


## Lived Experience of Death Anxiety after Returning to Life

**Nahid Soltanabadi**  M.A. in Personality Psychology, Electronic Azad University, Tehran, Iran

**Leila Zoghi** \* Assistant Professor of Psychology, Amin University of Police Sciences, Tehran, Iran

### Abstract


The aim of this study was to experience the lived experience of death anxiety before and after returning to life. The statistical population of the study was the experimenters of the approximate death phenomenon present in the TV program Life after Life, from which 10 interviews were selected and recorded. The obtained data were analyzed by Maxqda 2022 software with 7-clays approach and extracted from the interviews of 16 main themes and 37 sub-themes. Findings showed that most experimenters experienced approximate death in situations of illness and in life dissatisfaction. The components of seeing light, meeting the dead, sublime and spiritual beings, lack of authority, intensifying the senses of sight, experiencing pleasant and unpleasant feelings, perceiving events around the body, zooming in and looking from all angles, and reviewing life are the most important components of explaining lived experience. He was an experimenter. Phenomena such as water, light, time, and place, and the apparent awe of the dead had also changed in relation to the terrestrial nature of the phenomena. In addition, the results showed that life had a new meaning for these people, and that fear, anxiety, and neglect of death had disappeared after returning to life.


**Keywords:** lived experience, death anxiety, life after death, return to life.

\* Corresponding Author: leila.zoghi@yahoo.com

**How to Cite:** Soltanabadi, N., Zoghi, L. (2021). Lived Experience of Death Anxiety after Returning to Life, *Journal of Seraje Monir*, 12(42), 151-173.

## تجربه زیسته اضطراب مرگ پس از بازگشت دوباره به زندگی

ناهدید سلطان آبادی  کارشناسی ارشد روانشناسی شخصیت، دانشگاه آزاد الکترونیک، تهران، ایران

لیلا ذوقی  \* استادیار روانشناسی، دانشگاه علوم نظامی امین، تهران، ایران

### چکیده

این مطالعه باهدف تجربه زیسته اضطراب مرگ، قبل و پس از بازگشت دوباره به زندگی انجام گرفت. این پژوهش کیفی و از نوع پدیدارشناسی است. جامعه آماری پژوهش، تجربه کنندگان پدیده مرگ تقریبی حاضر در برنامه تلویزیونی زندگی پس از زندگی بودند که از بین آن‌ها تعداد ۱۰ مصاحبه انتخاب و ثبت و ضبط شدند. اطلاعات به دست آمده با رویکرد ۷ گانه کلایزی تجزیه و تحلیل شدند و از مجموع مصاحبه‌ها ۱۶ مضمون اصلی و ۳۷ مضمون فرعی استخراج شد. یافته‌های پژوهش نشان داد اغلب تجربه‌گران در موقعیت‌های مواجه با بیماری و در شرایط نارضایتی از زندگی، مرگ تقریبی را تجربه کردند. مؤلفه‌های مشاهده نور، ملاقات با اموات، موجودات والا و روحانی، نداشتن اختیار، تشدید حواس بینایی، تجربه احساسات خوشایند و ناخوشایند، درک رویدادهای اطراف بدن، مشاهده به صورت خیره شدن نگاه و مشاهده از همه زوایا و مرور زندگی از مهم‌ترین مؤلفه‌های تبیین تجربه زیسته تجربه‌گران بود. هم‌چنین پدیده‌هایی مانند آب، نور، زمان و مکان و هیبت ظاهری اموات نسبت به ماهیت زمینی پدیده‌ها تغییر کرده بود. علاوه بر این، نتایج نشان داد زندگی برای این افراد معنا و مفهوم جدیدی پیدا کرده و ترس، اضطراب و غفلت از مرگ نیز پس از بازگشت به زندگی از بین رفته بود.

**کلیدواژه‌ها:** تجربه زیسته، اضطراب مرگ، زندگی پس از مرگ، بازگشت دوباره به زندگی.

مقاله مستخرج از پایان‌نامه کارشناسی ارشد رشته روانشناسی شخصیت با موضوع «تجربه زیسته اضطراب مرگ پس از بازگشت دوباره به زندگی» در سال ۱۴۰۱ می‌باشد.

\* نویسنده مسئول: leila.zoghi@yahoo.com

## ۱- مقدمه

پدیده مرگ<sup>۱</sup> همواره مورد توجه علوم مختلف قرار گرفته است. مرگ حتمی‌ترین واقعیت زندگی بشر است. بشر همواره با این پدیده غیرقابل تغییر به گونه‌ای مواجه بوده است؛ بنابراین اندیشیدن به مرگ جزء لاینفک زندگی انسان است و اشتغال فکری افراد به مرگ توأم با ترس و اضطراب از آن بوده است. یکی از مهم‌ترین ملاحظات بشر در ارتباط با مرگ و مردن موضوع ترس از مرگ یا "اضطراب" مرگ است (آنتونی<sup>۲</sup>، ۲۰۱۳). مرگ پدیده‌ای است که با وجود پیشرفت‌های چشمگیر بشر در حوزه‌های علمی و فناوری همچنان مجهول مانده است و به همین دلیل اکثر افراد مرگ را پایان خوشی‌ها و شادی‌های خود می‌بینند. در حالی که مرگ یک پدیده خارجی نیست بلکه از جمله قوانین حیات انسان است (جونگ<sup>۳</sup> و همکاران، ۲۰۱۸).

خداوند در قرآن کریم که منبعی مطمئن برای رهنمودهای الهی است به واقعیت مرگ اشاره می‌کند و آن را به نحوی توصیف می‌کند که نه تنها باعث نابودی زندگی نمی‌شود بلکه موجب درک معنای آن می‌شود (زاهدی، ۱۳۹۷)؛ بنابراین افرادی که از مردن هراس دارند در واقع به درک عمیق از معنای زندگی خود نرسیده‌اند و مطابق با آیه شریفه «كَلَّا بَلْ تَحِبُّونَ الْعَاجِلَةَ وَ تَذَرُونَ الْآخِرَةَ» دنیا را بر آخرت ترجیح می‌دهند (قرآن کریم، سوره قیامت: ۲۰-۲۱).

در متون اسلامی تأکید بسیاری بر یاد مرگ و عالم پس از مرگ (قیامت) وجود دارد و از مرگ به عنوان انتقال از سرای فانی به سرای باقی یاد می‌شود که مؤمن نباید از آن غافل باشد و چنین تصور کند که با مرگ، هستی او تمام می‌شود و از بین می‌رود (شیخ صدوق، ۱۳۷۷، به نقل از تابعی و همکاران، ۱۳۹۶). مسئله مرگ و حیات پس از آن موضوعی است که توجه پژوهشگران و محققان زیادی را به خود جلب کرده است. در همین راستا، مؤدی (۱۹۸۷) نخستین پژوهشگری است که با انتشار کتابی تحت عنوان "زندگی پس از

---

1. Death  
2. Anthony  
3. Jong

زندگی " به مرگ موقت یا تجربه نزدیک به مرگ<sup>۱</sup> پرداخته است. به بیان پورکایاستها و موخرجی<sup>۲</sup> (۲۰۱۲) مرگ موقت نوعی مرگ بالینی است که در آن فرد، مدت زمان کوتاهی علائم حیاتی خود را از دست می‌دهد درحالی که ارگان‌های بدن زنده هستند خداوند نیز در سوره قیامت در برابر منکران مسئله بازگشت به زندگی پس از مردن می‌فرماید: «أَلَيْسَ ذَٰلِكَ بِقَادِرٍ عَلَىٰ أَنْ يَحْيِيَ الْمَوْتَىٰ» آیا چنین خدای (با قدرت و حکمت) باز نتواند مردگان را زنده گرداند؟ (قرآن کریم، سوره قیامت: ۴۰).

