

جایگاه فراغت و تفریح در سبک زندگی اهل بیت(ع)

سید حسین شرف‌الدین^۱

چکیده

فراغت به عنوان ظرف زمانی فارغ از هر نوع الزام، بخشی از فرصت و سرمایه زمانی بشرست که معمولاً به تبع متغیرهای مختلف شخصی و محیطی پوشش می‌یابد. کمیت این مقطع و نحوه بهره‌برداری از آن همواره - بویژه تا قبل از تحولات ناشی از انقلاب صنعتی - به تبع کار و فعالیت رسمی و نقش‌های محول و محقق افراد در جامعه تعیین می‌یافت. اختصاص این مقطع به اشتغالات اختیاری، گزینشی، غیرانتفاعی، کنترل‌پذیر، تفننی، مفرح و در یک کلام تفریح و سرگرمی؛ با هدف نشاط‌آفرینی، ملالت‌زدایی، تجدید قوا و کسب آمادگی ذهنی و جسمی بیشتر برای انجام کار و تلاش معمول؛ آنچنان در تاریخ بشر شایع و رایج بوده که رفته رفته این نوع تخصیص احتمالاً به دلیل شدت علاقه میان ظرف و مظلوف، نوعی این همانی میان فراغت و تفریح و سرگرمی بوجود آورده است. ادیان الهی بویژه اسلام، همواره به تبع رسالت کلان خویش در هدایت و ارشاد بشر به سعادت و کمال غایی، تذکارها و رهنمودهای حکیمانه‌ای در خصوص نحوه بهره‌گیری از آنات معدود و گذرای عمر از جمله فرصت‌های فراغتی، فراروی بشر نهاده‌اند. بی‌شک، التزام عملی به رعایت قواعد هنجاری دین در ساحات مختلف زندگی، فراغت و تفریح را نیز به عنوان بخشی جدایی‌ناپذیر از سپهر عام جهان زیست مومنانه، متأثر خواهد ساخت. این نوشتار در صدد است تا موضع کلی اسلام و سیره اهل بیت عصمت و طهارت علیهم السلام، به عنوان مفسران و مترجمان حقیقی معارف اسلام را با روشی درون‌متنی مورد واکاوی و تحلیل قرار دهد.

کلیدواژه‌ها: اسلام، فراغت، تفریح، تفنن، کار، الگو، هنجار.

^۱ - استادیار و عضو هیات علمی موسسه آموزشی و پژوهشی امام خمینی ره (sharaf@qabas.net)

مقدمه

فراغت به معنای زمان آزاد و فارغ از الزامات شغلی (رسمی، متوقع، انتفاعی)، زیستی (اشتغالات گریزناپذیر روزمره نظیر تغذیه، خواب، استحمام و...)، عادی (نظیر خرید، ایاب و ذهاب و...) و اجتماعی (انجام وظایف و تامین انتظارات اجتماعی)، بخشی از فرصت زمانی قابل استحصال بشر بوده است. این مقطع همواره و متناسب با تجربیات زیستی، شرایط محیطی، امکانات و تمهیدات اجتماعی، فرصت‌ها و محدودیت‌های فرهنگی، اقتضائات تمدنی، تمایلات و تمنیات فردی و گروهی به شیوه‌های مختلف با بهره‌گیری از الگوها و بسترسازی‌های نهادی و اقدامات اخلاقی که برای تامین این منظور، مفید تشخیص داده می‌شد، پوشش یافته است. خلوت با خود، معاشرت با اطرافیان، گشت و گذار در طبیعت، ورزش و تفریح، انجام عبادات دینی، شرکت در آیین‌ها و مناسک جمعی، اشتغال به فعالیت‌های هنری و ذوقی بخشی از برجسته‌ترین فعالیت‌های فراغتی رایج بود که توسط مردم‌نگاران و مردم‌شناسان از رهگذر مطالعه اقوام مختلف گزارش شده است. (ر.ک: ویل دورانت، ج ۱، ۱۳۷۰: ۹۹-۱۰۹؛ ۲۲۰-۲۳۰؛ ۲۹۸-۳۰۰؛ ۶۶۱-۶۶۴؛ ج ۲، ۱۳۷۰: ۲۳۲-۲۳۸؛ ۲۴۶-۲۵۱؛ ج ۳، ۱۳۷۰: ۴۰۷-۴۱۸؛ ۴۴۴-۴۴۹؛ ج ۴، ۱۳۷۱: ۳۴۵-۳۵۵؛ ج ۵، ۱۳۷۱: ۶۲۶-۶۳۸؛ ج ۱۱، ۱۳۷۰: ۸۵۱-۸۵۸؛ بیتس و پلاک، ۱۳۷۵: ۱۸۸؛ روجک و دیگران^۲، ۲۰۰۶: ۲۵-۷۹).

در عصر و زمان حاضر تحت تاثیر وقوع طیفی از تحولات ساختاری عمیق و گسترده، اوقات فراغت افراد و گروه‌های اجتماعی به صورتی بی سابقه و روزافزون بسط و توسعه کمی و کیفی یافته است. برخی اندیشمندان، بدلیل برجستگی جایگاه فراغت در تمدن موجود، آن را «تمدن اوقات فراغت» نام نهاده‌اند. (معتد نژاد، ۱۳۵۵: ۱۶) از سوی دیگر، ظهور برخی بحران‌های انسان‌شناختی (وجودشناختی)، روان‌شناختی، فرهنگی، اجتماعی، اقتصادی، ارتباطاتی، زیست محیطی و... تحت تاثیر اقتضائات جامعه مدرن و سبک‌های زیستی متنوع و مدگرایی‌های بی حد و حصر آن؛ تمایل به رهایی هرچند موقت از قفس آهنگین زندگی و الزامات گریزناپذیر سپهر عام حیات جمعی را به یکی از کانونی‌ترین دغدغه‌ها و بلکه مطالبات همگانی تبدیل کرده است. تقارن اتفاقی یا بازتابی این دو وضعیت (افزایش اوقات فراغت و نیاز جدی به رهایی از وضع موجود و تنوع زایی در زندگی)، در کنار وفور امکانات و تمهیدات بی حد و حصر فراغتی از یک سو و نیز حرص و ولع شدید و اشتباه کاذب و اشتیاق وافر انسان معاصر تحت تاثیر وسوسه‌های محیطی به تنوع جویی، لذت خواهی، خوش منشی، تن‌آسایی، شادی خواری، رفاه طلبی، آسایش و...؛ از سوی دیگر، مجموعاً موضوع فراغت و چگونگی بهره‌گیری از ظرفیت‌های بالقوه آن برای تامین غایات مطلوب را به یکی از عرصه‌های تعاملی اندیشمندان،

² -Rojek, et al

سیاستگذاران، برنامه‌ریزان، مدیران و توده‌ها تبدیل کرده و بخش قابل توجهی از امکانات و سرمایه‌های فرهنگی اجتماعی را در هر جامعه به خود اختصاص داده است.

نظام اجتماعی، خرد جمعی، الزامات محیطی، دولت‌های رفاه و... در راستای تامین ملزومات این فرصت اعطایی یا نیاز هستی‌شناختی و برسیمت شناختن آن به عنوان یکی از حقوق شهروندی و بلکه حقوق بشر، اقدامات متعددی را خواسته یا ناخواسته زمینه‌سازی و ساماندهی کرده‌اند.

از منظر کارکردی نیز فراغت، بالقوه می‌تواند به عنوان زمانی مناسب برای تأمل، تفکر، فلسفیدن، تخیل ورزی، خودسازی، بسط دانش، توسعه مهارت‌ها، تعالی‌یابی، شکوفایی استعدادها، ظهور خلاقیت‌ها، جبران کمبودها، ادای وظایف اخلاقی، ارضای تمایلات زیباشناختی و...؛ در سطح فردی و تقویت روح جمعی، تحرک و پویایی، بهینه‌سازی محیط، نشاط و شادابی جمعی، افزایش زمینه کارایی و توسعه آفرینی، کاهش آسیب‌ها و انحرافات و...؛ در سطح اجتماعی منجر شود. به بیان یکی از نویسندگان: از روزها و ساعات اولیه فراغت بود که جوان‌های خام ولی واقعی هنرها، علوم، بازیها و همه دستاوردهای تمدنی بیرون آمد. تمدنها محصول اوقات فراغت‌اند، هر چند هیچ‌گاه منشاء خود را نپذیرفته‌اند.^۳ (گودبی، ۱۹۷۸: ۸)

از این رو، اوقات فراغت، در صورت مدیریت و برنامه‌ریزی می‌تواند زمینه رشد توانایی‌های جسمی، عاطفی، عقلانی و اجتماعی فرد را فراهم آورده یا تقویت کند. نیازی به ذکر نیست که کنش‌های فراغتی و تفریحی بویژه با ملاحظه مصادیق عصری، علاوه بر کارکردهای مثبت، کارکردهای منفی و مخرب نیز دارند، که در مباحث تحلیلی و انتقادی و نیز سیاستگذاری اجتماعی نباید از آن غفلت نمود.

اسلام به عنوان یک دین جاودان، آیین زندگی، الگوی زیستی و برنامه هدایتی جامع؛ شیوه‌ها و راهکارهای عملی مناسبی برای ارضای همه نیازهای اولی و ثانوی بشر با هدف شکوفایی متوازن مجموع استعدادها و قابلیت‌های فطری و غریزی و در نهایت بسترسازی مناسب جهت هدایت او در مسیر نیل به غایات مقصود، تمهید و توصیه فرموده است. ارضای نیاز به فراغت و تفریح نیز اگر واقعا یک نیاز اصیل تشخیص داده شود، از این قاعده مستثنی نخواهد بود.

در جامعه اسلامی ایران که اسلام به عنوان یک دین الهی و آیین مقبول و معتقد اکثریت قریب به تمام جامعه به یمن شرایط حاصل از انقلاب اسلامی، موقعیتی فرآینادی یافته؛ به صورت رسمی و داعیانه به تامین همه مولفه‌های اساسی، مبانی ارزشی و هنجاری، ترسیم استراتژی‌های عملی، تعیین خطوط رفتاری و تمهید ملزومات کارکردی همه بنیادها و شالوده‌های نهادین جامعه از جمله نهاد فراغت را در راستای پاسخ دهی به نیازها و مطالبات جمعی، مأموریت یافته است.

³-Godbey

دولت اسلامی نیز (که برپایه باورها، آرمانها، ارزشها و اصول اسلامی تاسیس و اداره می‌شود) مامور و مکلف است تا علاوه بر اداره امور جامعه بر پایه احکام الهی، مردم را در مسیر نیل به ارزش‌های متعالی و سعادت دنیوی و اخروی و به بیان دینی، ایجاد زمینه برای تحقق «حیات طیب» به عنوان مقدمه نیل به سعادت و کمال دنیوی و اخروی راهبری کند. دولت اسلامی به اقتضای ماموریت عام خود در حوزه شخصیت‌سازی، فرهنگ سازی و جامعه‌سازی، در بخش فراغت و تفریح نیز به عنوان یکی از نیازهای توده‌ای؛ موظف است تا تمهیدات لازم را برای تامین این مهم متناسب با سطح انتظار و ضرورت فراهم نماید.

مفهوم فراغت

فراغت^۴ یا اوقات فراغت اگر چه واژه‌ای دیرآشنا و دست کم در تصور اولی، معنایی نسبتاً متفاهم را القا می‌کند، اما به مرور زمان و تحت تاثیر تحولات دوران‌ساز ناشی از انقلاب صنعتی و غلبه تمدن تکنولوژیک، این واژه نیز همچون بسیاری از واژه‌ها دستخوش تغییراتی شد. فراغت در لغت به معنای آسایش، آسودگی، فرصت و مجال، فراغت بال، راحتی فکر، عاری بودن از تشویش، و ... (ر.ک: دهخدا و معین، ذیل واژه فراغت)؛ نداشتن کار و مشغولیت جدی، خلاصی و رهایی از کاری یا به پایان رساندن آن، که در آن شخص به امور دلخواه و تفریح می‌پردازد. (انوری، ۱۳۸۳: ۸۶۱)

فراغت در اصطلاح جامعه‌شناسی نیز به معنایی نسبتاً قریبی به کار رفته که به برخی از آنها اشاره می‌شود: فراغت فرصتی است برای پرداختن به بعضی از فعالیت‌ها، خواه جدی یا نسبتاً غیرفعال که ضرورت‌های زندگی آن را اقتضا نکرده باشد.^۵ (نیومیر، ۱۹۵۸: ۱۷) فراغت مجموعه‌ای از اشتغالات است که افراد پس از آزاد شدن از الزامات شغلی، خانوادگی و اجتماعی به منظور استراحت، تفریح، توسعه اطلاعات، فراگیری‌های مورد علاقه و مشارکت اجتماعی انجام می‌دهند. (تورکلیدسن، ۱۳۸۲: ۷۴) دومازدیه جامعه‌شناس فرانسوی و مولف کتاب «به سوی یک تمدن فراغت»، نیز در تعریف فراغت می‌نویسد: مجموع فعالیت‌هایی که شخص پس از رهایی از تعهدات و تکالیف شغلی، خانوادگی و اجتماعی با میل و اشتیاق به آن می‌پردازد و غرضش استراحت، تفریح، توسعه دانش خود، به کمال رساندن شخصیت خویش یا به ظهور آوردن استعدادها، خلاقیت‌ها و بالاخره بسط مشارکت آزادانه در اجتماع است. (نقل از: بهنام، ۱۳۴۸: ۲۹۲)

برخی جامعه‌شناسان، با ذکر شاخص‌هایی فراغت را از غیر آن متمایز ساخته‌اند. از دید ایشان، برای اینکه، زمان آزاد به مطلوبیت فراغت برسد، باید دست کم چهار کارکرد داشته باشد: ۱) استراحت و فرصت تنفس باشد؛ ۲) سرگرمی باشد؛ ۳) نسبت به آن خودآگاهی وجود داشته باشد؛ ۴) تجدید قوای روحی باشد. و به بیان برخی

