

فصلنامه علمی

واکاوی مخصص مفصل قاعده اقرار

سید محمد حسینی دره صوفی (دانشجوی دکتری فقه و حقوق قضایی)

کتاب ادبیات عرب از منظر اهل بیت (ع) و بسترسازی یک تحول در ادبیات آیینی
سید صالح صدر

اصول مدیریت زمان در منابع دینی

سید محمود محسنی (دانشجوی کارشناسی کلام اسلامی)

اعتبار سوگند استظهاری در اثبات دعوی در فقه و حقوق

سید جواد بلخی (دانشجوی دکتری فقه و حقوق قضایی)

نقش خانواده در اقتصاد مقاومتی

دکتر عبدالله گوهری طالع (دکتری فقه تربیتی)

بازدارندگی قدرت در سیاست خارجی دولت اسلامی

غلام سخی رحمانی (دانش پژوه دکتری قرآن و علوم سیاسی)

تخصیص یا تخصص بودن مستثنیات قاعده بینه

سید علی اصغر یعقوبی (دانشجوی دکتری فقه و حقوق قضایی)

غدیر، آغاز مسئولیت بزرگ مرد آسمانی

سید محمد رضا علوی

اصول مدیریت زمان در منابع دینی

سید محمود محسنی^۱

چکیده

مدیریت زمان، به معنی انجام دادن به موقع کارها بدون اتلاف زمان است؛ کسی که زمانش را مدیریت می‌کند تمام امورش منظم و بر طبق برنامه است. در مورد مدیریت زمان کتاب و مقالات زیادی نوشته شده است توسط نویسندگان زبر دست و ماهر، ولی طبق تحقیقاتی که توسط پژوهشگر صورت گرفته است، تحقیقی یافت نشده است که اصول مدیریت زمان را از دیدگاه اسلام بررسی کرده باشد؛ لذا تا آنجا که ممکن بود این تحقیق، اصول مدیریت زمان را از نگاه اسلام بررسی کرده است. این تحقیق، از آنجائیکه از دیدگاه اسلام مورد بررسی می‌باشد نقلی می‌باشد و از آنجائیکه بعضی مطالب مورد بررسی و تحلیل قرار گرفته است تحلیلی می‌باشد؛ پس در نتیجه روش تحقیق، در این گفتار، نقلی و تحلیلی می‌باشد و ابزار گردآوری آن کتابخانه‌ای و داده‌های دیجیتالی می‌باشد. برای چگونگی مدیریت کردن زمان، اصول و راهکارهای زیادی گفته شده است؛ این گفتار، تنها به بررسی ده تا از مهمترین اصول مدیریت زمان که در منابع دینی نیز به آنها اشاره شده است پرداخته است. و قبل از بررسی این اصول، مختصراً به اهمیت هدف گذاری نیز پرداخته شده است؛ زیرا اولاً باید ضرورت تعیین هدف برای فرد، محرز گردد تا برای رسیدن به آن هدف از این قواعد و اصول پیروی کند.

واژگان کلیدی: زمان، مدیریت، دین، اصول، هدف گذاری، مدیریت زمان

۱. دانشجوی کارشناسی کلام اسلامی، جامعه المصطفی العالمیه. قم.

۱. مقدمه

از آنجا که انسانها فطرتاً اجتماعی خلق شده اند و برای رفع نیازهای خویش به همدیگر نیازمند می باشند؛ این خود می تواند سببی باشد برای تشکیل یک جامعه؛ که قاعدتاً هر جامعه فواید و ضررهای نیز دارد؛ و برای به اقلیت رساندن این ضرر ها و موارد منفی، هر جامعه نیاز به یک سری قوانین و مدیریت کردن دارد؛ ضرورت مدیریت در زندگی اجتماعی، از بدیهیات است و هیچ نیازی به استدلال و برهان ندارد؛ و نیز یکی از چیزهای که باید در زندگی اجتماعی و نیز در زندگی شخصی هر فردی که می خواهد به سعادت دنیوی و اخروی برسد و از زندگی حیوان گونه نجات یابد دانستن ارزش و اهمیت زمان و مدیریت آن است. از آنجائیکه یکی از هدف های آفرینش انسان ها رسیدن به سعادت، کمال و حقیقت ابدی می باشد؛ و از سوی دیگر رسیدن به این هدف بزرگ و گرانقدر ممکن نمی باشد مگر با مدیریت کردن و سپری کردن درست زمان؛ فلذا اینجاست که ارزش و اهمیت زمان و ضروری بودن مدیریت آن جلوه گر می شود و تبلور می کند.

۱-۱. مفاهیم

قبل از ورود به مباحث اصلی، ضرورتاً باید به تبیین و تعریف اصطلاحات و بعضی واژه های که در این مقاله مورد استفاده قرار می گیرد پرداخته شود؛ تا طرح مباحث اصلی و درک مطالب برای خواننده عزیز آسان گردد.

۱-۱-۱. زمان:

لغت: زمان در لغت به پنج معنی استعمال شده است؛ ۱- وقت، هنگام. ۲- دور، عهد. ۳- مدت، فصل. ۴- مهلت. ۵- فوت و مرگ.^۱
اصطلاح: آنچه که از واژه زمان، در عرف و اصطلاح مردم فهمیده می شود، به معنی ایام، وقت و لحظات می باشد.

۱-۱-۲. مدیریت:

لغت: واژه ی مدیریت، مصدر جعلی از باب افعال از ماده «أَدَارَ یُدیرُ إِدَارَةً» می باشد؛ و در لغتنامه دهخدا، به مدیر بودن و مدیری تعریف شده است؛ ولی در

۱ معین، ۱۳۸۶، ج ۱.
۲ دهخدا، ۱۳۷۷.

اصول مدیریت زمان در منابع دینی * ۳۳

فرهنگ فارسی معین، به دو معنی آمده است: ۱- مدیربودن، مدیری. ۲- علم و هنر متشکل کردن، هماهنگ کردن.

اصطلاح: برای معنی اصطلاحی مدیریت، تعریف جامع و کاملی ارائه نشده است؛ ظاهراً هر متفکری بر طبق اندیشه خویش، تعریفی برای مدیریت ارائه داده است. ما به عنوان نمونه، تعریفی از استاد متفکر، شهید مطهری را می آوریم؛ «مدیریت انسان ها و رهبری آن ها عبارت است از فن بهتر بسیج کردن و بهتر سامان دادن و بهتر کنترل کردن نیروهای انسانی و به کار بردن آنها.»^۱

۳-۱-۱. مدیریت زمان:

لغت: مدیریت زمان، مرکب از دوتا کلمه مدیریت و زمان می باشد؛ که هرکدام به تنهایی معنی شده است. بعد از درک معنی این دوتا واژه، معنی لغوی واژه مدیریت زمان نیز روشن می شود که به معنی مدیری کردن و یا هماهنگ کردن زمان و لحظات می باشد.

