CJHaA
Caspian Journal of Health and Aging
Fateme Zahra Nursing and Midwifery School of Ramsar
e-ISSN: 2645-5749
p-ISSN: 2588-3763
مجله سلامت و سالمندی خزر
دانشکده پرستاری و مامایی فاطمه زهرا (س) رامسر
دانشگاه علوم پزشکی بابل

A review of near-death experiences: with an emphasis on characteristics and outcomes

Azar Darvishpour(PhD) [1,2] * , **Alireza Shouri Bidgoli (Msc)** [3]

1. Zeyinab (P.B.U.H) School of Nursing and Midwifery, Guilan University of Medical Sciences, Rasht, Iran.

2. Social Determinants of Health Research Center, Trauma Institute, Guilan University of Medical Sciences, Rasht, Iran.

Corresponding Author: A. Darvishpour (PhD)

Address: Zeyinab (P.B.U.H) School of Nursing and Midwifery, Guilan University of Medical Sciences, Rasht, Iran.

Tel: +98 (13) 42536263**. E-mail:** Darvishpour@gums.ac.ir

Article Info

Article Type:
Review Article

Received:
Mar 16th 2026

Revised:
Apr 5th 2026

Accepted:
Apr 9th 2026

Published online:
May 20th 2026

ABSTRACT

Background and Objective: Near-death experiences (NDEs) are profound, multidimensional, and often transformative phenomena that are reported in critical situations such as cardiac arrest, anesthesia, or severe accidents. These experiences may include out-of-body experiences, exposure to light, life review, and even disturbing experiences. The aim of this study was to review the characteristics and outcomes of NDEs.

Methods: In this systematic review, articles were searched in the international databases PubMed, ScienceDirect, Scopus, and the Google Scholar search engine between 2011 and 2024. Keywords related to the characteristics and outcomes of NDEs were used in the search process. Inclusion criteria were full-text studies published in English on NDEs. Exclusion criteria included letters to the editor, abstracts of articles, and presentations at conferences and seminars. Out of 470 retrieved articles, after final screening, 29 articles were included in the analysis. The data were analyzed using a qualitative content analysis method with a conventional approach.

Findings: The analysis identified four main categories: 1- Common Phenomenal Features (with six subcategories: exiting the body, passing through a tunnel, seeing a bright and comforting light, meeting spiritual beings or deceased individuals, reviewing life and perceiving a different or heavenly reality); 2- Disturbing Experiences (with four subcategories: disturbing emotions, darkness and hell, doubting one's existential worth, and feeling rejected); 3- Psychological and Spiritual Consequences (with two subcategories: positive and negative consequences); and 4- Factors Influencing the Interpretation of the Experience (with four subcategories: cultural and religious background, value system and level of psychological resilience, social support or neglect, and language and narrativization of the experience).

Conclusion: NDEs are universal but highly context- and region-specific phenomena whose meaning depends not only on the content, but also on their psychological, cultural, and social contexts of the experiencer. These findings highlight the need for interdisciplinary and context-based attention to NDEs at therapeutic, psychological, spiritual, and research levels.

Keywords: *Near-death experiences, Characteristic, Outcome, Review*

Cite this article: Darvishpour A, Shouri Bidgoli . A review of near-death experiences: with an emphasis on characteristics and outcomes *Caspian Journal of Health and Aging*. 2026; 11 (1): 5-28. DOI: 10.22088/cjhaa.11.1.2.

Copyright© 2026 The Authors, published by Babol University of Medical Sciences. This work is licensed under a Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International license (https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/.) Noncommercial uses of the work are permitted, provided the original work is properly cited.

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-11]

CJHaA
Caspian Journal of Health and Aging
Fateme Zahra Nursing and Midwifery School of Ramsar
e-ISSN: 2645-5749
p-ISSN: 2588-3763
مجله سلامت و سالمندی خزر
دانشکده پرستاری و مامایی فاطمه زهرا (س) رامسر
دانشگاه علوم پزشکی بابل

مروری بر تجربیات نزدیک به مرگ: با تأکید بر ویژگی‌ها و پیامدها

آذر درویش‌پور (PhD)[۱،۲*]، علیرضا شعوری بیدگلی (Msc)[۳]

۱. گروه پرستاری، دانشکده پرستاری و مامایی زینب (س)، دانشگاه علوم پزشکی گیلان، رشت، ایران
۲. مرکز تحقیقات عوامل اجتماعی مؤثر بر سلامت، پژوهشکده تروما، دانشگاه علوم پزشکی گیلان، رشت، ایران
۳. دانشکده پرستاری و مامایی زینب (س)، دانشگاه علوم پزشکی گیلان، رشت، ایران

اطلاعات مقاله

نوع مقاله:
مقاله مروری

دریافت:
۱۴۰۴/۱۲/۲۵

اصلاح:
۱۴۰۵/۰۱/۱۶

پذیرش:
۱۴۰۵/۰۱/۲۰

انتشار:
۱۴۰۵/۰۲/۳۰

چکیده

سابقه و هدف: تجربیات نزدیک به مرگ پدیده‌هایی عمیق، چندبُعدی و اغلب تحول‌آفرین هستند که در شرایط بحرانی مانند ایست قلبی، بیهوشی یا تصادفات شدید گزارش می‌شوند. این تجربیات می‌توانند شامل خروج از بدن، مواجهه با نور، مرور زندگی و حتی تجربه‌های آزاردهنده باشند. هدف این مطالعه، مروری بر ویژگی‌ها، پیامدهای تجربیات نزدیک به مرگ بود.

مواد و روش‌ها: این پژوهش یک مطالعه مرور نظام‌مند است. جستجوی مقالات در پایگاه‌های بین‌المللی PubMed، ScienceDirect، Scopus و موتور جست‌وجوی Google Scholar در بازه زمانی ۲۰۱۱ تا ۲۰۲۴ انجام شد. واژگان کلیدی مرتبط با ویژگی‌ها و پیامدهای تجربیات نزدیک به مرگ در فرآیند جست‌وجو به کار رفت. معیارهای ورود شامل مطالعات تمام متن، منتشرشده به زبان انگلیسی، درباره تجربیات نزدیک به مرگ بود. معیارهای خروج شامل نامه به سردبیر، چکیده مقالات و ارائه‌شده در همایش‌ها و سمینارها بودند. از میان ۴۷۰ مقاله‌ی بازیابی شده، پس از غربالگری نهایی، ۲۹ مقاله وارد تحلیل شدند. تحلیل داده‌ها با استفاده از روش تحلیل محتوای کیفی با رویکرد قراردادی انجام شد.

یافته‌ها: تحلیل داده‌ها منجر به پدیدار شدن چهار طبقه اصلی با عناوین: ۱- ویژگی‌های پدیداری مشترک (با شش زیر طبقه خروج از بدن، عبور از تونل، مشاهده نور درخشان و آرامش‌بخش، ملاقات با موجودات روحانی یا افراد درگذشته، مرور زندگی و ادراک واقعیتی متفاوت یا آسمانی)، ۲-تجربیات آزاردهنده (با چهار زیر طبقه احساسات آزاردهنده، تاریکی و جهنم، تردید در ارزشمندی وجودی و احساس طرد شدن)، ۳- پیامدهای روان‌شناختی و معنوی (با دو زیر طبقه پیامدهای مثبت و منفی) و ۴- عوامل مؤثر در تفسیر تجربه (با چهار زیر طبقه پیش‌زمینه فرهنگی و دینی، نظام ارزشی و سطح تاب‌آوری روان‌شناختی، حمایت یا بی‌اعتنایی اجتماعی، زبان و روایت‌پذیری تجربه) شد.

نتیجه‌گیری: تجربیات نزدیک به مرگ پدیده‌هایی جهان‌شمول اما به‌شدت مبتنی بر بافت و منطقه هستند که معنای آن‌ها نه‌فقط به محتوا، بلکه به زمینه‌های روانی، فرهنگی و اجتماعی تجربه‌گر وابسته است. این یافته‌ها بر ضرورت توجه میان‌رشته‌ای و زمینه‌محور به تجربیات نزدیک به مرگ در سطوح درمانی، روان‌شناختی، معنوی و پژوهشی تأکید دارند.