⁴-leisure/sparetime/freetime /pastime

⁵-Neumeyer

دیگر، دارای کارکردهای ذیل باشد: (۱) استراحت باشد یعنی پادزهر خستگی و فرسودگی؛^۲ سرگرمی باشد یعنی پادزهر ملالت و افسردگی؛^۳ توسعه خود باشد یعنی پرورش خود فیزیکی و ذهنی.^۴ (نقل از: روجک و دیگران، ۲۰۰۶: ۱۸۹) دومازدیه نیز جستجوی خرسندی^۵، لذت^۶ و شادمانی^۷ را به عنوان یکی از ویژگی‌های بنیادین فراغت در جامعه مدرن ذکر کرده است. از نظر وی، جستجوی تفریح در اوقات فراغت آنچنان بنیادی است که اگر در وضعیتی شادکامی و لذت‌جویی عینیت و تحقق نیابد، فراغت تغییر ماهیت می‌دهد. (دومازدیه، ۱۹۷۲: ۲۵۰-۲۵۱)

از این رو، واژه «فراغت» تا آنجا که کاوش‌های مفهومی و دیدگاه‌های نظری نشان می‌دهد، در معانی مختلفی به کار رفته است:

(۱) به معنای بخشی از زمان معین یا نامعین، منفصل از کار یا در آمیخته با آن (= زمان فارغ از الزامات زیستی، اجتماعی، مذهبی، شغلی و... هرچند محکوم الزامات اخلاقی و حقوقی)؛^۲ تجربه نوعی بودن و شدن (احساس خوشایند ذهنی و روانی ناشی از رهایی از چرخه معمول زندگی روزمره، کاهش فشارهای هنجاری، خودفرمانی و خویشتن کاری، و...؛ (احتمالاً معادل فارغ البال بودن در فارسی) است.^{۱۰} (هوزینگا، ۱۹۵۰: ۱۴۷) (۳) مجموعه‌ای از فعالیت‌ها و کنش‌های اختیاری، انتخابی، خلاق، خرسند کننده، فرح بخش، عاری از اغراض سودجویانه، دارای مطلوبیت فی نفسه، دارای ضرورت کارکردی و مورد نیاز در جنب الزامات معمول (= فعالیت‌هایی که اصطلاحاً به فعالیت‌های فراغتی، تفریحی، سرگرم کننده موسوم‌اند. (ر.ک: استوسکی، ۱۹۹۴: ۳-۷)؛ (۴) نهادی از نهادهای اجتماعی (هر جامعه بویژه جوامع پیشرفته و فارغ از دغدغه نیازهای ضروری برای تامین نیاز فراغتی و تفریحی افراد به مثابه یک نیاز ثانوی عام و همگانی، تمهیدات، اقدامات، سازوکارها و تدابیر ویژه‌ای را در سطوح مختلف تدارک دیده و موسسات و سازمان‌های مختلفی در این ارتباط اعلام موجودیت کرده‌اند. این ویژگی، فراغت را به یکی از صنایع مهم و یکی از بازارهای گسترده در مقیاس ملی و فراملی تبدیل کرده است. (ر.ک: کینگ، ۱۳۵۵: ۱۹۴-۲۰۰؛ روسک و همکار، ۱۳۶۹: ۲۲۸-۲۳۱) داشتن فراغت و امکان استفاده مطلوب از آن، همچنین به عنوان یکی از مولفه‌های سبک زندگی مدرن و یکی از شاخص‌های کیفیت زندگی قلمداد شده است. عدم توجه به کاربردهای مختلف این واژه، گاه سوء فهم‌هایی را موجب می‌شود.

^۶-Rojek, et al

^۷-contentment

^۸-pleasure

^۹-delight

^{۱۰}-Huizinga

لازم به ذکر است که از میان تلقی‌های چندگانه از فراغت، در این نوشتار عمدتاً به دو تلقی رایج آن یعنی فراغت به عنوان مقطع زمانی فارغ از الزامات شغلی و عادی و ضرورت‌های زندگی و فراغت به عنوان مجموعه‌ای از فعالیت‌های تفریحی و تفننی و اشتغالات موسوم به رفتارهای فراغتی که در این ظرف زمانی بوقوع می‌پیوندد، بذل توجه شده است.

کار و فراغت

تلقی غالب در مقایسه میان «کار و فراغت» به عنوان دو بخش کاملاً به هم پیوسته در زندگی فردی و اجتماعی این است که کار اصل و فراغت تبعی، وابسته و متفرع بر کار است. در واقع، اگر کاری نباشد، فراغتی هم نیست. از این رو، و با فرض محوریت کار، قاعدتاً افراد فراغت و تفریح را برای تقویت موقعیت کار جستجو می‌کنند. این نسبت طبیعی و دیرپا در جامعه صنعتی مدرن دستخوش تغییر شده است. زمان فراغت تا قبل از انقلاب صنعتی و تحولات ناشی از آن، همواره به تبع زمان کار و در شعاع آن تعیین و تعیین می‌یافت، پس از این دوره، بشدت دستخوش تغییر گردید و نسبت معکوسی میان آنها برقرار شد. در جهان مدرن، که تحت تاثیر برخی تحولات دوران‌ساز «تمدن اوقات فراغت» لقب گرفت، نسبت معکوسی میان کار و فراغت برقرار شد. در این جامعه، آنچه اصل است فراغت است نه کار. مردم کار می‌کنند تا نیازهای فراغتی خویش را تامین کنند. از دید غالب جامعه‌شناسان، تفکیک میان فراغت و کار و تلاش در جهت تعیین قلمرو مفهومی و محدوده زمانی آنها، از جمله پیامدهای رسمی شدن کار، جدایی کار از خانه، غلبه نظام کارفرمایی و استخدام و به طور کلی، سامان‌یابی بوروکراتیک فعالیت شغلی تحت تاثیر تحولات کلان جامعه صنعتی مدرن است. از نظر ایشان، در جامعه پیشاصنعتی بدلیل درهم آمیختگی فرصت‌ها به زحمت می‌توان خویشتن کاری را از فعالیت‌های فراغتی معمول تفکیک نمود؛ چه مردم از اوقات فراغت نیز برای انجام کارهای مفیدی که برای زندگی خود مناسب تشخیص می‌دادند، استفاده می‌کردند. گاه حتی اشتغالات پرمراست و مشقت زای آنها نیز بدلیل ویژگی ارضاء‌کنندگی، کارکردی مشابه تفریح و سرگرمی داشت و معمولاً از فراغت‌های اتفاقی و موسمی استقبال چندانی نمی‌شد. از این رو، دامنه فعالیت‌های مربوط به فراغت از آنچه امروزه تحت عنوان فعالیت‌های فراغتی و تفریحی به معنای خاص برای پوشش زمان آزاد تدارک و تمهید شده، بسیار بسیار مضیق‌تر و محدودتر بوده است. اشکال و افعال فراغتی و نحوه پوشش این اوقات نیز به صورت خودانگیخته و خودبسنده و به تناسب مقادیر محیط صورت می‌گرفت. تغییر موقعیت کار، عمده‌ترین عامل موثر در تغییر موقعیت فراغت بوده است.

براین اساس، تقابل افکنی میان فراغت و کار که در غالب تعاریف ارائه شده از آن، به نوعی انعکاس یافته؛ عمدتاً محصول اوضاع و شرایط جاری جوامع صنعتی در چنددهه اخیر و تحولات عصری است. به بیان برخی

جامعه‌شناسان: پدیده فراغت به معنای رهایی از الزامات و جدایی کار از فعالیت‌های دیگر و سازمان‌یافتگی کار و تفکیک نظری و عملی آن از وقت آزاد به تمدن صنعتی اختصاص دارد. (دومازدی، ۱۳۵۲: ۱۵) و اساساً تعیین اینکه چه فعالیتی کار یا فراغت یا هر دو یا هیچ کدام است، رابطه نزدیکی با شرایط فرهنگی اجتماعی یک جامعه دارد.^{۱۱} (گرینت، ۱۹۷۴: ۷)

نیازی به ذکر نیست که از منظر کارکردی فراغت نیز همچون کار هم می‌تواند عامل شکوفایی استعدادها، هویت بخشی، ارتقای کیفیت و تعمیق زندگی باشد و هم می‌تواند موجب از خودبیگانگی، انحطاط و تضعیف استعدادها و سرمایه‌های انسانی باشد.

دین و فراغت و تفریح

برخی از دین پژوهان و جامعه‌شناسان و مردم‌شناسان دین، برخلاف ذهنیت غالب، ادیان [اعم از ادیان دارای خاستگاه وحیانی و ادیان و نحله‌های بشر ساخت] را نه مخالف با فراغت و تفریح که به لحاظ تاریخی منشا و مروج اصلی دست کم گونه‌های خاصی از آن قلمداد کرده‌اند. برخی از این مواضع با آنچه در خصوص اسلام استنباط شده، کاملاً هم‌نواپی و مسانخت دارد. در ادامه به نمونه‌هایی از این دیدگاهها صرفاً از باب تمهید مقدمه اشاره می‌شود:

کینگ، جامعه‌شناس امریکایی، در این باره می‌نویسد: در جوامع اولیه تفریحات بستگی کامل با مذهب داشت و غالب اوقات جزئی از مراسم مذهبی بود. همین اصل در مورد گذشته بسیاری از ملل متمدن و حتی در مورد اکثر جوامع روستایی و طایفه‌ای امروزی نیز مصداق دارد و در بسیاری از موارد در جوامع شهرنشین ارتباط بین تفریح و مذهب مشهود است. از دیر زمان کاروانها و جشن‌های مذهبی توأم با بازی و آواز و رقص و نمایش و مراسم سرور و شادمانی بوده و از این راه برای تفریح و سرگرمی توده‌ها امکانات فراوانی بوجود آمده است. اجرای مراسم به خصوص برای حوادث مهم زندگی خانوادگی یا اجتماعی از قبیل تولد، رسیدن به سن بلوغ، ازدواج، مرگ، بذرافشانی، درو و شکار غالباً جنبه مذهبی به خود می‌گیرد و فرصتی برای تفریح و ابراز نشاط و شادمانی به افراد عادی می‌دهد. (کینگ، ۱۳۵۵: ۱۹۴)

پی‌یر از فیلسوفان و علمای الهیات: فرهنگ برای وجود به فراغت وابسته است و اوقات فراغت هم به نوبه خود امکان پذیر نیست مگر آنکه پیوندی زنده و ماندگار با کیش و پرستش الهی داشته باشد. (نقل از: پایپر، ۱۹۵۲: ۴۰)

^{۱۱}-Grint

^{۱۲}-Pieper, 1952: 40.

مارگارت مید^{۱۳}، مردم‌شناس امریکایی: فرصت‌های فراغت با اجبار جشن‌ها، بزرگداشت‌ها، اعیاد، مراسم ازدواج، روزهای خاص و به وسیله اساطیر مذهبی فرهنگ‌های بدوی بدست آمده‌اند. (نقل از: تورکلیدسن، ۱۳۸۲: ۹۴)

دورکیم، جامعه‌شناس معروف فرانسوی، فلسفه برخی از مناسک و مراسم توتمی تکرار شونده و دارای ویژگی یادبودوارگی را سرگرم کردن، خندانیدن، ایجاد شادمانی و خلق خوش در افراد تفسیر کرده است: این نمایش‌ها، ضمن آنکه سرشت کیش عبادی را بهتر به ما می‌فهمانند، عنصر مهمی از دین را نیز هویدا می‌سازند که عنصر تفریحی و زیباشناختی دین است. این نمایش‌ها که هیچ‌گونه مقصود سودجویانه ندارند، سبب می‌شوند که افراد دنیای واقعی را فراموش کنند، به جهان دیگری بروند که تخیل‌شان در آنجا آسوده‌تر است؛ این نمایش‌ها در واقع ابزار سرگرم کردن مردم‌اند. گاه حتی پیش می‌آید که جنبه خارجی‌شان نیز عیناً مثل یک سرگرمی است: همه می‌بینند که حاضران می‌خندند و آشکارا تفریح می‌کنند. (دورکیم، ۱۳۸۳: ۵۲۴-۵۲۵)

میرچا الیاده^{۱۴}، دین‌پژوه و اسطوره‌شناس رومانیایی معاصر، در خصوص جایگاه «رقص» در ادیان می‌نویسد: در برخی از اوقات معین سال، در رویدادهای بحرانی، یا به طور اتفاقی، رقص‌ها، بخشی از آیین‌های مذهبی حرمت برانگیز بوده‌اند؛ آنها نشانه‌هایی از دوستی، مهمان‌نوازی و احترام، سپاسگزاری، درخواست، آرامش، یا اظهار پشیمانی به پیشگاه ایزدان، نیاکان یا دیگر موجودات ماوراءالطبیعی بوده‌اند. یهودیان می‌رقصند تا خدای خویش را در یک عشق ورزی متعالی، پرستش کنند و یا شادی خود را از نعمتهای او بیان دارند. (الیاده، ۱۳۷۴: ۴۲۱)

برخی دیگر از نویسندگان نیز در توضیح دیدگاه مسیحیت در این خصوص برآند: مسیحیان بر کارو فراغت مهر آموزه‌های مذهبی زدند. فراغت (= تن‌پروری) محکوم می‌شد. اگر فراغت را می‌پذیرفتند نیز برای نقش فراغت نبود بلکه برای رفع خستگی و آمادگی مجدد برای شروع کار بود و به این ترتیب فراغت را به صورت مشروط می‌پذیرفتند. واژه «تفریح» نیز نشان می‌دهد که لذت فراغت را به صورت مشروط قبول می‌کردند؛ یعنی فرد کار می‌کند، در اثر کار دچار خستگی می‌شود و برای رفع خستگی و شروع مجدد کار اندکی نیز به تفریح می‌پردازد. آنها معتقد بودند که می‌توان کمی وقت آزاد برای خود قائل شد، ولی نباید بیش از اندازه باشد! فراغت بیش از اندازه یعنی زمان از دست رفته. (تورکلیدسن، ۱۳۸۲: ۱۵۳) آیین کالوین نیز اجازه نمی‌داد که هنرورزش فی‌نفسه هدف باشد، اینها تا هنگامی قانونی بودند که در زندگی و کار شخصی، که در چارچوب آنها انسان به ستایش خداوند فراخوانده می‌شود، او را یاری کنند. (روزیدس و دیگران، ۱۳۸۱: ۲۱۳)

¹³ -Margaret Mead

¹⁴ -Mircea Eliade

جایگاه فراغت و تفریح در سبک زندگی مومنانه

از ظاهر برخی ادله چنین برمی آید که در اسلام اساساً، مقطع زمانی متغیری تحت عنوان «فراغت» به عنوان زمان فارغ از الزامات عادی، اجتماعی، مذهبی و خانوادگی که معمولاً ظرف متعین و تخصیص یافته برای اشتغالات و فعالیت های تفریحی و تفننی است، ملحوظ نشده است. از این رو، مومن باقتضای سبک زیستی و منطق سلوک پیشنهادی، یا اساساً نیازی به فراغت و تفریح ندارد یا اگر دارد، فرصتی برای انجام آن، در جدول زمانی و چارت وظایف از پیش تعیین شده، برای آن ملاحظه نشده است. بدیهی است که پذیرش این دو وجوه خالی از تعذر و تکلف نیست. و همانگونه که در قبل اشاره شد، یکی از دلایل توجیهی نیاز به فعالیت های تفننی و تفریح، پرکردن اوقات فراغت است؛ اگر چنین فراغتی نباشد، قاعدتاً نیاز به مظرّف متفنی است. نتیجه آنکه مومن باید ترجیحاً همه آنات و فرصت های خویش را با دقت و سواس، به کار و تلاش جدی، مفید و هدفمند اعم از کار بدنی، فکری، خدماتی، ذوقی و اشتغالات عبادی تخصیص دهد. در این برنامه، اگر فراغتی هم باشد، به صورت ضمنی و زنگ تفریح و صرفاً برای تجدید قوا، رفع ملالت و حصول آمادگی مجدد برای استمرار فعالیت ها و تکالیف محوله است. از این میان، کودکان، افراد نابالغ، سالمندان و به طور کلی کسانی که فاقد شرایط عام تکلیف هستند، استثنا شده اند.

