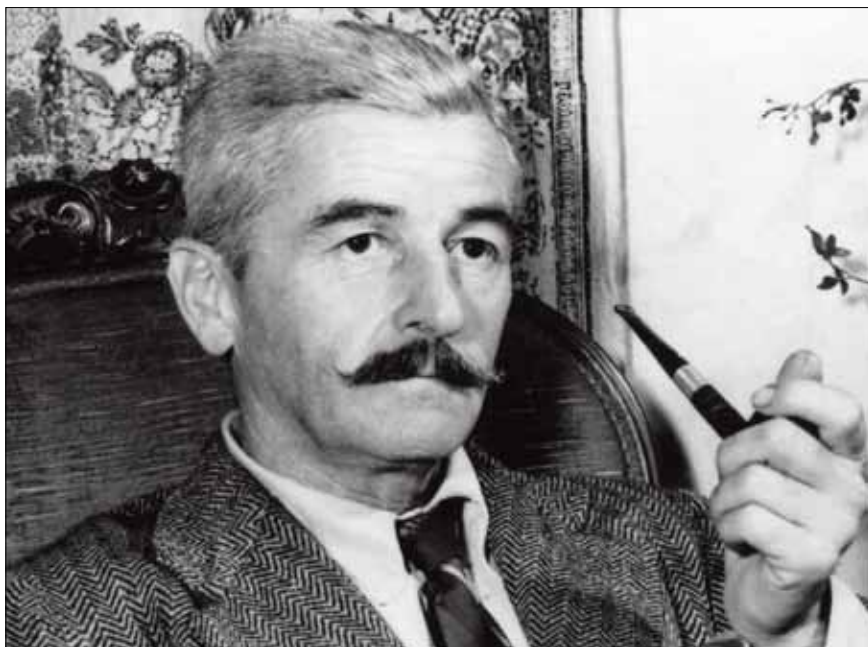


۱. چهار چهرهٔ زمان

زمان یکی از بزرگترین رازهای جهان است؛ که تلاش برای فهم آن همیشه در کانون توجه فیلسوفان و دانشمندان بوده است. به تازگی در کتاب «فراغت و رفتار آدمی»^(۱) به قلم جین بَمِل، استاد بازنشسته دانشگاه ویرجینیا، می‌خواندم که در یک تقسیم‌بندی کلان زمان چهار چهره دارد. به این معنا که زمان، دست‌کم به چهار شکل، خودش را به ما نشان می‌دهد و می‌توانیم وجودش را بفهمیم. نخست «زمان طبیعی» است که با گردش زمین به دور خورشید پدیدار می‌شود. روز، شب، طلوع، غروب و چهار فصل جلوه‌های این شکل از زمان محسوب می‌شوند. زمان طبیعی ماهیتی دورانی دارد و در فاصله‌های معین تکرار می‌شود. بشر در دوران پیشامدرن بیشتر با این جلوهٔ زمان می‌زیست. زیرا زندگی روستایی و کار کشاورزی، که شکل غالب زیستن بود، با آن سازگاری بیشتری داشت. دومین چهرهٔ زمان «زمان مکانیکی» است که در قالب تقویم و ساعت تعریف می‌شود و ماهیتی خطی دارد. این جلوه از زمان محصول گسترش جوامع و پیچیده شدن زندگی در دوره‌های مختلف تاریخی و بویژه در دنیای مدرن است. زیرا بشر ناگزیر بود برای تنظیم کارهایش چارچوبی برای زمان تعریف کند تا بتواند آن را بر اساس واحدهایی، مثل ساعت و دقیقه، اندازه‌پذیر سازد. زمان در دنیای معاصر بیش از هر چیز در این قالب تعریف شده و بدون آن نظم دنیای

1) Leisure and Human Behavior by Gene Bammel



• ویلیام فاکنر

معاصر بی‌درنگ مختل خواهد شد. وقت رفتن به سر کار، بازگشت به خانه، برنامه حرکت قطارها و هواپیماها، باز و بسته شدن مراکز خرید و خلاصه بسیاری دیگر از وجوه دنیای مدرن اساساً وابسته این شکل از زمان است.

