ساده‌ترین تعریف‌هایی که از بازی ارائه شده، عبارت است از: بازی، هر کاری است که مایه سرگرمی باشد؛ یا بازی، کاری است که به قصد لذت و تفریح انجام شود و فایده‌ای دربر نداشته باشد (شجاعی، ۱۳۸۵، ص ۱۵).

- بازی در سیره اهل بیت^ع

دکتر بنت‌الساطی دوران کودکی پیامبر اکرم^ص را بازنگری کرده است. بر پایه پژوهش‌ها و یافته‌های تاریخی و سیره‌شناختی وی، هنگامی که آمنه به همراه کودک هفت ساله‌اش برای زیارت تربت پدرش عبدالله به یثرب می‌رود، فقط یک بار او را به زیارت قبر پدر می‌برد و بقیه روزها او را آزاد می‌گذارد تا به همراه دایی‌زاده‌هایش سرگرم بازی شود و از طبیعت و دشت و صحرا کمال لذت و استفاده را ببرد (بنت‌الساطی، ۱۳۷۹، ص ۱۸۰-۱۸۱).

در مورد امام محمدباقر^ع نیز آمده است که به فرزندش امام صادق^ع اجازه می‌داد تا با کودکان تفریح و بازی کند. امام ششم نیز در کودکی، افزون بر شرکت در بازی‌هایی که با دويدن و جهیدن همراه بود، به بازی‌های فکری با دوستانش مشغول می‌شد. برای نمونه در یکی از بازی‌ها امام صادق^ع می‌نشست و استاد می‌شد و دیگر کودکان، شاگرد او می‌شدند. او نام میوه‌ای را می‌خواست که برای نمونه بر درختی یا زمین می‌روید، رنگ آن قرمز است و طعم شیرین یا ترش دارد و فصل آن همین فصل است. هر کس نام میوه را می‌گفت، استاد می‌شد و گروه را رهبری می‌کرد. گاهی بعضی از کودکان از روی شوخی نام میوه‌ها را عوض می‌کردند و پاسخ اشتباه می‌دادند. حضرت به دلیل فقدان صداقت بعضی از هم‌بازی‌هایش، بازی را ترک می‌گفت؛ ولی با خواهش بقیه دوستانش که می‌گفتند بازی بدون ایشان رنگی ندارد، دوباره به بازی برمی‌گشتند. نمونه‌های دیگری از بازی‌های امام صادق^ع در دوران کودکی وجود دارد که

و همچنین با توجه به نقش بازی به‌عنوان بخش مهمی از زندگی در زمان کودکی؛ در این قسمت به تحلیل نقش والدین برای پرورش فرزندان مطابق با فرهنگ انتظار به‌وسیله بازی و سرگرمی پرداخته‌ایم. از نظر اسلام، مسئولیت پدر و مادر فقط اداره زندگی مادی و تأمین نیازهای جسمانی کودک نیست؛ بلکه پاسخ‌گویی به نیازهای عاطفی و روانی کودک و توجه به جنبه‌های تربیتی وی نیز بر عهده والدین است. مسئولیت والدین در برابر فرزندان آنچنان سنگین است که امام سجاد^ع از پیشگاه خداوند برای انجام این رسالت ارزشمند، طلب یاری کرد: «بار خدایا مرا در تربیت و تأدیب فرزندانم یاری و مدد فرما» (صحیفه سجادیه، ۱۳۸۱، ص ۱۲۴).

والدین باید بدانند که اگر به وظایف خویش عمل کنند و در زمینه تربیت و ارضای نیازهای عاطفی و روانی کودکان درست عمل کنند، از بسیاری از مشکلات اجتماعی پیشگیری می‌شود، که خود بیشترین سهم در ساختن جامعه سالم و خلاق در راستای فرهنگ انتظار را در برخواهد داشت. اگر والدین بتوانند از ابتدای کودکی، رابطه خوبی با کودکان برقرار کنند و آنها را تربیت و نیازهای عاطفی و روانی آنها را ارضا کنند؛ بی‌گمان در دوران نوجوانی و جوانی نیز ارتباط بهتر و سالم‌تری خواهند داشت.