اصطلاح: مدیریت زمان، به معنی انجام دادن به موقع کارها، بدون اهمال کاری و اتلاف زمان است.

۳-۱-۲. اهمیت و ضرورت موضوع

اگر چه در باره مفهوم زمان، سخن ها گفته شده و تحلیل ها شده است؛ و نیز در باره چگونگی مدیریت زمان و اثرات آن، تحقیقاتی صورت گرفته است که واقعا ارزشمند می باشد؛ ولی در هر کدام از یک نگاهی نقصان و کاستی دیده می شود؛ خصوصاً که از منظر قرآن و روایات و از دیدگاه اسلام، تحقیقی که همه جانبه باشد و همه ابعاد موضوع را تحت بررسی قرار داده باشد، صورت نگرفته است.

لذا تا آنجا که این تحقیق مختصر، وسعتش می رسد و در حد توانش می باشد، در آن سعی شده که به همه ابعاد موضوع پرداخته شود؛ و همه ی جهات موضوع را تحت شعاع و بررسی قرار دهد.

۳-۱-۳. پیشینه موضوع

همانطور که قبلاً اشاره شده است برای مساله مدیریت زمان، سخن ها گفته شده

۱ مطهری، ۱۳۹۶، ص ۲۳۵.

است و بررسی‌های صورت گرفته است؛ و چندین کتابی پیرامون این موضوع نوشته شده است که در اینجا به دو تا از معروف‌ترین آنها اشاره خواهد شد.

۱- یکی از کتاب‌های که درباره مدیریت زمان نوشته شده است و در اینجا به عنوان اولین کتاب به او اشاره می‌شود، کتابی به نام مدیریت زمان نوشته شده توسط برایان تریسی، نویسنده مشهور کانادایی می‌باشد؛ که توسط ژان بقوسیان و بنفشه عطر سائی ترجمه شده است. که این کتاب متشکل از پنج فصل می‌باشد، که در ضمن این پنج فصل، اشاره به ۲۱ فن و روش برای مدیریت کردن زمان شده است.

۲- دومین کتابی که در باره مدیریت زمان نوشته شده است و در اینجا به آن اشاره می‌شود، کتابی است به نام مدیریت زمان که مولف آن غلامرضا خاکی، نویسنده‌ی ایرانی می‌باشد. این کتاب در سه بخش نوشته شده است؛ که در بخش اول به مبانی مدیریت زمان اشاره کرده است و بخش دوم را اختصاص به پیش‌نیازهای مدیریت زمان داده است و در بخش سوم، راهکارهای کاربردی مدیریت زمان را بیان نموده است؛ و در قسمت پایانی این کتاب یک فصل جداگانه‌ی دیگری نیز موجود است که نامگذاری شده است به «پیوست‌ها» که این فصل خود، دارای ده بخش می‌باشد؛ که در این فصل به «زمان در فرهنگ ایرانی» و «زمان در علم فزیک» و... اشاره شده است.

طبق تحقیقاتی که در این زمینه انجام شده است، تحلیل‌های زیادی با زبان‌های مختلف در باره مدیریت زمان شده است؛ اما متأسفانه مقاله‌ی که اصول و راهکارهای مدیریت زمان را در تمام جهات از نگاه اسلام و منابع دینی بررسی کرده باشد پیدا نشد.

۲. اهمیت هدف گذاری

قبل از اینکه برویم سراغ راهکارها و اصول مدیریت زمان، یک نکته باید یادآوری شود و آن اهمیت هدف گذاری است؛ تا اینکه در مرحله بعد برای این هدف مان برنامه ریزی کنیم و از اصول مدیریت زمان استفاده کنیم.

اگر برای یک بار هم با قطب نما کار کرده باشید، می‌دانید که این وسیله برای ما جهت‌های اصلی و فرعی را مشخص می‌کند. اگر ما مسیری را با قطب نما دنبال کنیم و آن را اشتباه برویم، قطب نما سریعاً جهت درست را به ما نشان می‌دهد و از مسیر اشتباه مطلع می‌کند.

اصول مدیریت زمان در منابع دینی * ۳۵

اهداف هم در زندگی ما همچنین نقشی دارند. یعنی به کارهای روزمره ما جهت می‌دهند. اگر مسیر را اشتباه برویم، وقتی به آن هدف توجه کنیم متوجه اشتباه خودمان شده و مسیر کارهایمان را درست می‌کنیم. نکته مهم در این بخش این است که صرف داشتن قطب نما به ما تضمین حرکت در مسیر درست را نمی‌دهد. بلکه استفاده درست و حرکت در مسیر آن ما را به اهداف مدنظرمان می‌رساند؛ پس در اینجا هم صرف داشتن هدف برای زندگی ما کارساز نیست. بلکه توجه به آن و مشخص کردن حرکات زندگی و تصمیمات روزمره با معیار هدف تعیین شده، ما را به قله های آن هدف خواهد رساند.

۳. اصول مدیریت زمان

حال که اهمیت و ضرورت هدف گذاری آشنا شدیم؛ الان زمانی رسیده که برویم سراغ اصول و تکنیک‌های مدیریت زمان و آنها را مورد بررسی قرار بدهیم؛ اصول و تکنیک‌های مدیریت زمان فراوان است ولی در اینجا بعضی از مهمترین و پر کاربرد ترین آنها، که در منابع دینی مان نیز به آنها اشاره شده است، انتخاب شده است.

۱-۳. اصل اولویت بندی کارها:

اگر کسی همه ی کارهایش برایش مهم باشد این شخص هیچ کاری مهمی ندارد؛ تحقیقات نشان داده ۵۰ تا ۶۰ درصد کار های مه ما انجام می دهیم غیر ضروری است و ۱۵ درصد اهم است و بقیه مهم است؛ باید عکس درصد این کار ها ذهن و وقت انسان را مشغول کند؛ یعنی اگر ۱۵ درصد کار ها خیلی مهم هستند باید آن ۱۵ درصد کار، ۸۵ درصد وقت انسان برا بگیرد. در این مورد حدیثی هم داریم از حضرت امیرالمومنین که فرموده است: **مَنْ اِشْتَغَلَ بِغَيْرِ الْمُهْمِّ ضَيَّعَ الْاَهْمَّ**؛ یعنی هر کس به کار غیر مهم پردازد، کار مهم تر را ضایع و تباه خواهد کرد.