اما بدیهی است که ذهن آدمی فارغ از گردش عقربه‌های ساعت، فهم خودش را از زمان دارد که سومین چهره زمان محسوب می‌شود و می‌توان آن را «زمان روانشناختی» نامید. زمانی که در تجربه زیسته ما معنا می‌یابد و ربطی به تقسیم‌بندی دقیقه‌ها در ساعت آویخته به دیوار یا روی میچ دست ندارد. همان زمانی که گاه تند و گاه بسیار کند می‌گذرد. همان لحظه‌های پرشتاب خوشی و زمان‌های کند انتظار. زمان در ذهن ما می‌تواند سبک یا سنگین باشد، فشرده یا کشیده شود یا آهسته یا پرشتاب بگذرد. لحظه‌هایی که با درد همراه‌اند مثل یک عمر به نظر می‌رسند و روزهای خوش همچون دقیقه‌ای گذرا سپری می‌شوند. به همین دلیل درک ما از حال، گذشته و آینده همیشه در قالب همین احساس زمان معنا می‌یابد که ریشه در ضمیر آدمی دارد و از تقویم و ساعت مستقل است. گویی زمان از کنار ما نمی‌گذرد، بلکه ما را در بر گرفته است. به قول ویلیام فاکنر: گذشته هرگز نمرده است، حتی نگذشته است^(۱). گذشته با سماجتی غریب در درون ما زندگی می‌کند تا لحظه‌ای که در فراموشی محو شود. سرانجام،

1) The past is never dead. It's not even past. William Faulkner (1897-1962)

چهارمین شکل زمان را می‌توان در جلوه فرهنگی آن جستجو کرد؛ که به آن «زمان جامعه‌شناختی» می‌گویند. به این معنا که مناسبت‌ها و رخداد‌های فرهنگی برای اهالی هر سرزمین با فهم مشترکی از زمان معنا می‌یابند. مثلاً حال و هوای نوروز یا جنب و جوش اول مهر برای ما معنا و مفهوم خاص خودشان را دارند. در نتیجه در دو هفته آخر اسفند بی‌نیاز از هر تقویمی فقط با تماشای رفت و آمد مردم در خیابان همه می‌دانیم که نوروز در راه است.

۲. انبوهی و کمیابی زمان

سهم همه ساکنان این کره خاکی از کمیت زمان موجود در هر روز یکسان است. یک روز برای همه و در همه جا ۲۴ ساعت است. اما شیوه زندگی در فرهنگ‌های مختلف باعث شده دسترسی مردم در بخش‌های مختلف جهان به زمان یکسان نباشد. در نتیجه، بعضی از جوامع از نظر دسترسی به زمان ثروتمند و برخی فقیرند. در متون مربوط به مفهوم فراغت درباره «فراوانی و فقر زمان»^(۱) زیاد می‌خوانیم. مولف کتاب «فراغت و رفتار آدمی»، که پیشتر به آن اشاره کردم، بر اساس توزیع «ثروت زمانی» جوامع را به سه دسته تقسیم می‌کند. نخست کشورهایی که با «انبوهی و فراوانی زمان»^(۲) مواجه‌اند. جالب است که معمولاً جوامع فقیر در این دسته قرار دارند. زیرا بیکاری و فقدان رونق اقتصادی از مشغله مردم می‌کاهد و به همان میزان بر وقت آزادشان خواهد افزود. البته در اینجا بحث بر سر سود و زیان این وقت اضافه نیست. زیرا بدیهی است که این زمان «از تهی سرشار» بیش از آنکه مفید باشد خسارت به بار می‌آورد. افزون بر این نوع مواجهه مردم با وقت آزاد نیز در گوشه و کنار جهان متفاوت است. افزایش تعطیلات و برگزاری مراسم فرهنگی و آیینی از جمله روش‌های مصرف این زمان مازاد است.

