

اوقات فراغت از دیدگاه رهبرانقلاب اسلامی (سیدعلی موسوی خامنه ای)

چکیده

مریم شریفی^۱

اوقات فراغت و فراگیر شدن مسایل مربوط به آن امروزه دغدغه های جدید و فراوانی را برای خانواده ها و متصدیان امور علمی، فرهنگی، اجتماعی و سیاسی در سراسر جهان به وجود آورده است. کشور عزیزما ایران نیز از این مسئله مستثنی نبوده و جامعه ی جوان ما به طور روز افزونی چالش های فراغتی را در جسم و روان خویش لمس می نماید. مقاله به روش کتابخانه ای توصیفی انجام شده است که با جمع آوری مطالب از کتابها، مقالات و... می باشد. آنچه ضروری می نماید لزوم فعالیت های آموزش و پرورش رسمی در مدارس با ایجاد فرصت هایی را برای دانش آموزان بوده تا در ابعاد تربیتی و اجتماعی به رشد، علائق، استعدادها و توانمندی های خود پرداخته باشند و خود را برای یک زندگی شایسته شغلی و اجتماعی آماده نمایند. حاصل آنکه غنی سازی کیفیت اجتماعی، رشد ابعاد مختلف فردی، تبدیل جامعه به مکانی دلپذیر برای زندگی، پیشگیری از استفاده های ضد اجتماعی و بزهکارانه از وقت آزاد، بهبود بخشی روابط میان گروهی و روابط بین نسل ها، تقویت پیوندهای میان ساکنان محله و جامعه، برطرف کردن نیازهای گروه های جمعیتی خاص، کمک به حفظ سلامت اقتصادی و ثبات اجتماعی، غنی سازی زندگی فرهنگی جامعه، ارتقاء سلامت و امنیت اجتماعی را می توان نام برد. در برنامه ریزی اوقات فراغت باید نکات اساسی را که عبارتند از: برنامه ریزی بر مبنای توجه به نیاز، اولویت ها، امکانات موجود، مشارکت و همفکری، مسئولیت پذیری، پیش بینی اتفاقات احتمالی، برنامه ریزی اقتصادی، برنامه ریزی اجتماعی و سیاسی، برنامه ریزی آموزش های غیررسمی در نظر گرفت. بر آن بودم تا با بهره گیری از منابع علمی به بهره گیری درست از اوقات فراغت در نوجوانان و جوانان مقاله رهنمون باشد.

کلیدواژه: دیدگاه، رهبر، اوقات فراغت، نوجوانان و جوانان.

^۱: طلبه سطح ۲ مدرسه علمیه فاطمه معصومه رهنان.

از اوقات فراغت می توان به عنوان مهمترین و دلپذیرترین اوقات انسانها نام برد، این اوقات برای مؤمنین لحظه های نیایش با معبود، برای عالمان دقایق تفکر و تأمل و برای هنرمندان زمان ساختن و ابداع است، در عین حال برای عده ای نیز این اوقات فراغت خستگی آورترین لحظه ها می باشد. در طول تاریخ اقتضائات زندگی مدرن به تدریج شرایطی را پدید آورد که دانشمندان علوم اجتماعی بیش از پیش به الگوهای خاصی برای زندگی اندیشیدند. شرایطی از قبیل کار، تولید، انباشتگی کالاهای مصرفی و فراهم شدن اوقات فراغت بیشتر برای بخش زیادی از بدنه اجتماع در قرن بیستم، الگوهای خاصی از کار، مصرف و گذراندن اوقات فراغت را به وجود آورد.^۲

در گذشته اوقات فراغت برای افراد با کار و فعالیت در مزرعه و شکار می گذشت اما برای حال با توجه پیشرفت تکنولوژی و نیاز افراد لازم است برای آن برنامه ریزی نمود. در مقاله های بسیاری به موضوع اوقات فراغت پرداخته اند از جمله اوقات فراغت نوشته مجتبی مودنی، عوامل مؤثر بر نحوه گذران اوقات فراغت نوشته میرمحمد تباراشاره نمود.

