

M- Scale مقیاس تجارب عرفانی

نیما قربانی دانشیار دانشگاه تهران

خیلی کم	کم	تا حدودی	زیاد	خیلی زیاد	هر یک از عبارتهای زیر را به دقت بخوانید و مشخص کنید که آیا چنین تجاربی داشته اید یا نه. میزان موافقت و مخالفت شما با عبارتهای زیر نشان دهنده این خواهد بود که تا چه حدی چنین تجاربی داشته اید.
					۱- من وضعیت بی زمانی و بی مکانی را تجربه کرده ام.
					۲- هرگز تجربه ای نداشته ام که امکان بیان و توضیح آن وجود نداشته باشد.
					۳- من حالت جذب و یا ذوب شدن در چیزی بزرگتر از خودم تجربه کرده ام.
					۴- تجربه ای داشته ام که در آن همه چیز از ذهنم خارج شده است، تا وقتی که تنها به این تهی شدگی هشیار شدم.
					۵- شادی و شمع عمیق را تجربه کرده ام.
					۶- هیچگاه تجربه ای نداشته ام که در آن احساس کنم در همه چیز جذب و غرق شده ام.
					۷- هیچگاه حالتی از آرامش و صلح و صفای کامل را تجربه نکرده ام.
					۸- هیچگاه تجربه ای نداشته ام که در آن احساس کنم که انگار همه چیز زنده است.
					۹- هیچگاه تجربه ای نداشته ام که به نظرم مقدس برسد.
					۱۰- هیچگاه تجربه ای نداشته ام که در آن همه چیز آگاه به نظر برسد.
					۱۱- تجربه ای داشته ام که در آن فاقد هر گونه حسی از فضا و زمان بوده ام.
					۱۲- تجربه ای داشته ام که در آن وحدت و یگانگی خودم را با همه چیز احساس کرده ام.
					۱۳- تجربه ای داشته ام که در آن بصیرت و چشم اندازی نوین به واقعیت یافته ام.
					۱۴- هیچگاه امری الهی را تجربه نکرده ام.
					۱۵- هیچگاه تجربه ای نداشته ام که احساس کنم زمان و مکان وجود ندارد.
					۱۶- هیچگاه چیزی را که بتوانم واقعیت غایی بنامم تجربه نکرده ام.
					۱۷- تجربه ای داشته ام که در آن واقعیت غایی برایم آشکار شده است.
					۱۸- تجربه ای داشته ام که در آن همه چیز را کامل و عاری از هر گونه نقصی در آن زمان دریافته ام.
					۱۹- تجربه ای داشته ام که در آن احساس کردم همه چیز در دنیابخشی از یک واحد و یکپارچه است..
					۲۰- تجربه ای داشته ام که می دانستم مقدس است.
					۲۱- هیچگاه تجربه ای نداشته ام که نتوانم آن را به زبان بیان کنم.
					۲۲- تجربه ای داشته ام که در من احساس ترس و حیرت به وجود آورده است.

مقیاس تجارب عرفانی (M-Scale)

خیلی کم	کم	تا حدودی	زیاد	خیلی زیاد	هر یک از عبارتهای زیر را به دقت بخوانید و مشخص کنید که آیا چنین تجاربی داشته اید یا نه. میزان موافقت و مخالفت شما با عبارتهای زیر نشان دهنده این خواهد بود که تا چه حدی چنین تجاربی داشته اید.
					۲۳- تجربه ای داشته ام که امکان انتقال و توصیف آن وجود نداشته است.
					۲۴- هیچگاه تجربه ای نداشته ام که در آن احساس کنم وجودم در امری بزرگتر غرق شده است.
					۲۵- هیچگاه تجربه ای نداشته ام که در من حیرت و شگفتی ایجاد کرده باشد.
					۲۶- هرگز تجربه ای نداشته ام که در آن جنبه های عمیق تر واقعیت بر من آشکار شده باشد.
					۲۷- هیچگاه تجربه ای نداشته ام که در آن زمان و مکان، و فاصله بی معنا شده باشد.
					۲۸- هیچگاه تجربه ای نداشته ام که در آن یگانگی و وحدت همه چیز را در یابم.
					۲۹- تجربه ای داشته ام که در آن همه چیز هشیار به نظر می رسید.
					۳۰- هیچگاه تجربه ای نداشته ام که در آن همه چیز با یک واحد کل یکی و متحد شود.
					۳۱- تجربه ای داشته ام که در آن احساس کرده ام هیچ چیز واقعا مرده و بی حس نیست.
					۳۲- تجربه ای داشته ام که با لغات قابل بیان نبوده است.

ابعاد پرسشنامه:

✓ عرفان آفاقی: ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶، ۷، ۸، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳، ۲۴، ۲۵، ۲۶، ۲۷، ۲۸، ۲۹، ۳۰ و ۳۱

✓ عرفان انفسی: ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶، ۷، ۸، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳ و ۳۲

✓ تفسیر دینی: ۱، ۲، ۳، ۴، ۵، ۶، ۷، ۸، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳، ۲۴، ۲۵ و ۲۶

موادی که امتیاز آنها باید وارونه شود:

۲، ۳، ۴، ۵، ۶، ۷، ۸، ۹، ۱۰، ۱۱، ۱۲، ۱۳، ۱۴، ۱۵، ۱۶، ۱۷، ۱۸، ۱۹، ۲۰، ۲۱، ۲۲، ۲۳، ۲۴، ۲۵، ۲۶، ۲۷ و ۳۰

Hood, R. W., Jr., Ghorbani, N., Watson, P. J., Ghramaleki, A. F., Bing, M. N., Davison, H. K., Morris, R. J., & Williamson, W. P. (2001). Dimensions of the Mysticism Scale: Confirming the three-factor structure in the United States and Iran. *Journal for the Scientific Study of Religion*, 40, 691-705.

Ghorbani, N., & Watson, P. J., Rostami, R. (2007). Self-reported mysticism, basic need satisfaction, anxiety and depression in Iranian Muslims. *Psychological Report*, 100, 242-298.

Ghorbani, N., & Watson, P. J. (2009). Mysticism and Self-Determination in Iran: Multidimensional Complexity of Relationships with Basic Need Satisfaction and Mindfulness. *Archive for the Psychology of Religion*.

Ghorbani, N., Watson, P. J., Rezazadeh, Z., & Cunningham, C. J. L. (2011). Dialogical Validity of Religious Measures in Iran: Relationships with Integrative Self-Knowledge and Self-Control of the Perfect Man (Ensan-e-Kamel). *Archive for the Psychology of Religion*, 33, 93-113.