گروه دوم، که بیشتر کشورهای در حال توسعه هستند، در میانه طیف قرار دارند که نه چندان وقت زیادی دارند و نه چندان گرفتار کمبود وقت هستند. گویی شکلی از «کفایت در وقت»^(۳) حاکم است. سومین گروه در این فهرست شامل کشورهای صنعتی و توسعه یافته است. جوامعی پیشرفته که از نظر توان اقتصادی و فناوری غنی هستند، اما از نظر میزان دسترسی به «وقت آزاد» فقیر محسوب می‌شوند. سرعت زندگی در این کشورها بسیار زیاد و فرصت آسایش اندک است. آنان با مشکل «کمیابی وقت»^(۴)

- 1) Time Abundance and Time Poverty
- 2) Time Surplus
- 3) Time Sufficiency
- 4) Time Scarcity or Time Famine



• دکتر یزدان منصوریان

یا «قحطی وقت» دست به گریبانند و اغلب از پیامدهای ناگوار آن که همان استرس و نگرانی روزافزون است رنج می‌برند. وقت‌شناسی و منظم بودن از ضرورت‌های زیستن در این جوامع است و آنان که چندان مقید به ساعت و دقیقه نیستند از قافله عقب می‌مانند.

به این ترتیب گویا بشر در دنیای پیشامدرن از نظر دسترسی به وقت غنی‌تر از امروز بوده است. هرچند نیاکان ما ناگزیر بودند برای انجام بسیاری از اموری که امروز به مدد ماشین‌ها به سرعت انجام می‌شود وقت بیشتری از ما صرف کنند، اما در مجموع فراغت بیشتری داشتند. زیرا جوامع پیشامدرن از بسیاری پیچیدگی‌های دنیای مدرن در امان بوده و هنوز مثل ما گرفتار مسابقه بی‌پایان با زمان نبودند. به بیان دیگر، نوع مواجهه ما با زمان در مقایسه با نسل‌های پیشین متفاوت است. نیاکان ما با زمان همزیستی و آشتی بیشتری داشتند. اما نسل ما گرفتار مسابقه‌ای نافرجام با زمان است. سرعت بر همه وجوه زندگی حاکم شده و اغلب می‌خواهیم از زمان سبقت بگیریم که عملاً ناممکن است. متأسفانه ما اهمیت آهستگی را از یاد برده‌ایم و در شتاب‌زدگی غرق شدیم. اما سرشت طبیعت همچنان بر مدار آهسته‌خویش می‌گردد و در نهایت این مائیم که با رنج ناشی از استرس و نگرانی روزافزون تاوان عشق به سرعت را می‌پردازیم.

۳. سرمنزل فراغت نتوان ز دست دادن

در دو بخش نخست این یادداشت به مفهوم فراغت اشاره کردم، اما لازم است در اینجا بیشتر درباره‌اش بنویسم. زیرا گاه ما فراغت را با وقت آزاد یا حتی در مواردی با کاهلی و بطالت مترادف می‌دانیم، در حالی که این مفاهیم بسیار با هم متفاوتند. داشتن وقت آزاد فقط شرط لازم برای فراغت است و شرط کافی برای دستیابی به آن نیست. مفهوم فراغت تجربه‌ای ناب از آزادی، آسودگی و آرامش است که به آدمی فرصت رشد و «خودشکوفایی»^(۱) می‌بخشد. در کتاب «فراغت و رفتار آدمی» که پیشتر به آن اشاره کردم برای داشتن فراغت سه شرط مطرح شده است. نخست آنکه هر فعالیتی که در زمان فراغت انجام می‌شود باید آگاهانه و آزادانه انتخاب شده باشد و هیچ اکراه و اجباری در آن نباشد. مثلاً انسان با میل و رغبت در زمانی مشخص به مطالعه یا ورزش بپردازد. دوم آنکه فراغت باید همیشه دلپذیر باشد. زیرا بنیاد فراغت بر لذت استوار است. وقت آزاد اگر لذتبخش و دلپذیر نباشد نه تنها فراغت نیست که خود مولد ملال خواهد بود. سرانجام فراغت باید با هدفی نسبتاً روشن همراه باشد. بنابراین، فراغت با بطالت و بیهودگی متفاوت است.