سبک زندگی و فرهنگ، جامعه، رفتار، اخلاق، ایدئولوژی، شخصیت، هویت، تولید، مصرف، سلیقه و نیاز دارد تا بر منطبق بر باورهای دینی و ملی باشد. این سبک از زندگی برای جوامع مسلمان، شایسته است که بر اساس قوانین شرع اسلام و سیره پیامبر - صلی الله علیه و آله وسلم - و ائمه معصومین علیهم السلام باشد از این رهگذر است که می توان ضرورت برنامه ریزی برای اوقات فراغت را تبیین کرد. در این پژوهش به دنبال این هستیم تا به بررسی اوقات فراغت از دیدگاه رهبری پردازیم زیرا جوامع اسلامی، که بر خلاف جوامع غربی، ایمان به غیب، یکی از لوازم آن است، سبک زندگی، هویتی خاص به افراد و گروه ها می بخشد، می تواند در وحدت بخشی به افراد جامعه مؤثر باشد شاخصه های الگوی مصرف همان شاخصه اصلی ترین مؤلفه های سبک زندگی دینی از دیدگاه رهبری به عنوان سکاندار حکومت اسلامی که برگرفته از فرهنگ ناب قرآنی و اسلامی است.

^۲فاضل قانع. درآمدی بر سبک زندگی اسلامی. ش. ۲. ص. ۱۰.

اوقات فراغت از دیدگاه مقام معظم رهبری و ضرورت گذراندن اوقات فراغت به چه صورت است و باید براساس چه سبک و معیارهایی باید باشد؟

مفهوم شناسی

مفهوم اوقات فراغت

ابتدا در این مبحث به تعریف لغوی واژه اوقات فراغت می پردازیم تا تعریف را از دیدگاه اهل لغت بدانیم، لغت شناسان براین باورند که واژه ی اوقات فراغت از دو کلمه ی اوقات و فراغت ترکیب شده است؛ اوقات در لغت جمع کلمه ی وقت یعنی هنگام ها، روزها و ساعت ها تعریف شده است. تعریف فراغت را با واژه Leisure در انگلیسی و واژه Leisir در فرانسه مترادف دانسته اند.^۳

چنانچه از گروهی از مردم که به شکل تصادفی برگزیده شده اند، پرسیم که نظرتان درباره اوقات فراغت چیست پاسخ های متفاوتی می دهند. عده ای ممکن است بر این بارو باشند که اوقات فراغت مدت زمانی است که پس از انجام کار یا انجام وظایف باقی می ماند. در فرهنگ عمید درباره تعریف اوقات فراغت چنین آمده است: «فراغت در فارسی به معنی آسایش و آسودگی از کار و شغل است. آنچه مسلم است اوقات فراغت فقط زمان آزادشده از بار کار نیست، بلکه فعالیتی غیراجباری است. فرد در این اوقات می خواهد که به اشتغالی پردازد که با کمال میل به آنها علاقه نشان می دهد خواه به منظور استراحت خواه برای ایجاد تنوع»^۴

در جایی دیگر در تعریف فراغت بیان شده که در لغت به معنای آسودگی و آسایش است و به طور معمول در مقابل مشغولی بودن و روزمرگی و درگیری هایی که موجب خستگی می شود به کار برده می شود. فراغت زمانی است که فرد در اختیار خویش است تا به دلخواه از امکانات

^۳: قرخلو. جغرافیای جهانگردی و برنامه ریزی اوقات فراغت. ص ۴۸.

^۴: عمید. فرهنگ لغت عمید. ج ۱۵. ص ۹۰۶.

^۵: امیرحسینی. خلایق و نوآوری. ص ۱۵.