۲-۳. اصل تنافس:

واژه تنافس در قرآن نیز استعمال شده است به معنی پیشی و سبقت گرفتن آمده

است: «وَفِي ذَالِكَ فَلْيَتَنَافَسِ الْمُتَنَافِسُونَ^۱» «و در این شراب طهور بی نظیر بهشتی (و هر کار ارزشمندی) باید راغبان بر یکدیگر پیشی گیرند.»

تنافس در لغت: در معنی لغوی تنافس تعبیراتی وجود دارد که تقریباً به همدیگر نزدیکند و شباهت به هم دارند و با اندک اختلاف در تعبیر، که در اینجا به سه تا از معانی لغوی آن اشاره خواهد شد.

۱- تنافس به معنی تمنی و تلاش دو انسان است که هر کدام می خواهد شی نیسی را که برای دیگری است در اختیار بگیرد.^۲

۲- تنافس به معنی سبقت و پیشی گرفتن بزرگوارانه بر دیگری است. (رقابت و مسابقه سالم)^۳

۳- منافسه به معنی تلاش انسان است برای شباهت به افراد برجسته و ملحق شدن به آنها بی آنکه ضرری به دیگری وارد شود.^۴

یکی از اصول مدیریت زمان و راه های بهره وری از زمان، اصل تنافس است؛ همانطور که از معانی آن بر می آید، اصل تنافس، یعنی اصل رقابت سالم؛ طبق این اصل انسان خودش را در معرض مسابقه ی سالم و دوستانه قرار دهد و از آنجائیکه انسان حس کمال گرایی دارد و همیشه می خواهد به کمال برسد؛ لذا در این مسابقه سعی می کند که عقب نماند و این خود دلیل اصلی پیشرفت انسان خواهد شد. و شاید اکثر ما این اصل را در زندگی مان مشاهده کرده باشیم و برای خودمان نیز پیش آمده باشد و از نتیجه شگفت انگیز آن بهره برده باشیم. در مورد مسابقه سالم و سبقت گرفتن در کار خیر آیه قرآن نیز داریم که مضمونش این است: آنها ی که در کار های خیر سبقت می گیرند، آنها مقربان و نزدیکان درگاه خداوند می باشند.

۳-۳. اصل سهر و سحر:

سحر در لغت به معنی بیداری در شب است؛ حضرت علی (ع) می فرماید: «السهر إحدى الحياتين^۵» یعنی بیداری در شب، یکی از دو حیات است؛ و سحر به معنی وقت مخصوص نزدیک به طلوع فجر است.

یکی از اصول مدیریت زمان اصل سهر و سحر است؛ که انسان برای مدیریت

۱. مظفین/۲۶

۲. علامه طبرسی، ۱۳۷۹.

۳. طریحی، ۱۳۷۵.

۴. راغب اصفهانی، ۱۴۱۲.

۵. محمدی ری شهری، ۱۳۸۷، ح ۸۹۵۰.

اصول مدیریت زمان در منابع دینی * ۳۷

کردن زمانش و برای بهره‌وری هر چه بیشتر از زمانش طبق این اصل عمل نموده و نباید تمام شب را به دست فراموشی سپارد و از آن کاملاً غفلت نماید، و نیمی از عمر گران‌مایه‌ی خودش را در این معامله‌ی تمام‌ضرر، به فنا و نابودی دهد، و از آن برای انجام امور ارزشمند استفاده ننماید.

شب زمانی دوست‌داشتنی و فطرت‌انگیز و زیباست، که سکوت و آرامش آن دوست‌داشتنی است؛ در آیات و روایات به وفور، اهمیت و ارزشمندی شب قابل‌رویت است و فضیلت آن بیان شده است، که در اینجا به چند مورد اشاره خواهد شد.

قرآن:

۱- نزول قرآن در شب قدر اتفاق افتاده است؛ «انا انزلناه فی لیلہ القدر^۱» یعنی ما آن قرآن را در شب قدر نازل کردیم.

۲- شب قدر برتر از هزار ماه است که این معادل هشتاد و سه سال و چهار ماه می‌باشد؛ «لیلہ القدر خیر من الف شهر^۲» یعنی شب قدر بهتر از هزار ماه است.

۳- پیامبر مکرم اسلام (ص) شب هنگام معراج را پیموده است؛ «سبحان الذی اسری بعبدہ لیلاً من المسجد الحرام الی المسجد الاقصی الذی بارکنا حوله لئریه من آیاتہ انه هو السميع البصیر^۳» یعنی پاک و منزّه است خدائی که بندهاش را در یک شب از مسجد الحرام به مسجد اقصی که گرداگردش را پر برکت ساختیم برد، تا آیات خود را به او نشان دهیم او شنوا و بیناست.

۴- مواعده بین خدا و موسی در چهل شب اعلام شده است؛ «و اذ واعدنا موسی اربعین لیلہ ثم اتخذتم العجل من بعده و انتم ظالمون^۴» یعنی و (به خاطر بیاورید) هنگامی را که با موسی چهل شب وعده گذاردیم (و او به میعادگاه برای گرفتن فرمانهای الهی آمد) سپس شما گوساله را (معبود خود) انتخاب نمودید در حالی که با این کار (به خود) ستم می‌کردید.

۵- پیامبر اکرم به قیام در شب و شب زنده‌داری امر شده است؛ «قم اللیل الا قلیلاً^۵» یعنی شب را جز کمی، به پا برخیز!

۶- مقام محمود (شفاعت) برای پیامبر اسلام (ص) در نتیجه‌ی تجهد و سحر خیزی

۱. قدر / ۱.
۲. قدر / ۳.
۳. اسراء / ۱.
۴. بقره / ۵۱.
۵. مزمل / ۲.

مقدر گشته است؛ «من اللیل فتجهد به نافله لک عسی ان یبعثک ربک مقاما محموداً»^۱ یعنی پاسی از شب را از خواب برخیز و قرآن (و نماز) بخوان؛ این یک وظیفه اضافی برای توسل، تا پروردگارت تو را به مقامی در خور ستایش برانگیزد. روایات:

۱- قال علی (ع): «سهر اللیل فی طاعه الله ربیع الاولیاء و روضه السعداء»^۲.

«شب بیداری در طاعت و بندگی خدا، بهار اولیاء است و بوستان نیک بختان.»

۲- قال علی (ع): «سهر اللیل بذکر الله غنیمه الاولیاء»^۳.