مؤدی در کتاب خود به بررسی حالات عرفانی و روحانی این پدیده در تجربه‌گران می‌پردازد و از جهات بسیاری حالاتی که تجربه‌گران توصیف می‌کنند را مشابه توصیفات شخصیت‌های بزرگ عارفان دینی از مرگ می‌داند (تسل-ماتاموآ، ۲۰۱۴). سن فلیپو (۲۰۰۶) نیز در باب تجربیات افرادی که مرگ موقتی را تجربه کرده‌اند می‌نویسد: «آن‌ها به موارد مشترکی از جمله جدا شدن فرد از مکان فعلی و قدم گذاشتن در تونلی که به نور می‌رسد، احساسات مثبت، آرامش داشتن، دیدن نزدیکان فوت‌شده خود و... در تجربیات خود اشاره می‌کنند».

قاسمیان نژاد (۱۳۹۶) در پژوهشی نمونه‌های ایرانی و آمریکایی تجربه‌کنندگان مرگ موقت را مورد بررسی قرار داد و نشان داد، افرادی که این نوع از مرگ را تجربه می‌کنند اغلب در شرایط وخیم بیماری و یا در موقعیت‌های مواجهه با مرگ قرار می‌گیرند و به صورت معجزه‌آسایی به زندگی برمی‌گردند. وی دریافت که تجربیات نزدیک به مرگ در نمونه‌های با دو فرهنگ متفاوت، همسو هستند و نتیجه گرفت که این همسویی نشان‌دهنده بعد روان‌شناختی مشترک است.

در بسیاری از منابع گوناگون در این حیطه، از مرگ به‌عنوان دردناک‌ترین پدیده ناشناخته در زندگی انسان نام‌برده می‌شود و از آنجایی که مرگ به‌عنوان یک حقیقت مسلم

---

1. Near-Death Experiences (NDEs)  
2. Purkayastha & Mukherjee

تلقی می‌شود اندیشیدن به آن اضطرابی اجتناب‌ناپذیر به همراه دارد که به آن اضطراب مرگ<sup>۱</sup> می‌گویند (گروسی و همکاران، ۱۳۹۳).

اضطراب ناشی از اندیشیدن به مرگ در همه ادیان و فرهنگ‌های متفاوت وجود دارد (قاسمیان نژاد و همکاران، ۲۰۱۴). خداوند نیز در قرآن کریم در آیه شریفه «أَلَمْ تَرَ إِلَى الَّذِينَ خَرَجُوا مِنْ دِيَارِهِمْ وَهُمْ أُلُوفٌ حَذَرَ الْمَوْتِ فَقَالَ لَهُمُ اللَّهُ مُوتُوا ثُمَّ أَحْيَاهُمْ إِنَّ اللَّهَ لَذُو فَضْلٍ عَلَى النَّاسِ وَلَكِنَّ أَكْثَرَ النَّاسِ لَا يَشْكُرُونَ» با اشاره به جمعیتی که از ترس مرگ، از خانه‌های خود فرار می‌کردند به ترس از مردن و اضطراب مرگ اشاره می‌کند (قرآن کریم، سوره بقره: ۲۴۳). در همین راستا، گلپاشا، و همکاران (۱۳۹۳) در مطالعه خود به نگرش انسان‌ها به حیات پس از مرگ و سلامت روان آن‌ها پرداخته و دریافتند که افراد اضطراب مرگ را به گونه‌های متفاوت تجربه می‌کنند و واکنش‌های متفاوتی نسبت به آن دارند به گونه‌ای که این اضطراب و وحشت می‌تواند در شکل‌گیری شخصیت بسیاری از آنها تأثیرگذار باشد و پیشنهاد دادند که تکیه بر آموزش‌های دینی می‌تواند به حفظ سلامت روان انسان‌ها در مواجهه با اضطراب مرگ کمک کند.

اضطراب مرگ برای تجربه‌گران حالت نزدیک به مرگ ممکن است متفاوت باشد. به گونه‌ای که ممکن است فرد با مرگ موقت به بینش و آگاهی درباره حیات پس از مرگ برسد و به زندگی خود به بهترین حالت معنا بخشد، یا این که با ترس و وحشت بیشتری با زندگی روبه‌رو شود و نتواند به حقیقت آن پی ببرد (بیانکو و همکاران، ۲۰۱۹). پرداختن به موضوع تجربه نزدیک به مرگ از چند جهت دارای اهمیت است. نخست این که درک مرگ به دلیل ابهامی که با خود به همراه دارد برای بسیاری از انسان‌ها دشوار است و از آنجایی که انسان میل به جاودانگی دارد، اندیشیدن از روی ناآگاهی و داشتن باورهای غلط در خصوص نیستی خود و اطرافیان پس از مرگ، وحشت به همراه می‌آورد و این ترس علاوه بر اضطراب مرگ می‌تواند اختلالات روان‌شناختی دیگری همچون افسردگی، خودبیمارانگاری و از این قبیل را ایجاد کند، ضمن این که هدف و معنای زندگی نیز

می‌تواند تحت‌الشعاع این مشکلات قرار گیرد؛ بنابراین، آگاهی از توصیفات تجربه‌گران مرگ موقتی، تصور ذهنی واضحی در مواجهه با پدیده مرگ ارائه می‌دهد و این آگاهی می‌تواند اضطراب مرگ را کاهش دهد. دومین وجه اهمیت این موضوع، در خصوص آگاهی بیشتر کادر درمان در مواجهه با مرگ و پیامدهای مرگ بالینی در تجربه‌گران است. مطالعه چنین نتایجی می‌تواند در حوزه روانشناسی شاخه‌های مربوط به هوشیاری و اضطراب مرگ، نقش مهمی داشته باشد.

بنا بر آنچه گفته شد، پژوهش حاضر به تجربه زیسته اضطراب مرگ پس از بازگشت دوباره به زندگی پرداخته و درصدد پاسخ دادن به سؤال زیر شکل گرفت:

- تجربه کنندگان مرگ موقت تجربه زیسته اضطراب مرگ را چگونه تبیین می‌کنند؟

### روش پژوهش

پژوهش حاضر یک پژوهش کیفی به روش پدیدارشناسی است. جامعه آماری پژوهش، تجربه کنندگان مرگ موقت حاضر در برنامه تلویزیونی «زندگی پس از زندگی» بودند که از شبکه ۴ سیما در سال‌های ۱۳۹۹ و ۱۴۰۰ پخش شد. روش نمونه‌گیری به صورت هدفمند بود، بدین صورت که از میان مصاحبه‌های برنامه فوق، ۱۰ مصاحبه که به اشباع نظری رسیده بودند، انتخاب شدند. سپس روایت‌های انجام‌شده به وسیله ضبط صوت ذخیره و در نهایت روی برگه پیاده‌سازی شدند. سپس اطلاعات گردآوری‌شده با روش هفت‌مرحله‌ای کلایزی<sup>۱</sup> تجزیه و تحلیل شدند. بر اساس گام‌های پیاده‌سازی رویکرد کلایزی در گام اول، پس از هر جلسه مصاحبه‌های ضبط‌شده به دقت و مکرر گوش داده شده و سپس بیانات تجربه‌گران کلمه به کلمه به صورت دست‌نویس روی کاغذ نوشته شد. پس از آن جهت درک عمیق احساسات و تجارب تجربه کنندگان متن نوشته‌شده چند بار مطالعه شد. در گام دوم، متن مصاحبات جمله به جمله مطالعه شد و