فردی و محیطی استفاده کند و خود را بازآفرینی کند.^۶ در این تعریف، باید به سه نکته توجه داشت: اول اینکه فعالیت های فراغتی اختیاری است. دوم اینکه امکانات فردی و محیطی برای انجام فعالیت های فراغتی محدودیت هایی ایجاد می کند، و سوم اینکه هدف از فراغت بازآفرینی است. باز آفرینی در پایین ترین سطح خود به معنی تفریح، تمدد اعصاب و ایجاد فرح روحی است ولی در سطوح عالی خود می تواند به معنای تکامل فردی و اجتماعی اشخاص باشد.^۷ در تعریف، باید به سه نکته توجه داشت: اول اینکه فعالیت های فراغتی اختیاری است. دوم اینکه امکانات فردی و محیطی برای انجام فعالیت های فراغتی محدودیت هایی ایجاد می کند، و سوم اینکه هدف از فراغت بازآفرینی است. بازآفرینی در پایین ترین سطح خود به معنی تفریح، تمدد اعصاب و ایجاد فرح روحی است ولی در سطوح عالی خود می تواند به معنای تکامل فردی و اجتماعی اشخاص باشد.^۸ فراغت مشغول شدن به فعالیت های خودجوش و مطلوب و دوست داشتنی؛ فعالیت هایی که دو ویژگی اصلی آنها آزادی و تنوع است. این مفهوم اوقات فراغت جزء غنی ترین اوقات زندگی انسان است و انسان را به نیازهای درونی، خودسازی و خودشناسی فرامی خواند.^۹

در تعریف اوقات فراغت می توان بیان داشت که: تعریف اوقات فراغت چنین آمده است: که اوقات فراغت یعنی آن بخش از زمان بیداری که انسان از تعهدات شغلی و کار مولد آزاد است و به طور دلخواه به استراحت و ترمیم قوا و رفع خستگی روحی و جسمی می پردازد.^{۱۰}

انواع اوقات فراغت

^۶ : انگلی و عسگری. بازی و تأثیر آن در رشد کودک. ص ۴۵.

^۷ : اسپورن. پرورش استعداد همگانی ابداع و خلاقیت. ص ۳۶.

^۸ : اسلامی و همکاران. میزان افسردگی دانشجویان رشته پزشکی دانشگاه علوم پزشکی گرگان و رابطه آن نحوه گذراندن اوقات فراغت. ش ۹. ص ۵۹-۵۳.

^۹ : باقری. جوانان و اوقات فراغت. ش ۱۳. ص ۱۲.

^{۱۰} : منشی زاده. جهانگردی. ص ۲۱.

جامعه‌شناسان، به لحاظ اهمیت و نقش اوقات فراغت در تکوین شخصیت افراد جامعه به ویژه کودکان، نوجوانان و جوانان، طبقه‌بندی‌های گوناگونی برای این موضوع انجام داده‌اند که از معروف‌ترین آنها چنین است:

(۱) فراغت بیمارگونه (بی‌برنامه): ایستادن سرک‌وچه یا سرگذر، شیوه‌های اصلی گذران فراغت بی‌برنامه است. نوع گذران فراغت، پی‌آمدهای ناخوشایند فردی و اجتماعی را در پی دارد.

(۲) فراغت انفعالی (غیرفعال): فرد در آن، پذیرنده محض است و او در این وضعیت، فقط دریافت‌کننده محرک‌های صوتی و تصویری است، نظیر گوش کردن به رادیو، تماشای تلویزیون، استفاده از اینترنت و بازی‌های رایانه‌ای. این نوع فراغت خود با اطلاعات بی‌شماری (چه مثبت و چه منفی) روبه‌رو می‌شود و فرد را گیرنده صرف دانش و نه عامل به آن بار می‌آورد. در نتیجه، اراده و نوآوری مخاطبان از آنان گرفته می‌شود.

(۳) فراغت فعال: در این نوع فراغت فرد برای فعالیت‌های فردی و اجتماعی تحرک، پویایی و حضور فعال و اثرگذار دارد. چنین فرآیندی، زمینه مساعدی را برای رشد شخصیتی و بلوغ اجتماعی و نیز شکوفایی استعدادهای او فراهم می‌آورد. این نوع فراغت، نقطه مقابل فراغت انفعالی است که به منزله نوعی کارگاه آموزشی متنوع است که شخص در آن ضمن نقش‌آفرینی، جنبه‌های مختلف وجودی خود را کشف و به‌عنوان یک «شهروند مطلوب» شناخته می‌شود.^{۱۱}

رابطه سبک زندگی و اوقات فراغت

در یک نگاه کلی و در نسبت انسان، دنیا و جهان آخرت، سه نوع سبک زندگی کلی را می‌توان برای انسان متصور شد. نخست، سبک زندگی راهبانه که در آن، ترک دنیا و لذایذ آن اساس اندیشه را تشکیل می‌دهد. این نگاه را شاید در غرب دوران قبل از رنسانس بتوان به صورت جدی مشاهده کرد. سبک زندگی دوم، سبک فلسفی کامجویانه از دنیاست که هیچ

^{۱۱}: آزاد ارمکی، تقی و غلامرضا غفاری (۱۳۸۳). جامعه‌شناسی نسلی در ایران، ص ۲۲.

