

تیک تاکِ زندگی

مہارتِ ہائے مدیریتِ زمان درخانوادہ

حمید دوازده امامی
سعید خطیبی





به دره کریمه لطیف نور کتب
به آینه رود و کار کتب





تقدیم به خانواده نمونه عالم که در خانه ای کوچک
و در زمانی اندک با هم زیستند.

خانواده ای که افراد تربیت شده در آن به حسب
عدد چهار، پنج نفر و به حسب واقع، تجلی قدرت
حق تعالی بودند. صلوات و سلام خداوند تعالی بر
اهالی خانه ای که جلوه گاه نور عظمت الهی و پرورشگاه
زبدگان اولاد آدم است؛ خانواده ای که در حجره ای
کوچک و خانه ای محقر، انسان هایی تربیت کردند
که نورشان از بسیط خاک تا آن سوی افلاک و از عالم
مُلک تا آن سوی ملکوت اعلا می درخشد.

تقدیم به فاطمه و خانواده فاطمه علیها السلام

سخن‌آغازین

با همه دشواری‌ها و ظرافت‌هایش، شیرین‌ترین کار عالم «تربیت» است و مهم‌ترین بستر تربیت، «خانواده». خانواده اگر «خانواده» باشد، تربیت شیرین می‌شود و طبیعی. همان‌طور که ما نفس می‌کشیم، در خانواده هم تربیت می‌شویم؛ بی‌آنکه به آن فکر کنیم و بدانیم چه می‌شود.

مرکز «احیاء اندیشه و سیره علوی» مجموعه‌ای است مردم‌نهاد و خدمت‌گزار در کارهای خیر. تمرکز این مرکز بر تربیت و تعلیم است، آن‌هم با رویکرد اسلامی و عقلانی و با محوریت زیربنایی‌ترین نهاد تربیت، یعنی خانواده.

وجهه همت ما مهارت‌آموزی به خانواده‌هاست و مایه حرکت ما استفاده هوشمندانه از ابزارهای حمایتی؛ از این رو، طرح «مهرستان» را پایه‌ریزی کردیم تا در پیمودن این مسیر مقدس، بتوانیم منظم و هدفمند و برنامه‌دار پیش برویم. «مهرستان» فقط مخفف «محصولات هنری رسانه‌ای» نیست، بلکه اسم مکانی است برای آموختن مهرورزی در خانه و گرمابخشی به کانون خانواده.

ابزار ما در این راه پرفراز و بی‌نشیب چیست؟ از بین همه راه‌های ممکن، با «یار مهربان» به یاری خانواده‌ها آمده‌ایم؛ با همان آشنای پرسخاوتی که صدها نسل بشر را معلم و ارپرورده و فروتنانه با ذهن و ضمیرشان درهم تنیده است.

بله، با کتاب آمده ایم و بر این باوریم که با همه تنوع ابزارهای دیجیتال و گرایش جنون آمیز انسان امروز به آن ها، هیچ چیز جای کتاب را نمی گیرد! اثبات ساده این مدعا را در رشد کتاب های کاغذی، در همین سال ها و حتی در کشورهای صنعتی، می توان سراغ گرفت. خوشبختانه این یار مهربان، هنوز هم به آدم ها وفادار مانده و همچنان گنجینه سرشاری به شمار می رود که پاسخ گوی نیازهای رنگارنگ مخاطبانش است؛ بماند که مدتی است با این یار مهربان نامهربانی می کنیم!

به دنبال کار خیر زمین مانده ای بوده ایم که حضورمان را در این عرصه معنا ببخشد و جریانی پویا و اثری مانا به جای گذارد. سرانجام صدها نفر ساعت پایش و پویش، به معماری طرح خانواده محور «مهرستان» انجامید که یکی از میوه هایش اکنون در دستان شماست.

با وسواسی خاص، اصول کیفی کار را تعیین کردیم تا شاخص ارزیابی باشند و بازتاب دغدغه مندی ما:

۱. تلاش فعالان این طرح و همه تولیدات آن، تمام وقت و تمام قد، در خدمت خانواده هاست و تمام آثار مکتوب بر محور نیازهای اعضای خانواده شکل می گیرد.

۲. گام های اجرایی را کاملاً علمی و منطقی طراحی کرده ایم تا از پشته های محکم بهره مند باشد؛ برای نمونه، نرم افزار قدرتمند و جامع مدیریت سیستمی را در مسیر تصمیم سازی تصمیم گیران و آماده سازی آثار، به کار گرفته ایم.