منشاء این ذهنیت، برداشتی است که از ظواهر برخی از ادله دینی ناشی شده است. برای مثال، قرآن کریم در آیه ۷ سوره انشراح خطاب به پیامبر اکرم (ص) می فرماید: «فاذا فرغت فانصب» ترجمه: پس هنگامی که از کار مهمی فارغ می شوی، به مهم دیگری پرداز. ذکر پاره ای از آراء اهل لغت و مفسران، جهت ایضاح مضمون آیه و آشنایی با برداشت های تفسیری، مفید خواهد بود. لسان العرب می نویسد: عیش ناصب یعنی زندگی توام با زحمت و تلاش جدی. (ابن منظور، ۱۴۰۵ق، ج ۱: ۷۴۷)؛ مجمع البیان ضمن طرح وجوه مختلف در تفسیر آیه می نویسد: انصب از نصب به معنای رنج و زحمت است یعنی براحت و آسایش مشغول مشو. (طبرسی، ۱۳۷۲، ج ۱۰: ۷۷۲) از نظر مفاتیح الغیب معنای آیه این است که ای پیامبر، عبادات را به هم وصل کن و هیچ وقتی از اوقات را از آن خالی مگذار. پس هر گاه از یکی فارغ شدی به دیگری پرداز. (فخر رازی، ۱۴۲۰ق، ج ۳۲: ۲۰۹) تفسیر منهج الصادقین نیز می نویسد: پس چون فارغ شوی از تبلیغ رسالت فانصب پس رنج کش در مراسم عبادت یا چون از نماز فارغ گردی جهد کن در دعا یا چون از گذاردن احکام فراغت یابی، باستغفار اوزار امت مشغول شو یا چون از نوعی عبادت پردازی، شروع کن در نوعی دیگر از آن یعنی باید که همیشه مشغول عبادت باشی و در هیچ وقتی از اوقات از مشقت طاعت فارغ نباشی و براحت و بطالت نگذرانی. (کاشانی، ۱۳۳۶، ج ۱۰: ۲۸۱) از دید تفسیرالمیزان معنای آیه این است: پس هر گاه از انجام آنچه بر تو واجب شده، فارغ شدی نفس خود را در راه خدا یعنی عبادت و دعا بزحمت انداز و در آن رغبت نشان ده. (طباطبایی، ۱۳۶۳،

ج ۲۰: ۵۳۵) و به بیان دیگر، هنگامی که از کارمهمی فارغ می‌شوی به مهم دیگری پرداز، هرگز بیکار نمان، تلاش و کوشش را کنار مگذار، پیوسته مشغول مجاهده باش و پایان مهمی را آغاز مهم دیگری قرار ده. (مکارم شیرازی و همکاران، ۱۳۸۱، ج ۲۷: ۱۲۸) لازم بذکر است که معنای سخن فوق علامه طباطبایی در خصوص مطلوبیت اشتغال دائم، نفی مطلق فراغت و تفریح در اسلام نیست، چه خود وی در مواضعی از تفسیر المیزان، ملاک ممنوعیت این نوع اشتغالات را لهو و لعب بودن آن ذکر کرده است. (ر.ک: ۱۳۶۳، ج ۸: ۲۵۵؛ ج ۱۴: ۳۴۶؛ ج ۱۶: ۲۲۴) نتایج تربیتی مستفاد از آیه اینکه: برای مومن که لاینقطع بایستی متذکر باشد و به تخلیه و تزکیه خویشتن و دیگران پردازد، فرصتی بنام «فراغت» باقی نمی‌ماند، تا اینکه برای مصرف آن، بدنبال نوعی بازی و سرگرمی باشد. (آموزگار، ۱۳۶۱: ۸۷-۸۸)

در توضیح تکمیلی بیانات فوق باید گفت که در اسلام فراغت به معنای مصطلح یعنی زمان فارغ از همه الزامات یا زمان آزاد از هر نوع اشتغال وجود ندارد. از سوی دیگر، کار و اشتغال نیز در اسلام صرفاً به کار حرفه‌ای ناشی از تقسیم کار اجتماعی که غالباً فرد تحت تاثیر الزامات بیرونی و با هدف کسب معیشت و رفع نیازهای مادی و غیر مادی بدان روی می‌آورد، محدود نمی‌شود. عمل صالح، عام‌ترین عنوانی است که طیف گسترده‌ای از فعالیت‌ها و اشتغالات مومنانه از عادی‌ترین گرفته تا جدی‌ترین را پوشش می‌دهد. در منطق دین، هر عمل صالح بدلیل داشتن حسن فعلی، در صورتی که با نیت تقرب و بندگی و امتثال فرامین حق (حسن فاعلی) قرین گردد، عبادت عام شمرده می‌شود. از این رو، همه فعالیت‌ها و اشتغالات مومن، حتی کنش‌های منفعلانه نظیر خواب و استراحت نیز مصداق فعل و عمل است. از سوی دیگر، بررسی تفصیلی منابع دینی نشان می‌دهد که اسلام بر فراغت و تفریح به عنوان یک نیاز، به صورت مشروط و مقید مهر تایید نهاده و حتی به مصادیقی از آن توصیه و ترغیب فرموده است. به دلیل عقلی نیز سرگرمی و تفریح در صورتی که ضابطه مند و با هدف تجدید قوا و کسب آمادگی بیشتر برای کار و تلاش جدی، صورت پذیرد، از باب مقدمه واجب ضرورت خواهد یافت. در عین حال، تردید نمی‌توان کرد که برنامه زیستی مومنانه در اسلام به گونه‌ای طراحی شده که نیاز به فراغت و تفریح به عنوان یک اشتغال بیرونی در آن به حداقل می‌رسد و باز تردیدی نیست که اشتغال به امور فراغتی و تفننی به معنای متعارف و امروزی آن که به بخش قابل توجهی از زندگی تبدیل شده و حتی کار و تلاش نیز عمدتاً با هدف امکان‌یابی هر چه بیشتر، جهت ارضای تمایلات معطوف به آن، مورد توجه قرار می‌گیرد، در اسلام جایی ندارد.

اسلام به عنوان یک دین جامع متضمن و مروج نوعی سبک زندگی و الگوی زیستی دست کم با شاخص‌های حداقلی است که در صورت حاکمیت و موفقیت در ساماندهی به عرصه‌های کلان زندگی اجتماعی و تمکین اکثریت، بالطبع مطلوبات و مطالبات و اقتضائات و الزامات هدایتی خویش را در کلیت حیات جمعی به جریان

خواهد انداخت. فراغت و تفریح نیز به عنوان یک نیاز متناسب با این ظرفیت سازی فرهنگی اجتماعی پاسخ خواهد یافت. بزعم راقم سطور، سبک و سیاق زندگی مومنانه به گونه ای است که در عین آمیختگی با بالاترین درجه تفریح، شادی، لذت، بهجت و آرامش، کمترین نیاز را به اشتغالات فراغتی متعارف خواهد داشت. به بیان دیگر، سبک زندگی مومنانه به دلیل اشمال بر برخی مولفه ها همچون جهان بینی معقول و منطقی، معنا دار دانستن هستی، ایمان ورزی و تدین، عبادت و بندگی، توکل بر خداوند، اعتماد به وعده های الهی، تعالی جویی مستمر، مهارت‌تعلقات این جهانی، ترغیب به کار و تلاش سازنده و مفید، کنار آمدن معقول با مصائب و مشکلات زندگی، داشتن روح قناعت و پارسایی، اعتدال و میانه روی، انبساط و ابتهاج روحی، اخلاقی زیستن مستمر، امید به آینده، آرامش و اطمینان و مهارت نسبی تشویش‌ها و اختلالات روحی، اکتفا به ارضای نیازهای حقیقی و اجتناب از دامن زدن به نیازهای کاذب و پی جویی تمنیات شهوی و هواهای نفسانی؛ گسترش ارتباطات انسانی، بهره گیری از خرد و تجربه جمعی، تلاش در جهت سامان دهی یک حیات معقول جمعی، مشارکت در استقرار یک فرهنگ انسانی و گفتمان اخلاقی بر جامعه و روابط انسانی، کنترل عوامل مخرب محیطی و آسیب های اجتماعی و دهها عنصر ریز و درشت دیگر، بالقوه می تواند در کمیت و کیفیت نیاز مومن به فراغت و تفریح به عنوان نیازی ویژه و منحصر بفرد در متن زندگی موثر واقع شود. بدیهی است که به دلیل تشکیکی بودن مقوله ایمان و تدین، وضعیت مومنان و جوامع متشرع در میزان برخورداری از این آثار نیز متفاوت خواهد بود. (برای اطلاع بیشتر از این ظرفیت ها، ر.ک: مطهری، ۱۳۷۹، ج ۲: ۴۳-۴۵؛ مطهری، ج ۱، ۱۳۸۰: ۵۶۹؛ فرانکل، ۱۳۷۵: ۱۲۵-۱۴۸؛ فرانکل، ۱۳۶۶: ۱۵۹-۱۶۸)

اسلام و فراغت و تفریح (رویکردی نظری)

تلقی غالب، پذیرفته شده و برخوردار از پشتوانه های قوی معرفتی این است که اسلام به عنوان دین تمام زندگی، نسبت به مجموع عناصر و مولفه های فرهنگی- اجتماعی و زیرساخت ها و روبناهای زندگی انسانی اعم از باورها، ایدئولوژیها، ارزش ها، نگرشها، قواعد و هنجارها، الگوها و سبک های زیستی، افعال و کنش های جوارحی و جوانحی، سیاست ها و برنامه های تدبیری، نهادها و طرح واره های کلان، نظام ها و خرده نظامهای اجتماعی و... اعلان موضع کرده و در هر بخش به تناسب رهنمودها، تعالیم و آموزه هایی ارائه فرموده است. اسلام در راستای تحقق اهداف تربیتی و هدایتی خود و ایصال مومنان به کمال مطلوب، سامان دهی به زندگی این جهانی بشر با هدف زمینه سازی جهت نیل به مقصود و اتمام حجت بر همگان را وجهه همت خویش قرار داده و ایده حاکمیت ولایی بر مبنای قوانین الهی را برای تحقق این منظور و ایجاد بسترهای فرهنگی اجتماعی لازم جهت رشد و شکوفایی سرمایه های فطری تمهید کرده است. از این رو، نیاز به فراغت و تفریح نیز به

عنوان بخشی از ضرورت های زیستی بشر نمی تواند به طور کلی از توجه و اهتمام دین بدور باشد، و فقه اسلامی به عنوان یک قانون اساسی جامع مبتنی بر سنن جاوید الهی و ناموس لایتغیر طبیعت و فطرت پاک انسانی از توجه بدان، هر چند به صورت کلی، برکنار مانده باشد. به بیان دیگر، اگر نیاز به فراغت و تفریح، یک نیاز اصیل باشد، دین که متکفل پاسخگویی به نیازهای اصیل بشر است، قاعدتا ملزم به اتخاذ موضع در خصوص آن خواهد بود.

لازم بذکر است که منابع اخذ دیدگاه اسلام در موضوع فراغت و تفریح نیز همچون سایر موضوعات، در عین پیوستگی ارگانیک در چارچوب یک ساختار منسجم، متعدد و متکثر می باشند. بخشی از ایده ها و مبانی نظری این موضوع از دید اسلام، از روح کلی این مکتب، بخشی، از گزاره های توصیفی دین در خصوص ویژگی های انسان و نیازها و ضرورت های وجود شناختی و زیستی او، پاره ای از طریق توصیه ها و دستورالعمل های ترغیبی، تجویزی و تحذیری آن در این باب یا ابواب مشابه، بخشی از آن از سیره عملی معصومان(ع) و چهره های الگویی و معیارین دین، بخشی از طریق استلزامات عقلی و عرفی ادله، توصیه ها و اهداف شریعت، برخی از طریق ارجاع به سیره عقلاء و عرف غالب متشرعان قابل اصطیاد و استنتاج است. اجتهادات فقهی و اخلاقی بزرگان و اساطین دین در پرتو کاوش متعمقانه منابع فوق، دستاوردهای پردازش شده ای است که می تواند در تعیین خطوط کلی مواضع دین در این بخش مرجع و ماخذ واقع شود.

تذکر این نکته لازم است که علاوه بر دلایل نقلی، برخی از دلایل عقلی بر اهمیت و ضرورت فراغت و تفریح نیز به دلالت التزامی، موضع تاییدی دین را افهام می کند. دلیل اول که مربوط به حوزه روان شناسی فلسفی است فراغت جویی و تنوع خواهی یا آثار متوقع از آن همچون لذت جویی و فرح یابی را به نیازهای اصیل انسان ارجاع می دهد: انسان فطرتا و ذاتا به لذت و خوشگذرانی روی می آورد و در مقابل، فرار از رنج و درد و سختی و تنفر از آن نیز به صورت تکوینی و غیر اختیاری در روان انسان وجود دارد. (مصباح یزدی، ۱۳۷۷: ۱۹۱) این نیاز طبیعی و فطری همواره به تبع ظرفیت ها و امکانات محیطی و متناسب با معیارها و ترجیحات فرهنگی ارضاء می شود. اسلام به اقتضای فطری بودن، اصل این تمایل و لوازم قهری آن را مورد تایید قرار داده و انتظار می رود که شریعت اسلامی که متکفل هدایت سلوک عملی انسان در مسیر نیل به غایات متعالی است، در این بخش نیز مومنان را راهبر باشد. نکوهش موجود در برخی منابع دینی نه به اصل لذت بلکه به عوامل و عوارض جانبی آن همچون اکتفا به لذتهای طبیعی و غفلت از لذتهای متعالی؛ اکتفا به لذتهای آنی و زودگذر به جای لذتهای نسبتا پایدار؛ افراط در لذت گرایی و تن آسایی و روی گردانی از کار و تلاش سازنده و... راجع است.

