

ساخت و بررسی ویژگی‌های روانسنجی مقیاس غفلت بر مبنای آیات قرآن

کریم

فرهاد خرمائی*^۱، مریم قره چاهی^۲، فرزانه یزدانی^۳، سروش زارع^۴

تاریخ وصول: ۹۳/۸/۱۳ تاریخ پذیرش: ۹۴/۵/۶

چکیده

هدف این پژوهش ساخت و بررسی ویژگی‌های روانسنجی مقیاس غفلت بر مبنای آیات قرآن کریم بود. بدین منظور بر اساس مفاهیم ظاهری آیات قرآن کریم در مورد غفلت عباراتی تدوین و در قالب مقیاس غفلت آورده شد. برای بررسی ویژگی‌های روانسنجی این مقیاس از بین دانشجویان دانشگاه شیراز تعداد ۵۱۸ دانشجوی کارشناسی به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی انتخاب شدند. برای سنجش روایی سازه این مقیاس از تحلیل عاملی اکتشافی و روایی ملاکی استفاده شد. همچنین برای تعیین پایایی مقیاس از ضریب آلفای کرونباخ استفاده گردید. نتایج وجود چهار عامل را در مقیاس غفلت مورد تایید قرار داد. با توجه به مفهوم گویه‌های بارگذاری شده بر هر عامل، این مولفه‌ها با عناوین غفلت از خداوند و آخرت، غفلت از دیگران، بی‌توجهی و روزمرگی و غفلت از خطرات نامگذاری شدند. همبستگی این مولفه‌ها با پرسشنامه هشیاری فرایبورگ نشان داد که هر چهار مولفه با نمره کل پرسشنامه هشیاری همبستگی منفی معنادار دارد. ضرایب آلفای کرونباخ نیز نشان داد که این مولفه‌ها از پایایی مطلوبی برخوردارند. بنابراین مقیاس غفلت پایایی و روایی مناسبی برای استفاده در فعالیت‌های پژوهشی دارد.

واژه‌های کلیدی: مقیاس غفلت، غفلت از خداوند و آخرت، غفلت از دیگران، غفلت از خطرات.

^۱ - دانشیار دانشکده روانشناسی و علوم تربیتی دانشگاه شیراز

^۲ - کارشناس ارشد روانشناسی بالینی

^۳ - کارشناس ارشد روانشناسی بالینی

^۴ - دانشجوی کارشناسی دانشگاه شیراز

* نویسنده مسوول مقاله: khormaei@shirazu.ac.ir

مقدمه

غفلت قصور و تساهل شناختی است که منجر به نادیده انگاری، بی توجهی و فراموشی خدا و آخرت، افراد و امور مهم زندگی و عدم آگاهی نسبت به تهدیدها و خطرات واقعی می‌شود. در این وضعیت روانشناختی فرد امور کم اهمیت تر را جایگزین مسایل مهم زندگی می‌سازد و چنان مشغولیت و درگیری شناختی با این مسایل می‌یابد که دچار نوعی روزمرگی، خودفراموشی و ناآگاهی می‌شود. فرض بر این است که این تساهل و خطای شناختی موجب زیان و خسارت این دنیایی و آن دنیایی می‌شود. در دین اسلام و آیات قرآنی، غفلت و رها شدن از آن اهمیت و جلوه خاصی دارد. غفلت در لغت فارسی به معنای فراموش کردن، سهو و بی خبری، نادانی، بی‌پروایی، سهل انگاری، عدم اعتنا و سستی است (دهخدا، ۱۳۷۷). غفلت در اصل لغت به معنای پوشیده و مخفی بودن است (ابن منظور، ۱۳۷۲) و در معنایی دیگر نیز به کار رفته است و آن زمانی است که مسئله‌ای به دلیل غفلت بر انسان پوشیده شده و از ذهن انسان می‌رود. از اینرو غفلت به سهو و لغزشی اطلاق شده است که انسان را به سبب کمی مراقبت و هشیاری فرا می‌گیرد (راغب اصفهانی، ۱۳۹۰). غفلت دارای مفهوم وسیع و گسترده‌ای است که هرگونه بی خبری از شرایط زمانی و مکانی، واقعیت‌های فعلی و آینده و گذشته، صفات و اعمال خود و پیامها و آیات حق را شامل می‌شود. چنان که از قرآن و روایات معتبر به دست می‌آید، غفلت، حالتی در انسان است که شخص با وجود حضور مطلوب در برابر خود، متوجه آن نیست. در حقیقت امور دیگر چنان هوش و حواس او را به خود جلب می‌کند که حضور مطلوب را نمی‌بیند و متوجه آن نمی‌شود (مکارم شیرازی، ۱۳۷۷).

عالمان اخلاق مفهوم غفلت را وامدار از وحی هستند و به همین دلیل با توجه به معنای این واژه در قرآن، می‌توان به تصویر روشن و متمایز از آن رسید. مفسران بر این باور هستند که مفهوم قرآنی واژه غفلت، به بی خبری خاص اطلاق می‌شود. از نظر آنها بی خبری که در زبان قرآن غفلت نامیده می‌شود، دارای چند ویژگی است. یکی از این ویژگی‌ها بی خبری از امری حاضر است. یعنی غفلت بی خبری از امری است که در معرض دید انسان است، به گونه‌ای که بی توجهی شخص نسبت به آن متوقع نیست (قرشی ۱۳۷۲). ویژگی بعدی این است که غفلت بی توجهی پس از آگاهی و توجه است؛ به عبارت دیگر غفلت بی خبری ثانوی و نه ابتدایی است. امری در ذهن فرد حاضر است، ولی به دلایلی مورد فراموشی واقع می‌شود و فرد نسبت به آن بی خبر می‌گردد (شیخ طوسی، ۱۳۴۰). شیخ طوسی، فقیه و مفسر شیعه در قرن پنجم در تعریف غفلت می‌گوید: غفلت آن است که معنایی قابل ادراک از ذهن فرد بیرون رود (شیخ طوسی، ۱۳۴۰). غفلت در کاربرد عرفی، به معنای عدم توجه و بی خبری به طور عام به کار می‌رود و نزد لغت شناسان به معنای وارهانیدن امری است. عالمان اخلاق آن را به سستی فرد از توجه به امری مهم در زندگی وی تعریف کرده‌اند. غفلت در

ادبیات روایی و عرفانی به دو طریق شناسایی شده است: تعریف تمثیلی و تعریف از طریق ضد. ضد غفلت، بیداری است. ایمنی کاذب، بی‌مبالاتی و بی‌احتیاطی فرد در زندگی فردی و اجتماعی خویش از مشخصات غفلت ورزی است که به منزله دو ملاک تمایز غفلت از غیر آن به کار می‌رود (قراملکی ۱۳۸۲).

در آیات و روایات آثاری برای غفلت بیان شده که بیانگر تاثیر منفی آن در زندگی مادی و معنوی و نیز دنیوی و اخروی بشر است. گناه از مهم‌ترین آثار غفلت به خدا است (یونس ۷ و ۸): «إِنَّ الَّذِينَ لَا يَرْجُونَ لِقَاءَنَا وَرَضُوا بِالْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَاطْمَأَنَّنُوا بِهَا وَالَّذِينَ هُمْ عَنْ آيَاتِنَا غَافِلُونَ. أُولَئِكَ مَأْوَاهُمُ النَّارُ بِمَا كَانُوا يَكْسِبُونَ» همانا کسانی که امید دیدار ما را ندارند و به زندگی دنیا خشنود گشته و به آن دل بسته اند و کسانی که از آیات ما غافل اند آنها جایگاهشان آتش است به کیفر آنچه کسب کرده‌اند.