نتیجه گیری

دیدگاه مقام معظم رهبری به عنوان امام مسلمین در عصر حاضر که نشأت گرفته از نور قرآن و احادیث ائمه اطهار علیهم السلام است، به موضوعات و مسئله های نظام اسلامی لازم است مبنای برنامه ریزی جامعه و قشر متدین آن قرار بگیرد. برنامه ریزی برای موضوع اوقات فراغت نیز از این قاعده مستثنی نیست. رهبر معظم انقلاب اسلامی همواره بر اهمیت استفاده صحیح از اوقات فراغت تأکید دارند، به طور کلی اوقات فراغت می تواند فرصتی برای رشد فردی، تقویت ایمان، ارتقای اخلاق و توسعه علمی و فرهنگی باشد بهره برداری از این زمان ها می تواند به انسان ها کمک کند تا زندگی پربارتر و معنادارتر داشته باشند و به جامعه ای با نشاط، سالم و پیشرفته دست یابند.

از آثار و نتایج فعالیت های اوقات فراغت امکان رشد و شکوفایی خلاقیت ها و نوآوری ها در انسان است ، به گونه ای که بسیاری از صاحب نظران و اندیشمندان علوم تربیتی و اجتماعی بر نقش اوقات فراغت در شکوفایی خلاقیت ها تأکید داشته و معتقدند که انسان ها هنگام اشتغال به فعالیت های آزاد یعنی به هنگام «گذراندن اوقات فراغت» قابلیت های فردی خود را نشان می دهند و استعداد های ویژه و قدرت خلاقه ی خود را ظاهر می کنند. از آن جا که ذهن انسان در اوقات فراغت به فعالیت موظفی مشغول نیست، انسان می تواند فارغ از قالب های از پیش طراحی شده در زمینه ی مسائل مورد علاقه فعالیت داشته باشد. انسان در اوقات فراغت می تواند با طیب خاطر و آزادانه اندیشه کرده، در حل مسائلی که در حوزه ی شناختی او مطرح اند، از تفکر واگرا بهره گیری.

یکی از روش هایی که می تواند اوقات فراغت افراد جامعه را زیر پوشش قرار داده و بسیاری از ضعف ها و کمبود های جسمانی و روانی را رفع و درمان کند ، ورزش و تفریحات سالم است؛

تربیت بدنی و ورزش گذشته از جبران ضعف ها و حفظ تندرستی افراد ، آنان را برای زندگی، تلاش و اهداف مشترک آماده می سازد، استفاده از بازی در اوقات فراغت فرصتی را برای پیشرفت فرد فراهم می آورد. در آموزش و پرورش نخستین هدف، رشد ابعاد گوناگون شخصیت فرد از جنبه های جسمانی، روانی اجتماعی و معنوی است و ارزش و هدف تربیتی آن، یادگیری مهارت های رفتاری را موجب می شود و با چنین تعبیری ورزش به عنوان یک وسیله کمک کننده عملی ، پیوسته با تربیت همراه است. لازم است مربیان ورزش در جهت تشویق کودکان و نوجوانان به فعالیت های ثمر بخش و سودمند بکوشند.

منابع

* قرآن کریم ترجمه ناصر مکارم شیرازی.

۱: اسبورن. الکس اس. (۱۳۷۱). پرورش استعداد همگانی ابداع و خلاقیت. چاپ دوم. ترجمه: حسن قاسم زاده. تهران: انتشارات نیلوفر.

۲: امیرحسینی. خسرو. (۱۳۷۴). خلاقیت و نوآوری. چاپ اول. تهران: عارف کامل.