دلیل عقلی دوم، دلیل کارکردی است. از منظر کارکردی، فراغت و تفریح به مثابه مجموعه ای از کنش های انسانی، به صورت آشکار و پنهان و مستقیم و غیرمستقیم به خلق آثار و نتایج غالباً مثبتی منجر می شوند؛ نتایجی که وجود آن برای استمرار حیات انسانی ضرورت اجتناب ناپذیر دارد. برخی از این نتایج بدلیل نقش و تاثیر مثبتی که در کلیت زندگی مومنانه و دارای مطلوبیت دینی دارند، مورد توصیه و تاکید دین نیز قرار گرفته اند. از این رو، فعالیت ها و اشتغالات سرگرم کننده به اعتبار نقش علی در حصول این نتایج، در صورتی که با محذور عقلی و شرعی خاصی مواجه نباشند، مطلوبیت مقدمی و وسیله ای خواهند یافت. شواهد تجربی فراوان موید آن است که بخشی از فعالیت های فراغتی و تفریحی نقش قابل توجهی در پرورش قوای جسمی، روحی، فکری و اخلاقی افراد دارند و آنها را برای ایفای نقش های برتر قوت و نیرو می بخشند، یا از ابتلاء به آسیب ها و عوارض فرساینده و مخرب مصون می دارند. مطالعات انجام شده، ترتب طیف گسترده ای از آثار و نتایج مثبت را بر برخی فعالیت های تفریحی سالم تایید کرده است. (ر.ک: نجاریان و براتی سده، ۱۳۷۱: ۹۸-۱۱۵؛ مرادی و دیگران، ۱۳۸۴: ۶۰-۷۱)

فراغت و تفریح در منابع دینی

جستجوی اطلاعات مربوط به سرگرمی و تفریح در منابع دینی اعم از آیات و روایات تنها با بهره گیری از کلید واژه های خاصی ممکن خواهد بود. لازم بذکر است که در منابع دینی گاه از خود تفریح و فراغت، گاه از مصادیق آن نظیر شوخی (مداعبه، مفاکحه)، گاه از آثار و پیامدهای آن (نظیر خنده، نشاط، فرح) و گاه به امری که نتیجه غیر مستقیم آن شادمانی است (همچون تنفیس الکرب = حل مشکل و رفع گرفتاری) و گاه به نکوهش برخی حالات همچون خمودگی و کسالت که چاره آن تفریح و ورزش است، اشاره شده است. در ادامه به ذکر نمونه هایی از آنچه در تتبع منابع بدست آمده، پرداخته می شود. ادله موجود را می توان به دو بخش تجویزی و ترغیبی و تحذیری و تحریمی دسته بندی نمود. در هر محور، از باب نمونه تنها بذکر یک مورد اکتفا شده است.

ادله ترغیبی و تجویزی

برخی از ادله به بیانات مختلف از فراغت و تفریح، به طور عام منطبق با معیارهای دینی ترغیب کرده است. بزعم نگارنده حق برخورداری آحاد جامعه از سرگرمی های مفید و استفاده تفریحی از اوقات فراغت به عنوان یکی از حقوق اجتماعی را که در قوانین اساسی برخی کشورها بدان تصریح شده، می توان از این دسته روایات استنباط نمود. در ادامه به نمونه های برگزیده ای از این مجموعه اشاره می شود:

- امام کاظم (ع) فرمود: حضرت یحیی (ع) گریه می کرد و نمی خندید و حضرت عیسی (ع) می خندید و گریه می کرد. عمل حضرت عیسی برتر از عمل حضرت یحیی است.^{۱۵}
- پیامبر اکرم (ص) فرمود: تفریح کنید، بازی کنید، زیرا دوست ندارم که در دین شما خشکی [افسرده دلی] دیده شود.^{۱۶}
- پیامبر اکرم (ص) فرمود: هر قدر می توانید خود را از غم و غصه های دنیا فارغ سازید.^{۱۷}
- امام رضا (ع) فرمود: از لذت دنیوی حلال نصیبی برای کامیابی خویش اختصاص دهید، لذت دنی که به جوانمردی و شرافت شما آسیب نزند، مسرفانه نباشد و شمارا در انجام امور دنیاتان یاری کند. از ما نیست کسی که دنیای خویش را به خاطر دینش و دینش را به خاطر دنیایش ترک گوید.^{۱۸}
- امام صادق (ع) در حدیث جنود عقل و جهل، شادی و نشاط را از لشکریان عقل و متقابلاً کسالت و حزن را از لشکریان جهل [یاسفاهت] به شمار آورده اند.^{۱۹}
- حضرت علی (ع) فرمود: روح ها نیز همانند بدنها ملول و خسته می شوند، پس برای نشاط آنها به سخنان زیبای حکمت آمیز روی آورید.^{۲۰}
- حضرت علی (ع) مکرر می فرمود: روح خود را با نکات بدیع حکمت آموز، طراوت و نشاط دهید، بدرستی که روح ها نیز همچون بدن ها، ملالت می یابند.^{۲۱}
- دل‌های خود را طراوت و نشاط دهید، بدرستی که آنها به هنگام خمودگی، کور می شوند.^{۲۲}

^{۱۵}- قال (ع): كَانَ يَحْيَى بْنُ زَكَرِيَّا (ع) يَبْكِي وَ لَا يَضْحَكُ وَ كَانَ عِيسَى ابْنُ مَرْيَمَ (ع) يَضْحَكُ وَ يَبْكِي وَ كَانَ الَّذِي يَصْنَعُ عِيسَى (ع) أَفْضَلَ مِنَ الَّذِي كَانَ يَصْنَعُ يَحْيَى (ع) (الكافي، ج ۲: ۶۶۵)

^{۱۶}- قال (ص): «الهُوَا وَ الْعَبْوَا فَانِيَا اِكْرَهَا اِنْ يَرِي فِي دِينِكُمْ غَلْظَه» (نهج الفصاحه، ۱۳۶۰: ۸۷)

^{۱۷} [قال (ص): تَفَرَّغُوا مِنْ هُمُومِ الدُّنْيَا مَا اسْتَطَعْتُمْ (بحار الانوار، ج ۷۴: ۱۶۸)

^{۱۸}- قال (ع): «اجْعَلُوا لَانْفُسِكُمْ حِظًّا مِنَ الدُّنْيَا بِاعْطَائِهَا مَا تَشْتَهِي مِنَ الْحَلَالِ وَ مَا لَمْ يَتَلَمَّ الْمُرُوَّةَ وَ لَا سَرَفَ فِيهِ وَ اسْتَعِينُوا بِذَلِكَ عَلَى اُمُورِ الدُّنْيَا فَإِنَّهُ نُرْوَى لَيْسَ مِنْهَا مَنْ تَرَكَ دُنْيَاهُ لِدِينِهِ وَ دِينَهُ لِدُنْيَاهُ» (بحار الانوار، ج ۷۵: ۳۴۶)

^{۱۹}- قال (ع): «النشاط و ضده الكسل و الفرح و ضده الحزن» (الكافي، ج ۱: ۲۶)

^{۲۰}- وَ قَالَ (ع): اِنَّ هَذِهِ الْقُلُوبَ تَمَلُّ كَمَا تَمَلُّ الْاَبْدَانُ فَاَبْتَعُوا لَهَا طَرَائِفَ الْحِكْمَةِ (نهج البلاغه، حکمت ۱۹۷: ۴۷۸)

^{۲۱}- كَانَ (ع) يَقُولُ: رَوْحُوا اَنْفُسَكُمْ بِبَدِيعِ الْحِكْمَةِ فَإِنَّهَا تَكَلُّ كَمَا تَكَلُّ الْاَبْدَانُ (الكافي، ج ۱: ص ۴۸)

^{۲۲}- قال (ع): رَوْحُوا قُلُوبَكُمْ فَإِنَّهَا إِذَا أَكْرَهَتْ عَمِيَتْ (غوالي اللثالی، ج ۳: ۲۹۶)

- امام کاظم (ع) فرمود: سعی کنید، زمان خود را به چهار بخش تقسیم کنید: بخشی به عبادت حق، بخشی به امر معاش و تامین معیشت، بخشی به ارتباط با دوستان و برادران ایمانی مورد وثوقی که عیوب شما را به شما نشان می دهند و صمیمت مخلصانه با شما دارند؛ و بخشی را به لذات حلال اختصاص دهید. با لذت حاصل در بخش اخیر، بر انجام امور سایر بخش ها قادر خواهید شد.^{۲۳}
- حضرت علی(ع) در سفارشی به امام حسن(ع) می فرماید: فرزندم! مومن دارای سه مقطع زمانی است: مقطعی که در آن به راز و نیاز با پروردگار خویش مشغول است، مقطعی که به حسابرسی اعمال خود می پردازد و مقطعی که به لذتهای حلال و پسندیده اختصاص دارد. معیار عمل مومن در هر سه مقطع باید اصلاح امر معاش، گام زنی در مسیر آخرت، و لذت جویی حلال باشد.^{۲۴}
- حضرت علی (ع) در بیان اوصاف مومن فرمود: شادی مومن در چهره و اندوه وی در دلش پنهان است.^{۲۵}
- حضرت علی(ع) فرمود: مومن ... نشاطش دایم و خمودگی از او بدور است.^{۲۶}
- امام صادق(ع) فرمود: هیچ مومنی نیست مگر آنکه اهل دعابه است، پرسیدم: دعابه چیست؟ فرمود: شوخی.^{۲۷}
- پیامبر اکرم (ص) فرمود: مومن شوخ طبع و خوش برخورد و منافق گرفته و غضب آلود است.^{۲۸}
- یونس شیبانی می گوید: امام صادق (ع) از من پرسیدند که با یکدیگر چگونه شوخی می کنید؟ عرض کردم: بسیار کم! فرمودند: چنین نکنید! بدرستی که شوخی از حسن خلق است و با آن می توانی

^{۲۳}- قال(ع): اجتهدوا فی أن یکون زمانکم أربع ساعات ساعة لمناجاة الله و ساعة لأمر المعاش و ساعة لمعاشره الإخوان و الثقات الذین یعرفونکم عیوبکم و یخلصون لکم فی الباطن و ساعة تخلون فیها للذاتکم فی غیر محرم و بهذه الساعة تقدرון علی الثلاث ساعات (تحف العقول، ۱۴۰۴ق: ۴۰۹)

^{۲۴}- فیما أوصی به أمير المؤمنين(ع) ابنه الحسن صلوات الله علیهما: یا بنی للمؤمن ثلاث ساعات ساعة یناجی فیها ربّه و ساعة یحاسب فیها نفسه و ساعة یخلو فیها بین نفسه و لذتها فیما یحلّ و یحمد و لیس للمؤمن بد من أن یکون شاخصاً فی ثلاث مرّمه لمعاش أو خطوة لمعاد أو لذّة فی غیر محرم (بحار الانوار، ج ۶۷: ۶۵)

^{۲۵}- قال(ع) فی صفة المؤمن: المؤمن بشره فی وجهه و حزنه فی قلبه (نهج البلاغه، حکمت ۳۳۳: ۵۰۶)

^{۲۶} قال(ع): المؤمن ... بعید کسله دائم نشاطه (بحار الانوار، ج ۷۵: ۲۶)

^{۲۷}- قال(ع): ما من مؤمن إلا و فیہ دعابة قلت و ما الدعابة قال: المزاح (الكافی، ج ۲: ۶۶۳)

^{۲۸} قال(ص): المؤمن دعب لعب و المنافق قطب و غضب (بحار الانوار، ج ۷۴: ۱۵۵)

برادر دینی ات را شادمان سازی. پیامبر اکرم(ص) نیز به انگیزه شاد کردن دیگران، با آنها شوخی می کرد.^{۲۹}

- امام صادق(ع) فرمود: برادرت را با چهره گشاده ملاقات کن و گرفته و عبوس مباش، که گرفتگی تو را از بهره دنیا و آخرت باز می دارد.^{۳۰}

- امام صادق(ع) همچنین فرمود: کسی که برای جلب رضای حق، در چهره برادر مومنش بخندد، خداوند او را به بهشت وارد خواهد کرد.^{۳۱}

- پیامبر اکرم(ص) فرمود: هر کس مومنی را شادمان کند، مرا شادمان کرده و کسی که مرا شادمان سازد، نزد خداوند کسب اعتبار می کند و کسی که نزد خدا اعتبار داشته باشد، از عذاب روز قیامت، ایمن خواهد بود.^{۳۲}

- امام باقر(ع) فرمود: خداوند با هیچ عملی محبوبتر از شادمان ساختن مومن عبادت نمی شود.^{۳۳}

- پیامبر اکرم(ص) فرمود: خداوند شوخی کننده ای که در شوخی خود صادق باشد، مواخذه نمی کند.^{۳۴}

لازم بذکر است که مراد از «ادخال سرور» در قلب مومن، صرفاً توسل به شوخی و مضحکه و... برای خندان خشک و خالی او نیست. در برخی روایات، ادخال سرور به سیر کردن گرسنه، رفع مشکل و ادای دین برادر مومن تفسیر مصداقی شده است. (الکافی، ج ۲: ۱۹۲ و ۲۰۰)

در روایات، همچنین شواهد دیگری وجود دارد که بعضاً بدلالیت التزامی بر مطلوبیت فرح و شادمانی و اسباب تامین آن دلالت دارد. اهمیت این دسته از روایات در تشریح موضع اسلام، اگر از دسته قبل بیشتر نباشد، کمتر نیست. در ادامه به مواردی از این روایات از باب نمونه اشاره خواهد شد. برای مثال:

^{۲۹}- عَنْ يُونُسَ الشَّيْبَانِيِّ قَالَ قَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ (ع): كَيْفَ مَدَاعِبَهُ بَعْضُكُمْ بَعْضًا قُلْتُ: قَلِيلٌ قَالَ: فَلَا تَفْعَلُوا فَإِنَّ الْمُدَاعِبَةَ مِنْ حُسْنِ الْخُلُقِ وَإِنَّكَ لَتُدْخِلُ بِهَا السُّرُورَ عَلَى أُخِيكَ وَ لَقَدْ كَانَ رَسُولُ اللَّهِ (ص) يُدَاعِبُ الرَّجُلَ يُرِيدُ أَنْ يَسْرَهُ «(الکافی، ج ۲: ۶۶۳)