انحطاط انسان از دیگر آثار غفلت است که در سوره اعراف آیات ۱۴۶ و ۱۷۹ به آن اشاره شده است. اعراف (۱۷۹): «وَلَقَدْ ذَرَأْنَا لِجَهَنَّمَ كَثِيرًا مِنَ الْجِنَّ وَالْإِنْسِ لَهُمْ قُلُوبٌ لَا يَفْقَهُونَ بِهَا وَلَهُمْ أَعْيُنٌ لَا يُبْصِرُونَ بِهَا وَلَهُمْ آذَانٌ لَا يَسْمَعُونَ بِهَا أُولَئِكَ كَالْأَنْعَامِ بَلْ هُمْ أَضَلُّ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ» و حقا که ما بسیاری از جن و انس را گویبیرای دوزخ آفریده ایم، زیرا که دل‌هایی دارند ولی حقایق را بدان نمی‌فهمند، و چشم‌هایی دارند ولی بدان به عبرت نمی‌نگرند و گوش‌هایی دارند ولی بدان معارف حقه را نمی‌شنوند آنها مانند چهارپایانند بلکه گمراه ترند زیرا با داشتن استعداد رشد و تکامل، به راه باطل می‌روند و آنها همان غافلانند. (اعراف ۱۴۶) «:سَأَصْرَفُ عَنْ آيَاتِي الَّذِينَ يَتَكَبَّرُونَ فِي الْأَرْضِ بِغَيْرِ الْحَقِّ وَإِنْ يَرَوْا كُلَّ آيَةٍ لَا يُؤْمِنُوا بِهَا وَإِنْ يَرَوْا سَبِيلَ الرُّشْدِ لَا يَتَّخِذُوهُ سَبِيلًا وَإِنْ يَرَوْا سَبِيلَ الْعُغْيِ يَتَّخِذُوهُ سَبِيلًا ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ كَذَّبُوا بِآيَاتِنَا وَكَانُوا عَنْهَا غَافِلِينَ» من آنان را که در زمین به ناحق کبر و بزرگ منشی کنند از آیات خود رو گردان و معرض خواهم ساخت، و اگر هر آیتی بینند به آن ایمان نیاورند و اگر راه رشد و هدایت یابند آن را نپیمایند و اگر راه جهل و گمراهی یابند آن را پیش گیرند. این (ضلالت آنها) بدین جهت است که آیات ما را تکذیب کردند و از آنها غافل و معرض بودند. هم‌چنین در آیه ۱۴۶ غفلت به عنوان عامل گمراهی و سبب نپذیرفتن راه رشد و تعالی آمده است. با توجه به همین آیه هایمان نیاوردن به نشانه‌های حقانیت دین و زمینه‌سازی رویکرد انسانی به بیراهه و ترک راه رشد و کمال نیز از جمله آثار زیانبار غفلت به شمار می‌رود.

در سوره طه آیات ۱۲۴ و ۱۲۶ غفلت بعنوان مانع بصیرت نسبت به حقایق آخرتی و مایه محرومیت از توجه و عنایت خدا در قیامت ذکر شده است. در این آیه غفلت به عنوان عامل گرفتاری به سختی و تنگی در زندگی و معیشت ذکر شده است. (طه ۱۲۴): «وَمَنْ أَعْرَضَ عَنْ ذِكْرِي فَإِنَّ لَهُ مَعِيشَةً

ضَنْكًا وَ نَحْشُرُهُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ أَعْمَى» و هر که از یاد من روی گرداند حتما برای او زندگی تنگی خواهد بود هر چند دارای مال و منال وافر باشد، به لحاظ انقطاع از غیب، و عدم قناعت نفس و طلب زیادی و تزلزل موارد اتکاء و خوف از حوادث روز قیامت او را نابینا محسوس می‌کنیم و (طه ۱۲۶): «قَالَ كَذَلِكَ أَتَتْكَ آيَاتُنَا فَنَسِيْتَهَا وَ كَذَلِكَ الْيَوْمَ تُنْسَى» گوید: همین گونه که امروز کور و فراموش شده ای آیات و نشانه های روشن ما برای تو آمد اما تو از آنها چشم پوشیدی و آنها را فراموش کردی، هم‌چنین امروز تو نابینا می شوی و فراموش می‌گردی. در سوره ق، آیه ۲۲ نیز غفلت بعنوان مانع بصیرت به حقایق آخرتی ذکر شده است: «لَقَدْ كُنْتُمْ فِي غَفْلَةٍ مِنْ هَذَا فَكَشَفْنَا عَنْكُمْ غِطَاءَ كَذِبِ بَصَرِكُمْ الْيَوْمَ حَدِيدٌ» به او گفته می شود، حقا که از این (روز) در غفلت بودی، پس ما پرده غفلت را از جلو فکرت کنار زدیم پس چشمت امروز تیزبین است (اوضاع محشر و اعمال خود و جزای آن را خواهی دید).

از دیگر آثار غفلت محرومیت از شناخت و بسته راه‌های ادراکی است که در سوره نحل آیات ۱۰۷ و ۱۰۸ به آن اشاره شده است. آنجا که می‌فرماید: «ذَلِكَ بِأَنَّهُمْ اسْتَحَبُّوا الْحَيَاةَ الدُّنْيَا عَلَى الْآخِرَةِ وَ أَنَّ اللَّهَ لَا يَهْدِي الْقَوْمَ الْكَافِرِينَ. أُولَئِكَ الَّذِينَ طَبَعَ اللَّهُ عَلَى قُلُوبِهِمْ وَ سَمَعِهِمْ وَ أَبْصَارِهِمْ وَ أُولَئِكَ هُمُ الْغَافِلُونَ» این به خاطر آن است که زندگی دنیا و پست را بر آخرت ترجیح دادند و خداوند افراد بی ایمان لجوج را هدایت نمی‌کند. آنها کسانی هستند که بر اثر فزونی گناه، خدا بر قلب و گوش و چشمانشان مهر نهاده به همین دلیل نمی‌فهمند و غافلان واقعی همانها هستند.

یکی دیگر از آثار غفلت در زندگی انسان این است که مانع پذیرفتن نصیحت و خیراندیشی دیگران می‌شود که در سوره حجر آیات ۷۰ تا ۷۲ به آن اشاره شده است: «قَالُوا أَوْ لِمَ نَنْهَكَ عَنِ الْعَالَمِينَ (۷۰). قَالَ هَؤُلَاءِ بَنَاتِي إِنْ كُنْتُمْ فَاعِلِينَ (۷۱). لَعَمْرُكَ إِنَّهُمْ لَفِي سَكْرَتِهِمْ يَعْمَهُونَ (۷۲)» گفتند: آیا تو را از دعوت نمودن، پناه دادن و مهمان کردن مردم دنیا منع نکردیم؟ لوط به قوم خود گفت این دخترانم را به نکاح شما می‌دهم تا اگر خیال عملی دارید انجام دهید. (ای محمد) به جان تو قسم که مردم این دنیا همیشه مست شهوات نفسانی و به حیرت و غفلت و گمراهی خواهند بود.

