



۴+

اگر ما سرگرمی را اوقاتی بدانیم که آدمی فارغ از هر آینده‌نگری یا کندوکاو هر گذشته‌ای، می‌خواهد جنس زمان حال را به خوشی تبدیل کند، عمدتاً در تجربه کسب آن موفق نیستیم؛ همیشه بهانه‌ای پیدا می‌کنیم که از قلاب حال خود را جدا کنیم یا در حسرت گذشته برویم یا در فکر آینده.

برای استفاده از تعطیلات تربیت نشده‌ایم

## فراغت و ابن‌الوقتی

علی ورامینی  
روزنامه‌نگار



تاریخ اندیشه ما ایرانیان که عمده آن به میانجی شعر تبلور پیدا کرده است تأکید بسیاری بر «زندگی در لحظه» و قدر دانستن «لحظه حال» دارد. با وجود این تأکید، ما مردمانی نیستیم که ساحات مختلف وجودی‌مان در تقارن زمانی با همدیگر باشد. عمدتاً چنین است که جسم‌مان در لحظه حال است و فکر و ذهن‌مان یا در گذشته یا در آینده. شاید این همه تأکید به بودن در لحظه در تاریخ فکر ما هم به دلیل فقدان این روحیه بوده است. باری، اگر داشتن این خصلت جمعی را بپذیریم در بحث مورد نظر ما یعنی اوقات فراغت هم بسیار تأثیرگذار است، البته پیش از فراغت این خصیصه بر کار ما تأثیرگذار است؛ بسان گذشته که کسی لذت بردن از بودن در مدرسه را به ما یاد نداد و همیشه منتظر زنگ آخر بودیم، در نسبت با کار همچنین هستیم که کل هفته خود را به شوق تعطیلات آخر هفته می‌کشانیم؛ برنامه‌ریزی می‌کنیم که کجا رویم، چه کنیم، چه بخوریم، با چه کسی وعده کنیم. شدت و درجات اینها هم به اینکه شغل‌مان یا کاری را که می‌کنیم دوست داریم یا نه، بستگی دارد؛ در اوقات فراغت معمولاً خلاف این رفتار می‌کنیم، بخصوص در بخشی از اوقات فراغت که سرگرمی می‌خوانیم اش. اگر ما سرگرمی را اوقاتی بدانیم که آدمی فارغ از هر آینده‌نگری یا کندوکاو هر گذشته‌ای، می‌خواهد جنس زمان حال را به خوشی تبدیل کند، عمدتاً در تجربه کسب آن موفق نیستیم. همیشه بهانه‌ای پیدا می‌کنیم که از قلاب حال خود را جدا کنیم یا در حسرت گذشته برویم یا در فکر آینده؛ در سرگرمی مقارن نشدن ساحات‌های وجودی‌مان نسبت به اوقات کار هم بیشتر می‌شود. احتمالاً دو دلیل عمده این را دامن می‌زند، یک اینکه در اوقات کار اجباری وجود دارد که فرد را ناچار می‌کند حتی برای لحظاتی هم شده، متمرکز در حال شود تا

دل‌م به همین فراغت‌های نیم‌بندمان خوش است

## هر چه تعطیل‌تر، بهتر

محسن آزموده  
روزنامه‌نگار



جماعت قابل توجهی، وقتی تقویم سال جدید را دست می‌گیرند، اولین کارشان مرور تعطیلی هاست، این که سیزده بدر چه روزی افتاده، تعطیلات خرداد وسط هفته است یا آخر هفته، نیمه شعبان کی است و... امان از وقتی که یکی از این تعطیلی‌ها جمعه و یا حتی پنجشنبه باشد. آه از نهاد آدم در می‌آید. بهترین حالت چهارشنبه یا یکشنبه یا حتی شنبه است، «بین‌التعطیلین» مصداق پیدا می‌کند و اگر دولت یا کارفرما هم مرام به خرج نداد و تعطیل نکرد، می‌توان مرخصی گرفت یا یک جوری زیر سبیلی رد کرد. این نحوه مواجهه عموم کارمندان و حقوق‌بگیران و دانش‌آموزان و دانشجویان با تقویم است. اما همین آدم‌های از زیر کار دررو، در جمع‌های رسمی، شق و رق می‌نشینند و باد در گلو می‌اندازند و از فراوانی روزهای تعطیل در ایران شکایت می‌کنند و از ضرورت و لزوم کم کردن آنها. ایشان یکی از علل اصلی توسعه نیافتگی کشور را همین زیادی تعطیلات می‌دانند و می‌گویند: «آقا جان، مملکت کلاً تعطیله! شما به نگاهی به تقویم بنده‌اید! معلومه هیشکی کار نمی‌کنه!»