^{۳۰}- قال(ع): أَلْقَ أَحَاكَ بَوَجْهِ مُنْبَسِطٍ وَ لَا تَضَجِرَ فَيَمْنَعَكَ الضَّجْرُ حَطَّكَ مِنَ الْآخِرَةِ وَ الدُّنْيَا (بحارالانوار، ج ۷۴: ۱۴۷)

^{۳۱}- قال(ع): مَنْ ضَحِكَ فِي وَجْهِ أَخِيهِ الْمُؤْمِنِ تَوَاضَعًا لِلَّهِ عَزَّ وَجَلَّ أَدْخَلَهُ الْجَنَّةَ (مستدرک الوسائل، ج ۸: ۴۱۸)

^{۳۲}- عَنْ النَّبِيِّ (ص): مَنْ أَدْخَلَ عَلَى مُؤْمِنٍ فَرَحًا فَقَدْ أَدْخَلَ عَلَى فَرَحًا وَ مَنْ أَدْخَلَ عَلَى فَرَحًا فَقَدْ اتَّخَذَ عِنْدَ اللَّهِ عَهْدًا وَ مَنْ اتَّخَذَ عِنْدَ اللَّهِ عَهْدًا جَاءَ مِنَ الْأَمْنِينَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ (بحارالانوار، ج ۷۱: ۴۱۳)

^{۳۳}- قال(ع): مَا عُبِدَ اللَّهُ بِشَيْءٍ أَحَبَّ إِلَيَّ اللَّهُ مِنْ إِدْخَالِ السُّرُورِ عَلَى الْمُؤْمِنِ (بحارالانوار، ج ۷۱: ۲۸۸)

^{۳۴}- قال(ص): ان الله لا يواخذ المزاح الصادق في مزاحه (نهج الفصاحه، ۱۳۶۰: ۱۲۲)

- توصیه به برخی فعالیت های ورزشی نظیر تیراندازی، اسب دوانی و... و بشارت به اینکه ملائکه در این نوع مسابقات حضور یافته و حضرت (ص) نیز خود گاه در آنها مشارکت می جست. (من لایحضره الفقیه، ج ۳: ۴۸) برخی روایات نیز به فعالیت های فراغتی مطلوب توجه شده است: تفکر و تأمل در آفاق و انفس، دیدن یازدید (میهمانی، صله رحم، عیادت بیماران و...)، بهداشت بدن (وضو، غسل، استحمام، اصلاح سر و صورت، چیدن ناخن ها و شارب، مسواک زدن، زدودن موهای زاید، خضاب کردن، روغن مالی، سرمه کشی)، استراحت و آرامش، مشارکت در انجام امور خانه (نظافت منزل، شستن لباس ها، ظروف، مجالست با اهل خانه، تعلیم و تربیت فرزندان)، شرکت در مجالس علمی و دانش افزایی، شرکت در تشیع جنازه، زیارت اهل قبور، اکرام و اطعام فقرا و نیازمندان، مشارکت در اقدامات خیرخواهانه (تعاون و همیاری، درختکاری، ادای وظایف سیاسی و اجتماعی)، گشت و گذار در طبیعت، انجام نوافل بویژه شب زنده داری و... (ر.ک: مفاتیح الحیاه، ۱۳۹۱: فصول مختلف)
- اختصاص روزهایی از سال به عنوان عید: روز جمعه به عنوان عید جمیع مسلمین (بحار الأنوار، ج ۱۴: ۵۱)، روز هفدهم ربیع الاول (بحار الأنوار، ج ۳۱: ۱۲۰)؛ روز فطر، قربان و غدیر (وسائل الشیعه، ج ۷: ۳۸۰) و... جالب اینکه در روایتی هر روز عاری از گناه و معصیت، عید معرفی شده است. (وسائل الشیعه، ج ۱۵: ۳۰۸) از این رو، اگر عید نماد شادی و خرسندی است، مومنان برجسته، هر روز و هر لحظه از این نعمت متنعم اند. این روایت، تفسیر دیگر روایتی است که دین را مایه شادمانی [الدین حبور: غرر الحکم، ح ۱۳۷۱: ۸۴] معرفی کرده است.
- حصول شادمانی و گشایش و رهایی از غم ها و گرفتاریهای دنیوی و اخروی به عنوان یک مطلوب فطری در برخی ادعیه از خداوند مسئلت شده است: (بحار الانوار، ج ۸۸: ۴۹؛ ج ۸: ۸۷؛ ج ۹۴: ۲۸۲؛ ج ۹۵: ۱۲۰)
- در برخی روایات، به اسباب و زمینه های نیل به شادمانی و خرسندی توجه داده است. برای مثال، حسن خلق (مجموعه ورام، ج ۲: ۲۵۰)؛ قناعت و پارسایی (غرر الحکم، ح ۸۹۹۲: ۹۰)؛ برخورداری از دوستان نیکو (من لایحضره الفقیه، ج ۳: ۱۶۴)؛ اولاد صالح و مددکار (من لایحضره الفقیه، ج ۳: ۱۶۴)؛ همسر نیکو خصال و سازگار (بحار الأنوار، ج ۷۳: ۱۵۳)؛ دادن هدیه به یکدیگر در مناسبت های مختلف (بحار الأنوار، ج ۸۵: ۳۰۸)؛ اطعام و ولیمه به مناسبت های مختلف همچون عروسی، تولد فرزند، ختنه سوران، خرید خانه، زیارت کعبه. (من لایحضره الفقیه، ج ۳: ۴۰۲)؛ در اختیار داشتن خانه وسیع (الکافی، ج ۶: ۵۲۶)؛ داشتن کسب و کار در محل زندگی (من لایحضره الفقیه، ج ۳: ۱۶۴)؛ اکتفا به کار کم ولی مستمر به جای کار زیاد، شتابان و خسته کننده (وسائل الشیعه، ج ۱: ۱۱۸)؛ صله رحم

- (الکافی، ج ۲: ۱۵۰-۱۵۷)؛ میهمانی و ضیافت (وسائل الشیعه، ج ۱۵: ۲۵۴)؛ سیروسفر (من لایحضره الفقیه، ج ۲: ۲۶۵)؛ پرهیز از راحت طلبی و پرخوابی (وسائل الشیعه، ج ۱۵: ۳۳۹).
- توصیه به رعایت برخی امور با هدف نیل به شادی و طراوت جسمی، نشاط روحی، آرامش اعصاب و فرونشاندن خشم همچون استعمال بوی خوش (مصرف عطر)، پوشیدن لباس نرم، خوردن عسل، مصرف روغن زیتون (مستدرک الوسائل، ج ۱: ۴۱۹؛ بحار الانوار، ج ۶۶: ۱۸۳).
 - در برخی روایات، به شیوه های نیل به شادمانی و نشاط توجه داده شده است. برای مثال: امام باقر (ع) در روایتی می فرماید: نشاط و سرزندگی در ده چیز است: پیاده روی، مرکب سواری، فرو رفتن در آب (شنای ارتماسی)، نگاه کردن به سبزه، خوردن و آشامیدن، نظر به همسر زیباروی، ارتباط جنسی با همسر، مسواک و گفتم و گوی با یکدیگر. (وسائل الشیعه، ج ۲: ۱۱) و در روایت دیگر، به نقل از امام کاظم (ع) آمده است: سه چیز مایه روشنی چشم است: نگاه کردن به سبزه، آب روان و صورت زیبا. (وسائل الشیعه، ج ۵: ۳۴۰) این امور در واقع، شیوه های متعارف، سالم، مفید و در دسترس همگان برای گذران فراغت محسوب می شود.
 - در برخی روایات، به آثار و نتایج مترتب بر شادمانی و تفریح توجه داده که خود غیر مستقیم، به اهمیت و ترغیب به حصول آن، دلالت دارد. برای مثال، حضرت علی (ع) طبق روایتی می فرماید: شادمانی موجب گشودگی روح و ایجاد نشاط است. (غررالحکم، ح ۷۳۹۱: ۳۱۹) و در روایت دیگر می فرماید: اوقات شادمانی، آسایش است. (غررالحکم، ح ۷۳۹۰: ۳۱۹)
 - برخی روایات مومنان را برای آسایش و راحتی بیشتر و لذت بردن از امکانات موجود، به زهد در دنیا و پرهیز از حرص و ولع سیری ناپذیر توصیه کرده است: امام صادق (ع) می فرماید: کسی که در دنیا زهد پیشه کند، روح و بدنش راحتی می یابد و کسی که بدان رغبت کند، روح و بدنش به سختی و زحمت می افتند. (ارشادالقلوب، ۱۴۱۲ق، ج ۱: ۱۲۵)
 - در برخی روایات، برای پیشگیری از ابتلاء به غم ها و غصه هادر آینده، دستورالعمل هایی داده شده، که رعایت آنها می تواند تا حدی شادمانی فرد را بیمه کند. برای مثال، حضرت علی (ع) می فرماید: شدیدترین غصه ها از دست دادن فرصت ها است. (مستدرک الوسائل، ج ۱۲: ۱۴۲) در روایت دیگر می فرماید: فرصت ها همچون ابر در گذرند، پس هر چه می توانید از آنها در جهت خیر استفاده کنید و الا مایه پشیمانی شما خواهند شد. (مستدرک الوسائل، ج ۱۲: ۱۴۱)
 - در برخی روایات از عروض کسالت، رخوت و سستی به عنوان عارضه ای که مایه خسارت دنیوی و اخروی انسان می شود، به خدا پناه برده شده است. این روایات غیرمستقیم به اهمیت ورزش و تفریح به

عنوان یک فعالیت جسمی و روحی و عناصر ترمین کننده و تقویت کننده نشاط روحی توجه داده است. (ر.ک: وسائل الشیعه، ج ۱: ۲۴۶؛ ج ۱۷: ۶۱؛ بحار الانوار، ج ۷۰: ۱۵۹)

- در برخی روایات و ادعیه نیز صراحتاً به اهمیت ورزش و تربیت بدنی به عنوان یکی از اشتغالات فراغتی مفید و موثر در تقویت جسم توجه داده است. (فرازی از دعای کمیل، دعای روز چهارم ماه رمضان (مفاتیح الجنان)؛ صحیفه سجادیه: دعای بیست و هفتم؛ بحار الانوار، ج ۹۵: ۳۶۹؛ المصباح للکفعمی، ۱۴۰۵ق: ۶۱۲)

- در برخی روایات به والدین توصیه شده که کودکان خود را در هفت سال اول عمر برای بازی و سرگرمی، آزاد بگذارند. (الکافی، ج ۶: ۴۶-۴۷)

علاوه بر منقولات روایی، سیره عملی معصومان نیز دلیل دیگری بر مطلوبیت گونه‌هایی از تفریح و تفنن است:

- امام صادق (ع) فرمود: رسول خدا (ص) همواره شوخی می‌کرد ولی جز حق نمی‌گفت.^{۳۵}
- همان حضرت (ع) فرمود: رسول خدا (ص) همواره با دیگران به انگیزه شادمان ساختن آنها شوخی می‌کرد.^{۳۶}
- راوی می‌گوید: امام صادق (ع) را در منزل برادرش عبدالله زیارت کردم، از وی سوال کردم: فدایت شوم، چگونه شد که اینجا آمدی؟ فرمود: برای تفریح.^{۳۷}
- مواردی نیز از شوخی‌های پیامبر اکرم و ائمه اطهار (ع) در منابع روایی ذکر شده که خود بر پسندیدگی و مطلوبیت این عمل دلالت دارد. در مواردی نیز در واکنش مثبت به شوخی‌های دیگران، به طور ضمنی بر مقبولیت آن مهر تایید نهاده‌اند. (ر.ک: جزایری، ۱۳۳۷: ۳-۵؛ بحار الانوار ج ۱۶، ۲۹۸ و ۲۹۴؛ بحار الانوار، ج ۴۴: ۱۱۰؛ الکافی، ج ۲: ۶۶۳)
- مواردی از بازی با کودکان نیز در سیره حضرت (ص) وارد شده است. (اربلی، ۱۳۸۱، ج ۱: ۵۲۰)
- ابن ابی الحدید نیز در فرازی از شرح نهج البلاغه خود می‌نویسد: آنچه بالاتفاق روایت شده اینکه پیامبر، نیکان، علما و بزرگان از صحابه و تابعین اهل شوخی بودند و معلوم می‌شود که شوخی، اگر از قاعده شرعی خارج نشود، قبیح نخواهد بود. (ج ۶: ۳۳۰)

^{۳۵}- قال (ع): كَانَ رَسُولُ اللَّهِ (ص) يُدَاعِبُ وَلَا يَقُولُ إِلَّا حَقًّا (مستدرک الوسائل، ج ۸: ۴۰۸)

^{۳۶} قَالَ (ع): لَقَدْ كَانَ رَسُولُ اللَّهِ (ص) يُدَاعِبُ الرَّجُلَ يُرِيدُ أَنْ يَسُرَّهُ (الکافی، ج ۲: ۶۶۳)

^{۳۷}- فِي مَنْزِلِ أَخِيهِ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ مُحَمَّدٍ فَقُلْتُ لَهُ جُعِلَتْ فِدَاكَ مَا حَوَّلَكَ إِلَيَّ هَذَا الْمَنْزِلِ قَالَ طَلَبَ التُّزْهَةَ (الکافی، ج ۲: ۲۳)

- در برخی روایات نیز شیعیان به همسویی با ائمه (ع) و اقتدا به ایشان در شادی و غم توصیه شده‌اند. (بحار الأنوار، ۶۵: ۱۷)

ادله تحذیری و تحریمی

در منابع دینی، ادله دیگری نیز وجود دارد که به بیانات مختلف و بازبان نسبتاً صریح تری به لزوم اجتناب از انواع اشتغالات تفننی و تفریحی توجه داده و برخی از بزرگان به اقتضای ذائقه احتیاطی خویش، آنها را منطبق پایه و دیدگاه محوری اسلام تلقی کرده‌اند. تبلیغات دینی نیز در طول تاریخ، به این سنخ ادله بها و اهتمام بیشتری نشان داده و سلوک نظری و عملی متشرعان و شریعت مداران نیز با این بخش همراهی و هماهنگی بیشتری دارد. ظواهر این ادله، گویای مخالفت صریح و ضمنی اسلام با فراغت و تفریح یا دست کم برخی از مصادیق آن باعتبار ترتب آثار خاص است. در ادامه به نمونه‌هایی از آن اشاره می‌شود:

- قرآن کریم در بیان توصیه قوم قارون به وی می‌فرماید: آنگاه که قوم وی [قارون] بدو گفتند: شادی مکن که خدا شادی کنندگان را دوست نمی‌دارد.^{۳۸}
- حضرت علی (ع) فرمود: نفوس خود را از مزاح و حکایات خنده دار و پرت و پلا گویی نگه دارید و وقار آن را حفظ کنید.^{۳۹}
- حضرت علی (ع) همچنین فرمود: از سرگرمی [لهو] بپرهیز که تو بیهوده آفریده نشده‌ای تا به سرگرمی مشغول شوی و به حال خود، رها نشده‌ای تا به لغو مشغول گردی.^{۴۰}
- همان حضرت در سفارشی به امام حسن (ع) فرمود: از ذکر سخن خنده دار و لو به نقل از دیگری بپرهیز.^{۴۱}
- پیامبر اکرم (ص) فرمود: ای اباذر! گاه انسان در مجلسی برای خنداندن دیگران، کلمه‌ای بر زبان جاری می‌کند، و بوسیله آن در جهنم و میان زمین و آسمان معلق می‌شود.^{۴۲}

^{۳۸}- إِذْ قَالَ لَهُ قَوْمُهُ لَا تَفْرَحْ إِنَّ اللَّهَ لَا يُحِبُّ الْفَرِحِينَ (سوره قصص (۲۸)، (۷۶)

^{۳۹}- «وقروا أنفسكم عن الفكاهات ومضاحك الحكایات ومحال الترهات» (غررالحکم، ح ۴۴۸۴: ۲۲۳)

^{۴۰}- «اهجر اللهو فإنك لم تخلق عبثا فتلهو و لم [لن] تترك سدى فتلغو» (غررالحکم، ح ۱۰۵۴۰: ۴۶۰)

^{۴۱} قَالَ (ع) فِي وَصِيَّتِهِ لِلْحَسَنِ (ع): «إِيَّاكَ أَنْ تَذْكَرَ مِنَ الْكَلَامِ مَا كَانَ مُضْحِكًا وَإِنْ حَكَيْتَ ذَلِكَ مِنْ غَيْرِكَ

» (بحار الأنوار، ج ۷۳: ۶۰)

- امام صادق (ع) فرمود: مومن از سرگرمی بدور است، یاد آخرت او را از توجه به سرگرمی‌ها [ملاهی] بازداشته است.^{۴۳}
- امام حسین (ع) به نقل از یکی از الواح مقدس یافت شده، فرمود: تعجب می‌کنم از کسی که مرگ را یقین دارد، ولی شادمانی می‌کند.^{۴۴}
- امام صادق (ع) فرمود: هنگامی که حضرت آدم (ع) وفات یافت، شیطان و قابیل در زمین اجتماع کردند و برای سرزنش آدم و شادی خود، ابزار لهو و لعب (سرگرمی و شادی) را فراهم ساختند، پس هر آنچه از این ابزارها در روی زمین وجود دارد و مردم از آنها لذت می‌برند، از این گونه‌اند.^{۴۵}
- قرآن کریم در نکوهش شادمان شدن به زندگی دنیا و امکانات آن می‌فرماید: آنان به زندگی دنیا شاد شده‌اند، و زندگی دنیا در [برابر] آخرت جز بهره‌ای [ناچیز] نیست.^{۴۶}
- رسول خدا (ص) فرمود: خداوند متعال مرا برای رحمت عالمیان و نابودی آلات لهو، سازها، امور جاهلی و بت‌ها برانگیخت.^{۴۷} (یعنی امحاء برخی از وسایل تفریحی رایج در آن زمان)
- حضرت علی (ع) فرمود: عمرت را در سرگرمی‌ها مصرف مکن که از دنیا با تهی دستی خواهی رفت.^{۴۸}

۴۲- «یا أباذر إن الرجل ليتكلم بالكلمة في المجلس ليضحكهم بها فيهوى في جهنم ما بين السماء و الأرض». (الأمالي للطوسي، ۱۴۰۴: ۵۳۷)

۴۳- قال (ع): «وإن المؤمن لفي شغلٍ عن ذلك شغلُهُ طلبُ الآخرةِ عن طلبِ الملاهي» (مستدرک الوسائل، ج ۱: ۱۲۱)

۴۴- عن الحسين بن علي (ع) أنه قال وجد لوحٌ تحت حائطِ مدينه من المدائن... عَجِبْتُ لِمَنْ أَيَقِنُ بِالْمَوْتِ كَيْفَ يَفْرَحُ (بحار الأنوار، ج ۷۰: ۹۵)

۴۵- قال أبو عبد الله (ع): لَمَّا مَاتَ آدَمُ (ع) وَ شَمِتَ بِهِ إبليسُ وَ قَابِيلُ فَاجْتَمَعَا فِي الْأَرْضِ فَجَعَلَ إبليسُ وَ قَابِيلُ الْمَعَارِفَ وَ الْمَلَاهِي شِمَاتَهُ بِآدَمَ (ع) فَكُلُّ مَا كَانَ فِي الْأَرْضِ مِنْ هَذَا الضَّرْبِ الَّذِي يَتَلَذَّذُ بِهِ النَّاسُ فَإِنَّمَا هُوَ مِنْ ذَلِكَ (الكافي، ج ۶: ۴۳۱)

۴۶- «وَفَرِحُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَ مَا الْحَيَاةُ الدُّنْيَا فِي الْآخِرَةِ إِلَّا مَتَاعٌ» (رعد (۱۳)، ۲۶)

۴۷- قال (ص): إِنَّ اللَّهَ عَزَّ وَ جَلَّ بَعَثَنِي رَحْمَةً لِلْعَالَمِينَ وَ لِلْمُحَقِّقِ الْمَعَارِفِ وَ الْمَزَامِيرِ وَ أُمُورِ الْجَاهِلِيَّةِ وَ الْأَوْثَانِ (الكافي، ج ۶: ۳۹۶)

۴۸- قال (ع): لَا تَفْنِ عَمْرَكَ فِي الْمَلَاهِي فَتَخْرُجَ مِنَ الدُّنْيَا بِلَا أَمَلٍ (غررالحكم، ح ۱۰۵۶۲: ۴۶۱)

- امام صادق(ع) فرمود: از همه سرگرمی‌ها و بازی‌ها با مهره‌ها و بازی چهارده[نوعی بازی رایج در جاهلیت] اجتناب کن.^{۴۹}
- حضرت علی(ع) فرمود: از شوخی و مزاح بپرهیز که نور ایمانت را می‌برد و جوانمردیت را می‌کاهد.^{۵۰}
- امام باقر(ع) فرمود: شادی، مستانگی و تکبر همه اعمالی مشرکانه و گناه آلود اند.^{۵۱}
- پیامبر اکرم(ص) فرمود: از خنده بپرهیز که سلامت روحی را به مخاطره می‌اندازد.^{۵۲}
- پیامبر اکرم(ص) فرمود: عالم یا متعلم باش، و از سرگرم بودن لذت جوینانه بپرهیز.^{۵۳}
- حضرت علی(ع) فرمود: از سخنان هزل، بازی، زیادی شوخی، خنده و بیهودگی‌ها دوری کن.^{۵۴}
- حضرت علی(ع) فرمود: بدترین چیزی که عمر در آن ضایع می‌شود، بازی است.^{۵۵}
- پیامبر اکرم(ص) فرمود: وای بر کسی که برای خندانیدن دیگران، دروغ می‌گوید. وای براو، وای براو، وای براو.^{۵۶}
- حضرت علی(ع) فرمود: شوخی کردن، عقل انسان را می‌کاهد.^{۵۷}
- حضرت علی(ع) فرمود: شوخی را واگذار که آبتن کینه و دشمنی است.^{۵۸}
- حضرت علی(ع) فرمود: مومن از لهو گریزان و با امور جدی مانوس است.^{۵۹}
- پیامبر اکرم(ص) فرمود: کسی که به لهو [غنا] گوش بسپارد، درگوش او سرب ذوب خواهد شد.^{۶۰}

- ۴۹- قال(ع): اجْتَنِبِ الْمَلَاهِي كُلَّهَا وَ اللَّعِبَ بِالْخَوَاتِيمِ وَ الْأُرْبَعَةَ عَشَرَ (وسائل الشيعة، ج ۱۷: ۳۱۴)
- ۵۰- قَالَ(ع): إِيَّاكَ وَ الْمَزَاحَ فَإِنَّهُ يَذْهَبُ بِنُورِ إِيْمَانِكَ وَ يَسْتَخِفُّ مُرُوتَكَ (وسائل الشيعة، ج ۱۶: ۲۳)
- ۵۱- قَالَ(ع): «إِنَّ الْفَرَحَ وَ الْمَرْحَ وَ الْخَيْلَاءَ كُلُّ ذَلِكَ فِي الشَّرِّ وَ الْعَمَلِ فِي الْأَرْضِ بِالْمَعْصِيَةِ» (بحار الأنوار، ج ۷۰: ۲۳۲)
- ۵۲- قَالَ(ص): إِيَّاكَ وَ الضَّحْكَ فَإِنَّهُ هَادِمُ الْقَلْبِ (مستدرک الوسائل، ج ۸: ۴۱۸)
- ۵۳- قَالَ(ص): اَعْدُ عَالِمًا أَوْ مُتَعَلِّمًا أَوْ إِيَّاكَ أَنْ تَكُونَ لَاهِيًا مُتَلَذِّذًا (بحار الأنوار، ج ۱: ۱۹۴)
- ۵۴- قَالَ(ع): احذر الهزل واللعب وكثرة المزح والضحك والترهات (غررالحكم، ح ۱۰۵۴۷: ۴۶۱)
- ۵۵- قَالَ(ع): شر ما ضيع فيه العمر اللعب (غررالحكم، ح ۱۰۵۵۷: ۴۶۱)
- ۵۶- قَالَ(ص): ويل للذي يحدث فيكذب ليضحك القوم، ويل له، ويل له، ويل له. (الأمالى للطوسى، ۱۴۱۴ق: ۵۳۷)
- ۵۷- قَالَ(ع): مَا مَزَحَ الرَّجُلُ مَزْحَةً إِلَّا مَجَّ مِنْ عَقْلِهِ مَجَّةً (وسائل الشيعة، ج ۱۲: ۱۲۰)
- ۵۸- قَالَ(ع): دع المزاح فإنه لقاح الضغينة (غررالحكم، ح ۴۴۶۴: ۲۲۲)
- ۵۹- قَالَ(ع): الْمُؤْمِنُ يُعَافُ اللَّهُوَ وَيَأْلَفُ الْجِدَّ (غررالحكم، ح ۱۰۱۱: ۴۴۳)

- برترین نوع خرد ورزی، اجتناب از لهو است.^{۶۱}
- امام باقر(ع) فرمود: کسی که سازی، یا بازی از بازیها یا بعضی از ابزارهای لهو(آلات موسیقی) را بشکند، یا مشک شرب یا ماده مستی آوری را پاره کند، کاری نیکو کرده و ضامن پرداخت غرامت نیست.^{۶۲}
- نشانه های هواپرستی چند چیز است: حرام خواری، غفلت از واجبات، بی اعتنایی به مستحبات و فرو رفتن در سرگرمی هاست.^{۶۳}
- حضرت علی (ع) فرمود: اگر طالب رستگاری هستید، پس غفلت و لهو را رها کنید و ملازم تلاش و کوشش باشید.^{۶۴}
- برخی روایات به آثار منفی مترتب بر لهو و سرگرمی توجه داده تا بدین وسیله افراد را به اجتناب از آن ترغیب کند. برای مثال:
- حضرت علی(ع) طبق روایاتی فرمود: سرگرمی موجب ویرانی امور مهم و جدی می شود.^{۶۵}
- کسی که سرگرمی براو غالب شود، جدیتش از میان می رود.^{۶۶}
- اول لهو بازی و آخر آن جنگ و نزاع است.^{۶۷}
- همنشینی با اهل لهو موجب فراموشی قرآن و حضور شیطان می شود.^{۶۸}
- حضرت علی (ع) فرمود: جلسات لهو موجب زوال ایمان است.^{۶۹}

^{۶۱}- قال(ص): مَنْ اسْتَمَعَ إِلَى اللَّهْوِ يُذَابُ فِي أُذُنِهِ الْأَنْكُ (مستدرک الوسائل، ج ۱۳: ۲۲۱)

^{۶۱}- قال(ع): أَفْضَلُ الْعَقْلِ مِجَانِبَةُ اللَّهْوِ [الهوى] (غررالحکم، ح ۳۷۲: ۵۲)

^{۶۲}- قال(ع): مَنْ كَسَرَ بَرَبَطًا أَوْ لَعَبَةً مِنَ اللَّعَبِ أَوْ بَعْضَ الْمَلَاهِي أَوْ خَرَقَ زِقَّ مُسْكَرٍ أَوْ خَمْرٍ فَقَدْ أَحْسَنَ وَلَا عُرْمَ عَلَيْهِ (مستدرک الوسائل، ج ۱۱: ۲۵۹)

^{۶۳}- علامات الهوى من أكل الحرام و الغفلة عن الفرائض و الاستهانة بالسنن و الخوض فى الملاهى (مصباح الشريعة، باب ۴۷ فى العقل: ۱۰۳)

^{۶۴}- قال(ع): إِنْ كُنْتُمْ لِلنَّجَاءِ طَالِبِينَ فَارْضُوا الْغَفْلَةَ وَ اللَّهْوَ وَ الزَّمُوا الْاجْتِهَادَ وَ الْجِدَّ (غررالحکم، ح ۵۷۴۹: ۲۶۵)

^{۶۵}- قال(ع): اللَّهْوُ يَفْسِدُ عِزَامَ الْجِدِّ (غررالحکم، ح ۱۰۵۵۰: ۴۶۱)

^{۶۶}- قال(ع): مَنْ غَلَبَ عَلَيْهِ اللَّهْوُ بَطَلَ جِدُّهُ (غررالحکم، ح ۱۰۵۵۲: ۴۶۱)

^{۶۷}- قال(ع): أَوَّلُ اللَّهْوِ لَعِبٌ وَ آخِرُهُ حَرْبٌ (غررالحکم، ح ۱۰۵۵۴: ۴۶۱)