از آنجاکه هدف مهم و وظیفه اصلی والدین، تربیت و شکوفاسازی استعدادها و کودکان است؛ اسلام هر آنچه را که برای رسیدن به این هدف مفید باشد، پذیرفته است و از والدین می‌خواهد که زمینه رشد را برای کودکان فراهم کنند. بازی و اسباب‌بازی نیز این‌گونه است؛ زیرا اسباب‌بازی خوب و مناسب، به کودک فرصت می‌دهد تا جنبه‌های جسمی، روانی، عاطفی، اجتماعی، اخلاقی و رشد بهنجار شخصیت خود را تربیت و تقویت کند.

بازی از نظر جسمی، سبب هماهنگی عضلات و اعضای بدن می‌شود. کودکانی که فرصت بازی داشته‌اند، چست و چالاک‌اند و بهتر از دیگر کودکان برای رویارویی با سختی‌های زندگی آماده می‌شوند و به همین نسبت در برابر مشکلات و نامالایمات، صبور و پایدار خواهند بود. قواعد و مقررات بازی‌ها، کودک را با روح قوانین و اصول اخلاقی آشنا می‌سازد و او را آماده می‌کند که اصول و مقررات زندگی اجتماعی را درک کند و مسائل انضباطی و اخلاقی را درست و به‌موقع به کار ببندد. بسیاری از اصول ارزشمند اخلاقی و اجتماعی، مانند تعاون، همکاری، همدلی، مشارکت و مانند آن را کودکان به

در استفاده تفریح از اوقات فراغت و رفع خستگی و کسالت است؛ ولی برای کودکان، لذت‌بخش‌ترین برنامه‌ای است که می‌تواند اوقات فراغت و تفریح آنان را مفید و نتیجه‌بخش کند.

تحقیقات تجربی نیز نشان داده که بازی و ورزش، افزون بر اینکه ابزار ارزشمندی برای رشد و سلامتی جسمانی است، رابطه نزدیکی با سلامتی روانی، به‌ویژه پیشگیری از بروز ناهنجاری روانی دارد. بازی از اضطراب کاسته و عزت نفس و اعتماد به نفس کودک را افزایش می‌دهد. همچنین می‌توان اجتماعی شدن، ایجاد استقلال، آموزش مهارت‌های ارتباطی، استحکام روابط خانوادگی و سهولت در دوست‌یابی و تخلیه انرژی اضافی و دریافت نیروی تازه را از جمله کارکردهای سازنده و مثبت بازی در زمان کودکی دانست (شجاعی، ۱۳۸۵، ص ۲۱-۳۳).

از زمان یونان باستان، اندیشمندان و فیلسوفان مختلف به این حقیقت مهم تصریح کرده‌اند که یکی از مهم‌ترین شیوه‌های تعلیم و تربیت، بازی‌های کودکان و سرگرمی‌های آنان است. *افلاطون* عقیده داشت که برای ساختن یک مدینه فاضله و اتوپیا، اولیای امور و حاکمان باید از همان اوان کودکی بر بازی‌های کودکان نظارت داشته باشند؛ زیرا به‌وسیله بازی‌ها می‌توان به‌صورتی غیرمحمسوس، اولاً ویژگی‌های شخصیتی و اخلاقی کودکان و نیروها و استعدادها را شناسایی و برای آینده در مورد آنان تصمیم‌گیری کرد؛ و ثانیاً در صورت نیاز می‌توان رفتارهای آنان را نیز از همین راه تغییر داد. نوع بازی می‌تواند در تغییر نگرش اخلاقی و رفتار افراد تأثیر چشمگیری داشته باشد. به وسیله بازی‌ها می‌توان آنان را نسبت به تخفیف و تحقیر سنت‌ها تحریک کرد. *افلاطون* می‌گوید: مردمان به تغییرهایی که در بازی‌ها داده می‌شود، به دیده بی‌اعتنایی می‌نگرند و معتقدند که این‌گونه امور جزئی نمی‌توانند منشأ زیان باشند؛ بدین جهت درصدد چاره‌جویی بر نمی‌آیند و جوانان را آزاد می‌گذارند؛ غافل از اینکه جوانان در بازی‌ها بدعت و دگرگونی می‌آورند. مردمانی غیر از مردان پیشین خواهند شد؛ در جست‌وجوی زندگی دیگری خواهند بود و سازمان‌ها و قوانین دیگر خواهند خواست (شریفی، ۱۳۸۹، ص ۱۱۱-۱۱۲).