اما حقیقت امر - چنان که صاحب‌نظری می‌گفت- این است که اولاً تعطیلی‌ها در ایران آن قدر هم که اغراق می‌کنند، زیاد نیست، ثانیاً کمی و زیادی آن ربط چندانی به اقتصاد و توسعه و پیشرفت و فلان و بیسار ندارد. آنها که واقعاً کار داشته باشند و کارشان حیاتی باشد، نه فقط به تقویم کار ندارند، بلکه جمعه‌ها هم سر کار می‌روند و حتی اگر از آسمان سنگ هم ببارد، کار و بارشان را تعطیل نمی‌کنند. می‌ماند خیل عظیم بقیه سفیدها و حقوق



حقیقت امر این است که اولاً تعطیلی‌ها در ایران آن قدر هم که اغراق می‌کنند، زیاد نیست، ثانیاً کمی و زیادی آن ربط چندانی به اقتصاد و توسعه و پیشرفت و فلان و بیسار ندارد. آنها که واقعاً کار داشته باشند و کارشان حیاتی باشد، نه فقط به تقویم کار ندارند، بلکه جمعه‌ها هم سر کار می‌روند و حتی اگر از آسمان سنگ هم ببارد، کار و بارشان را تعطیل نمی‌کنند.



همیشه در این اوقات ذهنمان در بند لحظه‌ای دیگر است، در بند اضطراب‌هایی که از بیرون به ما تحمیل شده است. به این نکته بسیار مهم توجه کنیم که کل زندگی انسان امروز به لحاظ زمانی در دوساحت خلاصه می‌شود، ساعات کار و ساعات فراغت. بدون بهره بردن از اوقات فراغت نمی‌توان زندگی خوب و خوش داشت، همانطور که وضعیت نامناسب کار زندگی را نامطلوب می‌کند.

بگیران و کارمنداها و دانشجویان و دانش‌آموزان، که از قضا کرونا نشان داده، هر چه کمتر سر کار بروند، هزینه‌ها و مشکلات مربوط به ایاب و ذهاب و ترافیک و آب و برق و گاز و... کمتر می‌شود.

از ایرانی‌هایی که به هوای فراغت بیشتر به پنگه دنیا و سایر ممالک راقیه مهاجرت کرده‌اند و در ممالک اجنبی، به کار و بار مشغول اند، بسیار شنیده‌ام که با حرص و طعنه می‌گویند: «شما که در ایران کار نمی‌کنید، روی نفت خوابیده‌اید و مدام مشغول عشق و حال هستید، همه‌ش تعطیل، بیایید اینجا تا بفهمید که یک من ماست، چقدر کره دارد!»! کور خوانده اند! برای چه مملکت گل و بلبل خودمان را رها کنیم و بارکش دیگران شویم؟ بگذار آنها بیست و پنج ساعت از بیست و چهار ساعت روز را بدون و کار کنند. کجا را گرفته اند؟ کجا را می‌خواهند بگیرند؟ درست است، آنها خیلی چیزها دارند که ما نداریم، اما حالا که همین فراغت نیم بند هست، چرا الکی خودمان را به دردسر بیندازیم. برای من بهترین حالت این است که روز اول نوروز، یکشنبه یا دوشنبه باشد و سیزده بدر هم مثلاً سه‌شنبه یا چهارشنبه، تا به جای دو هفته، دست‌کم سه هفته تعطیل باشیم و عشق و حال کنیم، حتی با جیب خالی! حیف که به لحاظ تقویمی امکان ندارد! اما وصف العیش که ایرادی ندارد، دارد؟ چه خوب گفته حافظ که دو یار زیرک و از باده کهن دو منی / فراغتی و کتابی و گوشه چمنی // من این مقام به دنیا و آخرت ندهم / اگر چه در پی افتند هر دم انجمنی. باقی فسانه است.

بتواند آن وظیفه‌ای را که بر دوشش است، انجام دهد، دیگری اینکه نهادهای رسمی ما در پذیرفتن سرگرمی به عنوان یک واقعیت انسانی - اجتماعی جهان پسا صنعتی شدن تعارف داشتند و ما را برای بهره‌بردن از این لحظات تربیت نکردند. نهادهای رسمی، از خانواده تا دولت همیشه در تلاش بوده‌اند که برای کل اوقات فراغت برنامه‌ریزی کنند و در این میان اوقات سرگرمی (آن اوقاتی که آدمی فقط می‌خواهد از بار دنیا وا رهد) را تخفیف دهند و به دید حقارت به آن بنگرند، اما روان آدمی، آدمی‌ای که در شتاب دنیای کنونی به قول «دوباتن» در یک اضطراب موقعیت همیشگی است، نیاز به اوقات وارهانیدن دارد؛ اوقاتی که نه معطوف به یادگیری و هدف خاصی است نه صلح‌رحم و نه هیچ کار فضیلت‌مدارانه دیگر. ما برای داشتن چنین لحظاتی تربیت نشده ایم. همیشه در این اوقات ذهنمان در بند لحظه‌ای دیگر است، در بند اضطراب‌هایی که از بیرون به ما تحمیل شده است. به این نکته بسیار مهم توجه کنیم که کل زندگی انسان امروز به لحاظ زمانی در دوساحت خلاصه می‌شود، ساعات کار و ساعات فراغت. بدون بهره بردن از اوقات فراغت نمی‌توان زندگی خوب و خوش داشت، همان‌طور که وضعیت نامناسب کار زندگی را نامطلوب می‌کند. مولانا در جایی از مثنوی می‌گوید: «صوفی ابن‌الوقت باشد ای رفیق / نیست فردا گفتن از شرط طریق». امیدوارم که فرهنگ ما به سمتی برود که نهادهای فرد را به ابن‌الوقت (به معنای انجام دادن کار درست در لحظه) شدن سوق دهند، سمتی که در اوقات کار، کار کنیم و در لحظات دیگر به فراغت مشغول باشیم.