فریب خوردن از زرق و برق دنیا از دیگر آثار غفلت است که در سوره انعام آیات ۱۳۰ و ۱۳۱ به آن اشاره شده است: «يَا مَعْشَرَ الْجِنِّ وَ الْإِنْسِ أَلَمْ يَأْتِكُمْ رُسُلٌ مِنْكُمْ يَقُصُّونَ عَلَيْكُمْ آيَاتِي وَ يُنذِرُونَكُمْ لِقَاءَ يَوْمِكُمْ هَذَا قَالُوا شَهِدْنَا عَلَى أَنْفُسِنَا وَ غَرَّبْتَهُمْ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا وَ شَهِدُوا عَلَى أَنْفُسِهِمْ أَنَّهُمْ كَانُوا كَافِرِينَ. ذَلِكَ أَنْ لَمْ يَكُنْ رَبُّكَ مُهْلِكَ الْقُرَى بِظُلْمٍ وَ أَهْلُهَا غَافِلُونَ» در روز قیامت از جانب خدا خطاب شود که ای گروه جن و انس، آیا برای شما فرستادگانی از خودتان نیامدند که آیات مرا بر شما بازگو می‌کردند و شما را از دیدار امروزتان بیم می‌دادند؟ گویند: ما به زیان خود گواهی می‌دهیم. آری فرستادگان آمدند و بیم دادند و زندگی دنیا آنها را فریفت، و از این روبه زیان خود

گواهی دهند که کافر بودند. این ارسال پیامبران برای این است که پروردگارت هرگز هلاک کننده مردم شهرها و روستاها به ستم نبوده در حالی که اهلشان غافل باشند.

از دیگر آثار غفلت ظلم به خویشتن و حسرت است که خداوند در سوره انبیاء آیه ۹۷ به آن اشاره فرموده است: «وَ اقْتَرَبَ الْوَعْدُ الْحَقُّ فَإِذَا هِيَ شَاخِصَةٌ أَبْصَارُ الَّذِينَ كَفَرُوا يَا وَيْلَنَا قَدْ كُنَّا فِي غَفْلَةٍ مِّنْ هَذَا بَلْ كُنَّا ظَالِمِينَ» و وعده حق قیامت نزدیک گردد پس به ناگاه حادثه این باشد که دیدگان کسانی که کفر ورزیده اند از عظمت و هول منظره خیره و بی حرکت گردد و فریاد زنند: ای وای بر ما که از این روز سخت در غفلت بودیم، بلکه ما گروهی ستمکار بودیم و غفلت ما در اثر ظلم خود ما بود. در سوره مریم آیات ۳۷ تا ۳۹ نیز حسرت به عنوان یکی از آثار غفلت ذکر شده است. به آن اشاره شده است: «فَاخْتَلَفَ الْأَحْزَابُ مِنْ بَيْنِهِمْ فَوَيْلٌ لِلَّذِينَ كَفَرُوا مِنْ مَّشْهَدِ يَوْمٍ عَظِيمٍ. أَسْمِعْ بِهِمْ وَأَبْصِرْ يَوْمَ يَأْتُونَنَا لَكِنِ الظَّالِمُونَ الْيَوْمَ فِي ضَلَالٍ مُّبِينٍ. وَ أَنْذَرْنَاهُمْ يَوْمَ الْحَسْرَةِ إِذْ قُضِيَ الْأَمْرُ وَ هُمْ فِي غَفْلَةٍ وَ هُمْ لَا يُؤْمِنُونَ» پس گروه‌ها از میان آنانصراری، درباره وی اختلاف کردند برخی گفتند او خداست، و برخی گفتند او فرزند خداست. پس وای به حال کسانی که به غلو درباره او کفر ورزیدند از حضور در روزی بزرگ اینان در روزی که نزد ما می‌آیند چه شنوا و چه بینا خواهند بود. لکن ستمکاران امروز در گمراهی آشکارند، و در آن روز نیز در گمراهی خواهند بود زیرا ایمان قهری سودی به حالشان نخواهد داشت و آنها را از روز حسرت فراگیر که بدان حسرت گناه و نیکان حسرت کمی طاعت خواهند داشتیم ده، آن گاه که کار (حساب و قضاوت تمام شود ولی آنها در غفلت اند و ایمان نمی‌آورند).

غفلت دارای عوامل معرفتی و روانی است. عوامل معرفتی شامل نگرش تک بعدی، نگرش تاریخی، تعمیم ناروا، اثبات شی و درآمیختن احساس و ادراک یک پدیده، مطلق پنداری عقل، خیالپردازی و عوامل غیر معرفتی شامل سهل انگاری و عافیت طلبی، پیروی از ظن و گمان، پیروی از هوی و هوس، گناه آلودگی و گستاخی، اقبال مردم و تملق چاپلوسان و پیروی کورکورانه می‌باشد (قراملکی ۱۳۸۲). غفلت در آیات و روایات و در متون اسلامی به شیوه‌های مختلف تقسیم بندی شده است. در یک تقسیم بندی غفلت شامل غفلت از خود، غفلت از مرگ، غفلت از خدا و غفلت از آرمان‌های والای انسانی تقسیم شده است (قراملکی، ۱۳۸۲).

قرائتی (۱۳۸۸) غفلت را در آموزه‌های قرآن از نظر حکمی و ارزشی و یا ضد ارزشی به سه دسته تقسیم کرده است. غفلت خوب نظیر آیه ۲۳ سوره نور: «إِنَّ الَّذِينَ يَرْمُونَ الْمُحْصَنَاتِ الْغَافِلَاتِ الْمُؤْمِنَاتِ لَعُنُوا فِي الدُّنْيَا وَالْآخِرَةِ وَ لَهُمْ عَذَابٌ عَظِيمٌ» کسانی که زنان پاکدامن و بی خبر از هر گونه آلودگی و مؤمن را متهم می‌سازند، در دنیا و آخرت از رحمت الهی بدورند و عذاب بزرگی برای آنهاست. غفلت بد نظیر آیه ۹۲ سوره یونس: «فَالْيَوْمَ نُنَجِّيكَ بِبَدْنِكَ لِنَتَّوَنَ لِمَنْ خَلَقَ آيَةً وَ إِنَّ

كَثِيرًا مِنَ النَّاسِ عَنِ آيَاتِنَا لِعَافِلُونَ» ولی امروز، بدنت را از آب نجات می‌دهیم، تا عبرتی برای آیندگان باشی و بسیاری از مردم، از آیات ما غافلند و غفلت طبیعی به معنای بی‌اطلاعی نظیر آیه ۳ سوره یوسف: «نَحْنُ نَقُصُّ عَلَيْكَ أَحْسَنَ الْقَصَصِ بِمَا أَوْحَيْنَا إِلَيْكَ هَذَا الْقُرْآنَ وَإِنْ كُنْتَ مِنْ قَبْلِهِ لَمِنَ الْعَافِلِينَ» ما بهترین سرگذشت‌ها را از طریق این قرآن - که به تو وحی کردیم - بر تو بازگو می‌کنیم و مسلماً پیش از این، از آن خبر نداشتی.

غفلت از جهت نفوذ در دل آدمی، عوامل بروز، شیوه پیشگیری و روش درمان و آثار زیانبارش، مراتب و درجات مختلفی دارد. شناخت مراتب گوناگون غفلت و شناخت جایگاه خویش در این مراتب، شرط لازم تغییر رفتار است. مراتب غفلت عبارتند از: غفلت گریز ناپذیر، غفلت معذور، غفلت مذموم، غفلت مستقر، غفلت مضاعف، غفلت در فرهنگ سازمانی (قراملکی، ۱۳۸۲). مراتب شش گانه، از جهت شدت و ضعف، یکسان نیستند. غفلت گریز ناپذیر لازمه زندگی این جهان است و از مصادق خلقت حکیمانه آفرینش است. غفلت معذور هر چند عیب و نقصان است اما انسان را در ابتلا به آن تقصیری نیست، ولی غفلت مذموم از انسان متوقع نیست. غفلت مستقر، غفلتی است که در دل آدمی ریشه می‌دواند و به صورت طبیعت ثانوی در می‌آید. غفلت مضاعف نیز غفلت از غفلت است و غفلت در فرهنگ سازمانی غفلت زدگی هویت سازمانی و اجتماعی است.