---

1. Colaizzi

تجربه زیسته اضطراب مرگ پس از بازگشت دوباره به زندگی؛ سلطان آبادی و ذوقی | ۱۵۷

تمامی جملات معنادار و مرتبط باهدف پژوهش با استفاده از خط کشیدن زیر آن جملات مشخص شدند. درگام سوم، برای هر جمله معنادار که در گام دوم مشخص شده بود، یک مفهوم یا واحد معنایی انتخاب شد. درگام چهارم، واحدهای معنایی انتخاب شده، بر طبق شباهت در طبقه‌بندی کلی تری قرار گرفته و سپس مضامین پژوهش (مضامین فرعی) از آنها استخراج شدند. در گام پنجم: مضامین فرعی پس از استخراج بر اساس شباهت‌ها، در دسته‌های کلی تر با عنوان مضامین اصلی قرار داده شدند. درگام ششم، یافته‌های به دست آمده از طریق حذف توصیفات نامناسب و اغراق آمیز، تقلیل داده شد. در گام هفتم، جهت اعتبار یافته‌ها، برای چند بار فیلم‌های ضبط شده مشاهده شد و همچنین از نظرات اساتید در این بخش کمک گرفته شد.

#### یافته‌ها

افراد گروه نمونه شامل ۴ زن و ۶ مرد با میانگین سنی ۴۶ سال و انحراف معیار ۱۳/۱۵ بودند. تحلیل اطلاعات به دست آمده از مصاحبه‌ها با روش ۷ مرحله‌ای کلایزی انجام گرفت. در نهایت برای پاسخ به یک سؤال پژوهش، چهار بعد کلی، ۱۶ مضمون اصلی و ۳۷ مضمون فرعی استخراج شد.

سؤال پژوهش: تجربه کنندگان مرگ موقت تجربه زیسته اضطراب مرگ را چگونه

تبیین می‌کنند؟

#### الف) تبیین تجربه زیسته

تجربه گران مشاهداتی در حین تجربه نزدیک به مرگ داشتند که این مشاهدات برای برخی حس خوشایندی داشته است. بعضی از شرکت کنندگان تجربه مرور اتفاقات زندگی به صورت کامل یا فقط رویدادهای مهم را، داشتند. برخی از تجربه گران نسبت به رویدادهای اطراف جسم آگاه بودند و مشاهدات آنها به صورت خیره شدن نگاه یا مشاهده از همه زوایا بوده است. علاوه بر این‌ها برخی تجربه گران اظهار داشتند در حین تجربه به مکان‌های مختلفی رفتند، اختیار در رخ دادن اتفاقات، اعضا و جوارح و هیبت

زمینی نداشتند. حس بینایی و در برخی تشنگی شدیدی در حین تجربه ایجاد شده است، برخی از تجربه گران توجهی به جسم خود نداشتند. بعضی دیگر جسم خود را دیده و با آن مکالمه داشته‌اند. بر این اساس، برای تبیین تجربه زیسته تجربه کنندگان، ۸ مضمون اصلی استخراج شد که در ادامه به همراه مضامین فرعی آن‌ها بیان شده‌اند.

### مضمون اصلی ۱: مشاهدات حین تجربه

با توجه به اظهارات تجربه کنندگان مورد مطالعه، بعضی از افراد صحنه‌های آرامش‌بخش و زیبا مشاهده کردند و بعضی دیگر با پدیده‌های ترسناک مواجه شدند؛ که صحبت درباره آن مشاهدات علی‌رغم گذشت زمان طولانی از تجربه، حس ترسناک و یا آرامش آن، تجربه گر را تحت تأثیر قرار می‌داد. بر این اساس، این مشاهدات تحت عنوان دو مضمون فرعی به نام‌های، مشاهدات خوشایند و مشاهدات ترسناک قرار گرفتند.

### مضمون اصلی ۲: تجربیات زیسته

افراد مورد مطالعه تجربیات زیسته گوناگونی همچون حضور در مکان‌های مختلف، تجربیات مشترک مرگ، شنیدن صداها و تجربیات مثبت و منفی خود را بیان نمودند. این تجربیات تحت هفت مضمون فرعی با نام‌های، نداشتن اختیار، صداها شنیده‌شده، تجربه مشترک مرگ، حضور در مکان‌ها، تجربیات مثبت، تجربیات منفی و بعد جسمانی قرار داده شدند.

### مضمون اصلی ۳: تشدید حواس

این مضمون به افزایش شدت حواس که تعدادی از تجربه گران آن را تجربه کردند اشاره دارد. این تجارب بر اساس نوع حس تشدید شده در دو مضمون فرعی، تشدید حس بینایی و احساس تشنگی جای گذاری شدند.



#### مضمون اصلی ۴: احساسات تجربه‌شده

تجربه‌گران، در زمان تجربه اتفاقات جاری در هنگام مرگ تقریبی انواع احساسات متفاوتی را تجربه کردند که در دو مضمون فرعی با عناوین، احساسات خوشایند و احساسات ناخوشایند قرار گرفتند.

#### مضمون اصلی ۵: درک اتفاقات اطراف بدن

بیشتر افراد مورد مطالعه در این پژوهش اظهار داشتند نسبت به اتفاقات اطراف بدن درک و آگاهی داشته‌اند. این ادراکات و آگاهی‌های در دو مضمون فرعی با عنوان‌های، درک عزاداری خانواده و درک رویدادهای اطراف بدن دسته‌بندی شدند.

#### مضمون اصلی ۶: عکس‌العمل روح نسبت به جسم

یکی دیگر از مضامین استخراج‌شده از پاسخ‌های تجربه‌گران، عکس‌العملی بود که روح تجربه‌گران نسبت به جسم خود داشتند. این تجارب در دو مضمون فرعی بانام‌های، ندیدن جسم خود و توجه به جسم خود، طبقه‌بندی شدند.

#### مضمون اصلی ۷: نحوه مشاهده رویدادها

تجربه‌گران رویدادهای مشاهده‌شده را به صورت گوناگون مشاهده نمودند. بر اساس این گوناگونی، دو مضمون فرعی با عناوین، مشاهده از تمام زوایا و مشاهده به صورت خیره شدن نگاه، استخراج شدند.

#### مضمون اصلی ۸: مرور زندگی

۶ نفر از تجربه‌گران اظهار داشتند بخشی یا تمام زندگی خود را از لحظه تولد در حین تجربه مرور کردند. مرور این اتفاقات احساس خوشحالی و یا پشیمانی و تأسف برای برخی تجربه‌گران در پی داشته است. برای این مضمون اصلی، یک مضمون فرعی با نام مرور رویدادهای زندگی به دست آمد.

### ب) ماهیت تجربه

برخی تجربه‌گران در توصیف پدیده‌های مشاهده‌شده عاجز بودند و اقرار داشتند نمی‌توانند آن‌گونه که پدیده‌ها را تجربه کرده‌اند توصیف کنند. هم‌چنین برخی از آن‌ها اظهار داشتند مکان و زمان ماهیت زمینی نداشتند و درواقع مفهومی برای آن‌ها وجود نداشت. ماهیت ظاهری اموات که با آن‌ها ملاقات داشتند در برخی موارد تغییر کرده بود. در بعد ماهیت تجربه ۲ مضمون اصلی با عنوان توصیف‌ناپذیری رویدادها و ماهیت پدیده‌ها استخراج گردید.