افزون بر آن هدف فراغت باید در خودش نهفته باشد. به این معنا که ما به دلیل عشق و علاقه‌ای که به انجام فعالیتی مشخص داریم آن را برگزینیم؛ نه به امید سودی که از انجامش برایمان حاصل خواهد شد. مثلاً اگر کتاب می‌خوانیم یا ورزش می‌کنیم صرفاً به این دلیل است که از آن لذت می‌بریم. نه اینکه به امید دستیابی به پاداشی بعد از پایان آن باشیم. با این حال، فراغت همیشه در خدمت توانمندسازی است و آدمی از مسیر فراغت است که می‌تواند مهارت‌ها و دانش تازه‌ای بیاموزد و بر توانایی خود بیافزاید. به سخنی دیگر فراغت همیشه در خدمت «خودشکوفایی» است و می‌تواند برای زندگی معنا و هدفی تازه خلق کند و معمولاً با خلاقیت و نوآوری همراه است. به این ترتیب فراغت سبکی از زندگی و شکلی شادمانه و مشتاقانه از زیستن است. آدمی در زمان فراغت می‌تواند طعم شیرین آزادی را بچشد، شخصیت خویش را بسازد و روح خسته خود را تعالی بخشد. فراغت در شکل ناب خود باید مجالی برای اندیشیدن به اموری فراتر از زندگی روزمره باشد، مجالی برای تمرین تفکر و جستجوی حقیقت.

«فرهنگ فراغت» نیز موضوع دیگری است که اشاره به آن در تبیین سرشت فراغت مفید است. منظور از فرهنگ فراغت همه فعالیت‌هایی است که مردم یک جامعه برای گذران اوقات فراغت به رسمیت می‌شناسند. مجموعه‌ای از عوامل تاریخی، اجتماعی

1) Self-Actualization

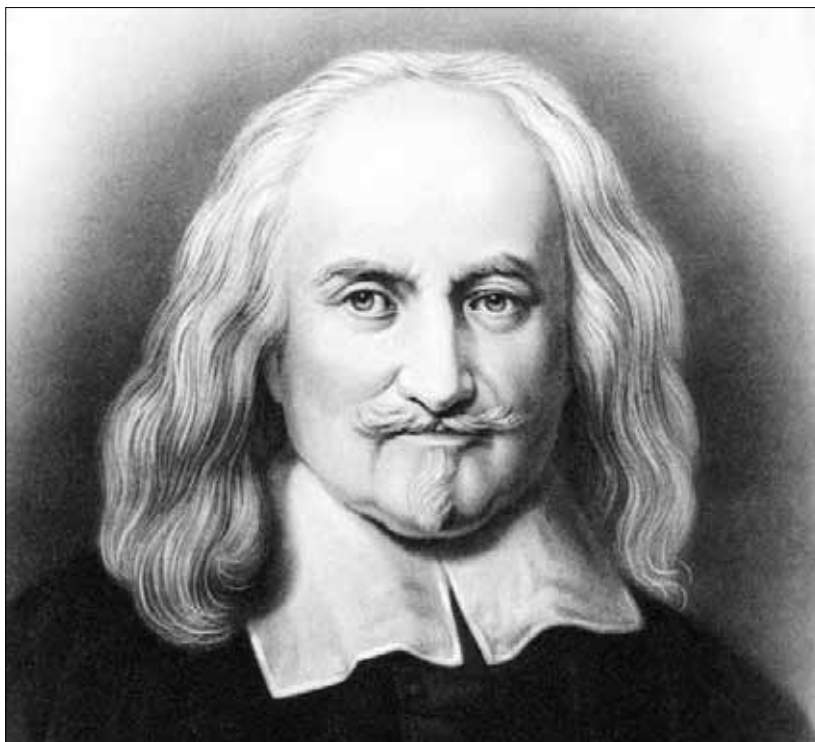
و اقلیمی بر شکل‌گیری این فرهنگ موثرند. مثلاً در جامعه‌ای که بازار هنر در آن پررونق است، مردم سهم بیشتری از اوقات فراغت خود را به تماشای تئاتر، بازدید از گالری و رفتن به کنسرت موسیقی اختصاص خواهند داد. همین رابطه با عرصه‌های دیگر همچون نشر، ورزش و گردشگری وجود دارد. علاوه بر این، فراغت بیش از آنکه ماهیتی فردی داشته باشد، سرشتی اجتماعی دارد. فراغت در انزوا و تنهایی نمی‌تواند چندان سازنده باشد، زیرا آدمی باید شادی خویش را با دیگران قسمت کند تا خود بتواند از آن بهره‌مند شود. در مجموع فراغت از مهمترین ارزش‌های زندگی محسوب می‌شود و شاید به همین دلیل است که حافظ می‌سراید: سر منزل فراغت نتوان ز دست دادن / ای ساروان فرو کش، کاین ره کران ندارد!