بنابراین غفلت در متون مختلف دارای تعاریف و دسته بندی‌های مختلف است. فراموشی و از خودبیگانگی از جمله مفاهیم دیگری است که در متون مختلف از جمله روانشناسی و دینی همراه با غفلت به کار رفته است. فراموشی در عربی معادل نسیان است و نسیان که از ماده‌ی نسی است در لغت به معنای از یاد بردن و فراموش کردن چیزی است که قبلاً در ذهن بوده است (فراهیدی، ۱۳۶۸). روشن است که فراموشی اگر طبیعی باشد، انسان معذور است. اما اگر فراموشی در اثر سوء اختیار و از روی عمد باشد، انسان معذور نیست و خداوند در قبال این فراموشی او را سرزنش خواهد کرد. چرا که شخص با اختیار خودش مقدمات فراموشی را فراهم نموده و به‌عمد اوامر خدا را ترک کرده است (راغب اصفهانی، ۱۳۹۰). فراموشی در اصطلاح قرآنی غالباً به معنای بی‌اعتنایی به خدا و اوامر او اطلاق می‌شود (علامه طباطبایی، ۱۳۷۴). فراموشی خداوند و غفلت از یاد او در آیات متعددی بیان شده که بدترین نوع فراموشی بوده و به این میزان نیز اثرات مخربی دارد (مصطفوی، ۱۳۶۰). از خود بیگانگی نیز از مقوله‌های مهم در مباحث جامعه‌شناختی، انسان‌شناختی، روانشناسی اجتماعی و فلسفی جهان امروز است. از خودبیگانگی در لغت یعنی جدائی چیزی از چیز دیگر. اما در اصطلاح از خود بیگانگی عبارت است از چیزی که انسان آن را خلق کرده یا جزء خصایص انسان است، به طریقی از او دور شود. اصطلاح الیناسیون که از آن به از خود بیگانگی تعبیر شده، از قرن ۱۷ به بعد در حقوق، سپس در روانشناسی و فلسفه به کار رفته است (شیخاوندی، ۱۳۷۳).

از جمله مفاهیم دیگر نزدیک به واژه غفلت حواس پرتی است. حواس پرتی نقطه مقابل تمرکز حواس است. تمرکز حواس، استعداد ثابت نگه داشتن توجه و دقت روی موضوع یا کاری است که به میل و اراده انتخاب شده است و مانع شدن از این که این دقت و توجه به موضوعات دیگری متوجه شود به تعبیر دیگر تمرکز حواس عملی دفاعی علیه هجوم افکار خارجی است که این افکار باعث حواس پرتی افراد می‌شوند. بنابراین حواس پرتی یعنی خارج شدن از روند عادی پرداختن به کاری و فرو رفتن در افکار و تخیلات یا انجام کار دیگر است. به عبارتی غافل شدن از کاری که باید به آن پرداخته می‌شد (درخشانی، ۱۳۹۳). بنابراین در متون مختلف مفاهیم غفلت، فراموشی، از خودبیگانگی و حواس‌پرتی گاه با هم و گاه در معانی نزدیک به هم به کار رفته اند.

در روانشناسی توجه و آگاهی از جمله مفاهیم اصلی است که می‌توان این دو را به عنوان واژه‌های مقابل غفلت در نظر گرفت. به طوریکه نظریاتی مانند شناخت درمانی مبتنی بر توجه و آگاهی نوعی رواندرمانی است که برای جلوگیری از عود افسردگی طراحی شده است، مخصوصاً در افرادی که دچار اختلال افسردگی عمده هستند. در این سبک درمانی از شیوه‌های رفتاردرمانی شناختی سنتی استفاده می‌شود به علاوه از راهبردهای جدیدتر روانشناختی نظیر ذهن آگاهی و مراقبه و توجه آگاهانه نیز استفاده می‌گردد. راهبردهای مبتنی بر ذهن آگاهی متمرکز بر آگاهی از افکار و احساسات و پذیرش آنها است (کاوپانی، حاتمی و شفیع آبادی، ۱۳۸۷).

در درمانی مثل گشتالت درمانی فرض بنیادی این است که اگر افراد آگاه از آنچه باشند که در اطرافشان می‌گذرد، قابلیت خودگردانی در محیط خویش را دارند. درمان زمینه و فرصتی را برای این آگاهی و فرایند تماس برقرار کردن فراهم می‌کند (کری، ۱۳۹۰). هدف اصلی در این درمان کسب آگاهی و همراه با آن انتخاب بیش‌تر است و به درمانجو کمک می‌کند به فرآیند آگاهی خویش توجه کنند طوری که بتوانند به صورت گزینشی و با فراست تصمیماتی بگیرند و مسوولیت آن را نیز قبول کنند (کری، ۱۳۹۰). در روان تحلیلی فروید نیز هم مفاهیم ناهشیار و سطوح هشیاری برای آگاهی از رفتار و مشکلات شخصیت اهمیت دارد. از نظر فروید اغلب فعالیت‌های روانشناختی خارج از حیطه آگاهی صورت می‌گیرند، بنابراین هدف درمان هشیار کردن انگیزه‌های ناهشیار و رسیدن به بینش است که بعد از آن فرد می‌تواند تصمیم‌گیری کند (کری، ۱۳۹۰). هدف فنون به کار برده شده در روان تحلیلی بالا بردن آگاهی، پرورش دادن بینش نسبت به رفتار درمانجو و آگاهی یافتن از معنی نشانه هاست. درمان در نهایت موجب کسب بینش به مواد ناهشیار می‌شود (کری، ۱۳۹۰). پس در این روش درمان نیز به مفهوم آگاهی توجه شده است. یکی دیگر از نظریات روان درمانی که در آن به مفهوم آگاهی توجه شده است درمان وجودی است. اصل بنیاد وجودی این است که ما قربانی شرایط نیستیم، زیرا به مقدار زیاد همان کسی هستیم که تصمیم

گرفته‌ایم. هدف اصلی درمان ترغیب کردن درمانجو به فکر کردن درباره زندگی، تشخیص گزینه-های پیش روی آنها و انتخاب از بین آنها است. وقتی درمانجویان تشخیص دهند چگونه به صورت منفعل شرایط را پذیرفته و از کنترل صرف نظر کرده اند، می‌توانند آگاهانه زندگی خود را شکل دهند (کری ۱۳۹۰). در این دیدگاه ما به عنوان انسان می‌توانیم بیندیشیم و تصمیم‌گیری کنیم، زیرا قادر به خودآگاهی هستیم. وقتی آگاهی خود را گسترش دهیم می‌توانیم توانایی خود را برای زیستن کامل گسترش دهیم (کری ۱۳۹۰). در این روش مشاوره‌ای، رویارویی فرد با مساله بودن مهمتر از هدف مشکل‌گشایی است. اکثر افراد از بودن خود غافلند و چنین غفلتی در بلندمدت پیامدهای شخصی، حرف‌های، سازمانی و... نامطلوبی در زندگی به وجود می‌آورد و بر همین اساس هشیار کردن فرد به مساله بودن بنیادی و مسائل بنیادی زندگی چون مرگ، تنهایی، هدف و معنای زندگی از اهداف اصلی این روی آورد در روانشناسی است. مبانی اساسی روانشناسی اگزستانسیالیستی در وصول به غفلت زدایی عبارتند از: خود آگاهی، تجربه من هستیم، اختیار و مسئولیت، اضطراب، احساس گناه و معنای زمان (قراملکی ۱۳۸۲).