^{۶۸}- قال(ع): مُجَاسَسَةُ أَهْلِ اللَّهْوِ يُنْسِي الْقُرْآنَ وَ يُحْضِرُ الشَّيْطَانَ (بحار الأنوار، ۷۴: ۲۹۱)

- امام صادق(ع) فرمود: اشتغال به سرگرمی [اللهو] موجب غضب خداوند، رضایت شیطان و فراموشی قرآن است.^{۷۰}
- حضرت علی(ع) فرمود: سرگرمی [اللهو]، از نتایج جهل [یا بی عقلی] است.^{۷۱}
- حضرت علی(ع) فرمود: سرگرمی [اللهو] خوراک حماقت است.^{۷۲}
- برخی از روایات، نه اصل فراغت و سرگرمی که زیاده روی و افراط در آن را بدلیل آثار و تبعات مخرب مذمت کرده و به لزوم اجتناب از آن توجه داده است:
- پیامبر اکرم (ص) فرمود: از خنده زیاد بپرهیز، بدرستی که زیادی خنده دل را می میراند و نورانیت سیما را می زداید.^{۷۳} [یا آبرو را می برد].
- حضرت علی(ع) فرمود: زیاده روی در شوخی موجب حماقت است.^{۷۴}
- همان حضرت(ع) فرمود: زیاده روی در سرگرمی، موجب حماقت است.^{۷۵}
- زیاده روی در شوخی، کم عقلی است.^{۷۶}
- رسول خدا (ص) فرمود: شوخی زیاد، آبرو را می برد؛ خنده زیاد، ایمان را زایل می کند.^{۷۷}
- حضرت علی(ع) فرمود: خنده زیاد موجب کاهش هیبت می شود.^{۷۸}
- حضرت علی(ع) فرمود: خنده زیاد، دل را می میراند.^{۷۹}
- حضرت علی(ع) فرمود: خنده زیاد، پستی می آورد.^{۸۰}

^{۶۹}- قال(ع): مجالس اللهو تفسد الإیمان (غررالحکم، ح ۱۰۵۶۰: ۴۶۱)

^{۷۰}- وَقَالَ أَبُو عَبْدِ اللَّهِ(ع): «اللَّهُوُ يُسْخِطُ الرَّحْمَنَ وَيُرْضِي الشَّيْطَانَ وَ يَنْسِي الْقُرْآنَ» (بحار الأنوار، ج ۷۵: ۹)

^{۷۱}- «اللهو من ثمار الجهل» (غررالحکم، ح ۱۰۵۳۷: ۴۶۰)

^{۷۲}- «اللهو قوت الحماقة» (غررالحکم، ح ۱۰۵۳۸: ۴۶۰)

^{۷۳}- قال(ص): إِيَّاكَ وَ كَثْرَةَ الضَّحْكِ فَإِنَّهُ يُمِيتُ الْقَلْبَ وَ يَذْهَبُ بِنُورِ الْوَجْهِ (مستدرک الوسائل، ج ۸: ۴۱۷)

^{۷۴}- قال(ع): من کثر مزاحه استحمق (غررالحکم، ح ۴۴۷۴: ۲۲۲)

^{۷۵}- قال(ع): من کثر لهوه استحمق (غررالحکم، ح ۱۰۵۵۸: ۴۶۱)

^{۷۶}- قال(ع): الإفراط فی المزح خرق (غررالحکم، ح ۴۴۵۹: ۲۲۲)

^{۷۷}- قَالَ(ص): كَثْرَةُ الْمِزَاحِ تَذْهَبُ بِمَاءِ الْوَجْهِ وَ كَثْرَةُ الضَّحْكِ تَمْحُو الْإِيْمَانَ (وسائل الشيعة، ج ۱۲: ۱۱۸)

^{۷۸}- قال(ع): من کثر ضحکه قلت هیبته (غررالحکم، ح ۴۴۷۱: ۲۲۲)

^{۷۹}- قال(ع): من کثر ضحکه مات قلبه (غررالحکم، ح ۴۴۷۳: ۲۲۲)

^{۸۰}- قال(ع): من کثر ضحکه استرذل (غررالحکم، ح ۴۴۷۵: ۲۲۲)

- حضرت علی(ع) فرمود: کسی که اشتغال به امور غیر جدی بر او غالب شود، عقلش زایل می‌گردد.^{۸۱}

- حضرت علی(ع) فرمود: زیادی اشتغال به امور غیر جدی، نشانه نادانی است.^{۸۲}

- حضرت علی(ع) فرمود: زیادی اشتغال به امور غیر جدی، اراده انجام امور جدی را از بین می‌برد.^{۸۳}

بدیهی است که معیار و ملاک تعیین حد اعتدال و میانه روی و افراط و زیاده روی در اشتغالات فراغتی همچون سایر امور عرف رایج، فرهنگ عمومی و عقلانیت جمعی است و فرد عامل یا افراد و موسسات درگیر در تامین این نوع خدمات، خود نیز شهودا قادر به تشخیص حد اعتدال هستند. در این مورد نیز میان افراد و گروهها بسته به موقعیت شان، حدودی متصور است و فرض درجاتی از نسبییت اجتناب ناپذیر است.

برخی از ادله نیز به آثار منفی مترتب بر اشتغال به لهویات توجه داده، اگر چه به قرینه روایات فوق، این دسته نیز تلویحا به قید کثرت و افراط مقیدند: لهویات قساوت دل و نفاق را موجب می‌شود.^{۸۴}

لازم بذکر است که استدلال به روایات فوق برای اثبات موضع منفی اسلام نسبت به فراغت و تفریح، مبتنی بر حمل واژه «لهو» و مصادیق آن بر سرگرمی و اشتغالات تفننی متعارف در اوقات فراغت معمول به طور عام و مطلق است. طبق دسته اول روایات، فعل لهوی تنها در صورتی حرام خواهد بود که به حصول آثار مخربی همچون فساد یا زوال ایمان، سست شدن اراده در انجام واجبات و ترک محرمات، فراموشی تذکراهای قرآنی، تشدید تمایل به متابعت از هواهای شیطان و... منجر شود. طبق دسته دوم روایات فوق نیز نه اصل لهو که کثرت، افراط و انغمار در آن است که به اعتبار ترتب برخی آثار مخرب از سنخ آثار مذکور؛ ممنوع و محرم شمرده شده است. از این رو، استناد به این ادله برای اثبات حرمت مطلق لهو و تفنن کاملاً غیر موجه است و حتی کراهت مستفاد از این مجموعه نیز، کراهت مقید و مشروط است نه کراهت مطلق. در هر حال، پوشش دهی به اوقات فراغت با اشتغالات تفننی و تفریحی با هدف رفع ملالت، تجدید قوا و کسب نشاط و شادابی با رعایت ضوابط شرعی و اخلاقی نه تنها مجاز که طبق برخی ادله روایی و استنباطات عقلی، بدان توصیه و ترغیب نیز شده است.

^{۸۱}- قال(ع): من غلب علیه الهزل فسد عقله(غررالحکم، ح ۴۴۸۱: ۲۲۲)

^{۸۲}- قال(ع): کثرة الهزل آیه الجهل(غررالحکم، ح ۱۰۵۴۹: ۴۶۱)

^{۸۳}- قال(ع): غلبه الهزل تبطل عزيمة الجد(غررالحکم، ح ۱۰۵۵۱: ۴۶۱)

^{۸۴}إِنَّ الْمَلَاهِي تُوْرِثُ قَسَاوَةَ الْقَلْبِ وَ تُوْرِثُ النَّفَاقَ (مستدرک الوسائل، ج ۱۳: ۲۱۶)

الگوی هنجاری فراغت مطلوب

دین پژوهان و مفسران اسلام، با رویکرد درون دینی در اصل جواز تخصیص مقطعی به نام «فراغت» در سبک زندگی مومن اتفاق نظر دارند. شرط ضمنی و موکد این ملاحظه این است که در معادله کار و فراغت، همواره کار و تلاش الزامی (با گستره وسیعی که در قبل از آن ترسیم شد) اصل و فراغت و تفریح فرع و تابع و صرفاً در راستای تامین ملزومات کار و نیازهای جسمی و روحی مطرح است. در خصوص اشتغالات فراغتی یا فعالیت هایی که مومنان غالباً در این اوقات انجام می دهند، نیز قواعد و رهنمودهای عامی را به صورت ایجابی و سلبی با الهام از نظام ارزشی و هنجاری اسلام متذکر شده اند. تردیدی نیست که اصل اولی در اشتغالات فراغتی، تفریحی و تفننی به عنوان مجموعه ای از اشتغالات انتخابی، غیر انتفاعی، لذت بخش، ارضا کننده، تسکین دهنده، تنوع زا، آرام بخش، ملالت زدا، رهایی بخش از روند عادی و تکراری زندگی، ترمیم کننده کمبودها و...؛ حسب ملاکهای مستفاد از منابع دینی «اباحه و جواز» است. خروج از این اصل تنها با نقض قواعد ایجابی و سلبی یا مخالفت با بایدها و نبایدهای الزامی فقهی و اخلاقی ممکن خواهد شد. در ادامه به برخی از این ملاک ها بدون توضیح محتوایی آنها اشاره خواهد شد. اهم ملاک ها و معیارهای ذکر شده برای کنش ها و اشتغالات فراغتی به زبان سلبی و ایجابی از این قرارند:

انطباق عمل با ضوابط و معیارهای ارزشی و هنجاری دین (فقهی، اخلاقی و عرفی) همچون عاری بودن از گناه (ترک واجب و ارتکاب حرام)، اضرار به جسم و روح، تضییع وقت و اتلاف عمر، تهییج شهوت و تقویت مشتهیات نفسانی، اعانت بر اثم و ظلم، ایذاء به غیر، اسراف و تبذیر امکانات و سرمایه های مادی و معنوی، غفلت زایی و انصراف توجه از امور مهم، تولید هیجانانگیز کاذب و تخدیر کننده، تن آسایی و نازپروردگی و تقویت روحیات رفاه جویانه، تفاخر و تظاهر، قمار و برد و باخت و...؛ داشتن حسن فعلی (یا عدم تناسب با مجالس لهو و لعب)، تناسب با اقتضائات و تمایلات فطری، همسویی با روند کمال یابی روحی و استكمال وجودی، ایفای نقش در مسیر تعالی و تقرب معنوی، تولید آثار و نتایج مفید یا داشتن منافع عقلایی مقصود و محلل، ایفای نقش مقدمی در حصول آمادگی بیشتر برای کار و تلاش جدی و اصلاح نابسامانی های روحی و جسمی، اعتدال و میانه روی، کنترل پذیری و داشتن توجیه عقلانی، فعال بودن متفکرانه در مقابل انفعال ووادادگی، ترجیح التذاذات روحی بر شادیهای جسمی و ابتهاجات معنوی بر رضامندیهای مادی، ارضاء کننده حس زیبایی شناختی، دارا بودن صورت و سبک معقول و متمایز از رویه های اهل فسوق و عصیان (نظیر کف، سوت، رقص، استفاده از موسیقی های لهوی، هیاهوهای غیر متعارف، از خودبی خودشدگی، بدمستی های هیجانی، مصرف مسکرات و...). برخی از ملاک های مستفاد نیز نه الزامی که جزو مرجحات شمرده شده اند.

برای مثال، جمعی بودن در مقایسه با فردی بودن: مثل شرکت در اعیاد(ملی، مذهبی، قومی)، جشن‌ها(مثل جشن عروسی، برداشت محصول، تکلیف، ولیمه دهی و اطعام به مناسبت‌های مختلف) و آیین‌های قومی، ملی و مذهبی. (در مقابل تفریحات و سرگرمی‌هایی جاری جامعه مدرن نیز نظیر گوش دادن به موسیقی، تماشای تلویزیون، مطالعه کتاب، رفتن به سینما، پارک یا اماکن مشابه؛ پرسه زنی در بازار، مصرف مخدرات، و... که عمدتاً به صورت فردی انجام می‌پذیرند). تردیدی نیست که سرگرمی‌های جمعی، لذت و هیجان بیشتر و پایداری را موجب می‌شوند، بدلیل نظارت و کنترل جمعی در مقابل زیاده‌رویهای افراطی و بروز انحرافات محتمل مصونیت بیشتری دارند، در تولید برخی آثار اجتماعی همچون تشدید همبستگی و تخلیه هیجانات و غلبانان جمعی نقش برجسته‌تری ایفا می‌کنند و در کل، به عنوان الگوی غالب گذران فراغت توجیه عقلانی‌تری دارند. لازم به ذکر است که اشتغالات فراغتی به لحاظ مصداق و مورد، طیف وسیعی از فعالیت‌های غیرالزامی رایج تحت عناوین فرهنگی، دینی، سیاسی، اجتماعی، هنری، ادبی، فکری، ورزشی، تفریحی و مهارتی را شامل می‌گردد.

(برای اطلاع‌یابی تفصیلی از ملاک‌های ارائه شده، علاوه بر منابع روایی، فقهی و استفتائات مراجع عظام؛ ر.ک: فضل‌الله، ۱۳۸۰: ۱۸۰ و ۱۹۳؛ شبلی، ۱۳۷۶: ۲۰۵؛ جناتی، ۱۳۷۵ الف: ۲۰؛ جناتی، ۱۳۷۵ ب: ۹۲ و ۹۶؛ نراقی، ۱۳۶۲: ۳۸۹؛ جعفری(مصاحبه)، ۱۳۸۱: ۱۰۷؛ میرزاخانی، ۱۳۶۹: ۲۲ و ۲۴؛ طباطبایی، ۱۳۶۳، ج ۸: ۱۰۱-۱۰۲؛ مکارم شیرازی، ۱۳۸۱، ج ۲۶: ۱۴۶؛ مصباح یزدی، ۱۳۸۷: ۱۲۸-۱۳۳؛ جوادی آملی، ۱۳۷۲: ۶، ۱۶ و ۱۷؛ مطهری، ۱۳۷۳: ۳۲۲؛ الغزالی، ۱۴۰۶: ۳۰۸؛ پارسانیا، ۱۳۸۰: ۵۰؛ ملکیان، ۱۳۸۵: ۴۹-۵۰؛ خواجه طوسی، ۱۳۷۸: ۲۷۷)

نتیجه‌گیری

- واژه «فراغت» غالباً، به دو معنای ذیل به کار رفته است: (۱) بخشی از زمان معین یا نامعین، منفصل از کار یا در آمیخته با آن؛ (۲) مجموعه‌ای از فعالیت‌ها و کنش‌های اختیاری، انتخابی، خلاق، خرسندکننده، فرح‌بخش، عاری از اغراض سودجویانه، دارای مطلوبیت فی‌نفسه، دارای ضرورت کارکردی و مورد نیاز در جنب الزامات معمول (=فعالیت‌هایی که اصطلاحاً به فعالیت‌های فراغتی یا فعالیت مورد نظر در ایام فراغت موسوم اند). برخی از اشتغالات فراغتی به اعتبار کارکرد فرح‌بخشی، نشاط‌زایی و شادی‌آفرینی، تحت عنوان مفهوم «تفریح» جای می‌گیرند.