### مضمون اصلی ۹: توصیف‌ناپذیری رویدادها

از اظهارات تجربه‌گران در توصیف رویدادهای مشاهده‌شده، چنین دریافت شد که برخی از آن‌ها در مواجهه با رویدادهای فرازمینی از توصیف آن پدیده عاجزند. به این معنی که پدیده‌های دنیای پس از مرگ قابل توضیح و نشان دادن در این دنیای محدود نیستند. بر این اساس، دو مضمون فرعی استخراج‌شده از این مضمون اصلی عبارت بودند از توصیف‌ناپذیری رنگ‌ها و توصیف‌ناپذیری مشاهدات.

### مضمون اصلی ۱۰: ماهیت پدیده‌ها

تجربه‌گران ماهیت و جنس پدیده‌های مشاهده‌شده در عالم پس از مرگ را به‌گونه‌ای توصیف کردند که نشان می‌داد پدیده‌ها ماهیت زمینی و به‌گونه‌ای که در این دنیا مشاهده می‌شوند، ندارند. این ماهیت‌های تغییر یافته در سه مضمون فرعی با عناوین، ماهیت مکان، ماهیت زمان و ماهیت ظاهری اموات قرار گرفتند.

### ج) تأثیر تجربه نزدیک به مرگ بر زندگی تجربه‌کنندگان

برای بررسی تأثیر تجربه اضطراب مرگ بر زندگی تجربه‌کنندگان، دو حالت در نظر گرفته شد. زندگی تجربه‌کنندگان قبل از تجربه و بعد از آن. برای سنجش این بعد از تجربه چهار مضمون اصلی استخراج شد. برخی تجربه‌کنندگان قبل از تجربه از زندگی خود

تجربه زیسته اضطراب مرگ پس از بازگشت دوباره به زندگی؛ سلطان‌آبادی و ذوقی | ۱۶۱

راضی نبودند و نسبت به اعمال خود بی‌توجه بودند. آن‌ها پس از بازگشت دوباره به زندگی برای کم شدن گناهان خود تلاش می‌کردند، برخی نیز از قضاوت شدن توسط سایر افراد می‌ترسیدند.

#### مضمون اصلی ۱۱: کیفیت زندگی قبل از تجربه

تجربه‌گران در بیان تجارب خود به مفاهیمی اشاره کردند که نشان از کیفیت زندگی آن‌ها قبل از تجربه مرگ موقت داشت. این مفاهیم در دو مضمون فرعی تحت عنوان‌های، نادیده گرفتن گناهان و راضی نبودن از زندگی قرار گرفتند.

#### مضمون اصلی ۱۲: کیفیت زندگی پس از بازگشت

بررسی پاسخ‌های تجربه‌گران نشان داد تجربه مرگ موقت در زندگی آن‌ها پس از بازگشت تأثیرگذار بوده است. این تأثیرات دو مضمون فرعی بانام‌های ترس از قضاوت شدن در زندگی پس از بازگشت و تأثیر تجربه مرگ بر زندگی (به‌صورت آرامش و امیدواری) را شکل دادند.

#### مضمون اصلی ۱۳: توجه به اعمال خود پس از بازگشت

بیشتر افراد مورد آزمون در این پژوهش اظهار داشتند نسبت به کم شدن گناهان خود تلاش می‌کنند، با گناه کردن مقابله می‌کنند و یا به ائمه توسل می‌کنند که به گناه کمتری در زندگی آلوده شوند. بر این اساس یک مضمون فرعی با نام کم شدن گناهان برای این مضمون اصلی استخراج شد.

#### مضمون اصلی ۱۴: نوع نگاه به زندگی پس از بازگشت

برخی از تجربه‌گران اظهار داشتند نوع و روش زندگی آن‌ها پس از بازگشت دوباره به زندگی تغییر کرده است. این تغییرات در قالب دو مضمون فرعی تغییر نگاه به زندگی و درک معنای زندگی قرار گرفتند.

#### د) دیدگاه تجربه‌کنندگان نسبت به مرگ قبل و بعد از تجربه

برای بررسی دیدگاه تجربه‌کنندگان نسبت به مرگ قبل و بعد از تجربه، دو مضمون اصلی استخراج شد و دیدگاه آن‌ها قبل از تجربه و پس از بازگشت دوباره به زندگی بررسی شد. برخی افراد قبل از تجربه مرگ موقت از مرگ ترس داشتند، به مرگ اعتقاد نداشتند و به مردن فکر نمی‌کردند؛ اما پس از بازگشت دوباره به زندگی واقعیت مرگ را درک کردند و آن را پذیرفتند.

#### مضمون اصلی ۱۵: دیدگاه فرد نسبت به مرگ قبل از تجربه

. برخی از تجربه‌گران قبل از تجربه مرگ موقت از مرگ ترس داشتند، برخی اعتقادی به مرگ نداشتند و هم‌چنین برخی به اصلاً به مرگ فکر نمی‌کردند. بر این اساس، سه مضمون فرعی استخراج شد که ترس از مرگ، اعتقاد نداشتن به مرگ و فکر نکردن به مرگ، نام گرفتند.

#### مضمون اصلی ۱۶: دیدگاه فرد نسبت به مرگ پس از بازگشت

تجربه‌گران مورد مطالعه در این مورد تجربیات متنوع و بسیاری داشتند. این تجربیات، سه مضمون فرعی با عنوان‌های نترسیدن از مرگ، واقعیت مرگ، پذیرش مرگ و گذرگاه بودن مرگ را شکل دادند.

جدول ۱. مضامین اصلی و فرعی تجارب زیسته افراد از اضطراب مرگ

ابعاد	مضامین اصلی	مضامین فرعی
تجربه زیسته اضطراب مرگ	مشاهدات حین تجربه	خوشایند، ترسناک
	تجربیات زیسته	نداشتن اختیار، صداهای شنیده شده، تجربه مشترک مرگ، حضور در مکان‌ها، تجربیات مثبت، تجربیات منفی و بعد جسمانی
	تشدید حواس	حس بینایی و احساس تشنگی
	احساسات تجربه شده	احساسات خوشایند و احساسات ناخوشایند
	درک اتفاقات اطراف	درک عزاداری خانواده و درک رویدادهای

تجربه زیسته اضطراب مرگ پس از بازگشت دوباره به زندگی؛ سلطان آبادی و ذوقی | ۱۶۳

مضامین اصلی	مضامین فرعی	ابعاد	
بدن	اطراف بدن		
عکس العمل روح نسبت به جسم	ندیدن جسم خود و توجه به جسم خود		
نحوه مشاهده رویدادها	مشاهده از تمام زوایا و مشاهده به صورت خیره شدن نگاه		
مرور زندگی	مرور رویدادهای زندگی		
توصیف ناپذیری رویدادها	توصیف ناپذیری رنگها و توصیف ناپذیری مشاهدات.	ماهیت تجربه	
ماهیت پدیده‌ها	ماهیت مکان، ماهیت زمان و ماهیت ظاهری		
کیفیت زندگی قبل از تجربه	نادیده گرفتن گناهان و راضی نبودن از زندگی		
کیفیت زندگی پس از بازگشت	ترس از قضاوت شدن در زندگی پس از بازگشت و تأثیر تجربه مرگ بر زندگی (به صورت آرامش و امیدواری)	تأثیر تجربه نزدیک به مرگ بر زندگی	
توجه به اعمال خود پس از بازگشت	کم شدن گناهان	تجربه کنندگان	
نوع نگاه به زندگی پس از بازگشت	فرعی تغییر نگاه به زندگی و درک معنای زندگی		
دیدگاه فرد نسبت به مرگ قبل از تجربه	ترس از مرگ، اعتقاد نداشتن به مرگ و فکر نکردن به مرگ	دیدگاه تجربه	
دیدگاه فرد نسبت به مرگ پس از بازگشت	نترسیدن از مرگ، واقعیت مرگ، پذیرش مرگ و گذرگاه بودن مرگ	کنندگان نسبت به مرگ قبل و بعد از تجربه	