برخی روانشناسان غفلت انسان را ناشی از توجه مثبت مشروط می‌دانند که ابتدا توسط والدین و مربیان نسبت به کودک اعمال می‌شود، به تدریج در وی درونی شده و فرد، خود نسبت به خویش، توجه مثبت مشروط می‌یابد. کسی که نسبت به خود چنین تصویری پیدا کند، شخصیت، احساسات و رفتارهای خود را بر دو قسم تقسیم خواهد کرد. بخش مقبول، پسندیده و موجب احترام و بخش نامقبول و ناپسند و موجب سرزنش. خود دوستی انسان موجب می‌شود که به نحوی از بخش دوم جدا شده و عافیت طلبی، سهل‌انگاری و دیگر عوامل درونی او را به روش‌های ساده عاری شدن از بخش نامقبول خویش سوق می‌دهد و به گونه‌ای که فرد سعی می‌کند خود را انکار کند و یا تلقی خیالی از خود بیابد و خویشتن را تحریف کند. فرد به جای آنکه از طریق تغییر رفتار، بخش نامقبول خویش را اصلاح کند، آن بخش را انکار کرده و بنابراین به فراموش کردن بخشی از خویش و غفلت از خود پناهنده می‌شود و یا سعی می‌کند تصویری وارونه از خویش ایجاد کند و خود را نه تنها فاقد بخش نامقبول نبیند بلکه به نحو خیالی، عیب‌ها و نواقص خود را در عین کمال و حسن بپندارد و به این طریق غفلت از خویشتن حاصل می‌آید و شدیدترین مرتبه غفلت از خود انکار غفلت خویش و یا هشیار پنداشتن خود است که غفلت مضاعف نام دارد (قراملکی ۱۳۸۲).

بنابراین با توجه به مطالب گفته شده غفلت مساله مهمی است که در دین اسلام و آیات و روایات و متون اسلامی به آن اشاره شده است. با توجه به این که در حوزه روانشناسی غفلت تحقیقی صورت نگرفته است، بنابراین طراحی و ساخت ابزاری برای سنجش غفلت ضروری می‌باشد.

روش تحقیق

جامعه پژوهش دانشجویان کارشناسی دانشگاه شیراز بودند که به وسیله نمونه گیری خوشه‌ای تصادفی پنج دانشکده علوم پایه (۱۳۴ نفر)، کشاورزی (۷۸ نفر)، علوم انسانی (۱۳۹ نفر)، فنی مهندسی (۱۳۲ نفر) و هنر (۴۵ نفر) انتخاب شدند. تعداد کل مشارکت کنندگان در پژوهش ۵۱۸ دانشجو (۲۳۷ پسر و ۲۸۱ دختر) بودند این گروه به مقیاس غفلت پاسخ دادند. برای تعیین روایی سازه مقیاس از تحلیل عاملی اکتشافی به روش مولفه‌های اصلی همراه با چرخش واریمکس در spss21 استفاده شد و آلفای کرونباخ نیز برای تعیین پایایی مولفه‌های غفلت مورد استفاده قرار گرفت. مقیاس غفلت با بهره گیری از آیات قرآنی کریم تدوین شده است. بدین صورت که ابتدا آیات قرآنی که در آنها از واژه غفلت یا هم خانواده‌های آن استفاده شده است استخراج شد و سپس با توجه به معنی ظاهری هر آیه گویه‌های متناظر با آن در مقیاس لیکرت (از کاملاً درست با نمره ۵ تا کاملاً نادرست با نمره ۱) تدوین گردید. سپس گویه‌های دارای معنای مشابه حذف شد و به این ترتیب مقیاسی ۷۰ گویه ای به دست آمد که مشارکت کنندگان به آن پاسخ دادند. این مقیاس به همراه پرسشنامه هشیاری فرایبورگ که دارای ۱۴ گویه است به گروه نمونه داده شد و همه دانشجویان هر دو ابزار را تکمیل کردند. از پرسشنامه هشیاری فرایبورگ به منظور بررسی روایی ملاکی مقیاس غفلت استفاده شد.

نتایج

نتایج تحلیل عاملی مقیاس غفلت در جدول ۱ آمده است. نتایج آزمون کیزر-میر-اولکین (KMO) نشان از کفایت نمونه گیری برای تحلیل عاملی داشت ($KMO=0/89$ ، $P<0/0001$). و آزمون بارتلت نیز توان داده‌های پژوهش برای استخراج یک ساختار عاملی را نشان داد. برای تعیین تعداد عوامل ساختار عاملی این مقیاس از مقادیر ویژه و نموداراسکری استفاده شد. نتایج تحلیل عاملی وجود چهار عامل را در مقیاس غفلت مورد تایید قرار داد. بنابراین با توجه به بار معنایی گویه‌هایی که بر هر عامل بارگذاری شده بود هر کدام از عامل‌ها نامگذاری شدند. این چهار عامل با عناوین غفلت از خدا و آخرت، بی‌توجهی و روزمرگی، غفلت از خطرات و غفلت از دیگران در جدول ۱ آمده است. قابل ذکر است که در تحلیل نهایی گویه‌هایی که بارگذاری عاملی بر چند عامل داشتند، و همچنین گویه‌هایی که بار عاملی آنها کمتر از $0/30$ بود حذف گردید و در نهایت این مقیاس به ۳۵ گویه تقلیل داده شد.

جدول ۱: نتایج تحلیل عاملی اکتشافی مقیاس غفلت

عامل							
گویه	غفلت از خدا و آخرت	گویه	بی توجهی و روزمرگی	گویه	غفلت از خطرات	گویه	غفلت از دیگران
۱۳	۰/۷۶	۲۸	۰/۷۲	۵	۰/۷۰	۱۹	۰/۶۵
۲	۰/۷۳	۲۵	۰/۷۰	۹	۰/۶۷	۳۴	۰/۶۱
۳۱	۰/۷۰	۲۱	۰/۶۴	۱	۰/۶۷	۳۰	۰/۵۶
۱۶	۰/۷۰	۱۷	۰/۶۱	۲۶	۰/۶۶	۲۷	۰/۶۰
۲۳	۰/۶۵	۳۲	۰/۵۹	۲۴	۰/۵۶		
۳۳	۰/۶۴	۱۱	۰/۵۹	۲۰	۰/۵۳		
۴	۰/۵۷	۳۵	۰/۵۳	۱۴	۰/۵۰		
۱۸	۰/۵۱	۷	۰/۵۰	۱۵	۰/۴۶		
۸	۰/۴۵			۲۹	۰/۴۳		
۲۸				۱۲	۰/۳۶		

نتایج تحلیل عاملی نشان داد که عامل غفلت از خدا و آخرت با ارزش ویژه ۳/۹۸ و با ۹ گویه، ۱۱/۳۸ درصد از واریانس، عامل بی توجهی و روزمرگی با ارزش ویژه ۳/۹۷ و ۸ گویه، ۱۰/۸۵ درصد از واریانس، عامل غفلت از خطرات با ارزش ویژه ۳/۶۲ و ۱۰ گویه، ۱۰/۳۵ درصد از واریانس و عامل غفلت نسبت به دیگران با ارزش ویژه ۳/۵۴ و با ۸ گویه ۱۰/۱۳ درصد از واریانس را تبیین می‌کنند. واریانس کل مقیاس غفلت ۴۲/۷۱ بوده است. پایایی هر چهار مولفه مقیاس غفلت نیز با استفاده از ضریب آلفای کرونباخ محاسبه گردیده است. نتایج در جدول ۲ آمده است.