واژه‌های کلیدی: *تجربیات نزدیک به مرگ، ویژگی، پیامد، مروری*

استناد: آذر درویش پور، علیرضا شعوری بیدگی . مروری بر تجربیات نزدیک به مرگ: با تأکید بر ویژگی‌ها و پیامدها. مجله سلامت و سالمندی خزر، ۱۴۰۵؛ ۱۱ (۱): ۲۸-۵.

* مسئول مقاله: دکتر آذر درویش پور
آدرس: دانشکده پرستاری و مامایی زینب (س)، دانشگاه علوم پزشکی گیلان، رشت، ایران تلفن: ۰۱۳-۴۲۵۳۶۲۶۲ رایانامه: Darvishpour@gums.ac.ir

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-11]

سابقه و هدف

تجربیات نزدیک به مرگ (Near-Death Experiences/NDEs) از جمله پدیده‌های مرموز، پیچیده و تأمل‌برانگیزی هستند که در مرز میان زندگی و مرگ رخ می‌دهند و از دیرباز توجه متفکران حوزه‌هایی نظیر دین‌پژوهی، روان‌شناسی، پزشکی، الهیات و علوم اعصاب را به خود جلب کرده‌اند (۳–۱). این تجربیات معمولاً در شرایطی گزارش می‌شوند که فرد به‌صورت واقعی یا ادراک‌شده در آستانه مرگ قرار دارد؛ مانند ایست قلبی، بیهوشی عمیق، شوک شدید جسمی یا سوانح تهدیدکننده حیات (۵ و ۴). در ابتدا، NDE ها عمدتاً از منظر دینی و روحانی تفسیر می‌شدند و برخی از آن‌ها به‌عنوان تجلی‌ای از جهان پس از مرگ یا نشانه‌ای از وجود روح انسان در نظر گرفته می‌شدند (۶ و ۲). با این حال، پژوهش‌های علمی اخیر با بهره‌گیری از رویکردهای عصب‌شناختی و روان‌شناختی، بر جنبه‌های فیزیولوژیکی این پدیده تأکید بیشتری نهاده‌اند (۸ و ۷). یافته‌های بالینی و نظری حاکی از آن‌اند که تجربیات نزدیک به مرگ ممکن است ناشی از عواملی چون تغییرات فعالیت مغز، کمبود اکسیژن یا نوسانات نوروشیمیایی در شرایط بحرانی باشند (۹ و ۳). پژوهش‌های اخیر بر تعامل پیچیده میان عوامل زیستی، روانی و اجتماعی در شکل‌گیری NDE ها تأکید دارند (۱۰ و ۹ و ۳). این مطالعات نشان می‌دهند که NDE ها می‌توانند هم‌زمان تحت تأثیر فرآیندهای فیزیولوژیکی بدن و نیز تغییرات روانی یا معنوی فرد قرار گیرند. در نتیجه، تحلیل جامع این تجربیات نیازمند رویکردی چندوجهی است تا تأثیرات آن بر فرد و جامعه به‌درستی درک شود (۴ و ۲).

علی‌رغم پیشرفت‌های پژوهشی، همچنان دیدگاه‌های گوناگون و گاه متناقضی پیرامون علل و ویژگی‌های NDE ها وجود دارد (۱۲ و ۱۱). برخی محققان بر تبیین‌های زیستی تأکید دارند و این تجربیات را واکنش‌هایی مغزی به کمبود اکسیژن یا استرس شدید فیزیکی تلقی می‌کنند (۱۲ و ۱۰). در مقابل، رویکردهای روان‌شناختی و معنوی NDE را به‌عنوان نشانه‌هایی از بُعد غیرمادی وجود انسان یا اثبات وجود روح در نظر می‌گیرند (۱۳ و ۶ و ۲). گزارش‌های متعدد از NDE نشان می‌دهند که این تجربیات، طیفی از پدیدارهای مشترک را شامل می‌شوند: خروج از بدن، عبور از تونل، مشاهده نور درخشان، مواجهه با موجودات غیرمادی، احساس آرامش، مرور زندگی و تجربه سطوح دگرگون‌شده آگاهی (۸ و ۷ و ۶). یکی از ویژگی‌های مهم NDE ها، ثبات نسبی ساختار محتوایی آن‌ها در فرهنگ‌ها و اقوام مختلف است. یافته‌های تجربی نشان می‌دهند که اگرچه تفسیرهای فرهنگی متفاوت‌اند، اما عناصر اصلی مانند احساس یگانگی با هستی، نور و خروج از بدن در اغلب گزارش‌ها مشترک هستند (۱۱ و ۱۰ و ۹). همین موضوع موجب شده تا برخی پژوهشگران NDE را پدیده‌ای فراتر از مرزهای فرهنگی و حتی جهانی قلمداد کنند (۲). مطالعه تطبیقی Shushan (۲۰۲۴) نشان می‌دهد که با وجود تفاوت‌های فرهنگی، اشتراکات زیادی در تجربه‌های NDE دیده می‌شود که ماهیت بین‌فرهنگی یا جهانی این پدیده را تأیید می‌کند. عناصر مشترکی همچون خروج از بدن، عبور از تاریکی یا تونل، مواجهه با نور یا موجودات معنوی و بازنگری زندگی، در فرهنگ‌های متنوع گزارش شده‌اند (۲). با این حال، معناسازی و تفسیر این تجربیات به‌شدت تحت تأثیر بافت‌های دینی، روایت‌های بومی و شرایط اجتماعی قرار دارد (۶ و ۲ و ۱).

برخی NDE ها منجر به پیامدهایی مثبت می‌شوند، مانند افزایش نوع‌دوستی، رشد معنوی، توجه بیشتر به معنای زندگی، کم‌رنگ شدن ارزش‌های مادی و کاهش ترس از مرگ (۱۷ و ۱)؛ اما ذهنی بودن این تجربیات و فقدان یک چارچوب توصیفی و تبیینی روشن، وابستگی آن‌ها به عوامل فردی، فرهنگی و مذهبی را بیشتر می‌کند (۱۸). این پدیده همچنین در بازماندگان از لحاظ محتوا و معنا، بسته به پیش‌زمینه فرهنگی و دینی متفاوت گزارش شده و تقریباً همیشه با نوعی تفسیر مذهبی همراه بوده است (۱۹). شایان توجه است که بخش عمده‌ای از مطالعات اولیه، صرفاً به جنبه‌های مثبت NDE ها پرداخته‌اند (۱). با این حال، دسته‌ای از تجربه‌گران NDE ، تجربیات منفی، تاریک یا آزاردهنده را گزارش کرده‌اند. این تجربیات با مفاهیمی چون سقوط در تاریکی، احساس قضاوت، گناه، طردشدگی الهی یا بی‌هویتی همراه هستند و معمولاً با اصطلاحاتی چون «خلأ» یا «جهنمی» توصیف می‌شوند (۱۵ و ۹ و ۴).