### بحث و نتیجه گیری

خداوند سبحان حقیقت مرگ را در آیه ۶۰ سوره واقعه این چنین بیان نموده و فرموده است:

«نَحْنُ قَدَرْنَا بَيْنَكُمْ الْمَوْتَ وَ مَا نَحْنُ بِمَسْبُوقِينَ؛ عَلٰی اَنْ نُبَدِّلَ اَمْثَالَكُمْ وَ نُنشِئُكُمْ فِى مَا لَا

تَعْلَمُونَ؛ ما در میان شما مرگ را مقدر ساختیم و هرگز کسی بر ما پیشی نمی‌گیرد، تا گروهی را به‌جای گروه دیگری بیاوریم و شما را در جهانی که نمی‌دانید آفرینش تازه‌ای بخشیم.»

یعنی ما مسبوق به علل نیستیم، و کار ما یعنی میراندن شما روی این اساس است: «عَلَى أَنْ نُبَدِّلَ أَمْثَالَكُمْ وَ نُنشِئَكُمْ فِي مَا لَا تَعْلَمُونَ» بنابراین مرگ انتقال از نشئه‌ای به نشئه دیگر است و این کار به دست ملک‌الموت خواهد بود.

بر اساس یافته‌های پژوهش حاضر برای تبیین تجربه زیسته تجربه کنندگان مرگ موقت، مشاهدات حین تجربه، تجربیات زیسته، تشدید حواس، احساسات تجربه‌شده، درک اتفاقات اطراف بدن، عکس‌العمل روح نسبت به جسم، نحوه مشاهده رویدادها و مرور زندگی مضامین اصلی و مشاهدات خوشایند، مشاهدات ترسناک، نداشتن اختیار، صداهای شنیده‌شده، تجربه مشترک مرگ، حضور در مکان‌ها، تجربیات مثبت، تجربیات منفی، بعد جسمانی، تشدید حس بینایی، حس تشنگی، احساسات خوشایند، احساسات ناخوشایند، درک عزاداری خانواده، رویدادهای اطراف بدن، ندیدن جسم خود، توجه به جسم خود، مشاهده از همه زوایا، مشاهده به‌صورت زوم شدن نگاه و مرور رویدادهای زندگی مضامین فرعی استخراج شده بودند. نتایج پژوهش نشان داد اغلب تجربه‌گران این مضامین را تجربه کرده‌اند.

از رایج‌ترین مضامین استخراج‌شده، مشاهدات حین تجربه است. در مشاهدات خوشایند، تجربه‌گران اموات یا اشخاص روحانی را ملاقات می‌کند. مواجهه با موجودات والا می‌تواند اموات یا اشخاص روحانی، موجودات نورانی و یا حتی موجودی ناشناخته باشد. هنگام مرگ همه انسان‌ها صالح، پیامبر (ص) و ائمه اطهار (ع) با ظاهری آراسته و مثال نزدنی بر روح فرد حاضر می‌شوند؛ اگر از مؤمنان باشد هنگام دیدار با این بزرگان علاقه پیدا می‌کند و عشق می‌ورزد و اگر از مؤمنان نباشد، هنگام مشاهده آن‌ها را از دشمنان خود می‌داند و به دیدارشان علاقه ندارد. (بحار الأنوار، ج ۸۲، ص ۱۷۴، ح ۸)؛ و هم‌چنین در احادیث داریم امیرالمؤمنین (علیه‌السلام) به «حارث بن اعور همدانی» فرمودند: یا حَارِثِ

تجربه زیسته اضطراب مرگ پس از بازگشت دوباره به زندگی؛ سلطان آبادی و ذوقی | ۱۶۵

هَمْدَانٌ مِّنْ يَّمُتْ يَرِنِي مِنْ مُؤْمِنٍ أَوْ مُنَافِقٍ قُبَلًا» ای حارث همدانی! بدان هر کس از مؤمنان و منافقان که بمیرد، مرا می بیند (بحارالانوار، ج ۶۶، ص ۲۶۴). در گزارش های تجربه گران پژوهش حاضر دیده شد که برخی از افراد اقوام فوت شده خود را ملاقات کرده اند. این ملاقات به صورت انتقال ادراکات، دریافت آگهی بدون کلام و مکالمه کلامی صورت گرفته است. در قرآن کریم، آیه شریفه ۳۲، سوره نحل نیز به گونه ای به این مشاهدات اشاره شده است: «الذین تتوفاهم الملائکه طین یقولون سلام علیکم ادخلوا لجنه بما کنتم تعملون» یعنی: کسانی که فرشتگان (مرگ) روحشان را می گیرند درحالی که پاک و پاکیزه اند به آنها می گویند: سلام بر شما. وارد بهشت شوید برای اعمالی که انجام دادید. هم چنین اغلب تجربه گران به دیدن نور که از مشاهدات خوشایند آنها می باشد اشاره می کنند. مؤدی (۱۹۹۸) بر این عقیده است که فقط یک موجود نورانی وجود دارد و همه افراد همان موجود واحد را می بینند اما گزارش های پژوهش حاضر نشان داد افراد موجودات نورانی متنوعی را می بینند که از نظر آنها در قالب فرشته یا راهنمایان خدا و موجودات دیگری ظاهر شده اند. مورد دیگر مواجهه با نور الهی است که لزوماً در هیئت یک موجود نمایان نمی شود و می تواند صرفاً نوری باده که نوعی از عشق را نمایان می کند و به افراد احساس دیدار معشوق الهی دست می دهد.