۴. فراغت و فلسفه

توماس هابز، فیلسوف نامدار انگلیسی، می‌گوید: فراغت مادر فلسفه است^(۱). شاید این گزاره در نگاه نخست کمی اغراق‌آمیز به نظر برسد، اما اگر به این مفهوم با دقت بیشتری بنگریم، آنگاه رابطه میان فلسفه‌ورزی و فراغت بیشتر آشکار می‌شود. نخست باید دید که منظور از فراغت در این گزاره چیست و سپس مراد از فلسفه کدام است. همانطور که پیشتر نوشتیم، فراغت مترادف وقت آزاد نیست. برخورداری از وقت آزاد شرط لازم فراغت است، اما شرط کافی نیست. چه بسیارند افرادی که وقت آزاد فراوان دارند اما در عمل فرصت و فراغتی برای انجام هیچ کار سودمندی در اختیار ندارند. زیرا فراغت یک وضعیت ذهنی است و ربط چندانی به محیط اطراف ما ندارد. محیط می‌تواند زمینه‌ساز فراغت باشد اما زاینده و مولد آن نیست. فراغت واقعی دستاوردی ذهنی و روحی است و بیش از هر چیز بر اساس بینش و نگرش آدمی به مسائل بنیادین زندگی شکل می‌گیرد.

از سوی دیگر بنیاد فلسفه بر پرسشگری استوار است. ذهن خالی از پرسش هرگز به قلمرو فلسفه‌ورزی قدم نخواهد گذاشت. هر پرسش اصیل درباره چستی و چگونگی رخدادهای جهانی که در آن به سر می‌بریم، پنجره‌ای تازه در ذهن ما می‌گشاید و به تدریج زمینه‌ساز خلاقیت و نوآوری می‌شود. بویژه پرسش‌هایی که با «چرا» و «چگونه» آغاز می‌شوند. پرسش‌هایی که متأسفانه در دنیای پرشتاب امروز طرفدار چندانی ندارند و معمولاً طرح آن‌ها در حوصله همگان نیست. بویژه زمانی که رفتار روزمرگی هستیم از آن‌ها می‌گریزیم؛ یا به دلیل هراس از پیامدهای احتمالی، ترجیح می‌دهیم از کنارشان بگذریم.