«شب بیداری به ذکر و یاد خدا، غنیمت اولیاء است.»

و از طرف دیگر روایاتی داریم که از خواب در تمام شب پرهیز داده شده است و آن را ناپسند خوانده است.

۳- قال علی (ع): «ما انقض النوم لعزائم الیوم»^۴.

«چه بسیار خوابهای شبانه که تصمیمات روز را بر هم زده است.»

۴- قال علی (ع): «من کثر فی لیله نومه فاته من العمل ما لا یتدرکه فی یومه»^۵.

«هر کس خواب شبش زیاد باشد، کاری را از دست دهد که در روزش نتواند جبران کند.»

۵- در بیان صفات انسانهای موحد، اصحاب پیامبر (ص) و شیعیان حضرت علی (ع) آمده است که: «رهبان بالیل، اسد بالنهار»^۶ یعنی آنها راهبان در شب و شیران در روزند.

و همچنین انبوه از روایات برای اهمیت شب زنده داری بیان شده است و حتی برای بیتوته بعضی شب های مخصوص تاکید بسیار شده است و نیز در مقابل خوابیدن در تمام شب بسیار مذمت شده است و حتی گفته شده است که بدترین بندگان خدا آنها هستند که شب های را مانند جنازه در خوابند و روز هارا به بطالت می گذرانند؛ دسته ی زیادی روایات در این خصوص وارد شده است که از ذکر آنها برای اختصار جلوگیری شده است.

۳-۴. اصل تاثیر عدد در زمان:

۱. اسراء / ۷۱.

۲. محمدی ری شهری، ۱۳۸۷، ح ۸۹۵۶.

۳ همان / ح ۸۹۵۷.

۴ همان / ح ۲۰۹۲۳.

۵ همان / ح ۲۰۹۲۵.

۶ صدوق، ۱۳۹۰، ص ۵۴۷.

اصول مدیریت زمان در منابع دینی * ۳۹

یکی از اصول مدیریت زمان شناخت تاثیر اعداد و تعداد تکرار اعمال در نتیجه بخش بودن آن است.

در این مورد امام صادق (ع) می فرماید: «من عمل عملا من اعمال الخیر فلیدم علیه سنه ولا یقطعه دونها.»

«هرکس کاری خیری را شروع کند، باید تا یک سال آن را ادامه بدهد و زیر یک سال قطعش نکنند.»

این موضوع مانند تجویز کردن دارو از طرف پزشک است که باید درست در همان ساعت معین و همان دوز و یا مقدار معین را مصرف کنند تا نتیجه بخش باشد و گرنه آن اثر مطلوب را نخواهد داشت؛ نیز میتوان شماره های تلفن و یا کد های تحصیلی و... را مثال زد، که در صورتی نتیجه بخش می باشد که عدد بدون کم و کاستی درج شود؛ و گرنه آن مقصود را حاصل نمی کند.

به طور نمونه یکی از اعمال مذهبی ما که برای اثر بخش بودنش باید به همان عدد گفته شده توجه شود تسبیحات حضرت فاطمه زهراء (س) می باشد. برای اینکه به آن ثواب و پاداش که در روایات، برای تسبیحات حضرت زهراء (س) گفته شده دست پیدا کنیم، باید تعداد اذکار را مورد توجه قرار بدهیم؛ و گرنه به اون پاداشی که نقل شده نمی رسیم.

یکی دیگر از اعداد مقدس عدد ۴۰ می باشد؛ بسیاری از اعمال در روایات نقل شده اند که در صورتی مثمر هستند که به عدد ۴۰ برسند؛ و گرنه آن اثر مقصود را حاصل نمی کند؛ مثلا در روایت داریم کسی که خودش را ۴۰ روز برای خدا خالص گرداند دریچه های حکمت از قلبش بر زبانش جاری می شود؛ از این قبیل روایات بسیاری وجود دارد که به عنوان نمونه چند تای آنها ذکر خواهد شد.

۱- پیامبر اکرم (ص) میفرمایند: «من اکل الحلال اربعین یوما نور الله قلبه و اجری ینایع الحکمه من قلبه الی لسانه.»^۲

«هر کس چهل روز غذای حلال بخورد خداوند قلبش را نورانی گرداند و چشمه های حکمت را از قلبش بر زبانش جاری کند.»

۲- قال الرسول الله: «من اذن اربعین عاما محتسبا بعثه الله عزوجل یوم القیامه و له عمل اربعین صدیقا عملا مبرورا متقبلا.»^۳

۱- محمدی ری شهری، ۱۳۸۷، ۱۴۳۰۴.

۲- زنجانی، ۱۳۹۶، ص ۶۸.

۳- همان/ص ۸۳.

«هر کس چهل سال به امید دریافت پاداش الهی اذان بگوید، خدای عزوجل در روز قیامت او را برانگیزد در حالیکه برایش عمل نیک و پذیرفته شده ی چهل صدیق منظور گردیده است.»

۵-۳. اصل معجزه نیت:

انسان در حیطة ی فیزیکی جسم و انرژی جسمانی برای انجام کارهای محدودی در طول عمرش ظرفیت دارد؛ اما در ناحیه روح و نیت قادر است به ظرفیت های بالا و شگفت آوری دست یابد و با سرعت فوق العاده از حصار زمان خارج شده و نه تنها حال و آینده، بلکه تاریخ گذشته را نیز می توان در نوردد.^۱ با این همه پیشرفت و ترقی چشم گیر علم، که قادرند به کرات دیگر سفر نموده و اطلاعات به دست آورند، ولی هنوز کسی قادر نیست حقیقتا به گذشته و یا آینده سفر کند؛ نه تنها الان قادر نیستند بلکه هرگز این توانایی رو پیدا نخواهند توانست، و این امر عقلا و منطقا محال است؛ ولی این کار با یک روش و راه امکان پذیر می شود، و آن راه نیت می باشد. معجزه نیت نباید دست کم گرفته شود و کم اهمیت تلقی شود. این اصل همانطور که از نامش معلوم است یکی از اعجاز آورترین اصول مدیریت زمان است، که انسان با این اصل می تواند یک شبه راه را برود؛ و اصلا اموری که امکان وقوعی آن وجود ندارد را ببیناید؛ مثلا: با یک نیت صادقانه و آرزوی خالصانه می توان در نهضت بزرگ امام حسین (ع) مجازا شرکت نموده و فیوض بی بدیلی معنوی حقیقتا کسب نمود. این خود نه تنها راه صد ساله را یک شبه پیمودن است بلکه راه هزار ساله را در آنی و لحظه پیمودن است.