۳. تحلیل و بررسی نقش والدین در بازی و سرگرمی در سبک زندگی اسلامی

با توجه به اهمیت زمان کودکی در سازندگی شخصیت یک انسان و اهمیت جایگاه والدین در چگونگی گذراندن این دوره از زندگی افراد

هنگام بازی می‌آموزند (شجاعی، ۱۳۸۵، ص ۲۹-۲۷).

رسول خدا ﷺ خطاب به والدین می‌فرماید: هفت سال فرزندت را به بازی فراخوان (قمی، ۱۴۱۶ ق، ج ۸، ص ۵۷۹). از این رو، والدین باید امکانات لازم را برای بازی‌های مفید کودکان فراهم کنند و به این اصل توجه داشته باشند که کار کودک تا هفت سالگی بازی است. پیامبر ﷺ به برخی کودکان نگرستند و گفتند: وای بر فرزندان آخرالزمان از ناحیه پدرانشان! پرسیده شد: ای رسول خدا آیا از آن‌رو که پدرانشان مشرک‌اند؟ فرمودند نه، بلکه از پدرانی که مؤمن‌اند و به فرزندانشان چیزی از واجبات دینی نمی‌آموزند؛ بلکه آنان را از آموختن منع می‌کنند و به سود اندکی از دنیا که از فرزندانشان به آنها می‌رسد، راضی می‌شوند و من از آنها بیزارم و آنان نیز از من بیزارند (جوادی آملی، ۱۳۹۴، ص ۲۴۸).

آنچه را که از این حدیث شریف باید مورد توجه قرار داد، اهمیت مسئله تربیت دینی در آخرالزمان است که پیامبر رحمت در ایام ابتدایی و سال‌های اولیه ظهور اسلام به آن اشاره فرمودند. شاید بتوان گفت یکی از دلایل آن، سختی‌های موجود بر سر راه تعلیم و تربیت اسلامی است؛ چراکه شیطان در آخرالزمان با تمام نیرو و توان خود فعالیت می‌کند و از هیچ ابزاری در راه تباهی دین و انحراف از مسیر الهی چشم‌پوشی نمی‌کند. اهمیت و نقش تربیت دینی یا ضددینی در سنین کودکی را می‌توان از هزینه‌های هنگفتی که امروزه صرف ساختن کارتن‌ها، فیلم‌ها و بازی‌ها می‌شود به‌وضوح مشاهده کرد که چگونه یک مفهوم دینی یا ضددینی با جذاب‌سازی، زیباآفرینی و محبوبیت یا بالعکس با تفر و عدم محبوبیت نهادینه می‌شود.

والدین پرورش‌دهنده نسل منتظر باید توجه داشته باشند که غرب در جنگ نرم خود علیه کشورهای دیگر، به‌ویژه علیه اسلام و تشیع، از تکنولوژی بازی‌های رایانه‌ای استفاده فراوانی می‌کند. از این طریق می‌کوشد تا ذهن و فکر کودکان و نوجوانان را همراه و سازگار با اندیشه‌های خود کند. ذائقه ارزشی و فرهنگی آنان را همسو با اهداف استعماری خود تغییر دهد و در این عرصه، بسیار هم موفق بوده است. در بسیاری از بازی‌های رایانه‌ای وارداتی سبک زندگی غیراسلامی و غیرایرانی تبلیغ می‌شود و از آنجاکه این نوع بازی‌ها می‌توانند مستقیماً با کودکان و نوجوانان ارتباط برقرار کنند، نقش تربیتی بسیار زیادی دارند. افزون بر این، به تولید بازی‌های اقدام کرده‌اند که مستقیماً ارزش‌ها و باورهای اسلامی و شیعی را مورد

حمله قرار قرار می‌دهند (شریفی، ۱۳۸۹، ص ۱۱۱-۱۱۲).