مطالعات اخیر نشان داده‌اند که این نوع تجربیات، اگرچه کمتر گزارش شده‌اند، اما ممکن است پیامدهایی مانند افسردگی، اختلال استرس پس از سانحه یا بحران هویت به‌دنبال داشته باشند (۱۱ و ۸ و ۴). پیامدهای NDE نیز به‌شدت متنوع‌اند. برخی افراد، دگرگونی‌های عمیقی در نگرش به زندگی و مرگ، افزایش شفقت، رشد معنوی و کاهش اضطراب مرگ را تجربه می‌کنند (۱۱ و ۹ و ۸ و ۶)؛ اما دیگران، به‌ویژه آنان که با بی‌اعتمادی یا انکار از سوی اطرافیان مواجه شده‌اند، ممکن است دچار سردرگمی معنایی، انزوای اجتماعی یا تردیدهای بنیادین در باورهای خود شوند (۱۱ و ۴). این تفاوت‌ها، بر اهمیت نقش زمینه‌های فرهنگی، ساختار هویتی، تاب‌آوری روانی و روایت‌پذیری زبانی در معنابخشی به این تجربیات دلالت دارد (۵ و ۱). علاوه بر این، بسیاری از تجربه‌گران NDE در بازگو کردن تجربه خود با موانعی همچون بی‌اعتمادی اطرافیان، انگ روانی و بی‌توجهی نظام سلامت مواجه‌اند. این چالش‌ها، به‌ویژه در مورد NDE های منفی، می‌توانند به سرکوب تجربه و ناتوانی در یکپارچه‌سازی آن با زندگی روزمره منجر شوند (۴ و ۱).

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-11]

با توجه به مطالب مطرح‌شده و با در نظر گرفتن اینکه تجربیات نزدیک به مرگ می‌توانند تأثیرات عمیق و گسترده‌ای بر فرد و جامعه داشته باشند، درک عمیق‌تر این پدیده می‌تواند نقش مؤثری در ارتقای کیفیت مراقبت‌های بهداشتی و روانی برای افرادی با تجربیات مشابه ایفا کند. اهمیت شناخت این تجربیات از آن جهت است که غالباً منجر به تحولات اساسی در نگرش‌ها و رفتارهای فردی می‌شوند؛ تحولاتی که گاه ممکن است با نشانه‌های اختلالات روان‌شناختی اشتباه گرفته شوند؛ بنابراین، دانش حاصل از این تجربیات می‌تواند درک ما از مفهوم آگاهی را گسترش دهد. از سوی دیگر، بررسی علمی این تجربیات ظرفیت آن را دارد که بینش‌های ارزشمندی در حوزه پژوهش و تحلیل تجربیات معنوی فراهم آورد. این بررسی می‌تواند چارچوبی مفهومی ایجاد کند که به کمک آن، تجربیات افراد به شکلی دقیق، منسجم و قابل‌فهم توصیف شوند؛ چارچوبی که متخصصان مراقبت‌های بهداشتی را در تفسیر بهتر گزارش‌ها و توصیفات بیماران یاری می‌دهد. بر همین اساس، هدف اصلی این مطالعه مروری، شناسایی و تبیین ویژگی‌ها و پیامدهای تجربیات نزدیک به مرگ از زوایای گوناگون، به‌منظور دستیابی به یک درک جامع و مشترک از این پدیده است. با توجه به ماهیت چندبعدی و پیچیده این تجربیات، این مطالعه همچنین می‌تواند نقطه آغاز مناسبی برای تحقیقات آینده باشد؛ تحقیقاتی که در پی کشف و تحلیل علمی ابعاد ناشناخته‌تر تجربیات نزدیک به مرگ خواهند بود.

مواد و روش‌ها

پژوهش حاضر یک مطالعه مروری می‌باشد که با روش سیستماتیک و مطالعه کتابخانه‌ای و جستجوی مقـالات مرتبـط با هدف پژوهش انجام شده است. پایگاه‌های داده بین‌المللی Scopus,SciencDirect, PubMed و موتور جستجوی علمی Scholar Google در این پژوهش مورد استفاده قرار گرفتند.

واژه‌های کلیدی شامل ترکیبات مختلفی از واژه‌های انگلیسی("Near-Death Experiences" OR "NDE") AND ("Consequences" OR " Outcomes ") AND ("Characteristics" OR " Features ") بودند. برای انجام فرآیند جستجو از عملگرهای بولی AND و OR برای الحاق واژه‌های کلیدی استفاده شد.

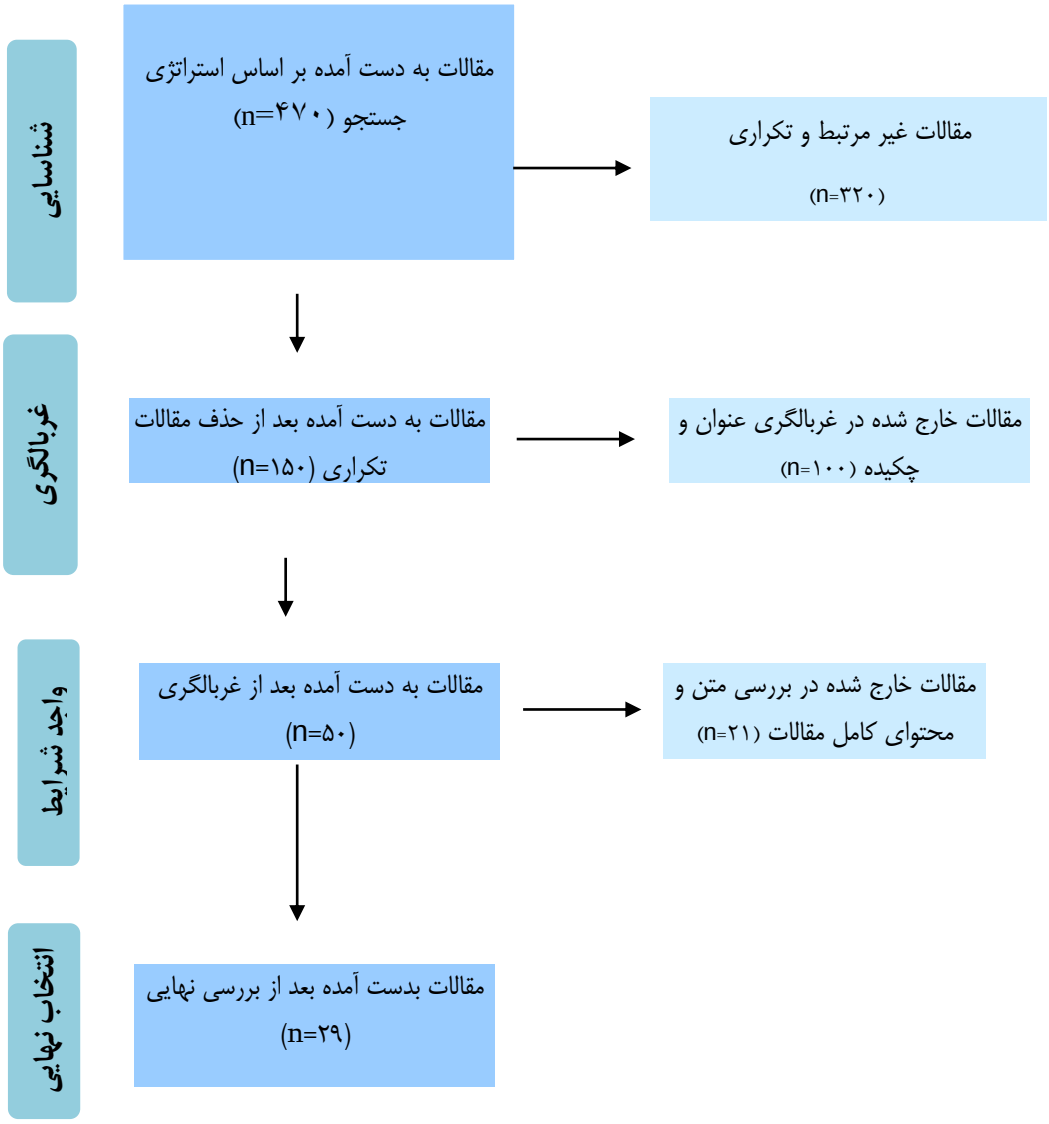
معیارهای ورود برای انتخاب مطالعات شامل موارد زیر بود: (۱) مطالعاتی که به توصیف، تحلیل یا بررسی پیامدها و ویژگی‌های پدیدارشناختی تجربیات نزدیک به مرگ پرداخته بودند و (۲) مطالعات تمـام متـن منتشر شده به زبان انگلیسی در بازه زمانی ژانویه ۲۰۱۱ تا دسامبر ۲۰۲۴ میلادی. معیارهای خروج شامل مواردی مانند نامه به سردبیر، مقالات ارائه‌شده در همایش‌ها و سمینارها و منابعی بود که صرفاً چکیده آن‌ها در دسترس قرار داشت، بود.