جدول ۲: پایایی مولفه‌های مقیاس غفلت

مولفه	تعداد گویه‌ها	ضریب آلفا
غفلت از خداوند و آخرت	۹	۰/۸۲
بی توجهی و روزمرگی	۸	۰/۸۱
غفلت از خطرات	۱۰	۰/۷۸
غفلت نسبت به دیگران	۸	۰/۷۸
مقیاس کل غفلت	۳۵	۰/۸۸

همان‌گونه که در جدول ۲ آمده است، ضریب آلفای کرونباخ برای عامل غفلت از خدا و آخرت با ۹ گویه ۰/۸۲، برای عامل بی توجهی و روزمرگی با ۸ گویه ۰/۸۲، برای عامل غفلت از خطرات با ۱۰ گویه ۰/۷۸ و برای عامل غفلت از دیگران با ۸ گویه ۰/۷۸ به دست آمد. آلفای کرونباخ برای کل مقیاس غفلت نیز ۰/۸۸ بوده است. برای بررسی روایی همگرای مقیاس غفلت از همبستگی نمره‌های هر مولفه با نمره کل استفاده شده است. همان‌گونه که جدول ۳ نشان می‌دهد، همبستگی بین

مولفه‌ها با نمره کل در دامنه‌ای از ۰/۶۰ تا ۰/۷۹ قرار دارد در حالی که همبستگی مولفه‌ها با یکدیگر بسیار کمتر است. این نکته گویای آن است که این مولفه‌ها سازه غفلت را به خوبی اندازه‌گیری می‌نمایند. هم‌چنین از همبستگی نمره کل و مولفه‌های غفلت با نمره کل پرسشنامه هشیاری فرایبورگ برای بررسی روایی ملاکی مقیاس غفلت استفاده شد. نتایج نشان می‌دهد که نمره کل و مولفه‌های غفلت با نمره کل پرسشنامه هشیاری دارای همبستگی منفی است. دامنه این همبستگی‌ها از ۰/۱۲- تا ۰/۴۸- بوده است.

جدول ۳: همبستگی بین مولفه‌های مقیاس غفلت با نمره کل مقیاس غفلت و نمره کل پرسشنامه

هشیاری						
مولفه‌های غفلت	۱	۲	۳	۴	۵	۶
۱- غفلت از دیگران	۱					
۲- بی‌توجهی و روزمرگی	۰/۶۲	۱				
۳- غفلت از خطرات	۰/۳۰	۰/۳۷	۱			
۴- غفلت از خدا و آخرت	۰/۲۵	۰/۱۹	۰/۲۷	۱		
۵- کل مقیاس غفلت	۰/۷۸	۰/۷۹	۰/۶۸	۰/۶۰	۱	
۶- هوشیاری	-۰/۲۷	-۰/۳۳	-۰/۴۸	-۰/۱۲	-۰/۴۳	۱

بحث و نتیجه‌گیری

این پژوهش با هدف ساخت و بررسی ویژگی‌های روانسنجی مقیاس غفلت بر مبنای آیات قرآن کریم انجام شد. بدین منظور بر اساس مفاهیم ظاهری قرآن کریم در مورد غفلت، عباراتی تدوین و در قالب مقیاس غفلت آورده شد. برای بررسی ویژگی‌های روانسنجی این مقیاس، تعداد ۵۱۸ دانشجوی کارشناسی به روش نمونه‌گیری خوشه‌ای تصادفی انتخاب شدند و به مقیاس غفلت پاسخ دادند. برای بررسی روایی مقیاس از تحلیل عاملی به روش مولفه‌های اصلی همراه با چرخش واریمکس و هم‌چنین روایی ملاکی استفاده شد. پس از تحلیل عاملی اکتشافی وجود چهار عامل در مقیاس غفلت مورد تایید قرار گرفت. این مولفه‌ها بر اساس معانی گویه‌های بارگذاری شده با عناوین غفلت از خدا و آخرت، بی‌توجهی و روزمرگی، غفلت از خطرات و غفلت از دیگران نامگذاری شدند. در این میان غفلت از خدا و آخرت بیش‌ترین و غفلت از دیگران کمترین میزان واریانس را به خود اختصاص دادند. به منظور تعیین پایایی مقیاس از ضریب آلفای کرانباخ استفاده شد. هم‌چنین برای بررسی روایی هم‌گرایی مقیاس از همبستگی نمره هر چهار مولفه با نمره کل استفاده شد. نتایج نشان داد که هر چهار مولفه غفلت با نمره کل غفلت همبستگی مثبت دارد. در حالی که همبستگی نمرات مولفه‌ها با یکدیگر پایین‌تر از همبستگی آنها با نمره کل بود. برای بررسی روایی ملاکی نیز از همبستگی نمره کل غفلت و مولفه‌های آن با پرسشنامه هشیاری فرایبورگ استفاده شد که نتایج

حاکمی از وجود همبستگی منفی بین نمره کل و مولفه‌های غفلت با نمره کل این پرسشنامه بود. در مجموع مقیاس غفلت از روایی سازه و ملاکی مطلوبی برخوردار است. اولین عاملی که در این پژوهش مورد تایید قرار گرفت، مولفه غفلت از خدا و آخرت بود. نمره بالا در این زیر مقیاس افرادی را توصیف می‌کند که، در زندگی حضور خداوند را به عنوان حامی خود احساس نمی‌کنند و در خلوت خویش با او به راز و نیاز نمی‌پردازند و فقط به هنگام حوادث و رویدادهای مصیبت بار او را یاد می‌کنند. این افراد به آخرت و نتیجه کارهای خود کمتر می‌اندیشند و یاد خداوند آنها را از وسوسه‌ها دور نمی‌سازد. از مجازات پروردگار نمی‌هراسند و از او غافلند.

عامل غفلت از دیگران از جمله مولفه‌های مقیاس غفلت بود که در تحلیل عاملی مورد تایید قرار گرفت. افرادی که در این مقیاس نمره بالا می‌آورند، به بسیاری از گزینه‌های خوب در زندگی بی‌توجه هستند. آنها اطرافیان را از خود می‌رنجانند، دارای غرور نابجا هستند و در امور دیگران دخالت می‌کنند. بدون اینکه بخواهند پشت سر دیگران حرف می‌زنند و حقوق دیگران را زیر پا می‌گذارند. آنها سهل انگارند و واقعیت‌ها را پنهان می‌کنند که گاه به ضرر دیگران تمام می‌شود. آنها فقط خودشان را می‌بینند و به افراد دیگر توجهی ندارند به حدی که توسط دیگران به عنوان انسان‌های سخت دل توصیف می‌شوند.

بی توجهی و روزمرگی نیز مولفه سوم مقیاس غفلت بود. افرادی که نمره بالا در این زیر مقیاس می‌آورند از مسایل حال حاضر خود غافلند و مشغولیت به آینده و تحقق آرزوها موجب می‌شود که وضعیت کنونی خود را فراموش کرده و از مسایل پیرامون خود غافل باشند و به همین دلیل گرفتار مشکلات زیادی می‌شوند. آنها گذر عمر را فراموش می‌کنند، بنابراین از این نکته غافلند که فرصت خیلی از کارها را از دست خواهند داد. این افراد بی هدف و سرگردان و دچار روزمرگی‌اند، و به خیلی از جنبه‌های مهم زندگی توجه ندارند. بیش تر رفتارهای آنها از روی عادت شده است و به این رفتارها نمی‌اندیشند. این افراد به استعدادهایی که دارند بی توجه هستند و از استعدادهای خود استفاده بهینه نمی‌کنند.

غفلت از خطرات نیز مولفه چهارم مقیاس غفلت بود. افرادی که در این زیر مقیاس نمره بالا می‌آورند بیش تر وقت خود را صرف کارهای بیهوده کرده و در کارهای خود اندیشه نمی‌کنند. آنها با بی‌پروایی از خطرات اطراف خود و آسیب‌های احتمالی از سوی دیگران و بدخواهان غفلت می‌ورزند. هم چنین هیچ راهکاری برای مبارزه با خطرات احتمالی پیش آمده از سوی دیگران ندارند. این افراد عجولانه تصمیم می‌گیرند و در مورد دیگران نیز زود قضاوت می‌کنند.