امام رضا (ع) می فرماید: «ان سرک ان یکون من الثواب مثل ما لمن استشهد مع الحسین قتل متی ذکرته:» «با لیتنی کنت معهم فأفوز فوزا عظیما»^۲ «اگر خوشحال می شوی که ثوابی همانند ثواب کسانیکه در رکاب امام حسین (ع) شهید شدند داشته باشی، پس چون حسین (ع) را یاد می کنی بگو: ای کاش من با آنان (یاران حضرت) بودم و به پیروزی بزرگ دست می یافتم.» بازگشت به گذشته امری است که امکان وقوعی ندارد، ولی با یک نیت خالص می توان مجازا به گذشته برگشت و بهره حقیقی برد؛ چه تجارت پر سودی! که انسان کار را مجازا انجام دهد و دستمزد را حقیقتا دریافت کند. با یک نیت می

۱ نیلی پور، ۱۳۸۶، ج ۲، ص ۲۹.
۲ مجلسی، ۱۴۰۳، ج ۴۴ ص ۲۸۵.

اصول مدیریت زمان در منابع دینی * ۴۱

توان جزء لشکر بزرگ اسلام قرار گرفت و در رکاب پیامبر مکرم اسلام (ص) جان خویش را فدای حضرتش کرد؛ در طول تاریخ به وفور کسانی بودند که از این اصل کمال استفاده ممکن را بردند و در رکاب امام زمان شان جنگیدند؛ مثلاً در شب عاشورا وقتی حضرت به یارانش می گوید از این تاریکی شب استفاده کنید و بروید، هیچ دینی بر گردن شما ها نیست؛ ولی یاران آن حضرت گفتند اگر ما هزاران بار هم در رکاب تو کشته شویم و زنده شویم باز هم با تو خواهیم بود؛ یاران حضرت با استفاده از این اصل مجازاً هزاران بار در رکاب امام زمان شان شهید شدند و ثواب حقیقی هزاران بار شهید شدن را کسب نمودند؛ مگر می شود انسان پاداش از این بالاتر دریافت کند؟. در یک لحظه فاصله میلیون ها سال نوری را طی کردند؛ اصلاً تصورش سنگینی می کند، و در عین حال بس شیرین است. به چه مقامی بس بالای نایل شدند. وقتی انسان یاران امام حسین را تصور می کند، امان نامه ی که به حضرت ابوالفضل العباس (ع) داده می شود در آن شرایط حساس، و جواب حضرت عباس (ع) به امان نامه؛ اینجاست که انسان مدیریت زمان را در زندگی آنها متوجه می شود.

انسان می تواند تمام کار های روزمره و کار های عادی خویش را به قصد قربت انجام دهد و رنگ عبادت بدهد به آنها؛ انسان هر قدر در امور خودش قصد قربت داشته باشد به همان اندازه خداوند به او پاداش خواهد داد؛ در این زمینه حدیثی نیز از امام علی (ع) داریم که حضرت می فرماید: «علی قدر نیت تکنون من الله العطیه^۱». یعنی دهش خداوند به هر کس، به اندازه نیت اوست. طبق این اصل، انسان اگر قصد انجام کار خیری را داشته باشد ولی به هر دلیلی نتواند آن کار خیر را انجام دهد، خداوند او را به سبب این نیت خالص در زمره ی عاملین آن عمل قرار می دهد؛ که در این زمینه احادیث فراوان وارد شده است که به عنوان نمونه و تبرک به چند تای آنها اشاره خواهد شد.

۱- قال الباقر (ع): «ان المومن لترد علیه الحاجه لایخه فلا تکنون عنده، فیهتم بها قلبه، فیدخله الله تبارک و تعالی بهمه الجنه^۲».

«گاهی پیش می آید که برادر مومن حاجتی از او می خواهد و او ندارد که حاجتش را برآورد، اما در دلش به آن اهتمام می ورزد، خدای تبارک و تعالی به سبب همین اهتمام (قلبی) او را به بهشت می برد.»

۲- قال الصادق (ع): «ان العبد لینوی من نهاره ان یصلی باللیل فتغلبه عینه فینام

۱ محمدی ری شهری، ۱۳۸۷، ح ۲۰۹۸۲.
۲ همان / ح ۲۰۹۷۹.

فیثبت الله له صلاته و یکتب نفسه تسبیحا و یجعل نومه علیه صدقه^۱.»
«بنده در روز نیت می کند که نماز شب بخواند، اما چشمانش بر او غلبه می کند و در نتیجه می خوابد، پس خداوند نمازش را برای او ثبت می کند و نفس کشیدن هایش را تسبیح می نویسد و خوابش را برای او صدقه قرار می دهد.»

۳- در خصوص سیره حضرت علی (ع) در تاریخ به نقل از حبه عنری آمده است:
«قسم علی بیت المال البصره علی اصحابه خمسمائه خمسمائه، و أخذ خمسمائه درهم کواحد منهم فجاءه انسان لم یحضر الوقعه فقال: یا امیرالمومنین کنت شاهدا معک بقلبی و ان غاب عنک جسمی فأعطنی من الفیء شیئا! فدفع الیه الذی أخذہ لنفسه و هو خمسمائه درهم و لم یصب من الفیء شیئا^۲.»

«امام علی (ع) (پس از جنگ جمل) بیت المال بصره را تقسیم کرد و به هر نفر پانصد درهم داد و خودش نیز مانند بقیه پانصد درهم برداشت. در این هنگام شخصی که در جنگ حضور نداشت آمد و عرض کرد: ای امیرالمومنین! گرچه جسمم از شما دور بود، اما دلم با شما بود، پس از این غنیمت به من هم چیزی بدهید. حضرت همان پانصد درهمی را که برای خودش برداشته بود به او داد و از آن غنیمت چیزی به خودش نرسید.»

با توجه و بررسی روایات این چنینی، انسان به معجزه آسا بودن نیت و به اهمیت این اصل پی خواهد برد، که انسان اگر بخواهد زمانش مدیریت داشته باشد و از این عمر و زمان کوتاهش نهایت بهره را ببرد باید در تمام امور زندگی اش این اصل مهم را عملی نماید.

۳-۶. اصل تقویت اراده:

یکی از اصول مدیریت زمان تقویت اراده و نیروی اجرائی درون انسان است؛ اراده قوی و کار آمد و قاطعیت در اجراء، از اصول لازم برای موفقیت در مدیریت زمان است. سخن معروفی در این باره داریم که می گوید: «خواستن توانستن است.» از این سخن فهمیده می شود که، اصل و عمده‌ی کار همان و خواستن و تقویت اراده است؛ وقتی اراده انسان قاطع باشد ادامه‌ی کار هموار می شود. همچنین شعری معروفی در این مورد است که گفته شده است: «همت بلند دار که مردان روزگار، از همت بلند به جایی رسیده اند.» هر کس به جایی و مقامی رسیده اعم از مقام معنوی و مادی، از این بزرگراه عبور کرده است.