فرایند انتخاب مقالات در سه مرحله انجام شد: مرحله اول: غربالگری عناوین و چکیده‌ها برای حذف مطالعات غیرمرتبط. مرحله دوم: بررسی متن کامل مقالات برای تأیید ارتباط با اهداف مطالعه و مرحله سوم: استخراج اطلاعات کلیدی از مقالات منتخب و دسته‌بندی آن‌ها.

برای ارزیابی کیفیت مطالعات، از چک‌لیست‌های استاندارد ارزیابی مقالات مانند PRISMA (Preferred Reporting Items for Systematic Reviews and Meta-Analyses) 2020استفاده شد. ارزیابی انتقادی توسط هر یک از نویسندگان انجام شد و نتایج با مقالات با کیفیت پایین، متوسط یا بالا مورد بحث قرار گرفت. داده‌ها با استفاده از جدولی که شامل مشخصاتی مانند نام نویسندگان و سال انتشار، نوع مطالعه، جمعیت مورد مطالعه، ویژگی‌های مشترک تجربیات نزدیک به مرگ و پیامدهای بلندمدت برای فرد بود، ثبت شد (جدول ۱). تمامی داده‌ها توسط دو محقق به‌صورت مستقل بررسی و استخراج شدند. از ۴۷۰ مقاله یافت شده در جستجو، پس از فرآیند بررسی، در نهایت ۲۹ مقاله انتخاب شد. شکل ۱ نمودار جریان PRISMA برای بررسی مطالعات را نشان می‌دهد.

برای تحلیل داده‌ها از روش تحلیل محتوای کیفی با رویکرد قراردادی (conventional content analysis) و بر اساس چارچوب ارائه‌شده توسط Graneheim و Lundman در سال ۲۰۰۴ (۲۰) استفاده شد. جهت انجام این امر داده‌های متنی مربوط به بخش یافته‌ها و نتیجه‌گیری هر پژوهش به دقت خوانده و کدگذاری شد و سپس این اطلاعات از نظر شباهت‌ها و تفاوت‌ها با یکدیگر مقایسه و طبقه‌بندی شدند.

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-11]



شکل ۱. نمودار PRISMA برای بررسی مطالعات

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-11]

جدول ۱. یافته‌های حاصل از تحلیل مقالات مربوط به تجربیات نزدیک به مرگ

نویسنده و سال	نوع مطالعه	جمعیت مورد مطالعه	ویژگی‌های مشترک تجربیات نزدیک به مرگ	پیامدهای بلندمدت برای فرد
Hashemiو همکاران (۲۰۲۳) (۱)	مرور نظام‌مند	۵۴ مطالعه (شامل ۴۶۵ نفر با تجربیات نزدیک به مرگ)	آرامش، خروج از بدن، نور درخشان، تونل، موجودات معنوی، مرور زندگی	رشد معنوی، کاهش ترس از مرگ، افزایش نوع‌دوستی
Ohkado & Greyson, (۲۰۱۴) (۲۱)	تحلیل تطبیقی کیفی	۲۲ فرد ژاپنی با تجربیات نزدیک به مرگ	خروج از بدن، نور، موجودات معنوی؛ نمادهای فرهنگی خاص	افزایش معنویت، کاهش ترس از مرگ، تفاوت بر اساس زمینه فرهنگی
Panagore, (۲۰۲۰) (۱۵)	روایت شخصی	یک فرد با دو تجربه نزدیک به مرگ	وحدت با هستی، نور، عشق الهی، مرور زندگی	تحول معنوی، تمایل به خدمت، احساس انزوا
Martialو همکاران، (۲۰۲۳)(۲۲)	کمّی	152فرد با تجربیات نزدیک به مرگ	صلح، خروج از بدن، نور، مرور زندگی، تجربه معنوی	حافظه ماندگار، خاطره خودتعریف‌گر، افزایش معنویت
Martialو همکاران، (۲۰۲۴)(۲۵)	پیگیرانه (یک‌ساله)	۱۲۶ نفر از بازماندگان بزرگ‌سال بستری طولانی‌مدت (بیش از ۷ روز) در بخش ICU (۱۹ نفر با تجربیات نزدیک به مرگ)	تجربه شدیدتر با نور، وحدت، موجودات نورانی	معناجویی، پذیرش خود، کاهش ترس از مرگ
Rousseauو همکاران (۲۰۲۳)(۲۶)	آینده‌نگر	بیماران (۱۹ بیمار بخش ICUبا تجربیات نزدیک به مرگ)	نور، خروج از بدن، مرور زندگی	افزایش معناجویی، ولی اثر محدود بر کیفیت زندگی
Oleksowicz وGaitán, (۲۰۲۳)(۲۷)	تحلیل فلسفی	بدون نمونه انسانی	خروج از بدن، نور، ناحیه مرزی بین حیات و مرگ	پیشنهاد تبیین غیرفیزیولوژیک، تحول معنوی
Craffert (۲۰۱۹)(۳)	تحلیل انتقادی مفهومی	بدون جمعیت خاص	صلح، نور، خروج از بدن	نقد رویکردهای فراطبیعی، معرفی تجربیات نزدیک به مرگ به‌عنوان تغییر خاص آگاهی
Lindsay و همکاران، (۲۰۲۴)(۱۱)	کمّی مقایسه‌ای	۳۱۲ نفر (۱۳۸ نفر با تجربیات نزدیک به مرگ)	خروج از بدن، خواب شفاف، پیش‌آگاهی	همبستگی بالا با رؤیا، افزایش تجربه‌های خواب معنادار
Kaleem, (۲۰۲۳)(۹)	تحلیل مفهومی	فاقد جمعیت تجربی (مطالعه نظری و تحلیلی بر اساس منابع علمی موجود)	تجربه خروج از بدن، حرکت در تونل، مواجهه با نور درخشان، احساس آرامش، حضور در فضای روحانی، مرور زندگی و ادراک زمان غیرخطی	افزایش گرایش به معنویت، کاهش ترس از مرگ، دگرگونی در نگرش به زندگی، افزایش همدلی و تغییر در اولویت‌های زندگی

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-11]