۳: انگجی. لیلا و عسگری. عزیزه (۱۳۹۰). بازی و تأثیر آن در رشد کودک. چاپ سوم. تهران: انتشارات طراحان ایماژ.

۴: آزاد ارمکی، تقی و غلامرضا غفاری. (۱۳۸۳). جامعه‌شناسی نسلی در ایران، تهران: جهاد دانشگاهی.

۵: تمیمی آمدی. عبدالواحد بن محمد. (۱۳۹۵). غرر الحکم و درر الکلم. چاپ هشتم. نشر مؤسسه فرهنگی دارالحديث.

۶: حدیث ولایت. (۱۳۹۴). مجموعه رهنمودهای آیت ا... خامنه ای حضرت آیت الله العظمی خامنه ای مدظله العالی. تهران: مؤسسه پژوهشی فرهنگی انقلاب اسلامی دفتر حفظ و نشر آثار حضرت آیت الله العظمی خامنه ای مدظله العالی.

۷: حرعاملی. محمد بن حسن. (۱۳۸۶). وسائل الشیعه الی تحصیل مسائل الشریعه. چاپ دهم. انتشارات کتابچی.

۸: حسینی. افضل السادات. (۱۳۷۸). ماهیت خلاقیت و شیوه های پرورش آن. چاپ پنجم. مشهد. شرکت به نشر.

۹: رحمانی پور. ریحانه. پازوکی نژاد. زهرا. (۱۴۰۱). ارزیابی وضعیت فراغت در خانواده ایرانی. مطالعات فرهنگ و آموزش.

۱۰: شریعتی. سید صدرالدین. (۱۳۹۲). درآمدی بر سبک زندگی اسلامی در آیات و روایات. فرهنگ.

۱۱: عمید. حسن (۱۳۷۸) فرهنگ فارسی عمید، ج پانزدهم. تهران. امیرکبیر.

۱۲: قرخلو. مهدی. (۱۳۸۶). جغرافیای جهانگردی و برنامه ریزی اوقات فراغت. تهران. انتشارات جهاد دانشگاهی.

۱۳: مجلسی. محمدباقر بن محمدتقی. (۱۳۸۶). بحار الانوار. چاپ چهارم. نشر اسلامیه.

۱۴: مطهری. مرتضی. (۱۳۷۹). مجموعه آثار. تهران. صدرا.

۱۵: منشی زاده. رحمت اله. (۱۳۷۶). جهانگردی. چاپ اول. تهران. انتشارات مسعی.

مقالات

۱: اسلامی. احمدعلی و وکیلی. محمدعلی و فرجی. جمشید (۱۳۸۱). میزان افسردگی دانشجویان رشته پزشکی دانشگاه علوم پزشکی گرگان و رابطه آن با نحوه گذراندن اوقات فراغت. مجله علمی دانشگاه علوم پزشکی گرگان. ش ۹.

۲: باقری. خسرو. (۱۳۸۲). جوانان و اوقات فراغت. مجله پژوهشی - آموزشی. ش ۱۳.

۳: - فاضل قانع، حمید (۱۳۹۱). درآمدی بر سبک زندگی اسلامی. مطالعات اجتماعی و رسانه. ش ۲.

سایت ها

۱: بیانات در دیدار اعضای شورای عالی انقلاب فرهنگی. ۱۳۷۵/۰۹/۲۰. edalattalab.blog.ir

۲: بیانات در دیدار جمعی از اساتید دانشگاهها. ۱۳۸۱/۸/۲۲. <https://www.jahannews.com>

۳: بیانات در دیدار جمعی از اساتید دانشگاهها. ۱۳۸۱/۸/۲۲. سیاستهای بهبود وضع گذران اوقات فراغت زنان و دختران.

۴: کرمانی. فاطمه. بررسی رابطه ی اوقات فراغت خانواده و ویژگی های ساختاری- کارکردی خانواده با رضایت از زندگی خانوادگی. ۱۳۹۹/۱۱/۲۱. <https://kez.kowsarblog.ir>

۵: مصاحبه با خبرنگار صدا و سیما، پس از بازدید از سومین نمایشگاه بین المللی. ۱۳۶۹/۰۲/۱۹. edalattalab.blog.ir.