اصول مدیریت زمان در منابع دینی * ۴۳

گفته شاعر و ادیب بزرگ آلمانی سخنی در باره اراده قوی دارد که می گوید: «مرد با اراده، جهان را مطابق میل خود عوض می کند.» و در فرهنگ اسلامی و معارف بلند اسلامی نیز سخنان در باره اراده قوی و همت بلند، فراوان به چشم می خورد. خداوند متعال در قرآن کریم برخی از انبیاء خود را در مقام ستایش به «الوالعزم» ملقب نموده، یعنی صاحبان اراده و تصمیم؛ امام صادق (ع) می فرماید: «ما ضعف بدن عما قویت علیه النیه^۱». یعنی: بدن در کاری که اراده در موردش قوی است، از خودش ضعف نشان می دهد.

برای تقویت اراده، راهکار و اصولی بیان شده است که انسان می تواند توسط به کارگیری و ممارست آنها بر ضعف اراده ی خود مستولی شود و اراده اش را تقویت نماید؛ و برای اختصار و عدم طولانی شدن بحث از ذکر آنها خودداری شده است.

۷-۳. اصل امروز آخرین روز:

یکی از عوامل عدم استفاده مفید، کامل و متمرکز از عمر و اوقات، احساس ماندگاری و داشتن فرصت دراز مدت برای انجام کارها و زندگی است. شکستن این توهم و مرز گذاری عمر به یک روز دیگر و یا یک ساعت دیگر حس بهره گیری و انجام کارهای فشرده و مفید را در واحد های زمانی باقی مانده برای انسان تقویت می کند.^۲

یکی از اصول و قوانین مهم مدیریت زمان، میتوان اصل «امروز آخرین روز» را شمرد؛ اجرای این اصل در زندگی انسان قطعاً تحولاتی را در پی دارد و انسان ساعات و لحظات زندگی اش را غنیمت شمرده و از آن به طور احسن استفاده خواهد نمود؛ و از این اصل در دین مبین اسلام نیز به آن اشاره شده است. در روایات معصومین داریم که توصیه شده است برای استفاده بهینه از وقت و زمان تان همیشه به یاد مرگ باشید و به آن تاکید فراوانی شده است؛ تا آنجا این اصل حائز اهمیت است که در روایت داریم امام سجاد (ع) نگین انگشتر شان «الموت» نوشته بوده است که هر بار به انگشتر شان نگاه کنند، مرگ به یادشان بیاید؛ و در حالات بزرگان دینی مان نیز داریم که عکس های قبر هارا روی دیوار شان نصب می کردند و یا در زمان حیات شان برای خودشان قبر می کنند، که از یاد مرگ غافل نشوند. روایاتی فراوانی در این زمینه از ائمه معصومین (ع) وارد

۱ محمدی ری شهری، ۱۳۸۷، ج ۲۰۹۴۹.

۲ نیلی پور، ۱۳۸۶، ج ۲، ص ۴۴.

شده است که در ادامه به چند مورد از آنها اشاره خواهد شد.

۱- امام علی (ع): «عجبت لمن نسی الموت و هو یری من یموت.»^۱
«در شگفتم از کسی که مرگ را فراموش می کند در حالی که دارد مردگان را می بیند.»

۲- پیامبر اکرم (ص): «صل صلوه مودع.»^۲

«آنچنان نماز بگذار که گویا آخرین نماز توست.»

۳- امام صادق (ع): «إذا أویت الی فراشک... واذکر انک میت و ان لک معاد.»^۳

«هرگاه به بستر رفتی... و به یاد آور که خواهی مرد و معادی در پیش داری.»

۴- امام محمد باقر (ع): «الموت هو الذی یاتیکم کل لیله الا انه طویل مدته لا ینتبه منه الا یوم القیامه.»^۴

«مرگ همان (خواب) است که هر شب به سراغ شما می آید لا آنکه زمانش طولانی و بیداری آن در روز قیامت خواهد بود.»

از این دسته روایات کثیرا قابل مشاهده است در منابعی دینی که ائمه معصومین (ع) تاکید فراوانی به یاد مرگ کردند؛ و این یاد مرگ بودن خود انسان را وادار می کند که از ساعات زندگی اش به احسن وجه استفاده نماید و در عمرش مدیریت بهتری داشته باشد.

۸-۳. اصل پرونده های ماندنی (رمز حیات ابدی):

مرگ یکی از قوانین تغییر ناپذیر جهان هستی و یکی از امور تکوینی است؛ همانطور که از تولد یکی از قوانین جاری جهان هستی است. در جهان هستی هر قاعده و قانونی، در موارد خاصی یک سری استثناء های دارد؛ ولی قانون مرگ استثناء ناپذیر است و هیچ راه گریزی هم از آن نیست و همه باید خواسته و یا ناخواسته از این قانون تبعیت کند؛ و علم بشر با این همه پیشرفت که داشته است، نتوانسته راهی برای حیات جاودانگی بشر در این دنیا پیدا کند. این قانون استثنا ناپذیر مرگ فقط در مورد جسم صادق است که جسم انسان توسط این قانون متاثر می شود. و البته در بعضی ادیان قائل به این است که جسم و روح با هم (اگر قائل به وجود روح باشند) دستخوش این قانون قرار می گیرد. ولی

۱ سید رضی، ۱۳۸۷، کلمه ۱۲۱.

۲ محمدی ری شهری، ۱۳۸۷، ح ۱۰۶۵۲.

۳ همان / ح ۲۰۹۳۷.

۴ ابن بابویه، ۱۳۶۱، ج ۲، ص ۱۹۶.

اصول مدیریت زمان در منابع دینی * ۴۵

در دین مبین اسلام فرمول‌ها و قواعد وجود دارد که با استفاده از آنها می‌توان این پرونده حیات و حتی پرونده اعمال را باز نگهداشت؛ سعدی شیرازی آن شاعر بزرگ در این باره شعری دارد که می‌گوید:

سعدیا مرد نکو نام نمیرد هرگز مرده آن است که نامش به نکویی نبرد

در این شعر زیبا از نکو نامی که ثمره‌ی رفتار نیک است، به عنوان حیات جاودانه یاد شده است؛ و در قرآن و روایات معصومین ما راهکار و فرمولهای دیگری نیز وارد شده است که با بکارگیری آنها انسان می‌تواند پرونده اعمالش را باز نگهدارد؛ که عبارتند از:

۱- علم آموزی:

قال علی (ع): «العلماء باقون ما بقی اللیل و النهار»^۱

«تا گردش روز و شب است علما باقی اند.»