نویسنده و سال	نوع مطالعه	جمعیت مورد مطالعه	ویژگی‌های مشترک تجربیات نزدیک به مرگ	پیامدهای بلندمدت برای فرد
Martial و همکاران (۲۰۲۴) (۲۳)	درون‌فردی مقایسه‌ای	۳۱ نفر با تجربیات نزدیک به مرگ و تجربه روان‌گردان	همپوشانی عرفانی، ولی تجربیات نزدیک به مرگ با ترس مرگ کمتر	ارتقاء روابط، معنا و پذیرش مرگ
Martial (۲۰۱۹)(۵)	تحلیل ساختار زمانی	۱۵۴ روایت تجربیات نزدیک به مرگ	توالی رایج :خروج از بدن ⟶تونل ⟶ نور ⟶ بازگشت	پیامدهای مستقیم ذکر نشده؛ تمرکز بر توالی زمانی
Charland-Verville (۲۰۲۰)(۱۳)	مرور بین‌رشته‌ای	افراد بازمانده از کما	نور، خروج از بدن، مرور زندگی، آگاهی بالا	تجربه پایدار، هویت‌ساز، احساس جدایی از دیگران
Thonnardو همکاران، (۲۰۱۳)(۱۹)	کمّی مقایسه‌ای	۳۹ نفر تجربه‌کننده نزدیک به مرگ	تجربیات نزدیک به مرگ غنی‌تر از حافظه واقعی/خیالی	خاطره متمایز، هویت‌ساز، واقعی‌تر از واقعیت
Shushan, (۲۰۱۸)(۲)	میان‌رشته‌ای تاریخی	متون باستانی مصر، هند، چین، ...	خروج از بدن، سفر به دنیای دیگر، موجودات معنوی	پایه‌ریزی ادیان، باور به زندگی پس از مرگ
Mooreو Greyson, (۲۰۱۷)(۱۴)	کمّی	۱۲۲ تجربه‌کننده نزدیک به مرگ	حافظه بسیار واضح و احساسی، خودارجاعی بالا	تأثیر بلندمدت بر هویت و معناجویی
Melloulو همکاران (۲۰۲۴) (۴)	کیفی(IPA)	8نفر با تجربیات نزدیک به مرگ آزاردهنده	ترس، تاریکی، تهدید، احساس ردشدگی	اضطراب، افسردگی، ولی گاه تحول معنوی
Kopelو Webb, (۲۰۲۲)(۶)	نظری میان‌رشته‌ای	گزارش‌های پزشکی و دینی	نور، موجودات معنوی، وحدت، مرور زندگی	تحول دینی، افزایش معنویت، پیشنهاد ادغام دین در پزشکی
Salariyanو همکاران (۲۰۲۲) (۱۲)	تحلیل فلسفی با رویکرد صدرایی	متون دینی و تجربه‌های گزارش‌شده	مشاهده عالم مثال، حقیقت اعمال، نور، وحدت وجودی	معنا یافتن مرگ، حرکت جوهری روح، تفاوت در لذت/رنج بسته به تعلقات
Xiaoو Lin (۲۰۲۲) (۲۸)	تطبیقی مفهومی	مرور نظری	شباهت تجربیات نزدیک به مرگ به خواب ولی با وضوح بیشتر، جدایی از بدن، آگاهی بالا	بازسازی «خود»، درک معنوی جدید، حافظه قوی و پایدار
Martialو همکاران (۲۰۱۹) (۲۴)	تجربی + EEG و هیپنوتیزم	5نفر با تجربیات نزدیک به مرگ	بازسازی تجربه با هیپنوتیزم، افزایش امواج آلفا	امکان بازخوانی تجربیات نزدیک به مرگ در آزمایشگاه، ظرفیت درمانی بالقوه

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-11]

نویسنده و سال	نوع مطالعه	جمعیت مورد مطالعه	ویژگی‌های مشترک تجربیات نزدیک به مرگ	پیامدهای بلندمدت برای فرد
Kovoor و همکاران (۲۰۲۴) (۱۰)	مرور گسترده (Scoping Review)	۱۱ مطالعه از کشورهای مختلف با ۲۸ تا ۳۴۴ بیمار نجات‌یافته از ایست قلبی	احساس صلح و آرامش، مواجهه با نور درخشان، تجربه‌ی خروج از بدن، مواجهه با افراد درگذشته، حرکت در تونل یا رسیدن به مرز بازگشت‌ناپذیر	تغییرات مثبت در نگرش به زندگی، افزایش معنابخشی، تحول در دیدگاه نسبت به مرگ و دیگران
Mobbs و Watt (۲۰۱۱) (۷)	مروری نظری مبتنی بر علوم اعصاب	بدون جمعیت تجربی؛ بررسی داده‌های عصب‌روان‌شناختی، بالینی و نوروفیزیولوژیک	خروج از بدن، مشاهده نور درخشان، عبور از تونل، دیدار با افراد متوفی، احساس مردن؛ همه این ویژگی‌ها قابل تبیین با عملکرد مغز تحت استرس، هیپوکسی، یا اختلالات خواب	نویسندگان نتیجه می‌گیرند که پیامدهای ادراک‌شده تجربیات نزدیک به مرگ می‌توانند حاصل سازوکارهای نوروشیمیایی (آزادسازی اندورفین، تحریک نواحی خاص مغز) باشند و لزوماً بازتاب تجربه‌ای فراروانی نیستند. بهبود در نگرش به مرگ می‌تواند ناشی از بازتفسیر ذهنی باشد نه تجربه‌ای ماورایی.
Buchta و Saleem (۲۰۱۸) (۸)	مرور روایتی با رویکرد نوروسایکولوژیک	بررسی منابع بالینی و تحقیقاتی درباره تجربه‌گران نزدیک به مرگ، به‌ویژه نجات‌یافتگان ایست قلبی	احساس صلح، خروج از بدن، عبور از تونل، مواجهه با نور یا موجودات نورانی، مرور زندگی، ارتباط با درگذشتگان، احساس وحدت و بی‌زمانی	کاهش اضطراب مرگ، افزایش معنویت، بهبود نگرش به زندگی، گاهی افزایش PTSDدر تجربه‌گران نظامی؛ در برخی موارد افزایش توانایی‌های شناختی یا حس شفافیت ذهنی؛ در عده‌ای اندک نیز اضطراب یا افسردگی کوتاه‌مدت دیده شده است
Evrard, Pratte و Rabeyron (۲۰۲۲) (۲۹)	مقاله تحلیلی و انتقادی نظری	بدون جمعیت تجربی؛ نقد رویکردهای طبقه‌بندی «اصیل» در برابر «شبه‌تجربه»	خروج از بدن، احساس ترس یا آرامش، تقویت هوشیاری، تجربه‌های عرفانی در طیف‌های متنوع؛ تأکید بر هم‌پوشانی با دیگر حالات تغییر یافته آگاهی	مخالفت با ادعای پیامدهای مثبت همگن؛ بیان می‌دارد که دگرگونی پس از تجربیات نزدیک به مرگ ممکن است متنوع، وابسته به زمینه و در همه تجربه‌گران مشاهده نشود؛ تأکید بر اهمیت بررسی تأثیرات فردی، فرهنگی و روان‌شناختی در پیامدها
Camelo (۲۰۲۲) (۳۰)	کیفی / تحلیل محتوای روایی	۱۵ فرد بزرگسال برزیلی با تجربیات نزدیک به مرگ	تجربه خروج از بدن، مشاهده نور، احساس آرامش عمیق، ملاقات با موجودات معنوی، مرور زندگی، درک متفاوت از زمان و فضا	کاهش ترس از مرگ، افزایش گرایش‌های معنوی، بازنگری اخلاقی، دگرگونی روابط بین‌فردی، گاه احساس انزوا یا نیاز به حمایت اجتماعی بیشتر
Cassol و همکاران، (۲۰۱۹) (۳۱)	کیفی–کمّی / تحلیل نظام‌مند	۱۲۳ نفر از بلژیک و فرانسه، ۱۷ مورد آزاردهنده	انواع تجربیات نزدیک به مرگ منفی (وارونه، پوچ، جهنمی)، حافظه‌های دقیق و قوی، حضور ترس، بی‌هویتی یا تاریکی مطلق	اثرات منفی نظیر اضطراب، ترومای پایدار، یا رشد معنوی در موارد معدود؛ گاه احساس انزوا، تردید در ایمان و ناتوانی در ادغام تجربه در زندگی روزمره

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-11]

نویسنده و سال	نوع مطالعه	جمعیت مورد مطالعه	ویژگی‌های مشترک تجربیات نزدیک به مرگ	پیامدهای بلندمدت برای فرد
Greyson (۲۰۱۵) (۳۲)	مروری	مرور مطالعات میدانی و تجربیات مستند از چند دهه پژوهش در غرب	-تجربه خروج از بدن -عبور از تونل -مشاهده نور درخشان -ملاقات با موجودات معنوی یا خویشاوندان متوفی -مرور زندگی -احساس آرامش و صلح عمیق -احساس یکی شدن با کل هستی	-کاهش چشمگیر ترس از مرگ -تغییرات ارزش‌مدارانه (کم‌اهمیت شدن مادیات) -رشد معنوی و اخلاقی -افزایش همدلی و نوع‌دوستی -اختلال در سازگاری اجتماعی در غیاب حمایت کافی
Pannofino (۲۰۲۳) (۳۳)	تحلیل ثانویه داده‌های کیفی	تجربه‌گران نزدیک به مرگ از پایگاه داده‌ای گسترده شامل گزارش‌های متنوع (تعداد مشخص نشده)	-تصویر خدا به‌صورت «نور»، «عشق مطلق»، «عدم قضاوت» و «وحدت» -تجربه‌ی معنوی عمیق بدون وابستگی به باورهای مذهبی رسمی -استقلال نسبی تجربه الهی از ادیان رسمی	-افزایش احساس وحدت با هستی -تعمیق معنویت شخصی حتی در افراد غیرمذهبی -چالش در انطباق تجربه با چارچوب‌های مذهبی رسمی یا اجتماعی رایج