در مسئله اسباب‌بازی نیز باید به این مسئله دقت داشت که اسباب‌بازی‌های وارداتی اغلب مروج و مبلغ فرهنگ غرب و مغایر با فرهنگ و ارزش‌های اسلامی‌اند. تولیدکنندگان این وسایل، عموماً با هدف تأثیرگذاری فرهنگی و ترویج افکار و ارزش‌های مورد قبول خود در میان کودکان و جهت‌دهی به رفتارهای آنان به تولید انواع گوناگونی از اسباب‌بازی و عروسک اقدام می‌کنند. از باب نمونه «باربی» یکی از صدها و هزاران عروسکی که در کشورهای غربی و شرقی تولید می‌شود؛ از ابتدای پیدایش خود (در سال ۱۹۹۵م) تاکنون، بیش از پانصد بار در نقش‌های مختلف ظاهر شده است. پرستار، افسر پلیس، معلم، پزشک، دام‌پزشک، خواننده، نوازنده، ژیمناست، خلبان و... از جمله این نقش‌هاست. در سال ۱۹۹۰م در طول جنگ نخست عراق و آمریکا با پوشش یونیفورم نظامی آمریکایی ظاهر شد. پس از یازده سپتامبر، یونیفورم نیروهای ضدتروریست را پوشید و در این اواخر به دلیل حساسیت‌هایی که درباره نقش تربیتی و فرهنگی باربی در برخی جوامع اسلامی ایجاد شده است، در خبرها آمد که باربی محجبه نیز وارد بازار شده است! (شریفی، ۱۳۸۹، ص ۱۱۳).

مشاهده این‌گونه موارد نقش والدین را در نظارت بر بازی و اسباب‌بازی کودکان پررنگ‌تر می‌کند. با توجه به اهمیت بازی و به تبع آن اسباب‌بازی، والدین باید با توجه به کارکرد تربیتی بازی به تهیه و خریداری اسباب‌بازی‌ها به‌عنوان یک ابزار مؤثر در پرورش یک کودک منتظر و مؤثر در جامعه اسلامی دقت کافی را داشته باشند.

نتیجه‌گیری

۱. اوقات فراغت اولین موضوعی است که در این مقاله به آن اشاره شد که اولین مسئله مورد توجه در بحث اوقات فراغت، تفریح است که ضرورت و اهمیت تفریح در زندگی از منظر روایات اسلامی روشن شد. براساس رویکرد اسلامی و الگوگیری از فرامین اخلاقی و بعضاً فقهی به بایسته‌های تفریح در زندگی انسان منتظر پی بردیم. در این زمینه چهار محور: برنامه‌ریزی، محور بودن خانواده در مسئله تفریح، رعایت حلال و حرام و صلح رحم به‌عنوان بایسته‌های تفریح مورد بررسی قرار گرفت.

۲. دومین مسئله در اوقات فراغت، گردشگری است که به جایگاه گردشگری از منظر قرآن و روایات اسلامی اشاره شد و در ادامه به اهداف

منابع.....

- نهج البلاغه، ۱۳۷۸، ترجمه سیدجعفر شهیدی، تهران، علمی و فرهنگی.
- صحیفه سجاده، ۱۳۸۱، ترجمه علی شبروانی، چ دوم، قم، دارالفکر.
- ایمانی خوشخو، محمدحسین، ۱۳۹۶، «اخلاق گردشگری با تکیه بر آموزه‌های اسلام»، در: *دانشنامه اخلاق کاربردی*، قم، مؤسسه آموزشی پژوهشی امام خمینی.
- اوتویت، ویلیام و تام باتومور، ۱۳۹۲، *فرهنگ علوم اجتماعی قرن بیستم*، ترجمه حسن چاوشیان، تهران، نشر نی.
- بنت الشاطی، عایشه، ۱۳۷۹، *مادر پیامبر*، ترجمه احمد بهشتی، قم، سازمان تبلیغات اسلامی.
- پورسیدآقای، مسعود، ۱۳۸۶، *میر مهر*، قم، ظهور.
- جوادی آملی، عبدالله، ۱۳۹۴، *مفاتیح الحیات*، قم، اسراء.
- حکیمی، محمدرضا، بی تا، *حماسه غدیر*، تهران، دفتر نشر فرهنگ اسلامی.
- شجاعی، محمدصادق، ۱۳۸۵، *بازی کودک در اسلام*، قم، بوستان کتاب.
- شرف‌الدین، سیدحسین، ۱۳۹۶، «اخلاق فراغت»، در: *دانشنامه اخلاق کاربردی*، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی.
- شرفی، احمدحسین، ۱۳۸۹، *جنگ نرم*، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی.
- _____، ۱۳۹۳، *همیشه بهار*، چ نهم، قم، دفتر نشر معارف.
- _____، ۱۳۹۶، «اوقات فراغت از نگاه اخلاق اسلامی»، در: *دانشنامه اخلاق کاربردی*، قم، مؤسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی.
- صدوق، محمدبن علی، ۱۳۷۷، *معانی الاخبار*، ترجمه عبدالعلی محمدی شاهرودی، تهران، دار الکتب الاسلامی.
- عمید، حسن، ۱۳۶۳، *فرهنگ عمید*، تهران، امیرکبیر.
- فقه منسوب به امام رضا، ۱۴۰۶ق، مشهد، مؤسسه آل‌البیت.
- قمی، شیخ عباس، ۱۴۱۶ق، *سقیة البحار*، چ دوم، تهران، اسوه.
- کلینی، محمدبن یعقوب، ۱۳۶۲، *الکافی*، تهران، دارالکتب الاسلامیه.
- مجلسی، محمدباقر، ۱۴۰۳ق، *بحارالانوار*، بیروت، دار احیاء التراث العربی.
- مجموعه مقالات دومین کنگره سراسری انجمن اولیا و مربیان*، ۱۳۷۳، تهران، انجمن اولیا و مربیان.
- محدث نوری، میرزاحسین، ۱۴۰۸ق، *مستدرک الوسائل*، بیروت، مؤسسه آل‌البیت لإحياء التراث.
- محمدی ری‌شهری، محمد، ۱۳۸۷، *میزان الحکمه*، قم، دارالحديث.
- مفید، محمدبن محمدبن نعمان، ۱۴۱۰ق، *المقنعه*، ط. الثانية، قم، مؤسسه النشر الاسلامیه.
- مالایی، حسن، ۱۳۹۵، *سبک زندگی منتظرانه*، قم، مرکز تخصصی مهدویت.
- منطقی، مرتضی، ۱۳۷۲، *روان‌شناسی تربیتی*، تهران، جهاد دانشگاهی.