۳. آثاری باید تولید و ترویج شوند که حقیقتاً مورد نیاز باشند و نوآورانه و مشکل گشایانه به طرح مسائل پردازند؛ از این رو، هم به درون مایه هایی عالمانه و مبتنی بر آموزه های دین اسلام توجه داریم و هم به قالب هایی شیوا و جذاب

در انتقال آن‌ها. انتظارمان تا بدان حد است که معادل و مشابهی برای آن آثار، بر اساس رویکرد انتخاب‌شده، برای انسان عصر حاضر به ویژه نسل جوان وجود نداشته باشد. در این راستا و برای دستیابی به گنجینه اطلاعات جامع در این موضوع، طرح «اطلس سواد خانواده» در دست تدوین است.

۴. فارغ از شهرت اسمی افراد، از نویسندگانی دعوت به همکاری کردیم که نه تنها از استانداردهای تعریف‌شده در طرح برخوردار باشند، بلکه توصیه‌های نکته‌سنجانه و موشکافانه درباره موضوع مدنظر را در انبان دانش و تجربه خویش انباشته باشند؛ البته از قلم جوان‌ترهای خوش‌آتیة نیز غافل نماندیم.

۵. غنای زیربنا و کیفیت روبنای «مهرستان» چنین اقتضا می‌کرد که متخصصان ممتاز در حوزه‌های مختلف را در زنجیره تولید مشارکت دهیم: بهره‌مندی از اطلاعات طرح جامع اطلس خانواده و هیئت علمی بصیر برای انتخاب موضوع و نویسنده، ارزیابان کاربلد و انتخاب افراد زیادی از میان جامعه مخاطب هر یک از کتاب‌ها برای ارزیابی آثار رسیده بر اساس شاخص‌های تعریف‌شده، هنرمندان طبع‌شناس برای یافتن نام کتاب‌ها، ویراستاران فعال‌ترین نهاد ویرایشی ایران، طراحان و صفحه‌آرهای خوش‌قریحه، نمونه‌خوانی چندباره آثار به منظور اصلاح ایرادهای احتمالی در مراحل پایانی، نیروهای متخصص در صنعت چاپ، چاپخانه‌های کارگشته و مجهز، فعالان حرفه‌ای در تبلیغ و اطلاع‌رسانی و مدیریت فروش، متفکران دلسوز برای انگیزه‌آفرینی و امکان‌سازی برای مطالعه کتاب و....

۶. گوشه چشمی هم داریم به میراث مکتوب گران‌بهای گذشتگان با موضوع خانواده، از راه بازآفرینی و بازنویسی آن‌ها متناسب با نیازها و اقتضائات انسان

معاصر، تا عطر نام و یادشان و خوشه چینی از خرمن معرفتشان، ذائقه مشتاقان را پُر حلاوت کند.

۷. درست است که این طرح برای امکان تداوم بلندمدتش، باید از نظر منابع مالی مستقل و خودگردان باشد، اما به پشتوانه خیراندیشانی که چراغ این راه را روشن کرده‌اند، کاملاً غیرانتفاعی خواهد ماند و عوایدی را که احتمالاً به دست می‌آید، در فرایند تولید و ترویج آثار فاخر فرهنگی بازهزینه می‌کنیم. به این موضوع، در طرح مصوب و تمامی قراردادهای تصریح شده است.

۸. بزرگ‌ترین معضل امروز ما در حوزه کتاب و کتاب‌خوانی، نبودن آثار فاخر و مناسب نیست؛ بلکه ضعیف بودن فرهنگ مطالعه در بین اقشار جامعه به ویژه خانواده‌هاست. پیکان تمامی فعالیت‌هایمان تنها به این سمت نشانه می‌رود که این آثار خوانده شوند و تراز مهارتی خانواده‌ها را در زندگی افزایش دهند. به همین منظور، طرح «مطالعه آثار» با توجه به راهبردهای عملی در بستر خانواده، تهیه شده و در حال پیگیری است.

۹. توجه داریم که بی‌اعتنایی به ابزارهای غیرکتابی، راهبرد درستی نیست: تولید کتاب‌های صوتی، محصولات تصویری، نرم‌افزارهای رایانه‌ای و تلفن همراه، حضور در شبکه‌های مجازی و اینترنتی، ترجمه آثار و... نیز مدنظر خواهد بود. ۱۰. برای تنومند شدن این نهال نوپا، نظارت مستمر و ارزیابی همه‌جانبه نیاز است. از ابتدا تا انتهای این طرح، بازخوردگیری و اصلاح مناسب و به موقع مشکلات احتمالی در دستور کار خواهد بود.

۱۱. طرح‌ها و برنامه‌های موفق دیگر فعالان در این عرصه‌ها را برای الگوگیری و مقایسه، رصد کرده و می‌کنیم. خود نیز یافته‌ها و برساخته‌هایمان را حاضری

به رایگان پیشکشِ رهروان این وادی کرانه‌نابردار کنیم تا ضمن هم‌افزایی در بینش‌ها و دانش‌ها، بتوانیم با موج‌آفرینی، خیراندیشان فرهنگی را متقاعد کنیم که پا به این عرصه بگذارند.