یافته‌ها

تحلیل داده‌ها منجر به پدیدار شدن چهار طبقه اصلی با زیرطبقات مفهومی مشخص شد که بازتاب‌دهنده شباهت‌ها و تفاوت‌های پدیدارشناختی و پیامدی این تجربیات هستند. این طبقات عبارت‌اند از: ۱) ویژگی‌های پدیداری مشترک، ۲) تجربه‌های آزاردهنده، ۳) پیامدهای روان‌شناختی و معنوی و ۴) عوامل مؤثر و واسطه‌ای در تفسیر تجربه. در ادامه، این طبقات به تفصیل و با شرح تمام زیرطبقات توضیح داده شده است.

طبقه اول: ویژگی‌های پدیداری مشترک

مطالعه‌ی مقالات مختلف نشان داد که تجربه‌هایNDE ، صرف‌نظر از زمینه فرهنگی، غالباً ساختاری مشترک دارند. این ساختار در قالب شش زیرطبقه مشخص‌شده در تحلیل داده‌ها قابل تفکیک است. این ویژگی‌ها به‌صورت مکرر در داده‌ها بازتاب یافته‌اند.

زیرطبقه ۱,۱: تجربه خروج از بدن

این تجربه یکی از نخستین و رایج‌ترین ویژگی‌های تجربیات نزدیک به مرگ و شامل ادراک آگاهی جداشده از بدن فیزیکی است، به‌گونه‌ای که فرد خود را از بالا یا نقطه‌ای بیرونی مشاهده می‌کند. بسیاری از تجربه‌کنندگان گزارش کرده‌اند که بدن خود را از بالا دیده‌اند و شاهد اقدام‌های پزشکی، پرستاری یا گفت‌وگوهای اطرافیان در حین بیهوشی بوده‌اند (۱۹، ۱۳، ۱). مطالعه Charland-Verville و همکاران (۲۰۲۰) (۱۳) بر بازماندگان از کما، نیز نشان داد که تجربه خروج از بدن در بسیاری از موارد نخستین مرحله تجربه بود و با احساس آگاهی از محیط اطراف، بدون حضور در بدن، همراه بود. اگرچه ساختار تجربه خروج از بدن در بین فرهنگ‌ها مشترک است، تعبیر آن ممکن است بسته به پیش‌زمینه فرهنگی و دینی متفاوت باشد. در فرهنگ‌های اسلامی، تعابیری چون "سیر روح" یا "تجربه عالم برزخ" گاه برای آن به‌کار می‌رود، در حالی‌که در متون علمی سکولار به‌عنوان حالت تغییریافته آگاهی یا تجربه نورولوژیک تلقی می‌شود (۶ و ۱۲).

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-11]

Martial و همکاران (۲۰۱۹) (۲۴) در پژوهش نوروفیزیولوژیک خود، نشان دادند که بازسازی **تجربه خروج از بدن** تحت هیپنوتیزم با تغییرات قابل‌مشاهده در امواج آلفای مغز همراه است و این تجربه را می‌توان از حیث ادراکی بازسازی کرد، گرچه با کیفیتی متفاوت نسبت به NDEواقعی. همچنین در مطالعه Thonnard و همکاران (۲۰۱۳) (۱۹)، حافظه‌ی مربوط به تجربه خروج از بدن از نظر وضوح، بار احساسی و اطلاعات خودارجاعی، حتی از خاطرات واقعی نیز غنی‌تر ارزیابی شد. تجربه‌کنندگان اغلب آن را «واقعی‌تر از واقعیت» توصیف کرده‌اند. در مجموع، تجربه خروج از بدن در اغلب روایات NDE به‌عنوان نقطه آغاز تجربه مطرح می‌شود، تجربه‌ای با بار عاطفی بالا، احساس آگاهی فراگیر و باور به واقعیت‌مندی بالاتر از حالت عادی بیداری.

زیرطبقه ۱,۲: عبور از تونل

یکی از ویژگی‌های مکرر در گزارش‌های تجربیات نزدیک به مرگ، احساس عبور از یک تونل یا فضای باریک و تاریک به‌سوی نوری درخشان است. این مرحله اغلب بلافاصله پس از تجربه خروج از بدن رخ می‌دهد و با حس حرکت سریع یا مکش شدید همراه است. توصیف‌هایی از این تجربه در بسیاری از مطالعات به‌طور مکرر دیده می‌شود و غالباً به‌عنوان مرحله‌ای بین مرگ فیزیکی و ورود به واقعیتی دیگر درک می‌شود (۱۳ و ۵ و ۱). مطالعه Martial و همکاران (۲۰۱۷) (۵) نیز نشان داد که عبور از تونل مفهومی پرتکرار در توالی روایات NDE پس از خروج از بدن است. این تجربه معمولاً در فاصله‌ی بین مرحله تجربه خروج از بدن و مواجهه با نور آرامش‌بخش گزارش می‌شود.

عبور از تونل تنها یک تجربه‌ی بصری نیست، بلکه اغلب با احساس سبکی، بی‌زمانی و رهایی از محدودیت‌های بدن فیزیکی همراه است. بعضی از تجربه‌کنندگان تونل را به‌عنوان یک دروازه یا "کانال انتقالی" بین دنیاها توصیف کرده‌اند (۶). برخی پژوهشگران تلاش کرده‌اند این تجربه را با مکانیسم‌های نورولوژیک توضیح دهند. Lin و همکار (۲۰۲۲) (۲۸) پیشنهاد کرده‌اند که تونل ممکن است ناشی از کاهش اکسیژن در شبکیه چشم یا سیستم بینایی مرکزی باشد که در شرایط ایست قلبی رخ می‌دهد. با این حال، توصیف‌های غنی و چندحسی افراد از تجربه‌ی عبور از تونل، صرفاً با تبیین‌های زیستی قابل توضیح نیست. نکته مهم این است که تجربه‌ی تونل در فرهنگ‌های مختلف با نمادهای متفاوت ظاهر می‌شود. در برخی متون باستانی که توسطShushan (۲۰۲۴)(۲) تحلیل شده، مفاهیمی چون پل، رودخانه یا راهروی سنگی به‌جای تونل استفاده شده است، اما معنای انتقالی و سفر به دنیایی دیگر حفظ شده است. به‌رغم تفاوت‌های نمادین، احساس اصلی تجربه عبور از تونل در بیشتر گزارش‌ها، حرکت سریع به سوی نوری با کیفیت مقدس و آرامش‌بخش است. مشارکت‌کنندگان بارها آن را «بزرگ‌ترین حس صلحی که تاکنون تجربه کرده‌اند» توصیف کرده‌اند (۶ و ۱).