به این چهار مولفه مقیاس غفلت در ادبیات غفلت به صورت‌های مختلف اشاره شده است برای مثال قراملکی (۱۳۸۲) غفلت از خویش را با مولفه‌های غفلت از آینده، بی خبری از فرزندان (غفلت از دیگران)، غفلت از شان و موقعیت اجتماعی، بی خبری از احساسات و هیجان‌های خود توصیف می‌-

کند که غفلت از فرزندان را می‌توانیم معادل با غفلت از دیگران در این پژوهش بدانیم. هم‌چنین قراملکی (۱۳۸۲) در بحث غفلت از خویشتن، گرایش انسان به این پندار را بیان می‌کند که بشر هر چیزی را می‌تواند آزمایش کند و تجربه هر امری جایز استغافل از اینکه این پندار موجب غفلت از سرمایه وجودی آدمی است که در برخی از تجربه‌ها به طور کامل از دست می‌رود و آزمایش‌کننده-ای در میان نمی‌ماند تا بر نتیجه آزمایش واقف شود. غفلت خویشتن را می‌توان معادل با غفلت از خطرات در مقیاس غفلت در این پژوهش دانست که موجب می‌شود انسان به عواقب کاری که می‌کند اندیشه نکند و با بی‌پروایی از خطرات اطراف خود غفلت ورزد. هم‌چنین قراملکی (۱۳۸۲) بی‌خبری از توانائی صعود و تکامل را در مقوله غفلت از خویشتن آورده است که می‌توان آن را معادل با بی‌توجهی به استعدادها و عدم استفاده بهینه از استعدادها دانست که در این پژوهش در مقوله بی‌توجهی و روزمرگی گنجانده شده است.

در تقسیم بندی قراملکی (۱۳۸۲) فراموشی مرگ بعنوان بارزترین مصداق غفلت ذکر شده است که می‌توان آن را معادل با غفلت از خدا و آخرت در این پژوهش در نظر گرفت. هم‌چنین با توجه به تعریفی که از بی‌توجهی و روزمرگی داشتیم، فراموشی مرگ در تقسیم بندی قراملکی را می‌توان معادل با بی‌توجهی و روزمرگی دانست که به موجب آن انسان گذر عمر را فراموش می‌کند و از این نکته غافل است که فرصت خیلی از کارها را از دست خواهد داد. امام علی (ع) در مقام غفلت زدایی از رویداد مرگ و آثار مرگ اندیشی با بیان انگیزشی می‌فرماید: بدانید که شما در روزهایی به سر می‌برید که فرصت ساختن برگ است و از پس این روزها مرگ است. آنکه اجل نارسیده، ساز خویش برگیرد سود آن بیند و از مرگ آسیب نپذیرد و آن که تا دم مرگ کوتاهی کند، حاصلکارش خسران است و مرگ او موجب زیان است. (نهج البلاغه، فرازی از خطبه ۲۸).

یکی از مباحث نهج البلاغه بحث از مرگ است. علی (ع) در بیش از هفده خطبه و هفده حکمت مساله مرگ را طرح کرده‌اند. در نهج البلاغه آمده است که چون خنده مردی غافل را به هنگام تشیع جنازه‌ای دیدند، فرمودند: «وَتَبِعَ جِنَازَهُ فَسَمِعَ رَجُلًا يَضْحَكُ فَقَالَ كَأَنَّ الْمَوْتَ فِيهَا عَلَيَّ غَيْرَنَا كُتِبَ وَ كَأَنَّ الْحَقَّ فِيهَا عَلَيَّ غَيْرَنَا وَجَبَ وَ كَأَنَّ الَّذِي نَرَى مِنَ الْأَمْوَاتِ سَفَرٌ عَمَّا قَلِيلٍ إِلَيْنَا رَاجِعُونَ نُبَوِّئُهُمْ أَجْدَانَهُمْ وَ نَأْكُلُ تَرَائِبَهُمْ كَأَنَّا مُخَلَّدُونَ بَعْدَهُمْ ثُمَّ قَدْ نَسِينَا كُلَّ وَاعِظٍ وَ وَاعِظَةٍ وَ رُمِينَا بِكُلِّ فَادِحٍ وَ جَائِحَةٍ» (نهج البلاغه حکمت ۱۲۲). گویا مرگ را در دنیا بر غیر ما نوشته‌اند و گویا حق را در آن بر عهد، جز ما نوشته‌اند و گویی آنچه از مردگان می‌بینیم مسافرانند که گویی به زودی نزد ما باز می‌گردند و آنان را در گورهایشان جای می‌دهیم و میراثشان را می‌خوریم. پنداری ما از پس آنان جاودانه به سر می‌بریم، سپس هر پند دهنده را فراموش می‌کنیم و نشانه قهر بلا و آفت می‌شویم.

از روایتی در غرر الحکم (آمدی، ۱۳۷۸) قابل استنباط است: «أَدِمُ ذِكْرَ الْمَوْتِ وَذِكْرَ مَا تُقَدِّمُ عَلَيْهِ بَعْدَ الْمَوْتِ، وَلَا تَتَمَنَّ الْمَوْتَ إِلَّا بِشَرِّهِ وَثِقْ» مرگ را همیشه یاد دار و نیز آنچه پس از مرگ با آن مواجه می‌شوی و مرگ را آرزو مکن مگر به شرط محکم. شارح غرر الحکم شرط محکم را این می‌داند که گمان عصیانی به خود نداشته باشی. بنابراین همان‌گونه که از فرمایشات امام علی (ع) برمی‌آید غفلت از خدا و آخرت می‌تواند به عنوان یکی از مولفه‌های غفلت مورد توجه و بررسی باشد و این در این تحقیق نیز مشهود است.

به نظر قراملکی (۱۳۸۲) غفلت از خدا پر آسیب‌ترین بی‌خبری‌ها است که در این پژوهش به عنوان یکی از مولفه‌های غفلت به آن اشاره شده است. قراملکی (۱۳۸۲) عمیق‌ترین مرتبه غفلت از خداوند را بی‌خبری از مشیت الهی و غفلت از مکر و انتقام خداوند می‌داند و این غفلت بر گستاخی آدمی می‌افزاید و موجب می‌شود که وی ادب عبودیت فروگذارد و طغیان بورزد غفلت از امید به خدا نیز از دیگر ابعاد غفلت از خداوند است که سختی در معیشت از جمله موارد گریزناپذیر آن است. این خصوصیات شبیه به خصوصیات است که در این پژوهش در مقوله غفلت از خدا و آخرت آمده است. این افراد حضور خداوند را به عنوان حامی خود احساس نمی‌کنند، یعنی به خداوند امیدی ندارند. همچنین این افراد از مجازات خداوند غافلند.

قراملکی (۱۳۸۲) غفلت از آرمان‌های والای انسانی را نوعی دیگر از غفلت می‌داند و یکی از مراتب این غفلت آن است که فرد دغدغه هدف ندارد و به زندگی متداول و آمد و شد روز شب چنان عادت کرده است که هدف را فراموش می‌کند. این موارد در این تحقیق تحت عنوان بی‌توجهی و روزمرگی آمده است. افرادی که دچار بی‌توجهی و روزمرگی هستند، بی‌هدف و سرگردان هستند و خیلی از رفتارهای آنها از روی عادت شده است، بدون آنکه به این رفتارها بیندیشند.