۲- شهادت در راه خدا:

«ولا تحسبن الذین قتلوا فی سبیل الله امواتا بل احياء عند ربهم یرزقون.»^۲

«البته نپندارید که شهیدان در راه خدا مرده اند، بلکه آنها زنده به حیات ابدی شدند و در نزد خدا متنعم خواهد بود.»

۳- کار و عمل نیک:

۱- قال علی (ع): «ثواب العمل یخلدوک و لایبلی و یبقیک و لایفنی.»^۳

«لباس عمل (نیک) تورا جاودانه می‌کند و نمی‌پوسد، تورا باقی میدارد و از بین نمی‌رود.»

۲- قال الرسول (ص): «سبعة اسباب یکتب للعبد ثوابها بعد وفاته: رجل غرس نخلا، او حفر بئرا، او أجرى نهرا، او بنى مسجدا، او كتب مصحفا، او ورث علما، او خلف ولدا صالحا یتستغفر له بعد وفاته.»

«هفت چیز است که بعد از مرگ بنده، ثواب آنها برایش نوشته می‌شود: مردی که درخت خرما می‌بکارد، یا چاه آبی حفر کند، یا نهری جاری کند، یا مسجدی بسازد، یا کتابی بنویسد، یا دانشی از خود به ارث گذارد، یا فرزند شایسته‌ای به جای نهد که بعد از مرگش برای او از خدا آمرزش بخواهد.»

۹-۳. اصل تکثیر ایده‌ها و آرزوها:

۱ محمدی ری شهری، ۱۳۸۷، ح ۱۳۷۰۶.

۲ آل عمران / ۱۶۹.

۳ آمدی، ۱۳۷۱.

یکی از عوامل محرک و مشوق انسان برای استفاده از زمان و بهره‌برداری از عمر و ایجاد ارتباط پرنشاط با خویشتن، خدا و خلق و تکاپوی امور دنیا و آخرت، وجود آرزوهای متعالی، ایده‌های روشن و امیدواری است آنهم نه آرزوهای اندک و کم ارزش، بلکه آرزوهای متعدد، متنوع و بزرگ. همواره به خاطر داشته باشید که آرزوها و امیدها قلب‌تپنده‌ی مدیریت زمان است.

حضرت علی (ع) از امید به عنوان سرمایه‌ی زندگی یاد می‌کنند و در دعای کمیل می‌فرمایند:

«... ارحم من رأسه ماله الرجاء...»^۱

«خداوند! رحم کن به کسی که سرمایه‌ی او امید (به فضل تو) است.»

شناخت آرزوهای مثبت و تکثیر این‌گونه آرزوها، یکی از عوامل غنی‌سازی زمان و مفید نمودن عمر است. امام سجاد (ع) در دعای ابوحمزه ثمالی در مقام نیایش با خداوند می‌فرمایند:

«یا رب ان لنا فیک املا طویلا کثیرا، ان لنا فیک رجاء عظیما.»^۲

«بار پروردگارا به درستی که ما در بارهی تو آرزوی دراز و بسیاری داریم، برآستی ما نسبت به تو امید بزرگ و زیادی داریم.»

پیامبر اکرم (ص) می‌فرمایند: «الأمل رحمه لامتی ولولا الأمل ما ارضعت والده ولدها ولا غرس غارس شجرا.»^۳

«آرزو برای امت من رحمت است و اگر آرزو نبود هیچ مادری فرزند خود را شیر نمی‌داد و هیچ باغبانی درختی برنمیشاند.»

حضرت علی (ع) فرمودند: «الأمل رفیق مونس.»^۴

«آرزو رفیقی همدم است.»

در گزارشی تاریخی آمده است روزی عیسی (ع) پیر مردی را دید که با بیل زمین را شیار می‌کرد؛ حضرت عیسی (ع) گفت: خدایا (امید و) آرزو را از او بگیر؛ آن پیر مرد در دم بیل را به کناری انداخت و دراز کشید؛ ساعتی گذشت و حضرت عیسی (ع) گفت: بار خدایا! آرزو را به برگردان؛ بیدرنگ آن پیرمرد برخاست و شروع به کار کرد.^۵

آری آرزوها موتور متحرک انسان برای حرکت خود و حرکت آفرینی در دیگران

۱ مکارم شیرازی، ۱۳۸۷، دعای کمیل، ص ۱۱۱.

۲ مکارم شیرازی، ۱۳۸۷، ص ۶۹۲.

۳ محمدی ری شهری، ۱۳۸۷، ح ۶۷۳.

۴ همان، ح ۶۷۴.

۵ همان، ح ۶۷۵.

است.

۱۰-۳. اصل روغن کاری زمان، با مهربانی های کوچک و بزرگ:

یکی از اصول لازم برای مدیریت زمان، روغن کاری چرخ زمان و روان سازی حرکت ایام و روزگار و ایجاد رضایتمندی در خود نسبت به زندگی است. این روان سازی سهولت بیشتر به مدیریت زمان بخشیده و احساس مفید بودن را در وجود انسان تقویت می کند و انسان به بهشت نزدیکتر می کند.

یکی از راه های روغن کاری چرخ زمان، ابرار مهربانی های کوچک و بزرگ است؛ مهربانی های کوچک مثل: آب دادن به دیگران، کمک کردن به دیگران، سلام کردن به دیگران و...

در این زمینه، از پیشوایان و امامان ما روایات متعددی به دست ما رسیده که در ادامه به عنوان نمونه، به چند تای آنها اشاره خواهد شد.

قال رسول الله (ص):

«وقد سأله رجل: ما عمل ان عملت به دخلت الجنة؟ اشتر سقاءً جدیداً ثم اسق فیها حتی تخرقها فانک لا تخرقها حتی تبلغ بها عمل الجنة»^۱

«پیامبر اکرم (ص) در پاسخ پرسش مردی که گفت: چه کنم تا به بهشت بروم؟ فرمودند: مشکى نو خریدارى کن و با آن آنقدر مردم را آب بدی تا آن مشک را فرسوده و پاره کنی، زمانى که مشک را پاره کرده باشی، به عمل بهشت دست یافته ای.