گردشگری در زندگی منتظران پرداخته شد که تمرین توحید و شناخت آفریدگار، اندیشه‌ورزی و علم‌آموزی، زیارت مشاهد شریفه و عتبات عالیه و صلح رحم چهار هدف از مسافرت در زندگی منتظران بیان گردید.

۳. در آخرین مسئله مربوط به موضوع اوقات فراغت، بازی به‌عنوان یکی از پرطرفدارترین سرگرمی که سرشار از هیجان است، اشاره شد. سپس با استفاده از تعریف بازی به کارکردهای بازی و جایگاه آن در سیره اهل‌بیت نیز پرداخته شد که می‌توان اجتماعی شدن، ایجاد استقلال، آموزش مهارت‌های ارتباطی، استحکام روابط خانوادگی و سهولت در دوست‌یابی و تخلیه انرژی اضافی و دریافت نیروی تازه را از جمله کارکردهای سازنده و مثبت بازی در زمان کودکی دانست.

۴. در نهایت نقش والدین در چگونگی برنامه‌ریزی برای تربیت فرزند از زمان کودکی با توجه به بازی به‌عنوان مهم‌ترین مسئله در زندگی کودک مطابق با فرامین اسلامی و فرهنگ انتظار تحلیل شد. در این بخش نیز به سه مسئله مهم جایگاه و نقش خانواده در تربیت دینی، و لزوم فرهنگ سازی با ابزارهایی مانند اسباب‌بازی و بازی و نیز توجه به فعالیت مخالفان فرهنگ اسلامی علیه کودکان مسلمان اشاره شد.

به‌طور کلی می‌توان مهم‌ترین اصول هنجاری اسلام را در حوزه اوقات فراغت را اصولی همچون: عدم تناسب با مجالس لهو و لعب، عاری بودن از مفاسد اخلاقی و نقض حدود شرعی، عاری بودن از بدآموزی‌های اخلاقی و تربیتی، عدم غفلت از مبدأ و معاد، عدم مانعیت از انجام امور مهم، داشتن تناسب با اقتضائات و تمایلات فطری، همسویی با فرایند کمال‌جویی معنوی، مؤثر در تولید آثار و کارکردهای مثبت، تقویت‌کننده روحیه برای کار و تلاش بیشتر، همراه بودن با اعتدال و میانه‌روی، مؤثر در ایجاد شادی‌های روحی و معنوی، ارضاکنده نیازهای شناختی و عاطفی بر شمرد (شرف‌الدین، ۱۳۹۶، ج ۳، ص ۱۲۵).