1) Leisure is the mother of philosophy. Thomas Hobbes (1588 – 1679)



• توماس هابز

گاهی نیز مشغله‌های فراوان دلیلی برای سرکوب حس پرسشگری ماست. به این معنا که آنقدر گرفتار کار و زندگی هستیم که مجالی برای پرسشگری و فلسفه‌ورزی باقی نمی‌ماند. اما واقعیت این است که مرز مشترکی نیز میان شغل و فراغت وجود ندارد. باور رایج این است که هر گاه انسان از وظایف شغلی خود فارغ می‌شود، به قلمرو فراغت قدم نهاده است. اما رابطه این دو مفهوم عمیق‌تر از این است و به نگرش افراد نسبت به کارشان بستگی دارد. اگر کسی کارش را مشتاقانه دوست داشته باشد، زمانی که مشغول انجام وظایفش است، گویی در سرمنزل فراغت به سر می‌برد. اما اگر به هر دلیل شوق چندانی به کارش نداشته باشد و آن را همچون تکلیفی دشوار و فقط برای کسب درآمد تلقی کند، از آن لذتی نخواهد برد و در حین کار و پس از آن گرفتار ملال می‌شود. اما کسی که کارش را دوست دارد از رنج ملال‌رهایی پیدا کرده و امکانی برای کنجکاوی و پرسشگری خواهد یافت که نخستین گام در مسیر پرفراز و نشیب فلسفه‌ورزی است. انسانی که پرسشگری و فلسفه‌ورزی را در زندگی روزمره خویش به رسمیت می‌شناسد و از ارزش آن آگاه است، معمولاً با درنگ و حوصله به مسائل پیرامون خود می‌نگرد. در نتیجه در موقعیت‌های دشوار تصمیم‌های



• ویرجینیا وولف

بهتری می‌گیرد و در نهایت امید بیشتری به بهروزی و نیکبختی دارد. شاید به همین دلیل است که ویرجینیا وولف، نویسنده شهیر انگلیسی، در بیان اهمیت این موضوع می‌گوید: اگر فراغت را از دست می‌دهی، مراقب باش! چه بسا به این شکل روح را از دست بدهی^(۱).

۵. فراغت و مطالعه

یکی از بهانه‌های رایج برای کتاب نخواندن کمبود وقت است. معمولاً از گرفتاری‌های ریز و درشت روزگار می‌نالیم که مجال برای مطالعه باقی نمی‌گذارد. ظاهراً ما گرفتارتر از آن هستیم که بخواهیم در این دنیای پرشتاب زمانی را به مطالعه اختصاص دهیم. گاهی هم امیدوارانه در انتظار روزی در آینده‌ای نامعلوم هستیم که هوا بهاری و آفتابی باشد و هیچ دغدغه‌ای هم نداشته باشیم و آنگاه شاید کتابی بخوانیم! زیرا ظاهراً گرفتاری‌های روزگار وقتی برای مطالعه باقی نگذاشته است. اما

1) If you are losing your leisure, look out! It may be you are losing your soul.
Virginia Woolf (1882-1941)