قال الباقر (ع):

«اربع من کن فیه بنى الله له بیتا فى الجنة: من آوى الیتیم و رحم الضعیف و اشفق على والدیه و رفق بمملوکه.»

«چهار چیز است که هر کس داشته باشد خداوند در بهشت برای او خانه ی بسازد: هرکس یتیم را سرپناه دهد، به ناتوان رحم کند، با پدر و مادرش مهربان باشد و با زیر دستش مدارا کند.»

قال الصادق (ع):

«اربع من اتى بواحدة منهن دخل الجنة: من سقى هامه ظمئه، او اشبع کبدا جائعه، او کسا جلدۀ عاریه، او اعتق رقبة عانیه.»

«چهار کار است که هر کس یکی از آنها را انجام دهد وارد بهشت می شود: هر

کس حیوان تشنه ای را آب دهد، یا شکم گرسنه ای را سیر کند، یا بدن برهنه ای را بپوشاند، یا گردن در بندی را آزاد کند.»

۴. نتیجه گیری

نتیجه‌ی تحقیقات فوق چنین است که زمان با ارزش ترین سرمایه بشر است. مدیریت زمان در کلیه امور زندگی، انسانها را قادر می سازد که با دقت کافی کارهای مهم را انجام دهند و کارهای کم اهمیت را به وقت دیگری موکول نمایند. مدیریت زمان شخص را قادر می سازد تا مشاهدات خود را مرتب نماید و به نتایج مطلوب دست پیدا کند. مدیریت زمان یک تعداد ویژگی و اصولی دارد که با درک درست این ویژگی‌ها و با رعایت این اصول و قواعد، انقلاب و تغییراتی در زندگی انسان ایجاد می شود که ارزشمند می باشد. قبل از اینکه اصول مدیریت زمان را به کار بگیریم، باید برای خودمان هدفی را معین کنیم. این هدف در واقع شبیه به قطب نما می باشد که به ما نقشه راه را نشان خواهد داد و هر زمان که از مسیرمان منحرف شدیم، به آن نگاه کرده و دوباره به مسیر اصلی مان برگردیم.

منابع:

- ۱- قرآن کریم، ترجمه مکارم شیرازی ناصر.
- ۲- سید رضی، محمد ابن حسین شریف، نهج البلاغه، ترجمه انصاریان حسین، الهادی، سی و دوم، ۱۳۸۷ ه.ش.
- ۳- المجلسی، محمد باقر، بحارالانوار، الطبعة الثانية المصححة، بیروت: دارالاحیاء التراث العربی، ۱۴۰۳ ه.ق.
- ۴- کلینی، محمد ابن یعقوب بن اسحاق، اصول الکافی، دار الکتب اسلامیة، تهران، چهارم، ۱۴۰۷ ه.ق.
- ۵- آمدی، عبدالواحد، تصنیف غررالحکم ودر الکلم، مترجم مصطفی درایتی، ناشران: ضریح آفتاب، ایران - مشهد چاپ ۱۳۷۱ ه.ق.
- ۶- طبرسی، ابوعلی فضل بن حسن، مجمع البیان فی تفسیر القرآن، دارالاحیاء التراث عربی، بیروت، ۱۳۷۹ ه.ق.
- ۷- طریحی، فخرالدین بن محمد، مجمع البحرین، مکتب المرتضویه، تهران، سوم، ۱۳۷۵ ش.ق.
- ۸- راغب اصفهانی، حسین بن محمد، مفردات فی غریب القرآن، دارالشامیه،

اصول مدیریت زمان در منابع دینی * ۴۹

- بیروت-لبنان، ۱۴۱۲ هـ.ق.
- ۹- صدوق، محمد ابن علی ابن بابویه، امالی شیخ صدوق، کتابچی، تهران، دهم، ۱۳۹۰ ش.ق.
- ۱۰- نوری، میرزا حسین بن محمد تقی، مستدرک الوسائل، موسسه آل البيت عليهم السلام الاحیاء التراث، بیروت-لبنان، اول، ۱۴۰۸ هـ.ق.
- ۱۱- طوسی، محمد ابن حسن، التهذیب الاحکام، دارالکتاب الاسلامیه، تهران، چهارم، ۱۳۶۵ ش.ق.
- ۱۲- ابن بابویه، محمد ابن علی، من لایحضره الفقیه، جماعه المدرسین فی حوزه العلمیه بقم، موسسه النشر السلامی، قم-ایران، دوم، ۱۴۰۴ هـ.ق.
- ۱۳- حر عاملی، محمد ابن حسن، نوری، حسین بن محمد تقی، وسایل الشیعه، جماعه المدرسین فی حوزه العلمیه بقم، موسسه النشر السلامی، قم-ایران، اول، ۱۴۲۴ هـ.ق.
- ۱۴- ابن بابویه، محمد ابن علی، معانی الاخبار، جماعه المدرسین فی حوزه العلمیه بقم، موسسه النشر السلامی، قم-ایران، اول، ۱۳۶۱ ش.ق.
- ۱۵- مکارم شیرازی، ناصر، مفاتیح نوین، انتشارات امام علی ابن ابی طالب، قم-ایران، دوم، ۱۳۸۷ ش.ق.
- ۱۶- مطهری، مرتضی، امامت و رهبری، صدرا، شصت و یکم، ۱۳۹۶ ش.ق.
- ۱۷- زنجانی، سید احمد، اربعینیات، دفتر آیت الله شبیری زنجانی، قم، اول، ۱۳۹۶ ش.ق.
- ۱۸- دهخدا، علی اکبر، لغتنامه دهخدا، تهران، انتشارات دانشگاه تهران، چاپ دوم، ۱۳۷۷ هـ.ش.
- ۱۹- محمد محمدی ری شهری، میزان الحکمه، سازمان چاپ و نشر دارالحدیث، قم، چاپ نهم (ویرایش دوم) ۱۳۸۷.
- ۲۰- سعدی شیرازی، شیخ مصلح الدین، بوستان سعدی، ققنوس، نوزدهم، ۱۳۹۸ ش.ق.
- ۲۱- تریسی برایان، ترجمه: ژان بقوسیان و بنفشه عطر سائی، مدیریت زمان.
- ۲۲- معین، محمد، فرهنگ فارسی معین، زرین، سوم، ۱۳۸۶ هـ.ش.
- ۲۳- نیلی پور، مهدی، مدیریت زمان ۲، سلسبیل، پنجم، ۱۳۷۶ هـ.ش.
- منابع دیجتالی:

- ۲- سایت انترنتی حوزه.
- ۳- سایت انترنتی حوزه نیوز.
- ۴- سایت انترنتی گام برتر.