برخی تجربه گران مشاهدات ناخوشایندی از جمله مواجهه با موجودات ترسناک و آزار دیدن از آنها داشتند. گری (۱۹۸۵) تجربیات ناخوشایند را مؤلفه های چون ترس، اضطراب، رویارویی با موجودات ترسناک می داند. قبض روح مطابق قرآن به وسیله فرشتگان صورت می گیرد، در سومین آیه سوره سجده آمده است که به پیغمبر اکرم - صلی الله علیه و آله و سلم - دستور می دهد در مقابل انکار معاد از سوی مشرکان «بگو: فرشته مرگ که بر شما مأمور شده، قبض روح شما می کند، سپس به سوی پروردگارتان بازمی گردید». (قُلْ يَتَوَفَّاكُم مَّلَكُ الْمَوْتِ الَّذِي وُكِّلَ بِكُمْ ثُمَّ إِلَىٰ رَبِّكُمْ تُرْجَعُونَ)، که شاید در اینجا موجودات و موارد ترسناکی که افراد می بینند مقصود همان فرشته های قبض روح باشد؛ در قآن کریم آیه ۲۷ سوره محمد داریم هنگامی که فرشتگان (قبض ارواح)

به صورت و پشت آن‌ها می‌زنند (و قبض روحشان می‌کنند) فَكَيْفَ إِذَا تَوَفَّتْهُمُ الْمَلَائِكَةُ يَضْرِبُونَ وُجُوهُهُمْ وَ أَدْبَارَهُمْ. آری، ملائکه با سیلی و مشت بر صورت و پشتشان، از آن‌ها استقبال می‌کنند (تفسیر نور). رینگ و والارینو (۲۰۰۶) در مطالعه خود نشان داد تعداد کمی از تجربه‌گران تجربیات ناخوشایند و رویارویی با موجودات ترسناک را تجربه می‌کنند. نتایج یافته‌های پژوهش نشان می‌دهد افرادی که بعد از جدا شدن روح از بدن انواع موجودات قبیح و زشت می‌بینند، تجسم اعمالی است که در دنیا انجام داده‌اند. همچنین بر اساس روایتی از امام باقر علیه‌السلام، فرشته مرگ، هنگام گرفتن روح گنه‌کاران، چهره‌ای متناسب با اعمال و صفات آنان داشته با قیافه‌ای خشمناک و وحشت‌آور به همراه فرشتگانی که در دستانشان تازیانه‌های آتشین است به آنان نزدیک شده، جرعه‌ای از شراب دوزخ در گلویشان می‌ریزد (لقالله، ص ۲۰۵-۲۰۵).

در پژوهش حاضر، برخی از تجربه‌گران با اشاره به تزریق شدن به گیاه یا تزریق شدن به صخره احساسات و اطلاعات محیط پیرامون را دریافت کردند که به‌عنوان احساسات مثبت و منفی آن‌ها شناخته شد. نتایج این پژوهش طبق روایت تجربه‌گران نشان می‌دهد گیاهان و اشیاء پیرامون ما ادراکات فراحسی و نیز احساس درد دارند. تجربه‌گران مرگ تقریبی دریافت کردند که به‌جز گیاهان همه پدیده‌ها حافظه، درک، شعور و دریافت دارند. برای سنجش احساس در گیاهان از آزمایشگاه باکستر استفاده شده است که در مطالعه قاسمیان نژاد جهرمی و همکاران (۱۳۹۷) نیز به این موضوع اشاره شده و همسو با پژوهش حاضر است.

برخی از تجربه‌گران بعد از خروج از کالبد، بدن غیرجسمانی خود را به دو گونه توصیف می‌کنند. گروه اول این‌گونه توصیف کردند که بدنی نداشتند اما آگاهی، هویت و حضور کامل داشتند و همه چیز را درک کردند. در حالت دوم تجربه‌گر اظهار دارد که بدن او درست مثل همین بدن مادی بوده است. این دسته‌بندی با مطالعه مؤدی (۱۹۸۸) همخوان است.



تجربه زیسته اضطراب مرگ پس از بازگشت دوباره به زندگی؛ سلطان‌آبادی و ذوقی | ۱۶۷

نتایج روایتی تجربه نزدیک به مرگ در این پژوهش نشان می‌دهد بیشتر تجربه‌گران احساس آرامش، زیبایی و عشق را تجربه کرده‌اند. این احساسات به قدری زیبا و سرشار از آرامش و عشق بوده است که تجربه‌گران بعد از بازگشت به جسم با یادآوری آن صحنه‌ها گریه کردند و از بازگشت به بدن خود ناراضی بودند. این یافته‌ها با مطالعات تاسل-ماتوموآ (۲۰۱۴)، نوری (۲۰۰۸)، قاسمیان نژاد و همکاران (۲۰۱۴) که در آن تجربه‌گران گزارش‌هایی از آرامش و آسایش فوق‌العاده ارائه دادند و مطالعه گریسون (۱۹۸۳) که نشان داد بیش از نصف تجربه‌گران در حین تجربه احساس آرامش و خوشحالی داشته‌اند، همسو است. علاوه بر این در پژوهش حاضر برخی از تجربه‌گران در تجربه خود هم احساسات ناخوشایند و هم خوشایند را باهم داشتند که با مطالعه قاسمیان نژاد جهرمی و همکاران (۱۳۹۷)، لانگ و همکاران (۲۰۱۵)، تاسل-ماتاموآ (۲۰۱۴)، هولدن و همکاران (۲۰۰۹) همسو است.

در پژوهش حاضر یکی از تجربه‌گران که تجربه احساسات منفی داشت از قضاوت شدن توسط سایر افراد واهمه داشته و برای اولین بار در این مطالعه پژوهش خود را بازگو کرد؛ بنابراین می‌توان این‌گونه نتیجه گرفت احساسات خوشایند و ناخوشایند تجربه‌شده تأثیر عمیقی در زندگی فرد پس از بازگشت به زندگی دارد. این نتیجه با مطالعات بوش (۲۰۰۶)، قاسمیان نژاد جهرمی و همکاران (۲۰۱۴)، هلدن (۱۹۹۶)، سن فلیپو (۲۰۰۶) و همچنین مطالعه نوری (۲۰۰۸) که نشان داد، تجربه احساسات منفی و یا خوشایند یا ترکیبی از این دو تأثیر بسیاری در واکنش فرد بعد از بازگشت به زندگی دارد به‌طوری‌که برخی تجربه‌گران به پرخاشگری و عصبانیت با اطرافیان پس از بازگشت اشاره داشتند، همسو است.

یافته‌های پژوهش حاضر نشان می‌دهد در برخی موارد تجربه‌گر از فاصله‌ای دورتر از جسم رویدادهای در حال وقوع را مشاهده می‌کند، صدای اطرافیان و حتی کادر درمان در حین عملیات پزشکی را می‌شنود، تمام حالات اطرافیان خود را درک می‌کند و عزاداری آن‌ها را می‌بیند. این مؤلفه نقش مهمی در سنجش واقعی بودن گزارش‌های برای محققین دارد که محقق می‌تواند با مقایسه بیانات تجربه‌گر با رویدادهای واقعی به صحت این اظهارات پی ببرد. هم‌چنین برخی از تجربه‌گران در این مرحله درکی از بعد جسمانی خود

نداشتند. با توجه به نتایج به دست آمده و آگاهی تجربه‌گر نسبت به رویدادهای اطراف جسم، از پرستاران و پزشکان در بیمارستان انتظار می‌رود نسبت به این مسئله آگاه باشند و ملاحظات رفتاری و کلامی لازم را در نظر بگیرند؛ و هنگام عملیات بالینی مراقبت‌های لازم را داشته باشند. نتایج به دست آمده با تحقیقات نوری (۲۰۰۸)، هلدن و همکاران (۲۰۰۹)، قاسمیان‌نژاد و همکاران (۲۰۱۴)، تاسل-ماتوموآ (۲۰۱۴) همخوانی دارد.

اغلب تجربه‌گران در اظهارات خود نوع مشاهده رویدادها را به صورت مشاهده از همه زوایا توصیف کردند به این معنی که زاویه دید از همه جهت و ۳۶۰ درجه داشتند که در آن واحد می‌توانستند از چند جهت دید داشته باشند. علاوه بر این برخی دیگر مشاهده خود را به صورت زوم کردن نگاه توصیف کردند و آن را دیدن به صورت ذره‌بین معرفی کردند. این نتیجه با یافته قاسمیان نژاد جهرمی و همکاران (۱۳۹۷) که بیان داشتند، از دیگر عناصر تجربه نزدیک به مرگ مرور زندگی است و تقریباً همه تجربه‌گران همه زندگی یا بخشی از آن را مانند یک فیلم دیده‌اند همخوان است. منظور از دیدن، درک صحنه‌ها، افکار و اخلاقیات فرد در لحظه وقوع آن رویدادها در واقعیت است که در کسری از ثانیه توسط تجربه‌گر درک می‌شود.