آنچه خواندید، همهٔ حرف‌هایی نبود که گفتنی بود؛ به قدر دقیقه‌های چندین سال، حرف و تجربه و خاطره و نکته هست؛ اما نباید و نشاید که سخن‌آغازین را به درازا بکشیم. فقط اینکه حساسیت موضوع و فرهیختگی خواننده، به ما انگیزه می‌دهد که بارها و بارها درون مایه، قالب، مراحل تولید و توزیع را بازبینی کنیم تا اثری فاخر و ارزشمند را تقدیم نگاه و نگرش بلند شما گرامیان نماییم و مشتاقانه منتظریم تا با دریافت دیدگاه‌های شما سروران عزیز به آدرس mehr@mehrestan.ir بیش از پیش مرهون مهربانی‌هایتان گردیم.

بر آستان جانانی سرِ سپاس فرود می‌آوریم که توفیق، رفیق طریقمان کرد تا دورهٔ امانت داده شده در مزرعهٔ دنیا را به خوشه‌چینی از خرمن ارباب و اصحاب فرهنگ و اندیشه بگذرانیم و آنگاه با لطفی دوچندان، ما را و امدار فضل بی‌کرانش کرد تا در طرح پربرکت «**مهرستان**» بتوانیم بابت تولید و ترویج محصولات فرهنگی و تربیتی، مدال افتخار بر گردن بیاویزیم. آری، «تربیت و تعلیم» هدف اصلی آمدن پیامبران و جان مایهٔ کتاب‌های آسمانی بوده است: «**يَزَكِّيهِمْ وَيُعَلِّمُهُمُ**» و ما نیز به راه‌پیمایی و نفس‌کشیدن در این وادی مفتخریم. از تک‌به‌تک سروران ارجمندی که ذره‌پروری کردند و گام‌به‌گام مسیر را هم‌شانهٔ ما شدند، به رسم ادب، خاضعانه سپاسگزاریم.

عیشتان مدام، ایام به‌کام، عزت مستدام
مرکز احیاء اندیشه و سیرهٔ علوی



مقدمه	۱۸
فصل اول: زندگی و زمان	۲۳
زندگی	۲۵
خانواده	۲۸
ارزش زمان	۲۹
ارزش زمان در فرهنگ ایرانی	۳۳
حرکت ابرها	۳۵
تیک تاک زندگی	۳۸
خلاصه فصل در یک نگاه	۴۴
فصل دوم: راهزنان زمان	۴۵
اتلاف وقت در خانواده	۴۸
۱. زوج‌های جوان بدون فرزند	۴۹
دوران نامزدی یا عقد	۵۱
دوران آغازین زندگی مشترک	۵۲
۲. دوران حضور فرزندان در خانواده	۵۳
۳. دوران آشیانه خالی از فرزندان	۵۸
عوامل کلی اتلاف وقت	۶۳
۱. اشتغال به کارهای بی‌فایده (لهو)	۶۷
لغو	۶۹
۲. بازی و سرگرمی	۷۵
بازی و سرگرمی در خانواده	۷۸

۳. بی‌نظمی	۸۳
۴. عمل بدون آگاهی	۸۸
۵. عمل بدون تفکر یا تفکر وسواسی	۹۰
۶. راحت‌طلبی	۹۲
۷. کسالت	۹۴
خستگی	۹۵
بی‌علاقگی به کار	۹۶
بی‌حوصلگی	۹۸
بیماری	۱۰۲
۸. زیاده‌روی در خواب	۱۰۲
۹. معاشرت با افراد ناشایست	۱۰۶
۱۰. ارضانشدن صحیح نیاز جنسی	۱۱۰
۱۱. نداشتن اعتماد به نفس	۱۱۲
۱۲. عصبانیت و بدخلقی	۱۱۴
مرد خوش‌رفتار	۱۱۵
۱۳. در دسترس بودن بیش از حد	۱۱۷
۱۴. احساس تعلق نداشتن به خانواده	۱۱۸
۱۵. تقسیم‌کار ناعادلانه در خانواده	۱۲۰
۱۶. دخالت‌های بی‌جای دیگران در موضوعات خانوادگی	۱۲۲
۱۷. اختلاف‌های خانوادگی	۱۲۴
۱۸. چشم‌وهم‌چشمی و مُدگرایی	۱۲۶
۱۹. به‌تعویق‌انداختن کارها (تسويف)	۱۲۸
۲۰. عجله و بی‌دقتی در کارها	۱۳۴
۲۱. پرداختن به خاطره‌های گذشته	۱۳۸
عذاب‌آوردن آلبوم عکس!	۱۳۹
۲۲. کنج‌کاوی در کار دیگران	۱۴۰
۲۳. انجام کار خارج از توان	۱۴۲