زیرطبقه ۱,۳: مشاهده نور درخشان و آرامش‌بخش

یکی از تأثیرگذارترین مؤلفه‌های تجربیات نزدیک به مرگ، مواجهه با نوری بسیار درخشان، سفید یا شفاف است. این نور معمولاً پس از عبور از تونل ظاهر می‌شود و ویژگی‌هایی چون جاذبه مغناطیسی، حس محبت بی‌قید و شرط، آرامش کامل و درک معنوی ژرف را با خود به همراه دارد (۲۱، ۵، ۱). در مطالعه‌ی Martial و همکاران (۲۰۱۷) (۵)، دیدن نور درخشان یکی از مفاهیم پرتکرار در روایت‌ها بود و در بسیاری از آن‌ها با احساس آرامش و صلح همراه بود. به‌طور خاص، رابطه‌ی دیدن نور و احساس صلح آن‌قدر قوی است که گاهی شرکت‌کنندگان نمی‌توانند این دو را از هم تفکیک کنند. در پژوهش Hashemi و همکاران (۱)، این تجربه بارها گزارش شده است. مطالعه‌ی Ohkado و همکار (۲۰۱۴)(۲۱) نشان داد که شرکت‌کنندگان ژاپنی نیز با این تجربه روبه‌رو شده‌اند. در سنت غربی، بسیاری از تجربه‌کنندگان نور را «موجودی از نور» با ویژگی‌های شخصی تلقی کرده‌اند که سرشار از عشق و بخشش است. این نور اغلب حس ارتباط و مقبولیت مطلق را در فرد ایجاد می‌کند و فرد «کاملاً در آغوش این حضور نوری قرار می‌گیرد (۲۱).

از منظر علمی، این تجربه گاهی به تغییرات در لوب پس‌سری مغز یا ایسکمی در شبکیه نسبت داده شده است. بااین‌حال، کیفیت عاطفی و معنوی این تجربه که اغلب در شرکت‌کنندگان با عبارات «بی‌نظیر»، «غیرقابل بیان» یا «واقعی‌تر از زندگی» توصیف می‌شود، تنها با مدل‌های فیزیولوژیکی به‌طور کامل توضیح‌پذیر نیست (۵ و ۱).

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-11]

زیرطبقه ۱,۴: ملاقات با موجودات روحانی یا افراد درگذشته

یکی از ویژگی‌های پررنگ در بسیاری از تجربیات نزدیک به مرگ، گزارش دیدار با افرادی است که یا پیش‌تر درگذشته‌اند، یا موجوداتی غیرجسمانی با ویژگی‌های مقدس، نورانی یا معنوی هستند. این ملاقات‌ها گاهی با بستگان فوت‌شده، گاه با چهره‌های دینی شناخته‌شده و گاه با موجوداتی ناشناخته ولی سرشار از حس مهربانی و آگاهی گزارش شده‌اند (۶ و ۴ و ۲ و ۱).

در مطالعه Hashemi و همکاران، این نوع تجربه در طبقه دوم تجربیات معنوی و دینی جای دارد. برخی تجربه‌کنندگان از دیدار با اقوامی سخن گفته‌اند که در زمان NDE فوت کرده بودند، اما آن‌ها از مرگشان خبر نداشتند. در برخی موارد حتی فردی را دیده‌اند که بعدها مشخص شده یکی از بستگان فوت‌شده‌اش بوده که تا آن زمان هیچ تصویری از او ندیده بودند (۱). در مطالعه‌ی Kopel (۶) نیز روایتی بسیار تأثیرگذار گزارش شده است که در آن فرد درNDE ، مردی را دیده که بعدها مشخص شد پدر بیولوژیکی او بوده، شخصی که او هیچگاه در زندگی ندیده بود.

در نمونه‌های بین‌فرهنگی نیز، تفاوت‌های ظریفی دیده می‌شود. در روایت‌هایی از تایلند، تجربه‌کنندگان از ملاقات با یاماتوس (Yamatoots) (فرستادگان مرگ در باور هندو) سخن گفته‌اند (۱). در پژوهش Shushan (۲) نیز تأکید شده که این تجربه‌ها در بسترهای دینی مختلف، به شکل‌های خاصی ظاهر می‌شوند. با این حال، تم دیدار با مردگان و موجودات روحانی، حتی در سنت‌های بومی و ابتدایی نیز بسیار شایع است و اغلب همراه با نوعی شناخت متقابل، آرامش، یا حتی انتقال پیام‌هایی درباره‌ی بازگشت به زندگی است. نکته‌ای جالب در مطالعه Melloul و همکاران (۴)، مشاهده‌ی چنین دیدارهایی حتی درNDE های آزاردهنده است. یکی از شرکت‌کنندگان بیان می‌کند که در تاریکی مطلق، موجودی نورانی را دیده که به او گفت «زمانت هنوز نرسیده» و سپس از آن فضا بیرون آمد. برخی از شرکت‌کنندگان در این مطالعات، چهره‌هایی الهی همچون مسیح، امامان شیعه، یا فرشتگان را نیز توصیف کرده‌اند که اغلب به‌عنوان «راهنمایان معنوی» عمل می‌کرده‌اند و مسئول بازگرداندن یا راهنمایی آن‌ها در دنیای دیگر بوده‌اند (۱).

زیرطبقه ۱,۵: مرور زندگی

مرور زندگی یکی از چشم‌گیرترین و تأثیرگذارترین عناصر گزارش‌شده در تجربیات نزدیک به مرگ است. در این مرحله، فرد تجربه‌گر زندگی خود را به‌صورت سریع، جامع و اغلب پانورامیک بازبینی می‌کند. این بازبینی معمولاً نه فقط به‌صورت دیداری، بلکه همراه با احساسات اخلاقی، همدلی با دیگران و درک عمیق از پیامدهای اعمال خود تجربه می‌شود (۲۱ و ۱۲ و ۶ و ۲). در مطالعه‌ی Salariyan و همکاران (۱۲)، مرور زندگی به‌عنوان بازنمایی کل حیات گذشته، با تمرکز بر اعمال اخلاقی و تأثیر آن‌ها بر دیگران، توصیف شده است. در مطالعه‌ی Kopel و همکار (۶) نیز تجربه‌ای بسیار مشابه اما از زاویه‌ای فراگیرتر توصیف شده است. در مطالعه‌ی تطبیقی Ohkado و همکار (۲۱)، مشخص شد که مرور زندگی در میان تجربه‌کنندگان غربی بیشتر دیده می‌شود. نویسندگان این تفاوت را ناشی از باور فرهنگی به داوری پس از مرگ در جوامع غربی می‌دانند، در حالی که در فرهنگ‌هایی مانند ژاپن که چنین باورهایی کمتر رواج دارد، مرور زندگی نیز کمتر گزارش می‌شود. در مطالعه‌ی Hashemi و همکاران، مرور زندگی به‌عنوان بخشی از مؤلفه‌های شناختی NDE طبقه‌بندی شده است (۱). از منظر پدیدارشناختی، این تجربه اغلب همراه با ازهم‌گسیختگی زمان‌مندی عادی است؛ تجربه‌گر نمی‌تواند مشخص کند که مرور زندگی چقدر طول کشیده، چراکه آن را خارج از چارچوب زمان عادی و به‌صورت هم‌زمان و کل‌نگر درک کرده است (۶).

زیرطبقه ۱,۶: ادراک واقعیتی متفاوت یا آسمانی

بسیاری از تجربه‌کنندگان NDE از ورود به جهانی دیگر یا واقعیتی متفاوت از جهان مادی گزارش داده‌اند؛ جهانی که ویژگی‌هایی چون زیبایی خیره‌کننده، نورهای درخشان، طبیعت غیرزمینی و حس عمیق آرامش، وحدت و آگاهی معنوی دارد. این جهان اغلب به عنوان «واقعی‌تر از دنیای فعلی» توصیف می‌شود و تجربه‌کنندگان آن را به‌عنوان نگاهی اجمالی به زندگی پس از مرگ تلقی می‌کنند (۱۲ و ۶ و ۲ و ۱). در مطالعه‌ی Hashemiو همکاران (۱)، مشاهده‌ی یک «محیط غیرزمینی» یکی از تجربه‌های پرتکرار بود. در پژوهش Salariyan نیز به تأکید بر ادراک از واقعیتی ورای زمان و مکان اشاره شده است. تجربه‌کنندگان بیان کرده‌اند که در دنیایNDE ، مفاهیمی مانند گذشته و آینده بی‌معنا هستند و هر لحظه، نوعی "حالِ جاودانه" دارد. همچنین، گزارش‌هایی از احساس یگانگی با محیط، نور یا کائنات وجود دارد که به‌وضوح نشانه‌ای از ورود به واقعیتی غیرمادی است (۱۲).