تجربه‌گران باور داشتند تصاویری که دیده‌اند خیالی یا توهم نبوده، بلکه کاملاً واقعی بوده‌اند. این یافته با مطالعات بلنتی و همکاران (۲۰۰۸) و فاکو و آگریلو (۲۰۱۲) که نشان دادند افراد در طول مرور صحنه‌های زندگی تمام حالات، رفتار و حتی افکار خود را مجدد مرور می‌کنند، در یک راستا قرار می‌گیرد. گریسون (۱۹۹۰) این عنصر را از عمیق‌ترین تجربیات افراد می‌داند چرا که تجربه‌گران در طول مرور زندگی متوجه می‌شوند هر حرف و عملی چگونه می‌تواند زندگی خود و دیگران را تحت تأثیر قرار دهد.

از آنجایی که اغلب تجربه‌گران در این پژوهش از کیفیت زندگی ایده آلی برخوردار نبوده و به واسطه نارضایتی از زندگی، مشکلات اقتصادی، بیماری و در هنگام شکایت از پروردگار بابت شرایط نامناسب، مرگ تقریبی را تجربه کرده بودند، پس از بازگشت دوباره به زندگی تغییرات مهمی در زندگی آن‌ها اتفاق افتاده بود. این تغییرات شامل افزایش علاقه به همدلی و کمک به نیازمندان، احساس آرامش، افزایش تسلط به خود و عزت نفس، افزایش امید به زندگی، تغییر در ارزش‌های فردی و اجتماعی و هم‌چنین

تجربه زیسته اضطراب مرگ پس از بازگشت دوباره به زندگی؛ سلطان‌آبادی و ذوقی | ۱۶۹

مراقبت از دیگران، میل شدید به کمک به دیگران و ابراز عشق، تغییر نگرش نسبت به معنا و مفهوم زندگی، داشتن بینش عمیق و قدردانی نسبت به زندگی و علاقه کمتر به مادی‌گرایی و تلاش برای کم شدن گناهان بود. علاوه بر این، بسیاری از تجربه‌گران اظهار داشتند که مذهبی‌تر شده‌اند و درک کامل‌تری از الهامات معنوی یا مذهبی و تأثیر عمیق آن‌ها بر زندگی به دست آورده‌اند. برخی مطالعات نشان داده‌اند که اثرات تجربه نزدیک به مرگ در طول زمان شدیدتر می‌شود؛ و این پیامدها در افرادی که آن را تجربه کرده‌اند و هم‌چنین در اطرافیان آن‌ها عمیق‌تر و ماندگارتر می‌گردد. این نتایج با نتایج مطالعات قاسمیان نژاد جهرمی (۱۳۹۶)، لانگ و پری (۲۰۱۱) و گریسون (۱۹۹۰) همسو است.

از محدودیت‌های پژوهش حاضر می‌توان به محدود بودن جامعه آماری به تجربه‌کنندگان ایرانی با دین و مذهب یکسان، کم بودن حجم گروه نمونه، عدم استفاده از روش‌های کمی و مقایسه‌ای در تحلیل نتایج اشاره کرد که پیشنهاد می‌شود در مطالعات آتی مورد توجه قرار بگیرند. همچنین پیشنهاد می‌شود برای عمیق‌تر شدن و بررسی همه‌جانبه این موضوع بهتر است با افرادی که این تجربه را داشته‌اند به صورت رودررو مصاحبه انجام شود. همچنین افرادی از تمام ادیان و مذاهب را مورد بررسی قرار داد.

### سپاسگزاری

بدین وسیله از تمامی همکاران و اساتید دست‌اندرکار در پژوهش حاضر تشکر و قدردانی به عمل می‌آید.

### تعارض منافع

تعارض منافع وجود ندارد.

### ORCID

Nahid Soltanabadi

leila zoghi



<http://orcid.org/0000-0002-8523-5102>



<http://orcid.org/0000-0003-3806-0124>

## منابع

### قرآن کریم

- اخوت، احمد (۱۳۷۱). *دستور زبان داستان*، اصفهان: نشر فردا.
- آقایی میبیدی، فروغ (۱۳۹۲). *پیش درآمدی بر مطالعه روایت و روایت پژوهی*. کهن نامه ادب پارسی، شماره ۴(۲).
- بازرگان، عباس (۱۳۹۱). *مقدمه‌ای بر روش‌های تحقیق کیفی و آمیخته: رویکردهای متداول در علوم رفتاری*. تهران: دیدار
- زاهدی، محمدرضا (۱۳۹۷). یاد مرگ و آثار آن از دیدگاه قرآن و روایات. *تأمل*، ۳(۶)، ۸۷-۶۵.
- عابدی، حیدرعلی (۱۳۸۹). کاربرد روش تحقیق پدیده‌شناسی در علوم بالینی. *راهبرد*، ۱۹(۵۴)، ۲۲۴-۲۰۷.
- قاسمیان‌نژاد جهرمی، علی نقی (۱۳۹۶). *تجربه زیسته تجربه کنندگان نزدیک به مرگ در نمونه‌های ایرانی و آمریکایی*. رساله دکتری، دانشکده علوم و تربیت روانشناسی، دانشگاه شهید چمران اهواز.
- قاسمیان‌نژاد جهرمی، علی نقی. *مهرابی‌زاده هنرمند، مهناز. هاشمی، سید اسماعیل. بشلیده، کیومرث. خجسته مهر، رضا (۱۳۹۷)*. بررسی عناصر تجارب نزدیک به مرگ و ضرورت آگاهی از آن‌ها. *تحقیقات کیفی در علوم سلامت*، ۷(۳)، ۳۴۸-۳۳۷.
- قرائتی، محسن (۱۳۸۶). *تفسیرنور*، جلد ۹، تهران: موسسه‌ی فرهنگی درس‌هایی از قرآن.
- کرسول، جان (۱۳۹۶). *پوشش کیفی و طرح پژوهش انتخاب از میان پنج رویکرد (روایت پژوهی، پدیدارشناسی، نظریه داده بنیاد، قوم‌نگاری و مطالعه موردی)*. ترجمه حسن دانایی‌فرد و حسین کاظمی، تهران: صفار.
- گروسی، سعیده. *خواجه، روح اله. گروسی، بهشید (۱۳۹۳)*. درک افراد سوگوار از پدیده مرگ. *اخلاق زیستی*، ۴(۱۴)، ۱۹۱-۱۶۷.
- گلپاشا، الهه. *آسایش‌زارچی، محمدحسن. حسین‌زاده سرشکی، زهره (۱۳۹۳)*. نگرش نسبت به جهان پس از مرگ و سلامت روان. *کنگره بین‌المللی فرهنگ و اندیشه دینی*.
- المجلسی، بحارالانوار، انتشارات موسسه الوفاء، ۱۴۰۳، ج ۶۶، ص ۲۶۴.
- وبستر، لئونارد. *مرتوا، پاتریسی (۲۰۰۷)*. روش تحقیق روایت پژوهی: آشنایی با به‌کارگیری تحلیل روایتی رویدادهای کلیدی در پژوهش‌های روایت. ترجمه نرگس قلی‌زاده و حسن بودلایی (۱۳۹۸)، تهران: اندیشه احسان.