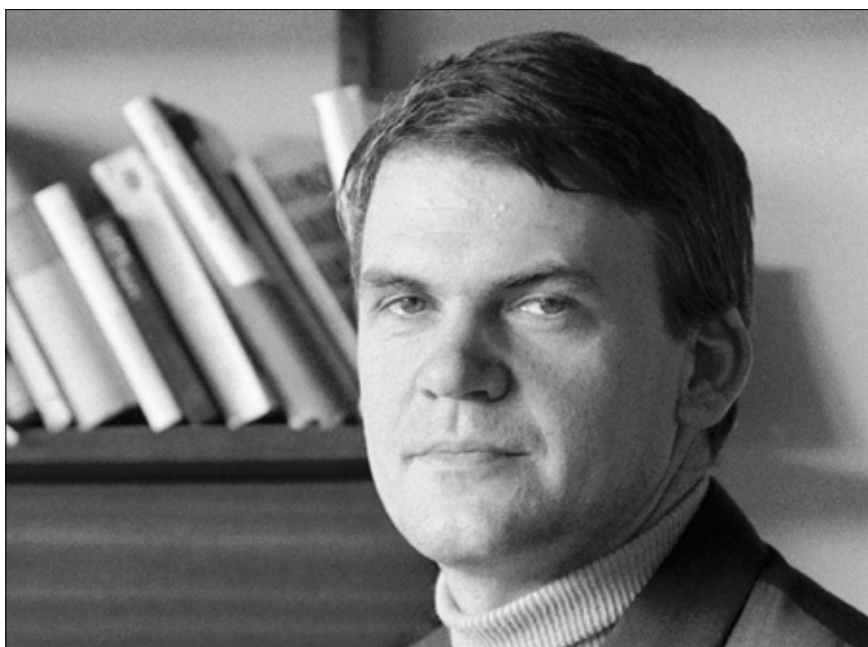


• دانیل پناک

به نظرم بیگانگی روزافزون ما با کتاب ربط چندانی به زمان ندارد. زیرا چه بسیارند کسانی که ساعت‌ها وقت آزاد دارند و کتاب نمی‌خوانند و در مقابل چه بسیارند افراد پرمشغله‌ای که هرگز از کتاب دور نمی‌شوند. به سخنی دیگر، رابطه علی و معلولی میان وقت آزاد و مطالعه وجود ندارد. زیرا اگر این رابطه از جنس علت و معلول بود، آنان که بیکارند یا در رفاه کامل به سر می‌برند باید بیش از همه مطالعه می‌کردند. اما شما بهتر از من می‌دانید که این گونه نیست. واقعیت این است که همه ما به نوعی گرفتاریم و عملاً هیچ کس وقت آزادی برای خواندن ندارد. دانیل پناک^(۱)، نویسنده خلاق فرانسوی، در کتاب «همچون یک داستان»^(۲) که اثری شورمندانانه درباره لذت مطالعه است، می‌نویسد: «زمان خواندن کجاست؟ مسئله این است. چه کسی این مشکل را ندارد؟ به محض آنکه مسئله وقت برای خواندن مطرح می‌شود، این بدان معناست که میلی برای خواندن وجود ندارد. چرا که اگر از نزدیک نگاه کنیم هیچ کس برای خواندن وقت ندارد، نه کودکان، نه نوجوانان و نه حتی بزرگترها. زندگی همچون سدی جاودان راه مطالعه را بسته است». (ص. ۱۳۳). پناک بر این باور است که فرصت مطالعه همیشه زمان دزدیده شده از روزمرگی است، نه آنچه که اصطلاحاً

1) Daniel Pennac

۲) پناک، دانیل (۱۳۸۹) همچون یک داستان. ترجمه بیتا خلیلی و منصوره شجاعی. تهران: نشر ثالث.



• میلان کوندرا

آن را «وقت آزاد» می‌دانیم. زیرا عملاً هیچ کس چنین موهبتی در اختیار ندارد. به نظرم ما برای کتاب خواندن به فراغت نیاز داریم، نه به وقت آزاد. فراغتی که با حوصله، آهستگی و تأمل همراه باشد. بویژه سهم آهستگی در پیشبرد مطالعه اساسی است. آنچه ما در کتابداری به آن «آهسته‌خوانی»^(۱) می‌گوییم. آهسته‌خوانی، که در یادداشت‌های پیشین این ستون به آن اشاره کرده‌ام، به معنای کندخوانی نیست. بلکه به معنای مطالعه همراه با حوصله، درنگ و تأمل است. مطالعه‌ای که در آن کیفیت به مراتب مهمتر از کمیت است و در نهایت به «مطالعه موثر و مولد» تبدیل می‌شود و می‌تواند سهمی سازنده در زندگی داشته باشد. میلان کوندرا، نویسنده نامدار چک، بر این باور است که «پیوندی رازآلود میان آهستگی و حافظه و میان سرعت و فراموشی وجود دارد»^(۲). بی‌تردید خواندن موثر و مولد نیازمند آهستگی است که در فراغت واقعی مجال ظهور و بروز خواهد داشت. به سخنی دیگر رونق مطالعه در هر جامعه محصول تاثیر همزمان عوامل متعددی است که زمینه را برای ترویج خواندن فراهم کنند و فراغت یکی از آنهاست.