- اسلام به عنوان یک دین با فراغت و تفریح به عنوان یک نیاز یا خواسته فطری و غریزی یا یک ضرورت ناشی از جهان زیست اجتماعی انسان به صورت مشروط و مقید نه تنها مخالفتی ندارد که به اشکالی از آن نیز توصیه و ترغیب کرده است. اشتغالات فراغتی حتی اگر مصداق لهو هم باشند، تنها مواردی از آن که طبق معیارهای دینی «لهو محرم» تشخیص داده شوند، ممنوع و محرم خواهند بود.
- شواهد موجود در متون دینی، سیره بزرگان، عرف متشرعه و دیدگاه غالب فقها و مفسران اسلام بر تایید مشروط و مقید فراغت و تفریح یا اشتغالات فراغتی و تفریحی دلالت دارد. مبنای داوری در خصوص اصل فراغت و تفریح یا مصادیق آن، نظام ارزشی و هنجاری (فقهی و اخلاقی) و معیارهای تربیتی اسلام خواهد بود. دین پژوهان و فقهای مسلمان در معرفی فراغت و تفریح مطلوب از دیدگاه اسلام، معیارهایی بدست داده اند که اهم آنها عبارتند از: عاری بودن از مفسد اخلاقی، تناسب با اقتضائات فطری، همسویی با کمال جویی معنوی، تولید آثار و کارکردهای مثبت، دارا بودن غرض عقلایی، کنترل پذیری عقلانی، عدم تناسب با مجالس لهو و لعب، پرهیز از تن آسایی و نازپروردگی، رعایت اعتدال و پرهیز از زیاده روی، اجتناب از واقعیت گریزی، ترجیح شادی های روحی بر شادی های جسمی.

کتابنامه

منابع فارسی

- قرآن کریم، ترجمه استاد محمد مهدی فولادوند و آیت الله ناصر مکارم شیرازی.
- آموزگار، محمد حسین (۱۳۶۱)، *تربیت از دیدگاه اسلام*، تهران: بنیاد انتقال به تعلیم و تربیت اسلامی.
- یاده، میرچاه (۱۳۷۴)، *فرهنگ و دین*، ترجمه هیات مترجمان، زیر نظر بهاء الدین خرمشاهی، تهران: طرح نو.
- انوری، حسن (۱۳۸۳)، *فرهنگ بزرگ سخن (دوره ۱ جلدی)*، تهران: سخن.
- بهنام، جمشید و همکار (۱۳۴۸)، *مقدمه ای بر جامعه شناسی ایران*، تهران: خوارزمی.
- بیتس، دانیل و فرد پلاک (۱۳۷۵)، *انسان شناسی فرهنگی*، ترجمه محسن ثلاثی، تهران: علمی.
- پارسانیا، حمید (۱۳۸۰)، *دین خاستگاه شادیهای پایدار*، فصلنامه کتاب زنان، شماره ۱۴، زمستان، [ص ۴۸ - ۶۰].

- تورکیلدسن، جرج (۱۳۸۲)، *اوقات فراغت*، ترجمه عباس اردکانیان، تهران: نوربخش.
- جزایری، نعمت الله (۱۳۳۷)، *زهرا الربیع*، (متن مترجم)، تهران: کتابفروشی اسلامیة.
- جعفری، محمد تقی (۱۳۸۱) (مصاحبه)، *در پژوهشی در باره طنز در شریعت و اخلاق*، قم، مرکز پژوهش های اسلامی صدا و سیما.

جناتی، محمد ابراهیم (۱۳۷۵ الف)، «هنر و زیبایی از نگاه مبانی فقه اجتهادی»، *دوماهنامه کیهان اندیشه*. ش ۶۶، خرداد و تیر، [ص ۱۰-۲۵].

جناتی، محمد ابراهیم (۱۳۷۵ ب)، هنر و زیبایی از نگاه مبانی فقه اجتهادی، *دوماهنامه کیهان اندیشه*، شماره ۶۹، آذر و دی، [ص ۹۱-۱۱۲].

جوادی آملی، عبد... (۱۳۷۲)، *قصه دینی، فصلنامه فارابی*، شماره ۲۱، زمستان، [ص ۴-۲۱].

جوادی آملی، عبد... (۱۳۹۱)، *مفاتیح الحیاه*، قم، مرکز نشر اسراء، چاپ بیست و یکم. دورانت، ویل (۱۳۷۰)، *تاریخ تمدن*، ج ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۱۱، ترجمه جمعی از مترجمان، تهران: انتشارات و آموزش انقلاب اسلامی.

دورکیم، امیل (۱۳۸۳)، *صور بنیانی حیات دینی*، ترجمه باقر پرهام، تهران: نشر مرکز. دومازده، ژوفر (۱۳۵۲)، «مقدمه‌ای بر جامعه‌شناسی فراغت»، ترجمه‌ی علی اسدی، *فصلنامه فرهنگ و زندگی*. دبیرخانه‌ی شورای عالی فرهنگ و هنر، ش ۱۲، پاییز، [ص ۲-۱۳]. روزیدس، دانیل و دیگران (۱۳۸۱)، *شرایط اخلاقی رشد اقتصادی*، ترجمه احمد تدین و شهین احمدی. تهران: هرمس.

روسک، جوزف و همکار (۱۳۶۹)، *مقدمه‌ای بر جامعه‌شناسی*، ترجمه بهروز نبوی و احمد کریمی، تهران: کتابخانه فروردین.

سید رضی (۱۳۸۸)، *نهج البلاغه*، ترجمه محمد دشتی، قم: انتشارات مباحله.

شلبی، احمد (۱۳۷۶)، *زندگی اجتماعی از دیدگاه اسلام*، ترجمه سید محمود اسداللهی، مشهد: مؤسسه چاپ و انتشارات آستان قدس رضوی.

طباطبایی، سید محمد حسین (۱۳۶۳)، *تفسیر المیزان*، ترجمه سید محمد باقر موسوی همدانی، قم: دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامعه مدرسین حوزه علمیه قم.

طوسی، خواجه نصیرالدین (۱۳۷۸)، *اخلاق ناصری*، به تصحیح و تنقیح مجتبی مینویی و علی رضا حیدری، تهران: شرکت سهامی انتشارات خوارزمی، چاپ ششم.

فرانکل، ویکتور (۱۳۶۶)، *انسان در جستجوی معنی*، ترجمه نهضت صالحیان و مهین میلانی، تهران: ویس، چاپ سوم.

فرانکل، ویکتور (۱۳۷۵)، *خدا در ناخودآگاه*، ترجمه ابراهیم یزدی، تهران: موسسه خدمات فرهنگی.

فضل الله، محمد حسین (۱۳۸۰)، *فقه و زندگی*، ترجمه مجید مرادی، قم: دارالملاک.

کینگ، ساموئل (۱۳۵۵)، *جامعه‌شناسی*، ترجمه مشفق همدانی، تهران: کتاب‌های سیمیرغ.
مجموعه کلمات قصار پیامبر اکرم (ص) (۱۳۶۰)، *نهج‌الفصاحه*، ترجمه ابوالقاسم پاینده، تهران: سازمان انتشارات جاویدان.

مرادی، مریم و دیگران (۱۳۸۴)، «شادمانی و شخصیت»، *فصلنامه‌ی تازه‌های علوم شناختی*، ش ۲، س ۷، تابستان ۱۳۸۴، [ص ۶۰-۷۱].

مرکز پژوهش‌های اسلامی صدا و سیما (۱۳۸۱)، *پژوهشی در باره طنز در شریعت و اخلاق*، قم: بوستان کتاب.

مصباح یزدی، محمدتقی، (۱۳۷۷)، *اخلاق در قرآن*، قم: مؤسسه‌ی آموزشی و پژوهشی امام خمینی ره.
----- (۱۳۸۷)، *مشکات* (مجموعه آثار حضرت آیه ... مصباح)، قم: مؤسسه آموزشی و

پژوهشی امام خمینی ره، جلد ۲/۱.

مطهری، مرتضی (۱۳۸۰)، *مجموعه آثار*، ج ۱، تهران: صدرا.

----- (۱۳۷۹)، *مجموعه آثار*، ج ۲، تهران: صدرا.

----- (۱۳۶۸)، *ده گفتار*، تهران: صدرا.

----- (۱۳۷۳)، *گفتارهای معنوی*، تهران: صدرا، چاپ چهاردهم.

معتد نژاد، کاظم (۱۳۵۵)، *وسایل ارتباط جمعی*، تهران: دانشکده علوم و ارتباطات اجتماعی

مکارم شیرازی، ناصر (با همکاری جمعی از نویسندگان) (۱۳۸۱)، *تفسیر نمونه*، قم: دارالکتب الاسلامیه.

ملکیان، مصطفی (۱۳۸۵)، «ایمان و کارکردهای شریعت»، *ماهنامه آیین*، ش ۶، اسفند ۱۳۸۵، [ص ۷۷-۸۵].

میرزاخان، حسین (۱۳۶۹)، *مبانی فقهی و روانی موسیقی*، قم: مرکز انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی حوزه علمیه قم، چاپ دوم.

نراقی، ملا احمد (۱۳۶۲)، *معراج السعاده*، تهران: رشیدی.

نجاریان، بهمن و فرید براتی سده (۱۳۷۱)، «ورزش و بهداشت روانی»، *مجله‌ی علمی- پژوهشی علوم انسانی دانشگاه الزهراء*، ش ۹ و ۱۰، تابستان [ص ۹۸-۱۱۶].

منابع عربی

آمدی، عبدالواحد بن محمد تمیمی (۱۳۶۶)، *غررالحکم و دررالکلم*، (تک جلدی)، قم: انتشارات دفتر تبلیغات اسلامی. ۱۳۶۶.

احسائی، ابن ابی جمهور، محمد بن علی (۱۴۰۵ق)، *غوالی اللئالی العزیزیه*، قم: دار سید الشهداء.

ابن ابی الحدید، عبدالحمید (۱۴۰۴هـ.ق)، شرح نهج البلاغه، (۲۰جلدی)، تصحیح محمد ابوالفضل ابراهیم، قم: کتابخانه‌ی آیت الله مرعشی نجفی.

ابن منظور مصری، جمال الدین محمد (۱۴۰۵ق)، لسان العرب، قم: نشر ادب الحوزه.

الدیلمی، حسن بن ابی الحسن (۱۴۱۲ق)، ارشادالقلوب، قم: انتشارات شریف رضی.

الحرانی، حسن بن شعبه (۱۴۰۴ق)، تحف العقول، قم: انتشارات جامعه مدرسین.

الرازی، فخرالدین ابو عبدالله محمد (۱۴۲۰ق)، مفاتیح الغیب، بیروت: احیاء التراث العربی.

اربلی، علی بن عیسی (۱۳۸۱)، کشف الغمه، تبریز: مکتبه بنی هاشمی.

الطبرسی، فضل بن حسن (۱۳۷۲)، مجمع البیان فی تفسیرالقرآن، تهران: ناصر خسرو.

الطوسی، ابوجعفر، محمد بن حسن (۱۴۱۴ق)، الامالی، قم: دارالتقافه.

العاملی، حر، محمد بن حسن (۱۴۰۹ق)، تفصیل وسائل الشیعه الی تحصیل مسائل الشریعه، قم: مؤسسه آل البیت.

العاملی کفعمی، ابراهیم بن علی (۱۴۰۵ق)، المصباح جنه الامان الواقیه و جنه الایمان الباقیه، قم: دارالراضی.

الغزالی، ابی حامد محمد (۱۴۰۶ق)، احیاء علوم الدین، بیروت: دارالکتب العلمیه، الطبعة الاولى، الجزء الثانی.

صدوق القمی، ابوجعفر محمد بن علی بن بابویه (۱۴۱۳ق)، من لا یحضره الفقیه، (دوره ۴ جلدی)، قم: دفتر انتشارات اسلامی وابسته به جامعه‌ی مدرسین حوزه‌ی علمیه‌ی قم.

کاشانی، ملا فتح الله (۱۳۳۶)، تفسیر منهج الصادقین فی الزام المخالفین، تهران: کتابفروشی محمد حسن علمی.

کلینی، ابوجعفر، محمد بن یعقوب (۱۴۰۷ق)، الکافی، (دوره ۸ جلدی)، تهران: دارالکتب الاسلامیه.

المجلسی، محمد باقر (۱۴۰۴ق)، بحارالانوار، (دوره ۱۱۰ جلدی)، بیروت: مؤسسه الوفاء.

النوری الطبرسی، میرزا حسین (۱۴۰۸هـ.ق)، مستدرک الوسائل، (دوره ۱۸ جلدی)، قم: مؤسسه‌ی آل البیت.

ورام بی ابی الفراس (بی تا)، مجموعه ورام، قم: انتشارا مکتبه الفقیه.

منابع لاتین

Dumazedier, Joffre . (1972). Leisure, in Internatinal Encyclopedia of

The Social Sciences , David L.Sills(ed), The Macmillan Company and The Free Press, Newyork, 1972, Vol9: pp248-253.

Grint.R. (1974). *The Sociology of Work*. Polity Press:P.K.P.

- Godbey ,G,Recreation(1978); Park and Leisure Services, W.B.Saunders, Philadelphia,PA.
- Huizinga.J. (1950). *Homo ludens: A study of the play element in culture*. Boston,MA: Beacon Press.
- Neumeyer, M.and Neumeyer,E.,(1958); Leisure and Recreation, Ronald Press,New York.
- Pieper,J. (1952). *Leisure the Basis of Culture, New American Library*. New York.
- Rojek.chris,et al.(2006). *A Handbook of Leisure Studies*. Palgrave Macmillan,Ltd.
- Stokowski, A.Patricia. (1994). Leisure in Society , Britain,by Biddles Ltd.
- <http://www.en.wikipedia.or> (دیکشنری اینترنتی ویکیپدیا)