## References

- The Holy Quran
- Akhvat, Ahmed (1992). *Story Grammar*, Isfahan: Farda Publishing. [in Persian]
- Aghaie Meybodi, Forough (2012). An introduction to the study of narrative and narrative research. *Ancient History of Persian Literature*, No. 4(2). [in Persian]
- Al-Majlisi, Bihar al-Anwar, Al-Wafa Institute Publications, 1403, vol. 66, p. 264.
- Abedi, Heydar Ali (2010). Application of phenomenological research method in clinical sciences. *Strategy*, 19(54), 224-207.
- Anthony S(2013). *The child's discovery of death: a study in child psychology*: Routledge.
- Belanti, J., Perera, M., & Jagadheesan, K. (2008). Phenomenology of Near-death Experiences: A Cross-cultural Perspective. *Transcultural Psychiatry*, 45(1), 121–133. <https://doi.org/10.1177/1363461507088001>
- Bianco, S., Testoni, I., Palmieri, A., Solomon, S., & Hart, J. (2019). The psychological correlates of decreased death anxiety after a near-death experience: the role of self-esteem, mindfulness, and death representations. *Journal of Humanistic Psychology*, 0022167819892107.
- Blackmore, S. J., & Troscianko, T. S. (1989). The physiology of the tunnel. *Journal of Near-Death Studies*, 8(1), 15-28.
- Bazargan, Abbas (2012). An introduction to qualitative and mixed research methods: common approaches in behavioral sciences. Tehran, Didar. [in Persian]
- Bush, N. E. (2006). *Afterward: Making meaning after a frightening near-death experience*. *Journal of Near-Death Studies*, 21(2), 99-133.
- Creswell, W. (2012). *Qualitative inquiry and research design; choosing among five approaches*. (3<sup>rd</sup> Edition). SAGE Publication, Inc.
- Creswell, John (2016). *Qualitative survey and research design chosen among five approaches* (narrative research, phenomenology, foundational data theory, ethnography and case study). Translated by Hassan Danaeifard and Hossein Kazemi, Tehran: Safar.
- Facco, E., & Agrillo, C. (2012). Near-death experiences between science and prejudice. *Frontiers in human neuroscience*, 6, 209.
- Fenwick, P., & Fenwick, E. (1995). *The truth in the light*. New York: Berkley.
- Flick, A. (2009). *An Introduction to Qualitative Research*, Ney Publishers. A catalogue record for this book is available from the British Library.
- Ghasemiannejad, A., Long, J., Nouri, F. F., & Krahnakian, K. (2014). Iranian Shiite Muslim near-death experiences: Features and

- aftereffects including dispositional gratitude. *Journal of Near-Death Studies*, 33(1), 30-42.
- Greyson, B. (1983). The Near-Death Experience Scale: Construction, reliability, and validity. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 171, 369-375.
- Greyson, B. (1990). Near-Death encounters with and without Near-Death Experiences: comparative NDE scale profiles. *Journal of Near-Death studies*, 8, 151-161.
- Greyson, B. (2010). Implications of near-death experiences for a postmaterialist psychology. *Psychol Relig Spiritual*, 2, 37-45.
- Grossi, Saida. Khwaja, the soul of God. Grossi, Behshid (2013). Bereaved people's understanding of the phenomenon of death. *Bioethics*, 4(14), 191-167.
- Golpasha, Elaheh. Asayeshzarchi, Mohammad Hassan. Hosseinzadeh Sareski, Zahra (2013). *Attitude towards the world after death and mental health*. International Congress of Culture and Religious Thought.
- Ghasemiannejad Jahormi, Ali Naghi (2016). The lived experience of near-death experiencers in Iranian and American samples. PhD Thesis, Faculty of Psychological Sciences and Education, Shahid Chamran University of Ahvaz.
- Ghasemiannejad Jahormi, Alinaghi. Mehrabizadeh Honarmand, Mahnaz. Hashemi, Seyyed Ismail. Beshlideh, Kyomarth. Khojasteh Mehr, Reza (2017). Examining the elements of near-death experiences and the need to be aware of them. *Qualitative Research in Health Sciences*, 7(3), 348-337.
- Holden, J. M. (1996). Effect on emotional well-being of hypnotic recall of the neardeath experience. *Journal of Near-Death Studies*, 14(4), 273-280.
- Holden, J. M., Greyson, B., & James D. (Eds.). (2009). *The handbook of near-death experiences: Thirty years of investigation*. Santa Barbara, CA: Praeger/ABCCLIO.
- Jong, J., Ross, R., Philip, T., Chang, S. H., Simons, N., & Halberstadt, J. (2018). The religious correlates of death anxiety: A systematic review and meta-analysis. *Religion, Brain & Behavior*, 8(1), 4-20.
- Lange, R., Greyson, B., & Houran, J. (2015). Using Computational Linguistics to Understand Near-Death Experiences: Concurrent Validity for the Near-Death Experience Scale. *Psychology of Consciousness: Theory, Research, and Practice*. doi: 10.1037/cns0000040.
- Long, J., & Perry, P. (2011). *Evidence Of the Afterlife*, Harpercollins E-Books.
- Moody, R. (1978). *Reflection on Life after Life*. Bantam edition. USA, Bantam Books.

تجربه زیسته اضطراب مرگ پس از بازگشت دوباره به زندگی؛ سلطان آبادی و ذوقی | ۱۷۳

- Moody, R. A. (1988). *The light beyond: New explorations by the author of life after Life*. New York: Bantam.
- Nouri, F. M. (2008). *Electromagnetic aftereffects of near-death experiences*. Dissertation Prepared for the Degree of doctor of philosophy. University of north Texas.
- Purkayastha, M., & Mukherjee, K. K. (2012). Three cases of near death experience: Is it physiology, physics or philosophy?. *Annals of neurosciences*, 19(3), 104.
- Qaraeti, Mohsen. (n.d.). Tafsir Noor, Volume 9, Page 94. [in Persian]
- Ring, K., & Valarino, E. E. (2006). *Lessons from the light: What we can learn from near-death experience*. Needham, MA: Moment Point Press.
- San Filippo, D. (2006). *Religious Interpretations of Death, Afterlife & NDEs*. Orland: Kimball publishing.
- Tassell-Matamua, N. (2014). Near-death experiences and the psychology of death. *Omega*, 68(3), 259-277.
- Webster, L. and P. Mertova (2007), *Using Narrative Inquiry as a Research Method*, New York: Routledge
- Webster, Leonard. Mertova, Patricia (2007). *Narrative research method: familiarity with the use of narrative analysis of key events in narrative research*. Translated by Narges Qolizadeh and Hassan Boudelai (2018), Tehran: Andisheh Ehsan.
- Zahedi, Mohammad Reza (2017). Remembrance of death and its effects from the perspective of the Qur'an and hadiths. *Reflection*, 3(6), 65-87.

استناد به این مقاله: سلطان آبادی، ناهید، ذوقی، لیلا. (۱۴۰۰). تجربه زیسته اضطراب مرگ پس از بازگشت دوباره به زندگی، دو فصلنامه علمی سراج منیر، ۱۲(۴۲)، ۱۵۱-۱۷۳.

DOI: 10.22054/ajsm.2022.67700.1834



Seraje Monir is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License.