1) Slow Reading

2) There is a secret bond between slowness and memory, between speed and forgetting. Milan Kundera

The Physical Culture, Sport and Health Research Group

University of Bath, UK

will host the

Leisure Studies Association Conference

July 10-12th 2018

For further details see: leisurestudies.org



@PCSBath

@LSA_2018



• وبسایت «انجمن مطالعات فراغت»

۱۱

۶. فراغت در قامت رشته‌ای دانشگاهی

یکی از رشته‌های دانشگاهی نسبتاً نوین در دنیا «مطالعات فراغت»^(۱) است که از شاخه‌های جامعه‌شناسی محسوب می‌شود. دانشجویان و استادان این رشته به مطالعه وجوه تاریخی، فرهنگی و اقتصادی اوقات فراغت در جوامع مختلف می‌پردازند. افزون بر این، صنایع مربوط به فراغت نظیر رسانه، گردشگری و حمل و نقل نیز از جمله مباحث اساسی در این رشته است. حتی رونق یا رکود بسیاری از صنایعی، که به ظاهر ارتباط چندانی با این موضوع ندارد، متأثر از نوع مواجهه مردم با اوقات فراغت است. مثلاً امکانات مخابراتی امروز دنیا بیش از آنکه در خدمت تجارت باشد در خدمت اوقات فراغت مردم است. زیرا بخش عمده‌ای از فراغت ما صرف تماس‌هایی می‌شود که جنبه کاری و شغلی ندارند. در مثالی دیگر می‌توان گفت که رونق صنعت گردشگری نیز آشکارا در گرو توان صنعت حمل و نقل است و اوقات فراغت فصل مشترک این دو عرصه محسوب می‌شود. گردشگری یکی از خدمات اصلی برای عرضه در بازار فراغت است و توان اقتصادی بسیاری از کشورهای پیشتاز در این عرصه، همچون فرانسه، اسپانیا و ایتالیا، بر بنیاد آن استوار است. از قضا فرانسه با حدود هشتاد میلیون مسافر در سال در صدر این جدول قرار دارد.

1) Leisure Studies

این رشته نخستین بار در سال ۱۹۷۵ در دانشگاه بیرمنگهام^(۱) انگلستان تاسیس شد و اکنون در بسیاری از دانشگاه‌های غرب تدریس می‌شود. «انجمن مطالعات فراغت»^(۲) از جمله انجمن‌های علمی فعال در این زمینه است که مجله‌ای هم با این نام منتشر می‌کند که شامل آثار محققان درباره جنبه‌های فلسفی، فرهنگی، و اقتصادی فراغت است. همایش امسال این انجمن در دانشگاه باث^(۳) در جنوب انگلستان برگزار می‌شود. نگاهی به محورهای این همایش حکایت از ماهیت بین‌رشته‌ای این حوزه و گستردگی مباحث بنیادین آن دارد. در آن میان چهار مقوله ورزش، هنر، گردشگری و رسانه از اهمیتی ویژه برخوردارند. زیرا رونق این چهار بخش بیش از هر چیز نیازمند فراوانی فراغت در جامعه است. هر یک نیز در کانون انبوهی از پیوندهای اقتصادی و فرهنگی قرار دارند و در نهایت زمینه‌ای پربار برای پژوهش و اندیشه برای متخصصان این رشته فراهم آورده‌اند.

1) The University of Birmingham (<https://www.birmingham.ac.uk/>)
2) Leisure Studies Association (<http://www.leisurestudies.org/>)
3) University of Bath (<http://www.bath.ac.uk/>)