نتایج این پژوهش نشان داد که مقیاس غفلت روایی و پایایی مطلوبی برای استفاده در فعالیت‌های پژوهشی دارد. مقیاس غفلت این امکان را فراهم می‌آورد تا پژوهشگران فعالیت‌های پژوهشی خود را جهت بسط مفهومی غفلت توسعه دهند و پیش‌آیندها و پیامدهای غفلت را به صورت تجربی مورد مطالعه قرار دهند. با گسترش پژوهش در این خصوص و افزایش پژوهش در حوزه غفلت این امکان فراهم می‌شود که با توجه به مبانی روانشناختی و تربیتی غفلت سازوکارهایی طراحی و در مداخله‌های تربیتی، روانشناختی و درمانی مورد استفاده قرار گیرد. در این صورت است که می‌توان آثار زیان بار روانشناختی غفلت را تا حد امکان کاهش داد.

منابع

- قرآن کریم
- نهج البلاغه
- ابن منظور، محمد بن مکرم (۱۳۷۲)، لسان العرب، تصحیح: علی شیری، دارالاحیاء التراث العربی، بیروت.
- آمدی، عبدالواحد (۱۳۷۸)، غررالحکم و دررالکلم، ترجمه هاشم رسولی، دفتر نشر فرهنگ، تهران.
- دهخدا، علی اکبر (۱۳۷۷)، لغت نامه دهخدا، انتشارات و چاپ دانشگاه تهران، ج ۱۰.
- راغب اصفهانی، حسین بن محمد (۱۳۹۰)، المفردات فی غریب القرآن، ترجمه حسین خداپرست، دفتر نشر نوید اسلام، قم.
- شیخاوندی، داور (۱۳۷۳)، جامعه شناسی انحرافات، چاپ سوم، انتشارات مرنديز، گناباد.
- طباطبایی، سید محمد حسین (۱۳۷۴)، المیزان فی تفسیر القرآن، ترجمه محمد باقر موسوی همدانی، جامعه مدرسین حوزه علمیه قم، قم.
- طوسی، محمد بن حسن (۱۳۸۲)، التبیان فی تفسیر القرآن، دار احیاء التراث العربی، بیروت.
- فراهیدی، خلیل بن احمد (۱۳۶۸)، کتاب العین، محقق ابراهیم سامرای، چاپ دوم، انتشارات هجرت، قم.
- قرشی، سید علی اکبر (۱۳۷۲)، قاموس قرآن، دارالکتاب الاسلامیه، قم.
- قراملکی، احمد فرامرز (۱۳۸۲)، پرده پندار: تحلیلی از غفلت در پرتو خطبه ۱۷۴ نهج البلاغه، مرکز مطالعات و انتشارات آفتاب توسعه، تهران.
- قرایتی، محسن (۱۳۸۸)، تفسیر نور، مرکز فرهنگی درس‌هایی از قرآن، تهران.
- کاویانی، حسن و حاتمی، ندا و شفیع آبادی، عبدالله (۱۳۸۷)، اثربخشی شناخت درمانی مبتنی بر ذهن آگاهی بر کیفیت زندگی افراد افسرده غیر بالینی، تازه‌های علوم شناختی، ۴۸-۴، ۳۹-۴۸.
- کری، جرالد (۱۳۹۰)، نظریه و کاربردها مشاوره و روان درمانی، ترجمه یحیی سید محمدی، چاپ ششم، نشر ارسباران، تهران.
- مصطفوی، حسین (۱۳۶۰)، التحقیق فی الکلمات القرآن الکریم بنگاه ترجمه و نشر کتاب، تهران.
- مکارم شیرازی، ناصر (۱۳۷۷)، اخلاق در قرآن، دارالکتب الاسلامیه، تهران.
- https://www.google.com/search?q=httpFwww.clob.comFmaryam_derakhshani12373225&ie=utf-8&oe=utf-8&aq=t&rls=org.mozilla:en-US:official&client=firefox-a&channel=np&source=hp

به نام خدا

دانشجوی گرامی :

در زیر توصیف‌هایی آمده است که ممکن است در مورد شما "کاملاً درست"، "درست"، "بین درست و نادرست"، "نادرست" و یا "کاملاً نادرست" باشد لطفاً هر مورد را بخوانید و پاسخ خود را در محل مورد نظر با علامت (*) مشخص نمایید.

ردیف	عبارات	درست	کاملاً درست	بین درست و نادرست	نادرست	کاملاً نادرست
۱	همیشه در کارها اندیشه می‌کنم و با چشم باز به اطراف خود نگاه می‌کنم.					
۲	حضور خدا را به عنوان حامی خودم احساس می‌کنم.					
۳	به جهت سهل انگاری، دوستانم را از خودم می‌رنجانم.					
۴	همه چیز در این دنیا خلاصه می‌شود و اعتقاد به آخرت، ساخته و پرداخته ذهن انسان است					
۵	- نسبت به خطراتی که مرا تهدید می‌کند هشیار هستم .					
۶	غرور ناپجا باعث شده به خیلی از گزینه های خوب زندگی بی توجه باشم .					
۷	به جهت غفلتم، در کارها گرفتار مشکلات زیادی شده ام.					
۸	هنگام حوادث و رویدادهای مصیبت بار خدا را یاد می‌کنم.					
۹	در زندگی هشیارانه عمل می‌کنم تا آسیبی از سوی دیگران متوجه من نشود .					
۱۰	بی اختیار پشت سر دیگران حرف می‌زنم.					
۱۱	من هم مانند بسیاری از مردم شده ام که از مسائل اطراف خود غافل گشته اند.					
۱۲	در هیچ شرایطی از بد خواهانم غافل نیستم .					
۱۳	همه چیز به خدا ختم می‌شود، پس هیچگاه از او غافل نیستم .					
۱۴	در مورد دیگران زود قضاوت نمی‌کنم .					
۱۵	به همه چیزهایی که می‌بینم و می‌شنوم توجه دارم.					
۱۶	به آخرت فکر می‌کنم.					
۱۷	به حدی نگران تحقق آرزوهایم در آینده هستم که وضعیت کنونی را از یاد برده ام.					
۱۸	از ترس مجازات خداوند، خیلی از کارها را انجام نمی‌دهم					
۱۹	دوستانم می‌گویند: سخت دل شده ای و جز خودت به چیز دیگری فکر نمی‌کنی.					
۲۰	راهکارهایی در ذهن دارم که در مواقع مشکل و آسیب از سوی دیگران، از آنها استفاده کنم .					
۲۱	رفتارهایم از روی عادت شده است.					
۲۲	بدون این که بخواهم، در امور دیگران دخالت می‌کنم .					
۲۳	آخرتی وجود ندارد و نتیجه کارهایمان را در همین دنیا می‌بینیم.					
۲۴	عجولانه تصمیم نمی‌گیرم.					
۲۵	احساس می‌کنم روزها به سرعت می‌گذرد و من، گذر عمر را فراموش کرده ام.					
۲۶	در زندگی بی پروا عمل نمی‌کنم و از خطرات پیرامون خود غافل نیستم.					
۲۷	بدون این که بخواهم، خیلی وقتها حقوق دیگران را زیر پا می‌گذارم .					

					احساس می‌کنم دچار روز مرگی شده‌ام و به خیلی از جنبه‌های مهم زندگی‌ام توجهی ندارم.	۲۸
					وقتم را صرف کارهای بیهوده نمی‌کنم.	۲۹
					از روی سهل‌انگاری واقعیاتی را پنهان کرده‌ام که موجب ضرر به دیگران شده است.	۳۰
					اغلب به خدا فکر می‌کنم و در خلوت خود با او به گفتگو می‌پردازم	۳۱
					در زندگی بی‌هدف و سرگردان شده‌ام.	۳۲
					هنگامی که وسوسه می‌شوم، یاد خدا مرا از آن وسوسه‌ها دور می‌کند.	۳۳
					گاهی دیگران را در رسیدن به اهدافشان سردرگم کرده‌ام.	۳۴
					استعدادهایی دارم که به آنها توجه نمی‌کنم.	۳۵