Shushan با بهره‌گیری از تحلیل تطبیقی میان‌فرهنگی، تأکید می‌کند که گزارش‌های مشاهده جهان‌های دیگر در NDE در بسیاری از سنت‌های دینی و عرفانی شباهت‌هایی بنیادین دارند. به باور او، این شباهت‌ها نشان می‌دهند که این واقعیت دیگر، ممکن است به‌طور ذهنی اما مشترک تجربه شود (۲). Kopel و همکار نیز اشاره دارد که تجربه‌کنندگان، این قلمرو غیرمادی را به‌صورت وحدت با کل هستی یا احساس بودن در مرکز حقیقت نهایی توصیف می‌کنند. این احساسات شامل درک زیبایی بی‌نظیر، فقدان زمان و مکان و نوعی آرامش غیرقابل وصف است (۶).

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-11]

برخی پژوهش‌ها نیز نشان داده‌اند که این واقعیت غیرمادی می‌تواند شامل درک نواحی خاص مانند باغ‌های نورانی، رودخانه‌هایی از نور، یا مرزهایی بین زندگی و مرگ باشد. در برخی روایت‌ها، از گذر از دروازه یا رسیدن به نقطه‌ای که تصمیم‌گیری برای بازگشت در آن صورت می‌گیرد، یاد شده است (۵).

جدول ۲. تحلیل داده‌ها برای طبقه اول: ویژگی‌های پدیداری مشترک

زیرطبقات طبقه اول	کدهای اولیه	واحدهای معنایی
زیرطبقه ۱,۱: خروج از بدن	مشاهده جسم از بیرون؛ احساس جدایی از بدن؛ ادراک بصری غیرعادی آگاهی از محیط بدون جسم؛ احساس تعلق به وضعیت غیرجسمانی تجربه گسست بدن–خود؛ ادراک فراجسمانی	"از بالا بدنم را دیدم که روی تخت افتاده بود؛ "احساس می‌کردم روحم جدا شده"؛ همه‌چیز را از بالا می‌دیدم، حتی دکترها" (۱) "می‌توانستم حرکت پرستاران را ببینم در حالی که بدنم روی تخت بود"؛ "می‌خواستم آنجا بمانم"(۶) "از بدنم جدا شدم"؛ "همه چیز را از بالا دیدم"(۵)
زیرطبقه ۱,۲: عبور از تونل	حرکت در فضای انتقالی؛ کشش به‌سوی مقصد نورانی نماد انتقال آگاهانه؛ ارتباط فضایی با رهایی روانی	"از درون یک تونل تاریک رد شدم که در انتهای آن نوری بود"؛ "احساس کردم به سوی نوری کشیده می‌شوم"(۱) "عبور از فضای مارپیچ و روشنایی انتهایی آن احساس رهایی عمیقی به من داد"(۱۲)
زیرطبقه ۱,۳: مواجهه با نور درخشان	نور به‌مثابه موجود آگاه؛ ادراک آرامش‌بخش از نور نور به‌عنوان منبع عشق؛ تجلی معنا در نور	"نوری که خیره‌کننده بود ولی چشم‌هایم را نمی‌آزرد"؛ "در آن نور حس آرامش کامل داشتم"(۲۱) "در پایان تونل، نوری به‌شدت درخشان بود»؛ «حضور در نوری که حس عشق مطلق داشت"(۱)
زیرطبقه ۱,۴: احساس آرامش و رهایی	آرامش شدید هیجانی؛ تجربه عشق یگانگی تجربه وحدت هستی؛ فرا رفتن از خود فقدان جسمانیت؛ رهایی حسی از درد و ماده	"احساس آرامش، شادی، خوشی و عشق غیرمشروط"(۵) "احساس یکی بودن با همه‌چیز"؛ "آرامش مطلقی که نمی‌توان با کلمات توصیف کرد"(۱۲) "هیچ دردی نبود"؛ "فقط حس خوشی داشتم"؛ "سبک و بی‌وزن بودم"(۱)
زیرطبقه ۱,۵: مواجهه با موجودات معنوی یا افراد متوفی	ارتباط با متوفیان ارتباط با موجودات معنوی؛ درک عشق بدون کلام	"با پدربزرگم که فوت کرده بود صحبت کردم»؛ «مردی را دیدم که بعدها فهمیدم پدر بیولوژیکی‌ام بوده"(۶) "با موجود نورانی که عشق می‌تاباند روبرو شدم"؛ "با عزیزان فوت‌شده‌ام در باغی ملاقات کردم"(۱)

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-11]

طبقه دوم: تجربه‌های آزاردهنده

در حالی که بیشتر تجربیات نزدیک به مرگ (NDEs) توصیف‌شده در مطالعات پیشین ماهیتی مثبت و معنوی داشته‌اند، پژوهش‌های اخیر نشان داده‌اند که تعداد قابل‌توجهی از افراد، تجربیاتی آزاردهنده، ترسناک و حتی جهنمی را تجربه کرده‌اند. این تجربیات اگرچه کمتر گزارش می‌شوند، اما اهمیت روان‌شناختی و معنایی بالایی دارند و پیامدهای پس از تجربه‌ی عمیقی به همراه دارند

زیرطبقه ۲,۱: احساسات آزاردهنده

احساسات منفی و رنج‌آور، از ویژگی‌های بنیادین در تجربیات نزدیک به مرگ آزاردهنده (Distressing NDEs) هستند. برخلافNDE های مثبت که با صلح و آرامش همراه‌اند، تجربه‌گرانNDE های منفی معمولاً با طوفانی از هیجانات و ادراک‌های شدید منفی مانند ترس، وحشت، شوک، اضطراب، سردرگمی، احساس گناه و بی‌پناهی مواجه می‌شوند. در مطالعه Melloul و همکاران، تمامی مشارکت‌کنندگان تجربه‌هایی از وحشت، اضطراب، ترس مرگ و احساس تنهایی شدید را گزارش کردند (۴). مطالعه Thonnard نیز نشان داد که در میان بازماندگان از کما، حتی در غیاب حافظه‌ای ساختارمند، خاطرات هیجانی قوی از اضطراب، حس سقوط و تاریکی باقی مانده است (۱۹). در مقاله Salariyan، تجربه‌گران از احساس گناه و داوری شدید نسبت به اعمال گذشته خود خبر دادند. در این روایت‌ها، برخیNDE ها با حس عمیق بی‌ارزشی همراه بوده‌اند که با باورهای دینی فرد تقویت شده است (۱۲). Kopel و همکار (۶) نیز تجربه‌هایی را مستند کرده است که در آن‌ها شرکت‌کنندگان احساس کردند در وضعیت «ناتوانی کامل» هستند. ترس از ناشناخته، حس قطع ارتباط با جهان فیزیکی و تردید نسبت به واقعیت، از جمله ویژگی‌های عاطفی گزارش‌شده بود. مطالعه Lin (۲۸) بر تجربه‌گرانی از شرق آسیا متمرکز بود. در این پژوهش، صداهای مبهم، موجودات ناشناخته و عدم درک موقعیت، موجب وحشتی فراتر از زبان شده بود. در مطالعه‌ی Moore و همکار (۱۴)، برخی افراد ابتدا با احساس بی‌هویتی، ترس شدید و انکار مواجه شده بودند، حتی اگر تجربه بعداً مثبت شده بود. این یافته اهمیت شناخت لحظات آغازین NDE را در تجربه‌های آزاردهنده نشان می‌دهد. Charland-Verville نیز نشان داد که ترس، اضطراب و بی‌پناهی، عناصر اصلی تجربه‌های منفی هستند و حتی در غیاب نشانه‌های صریح جهنمی، تأثیر روانی عمیقی بر تجربه‌گر باقی می‌گذارند (۱۳).

زیرطبقه ۲,۲: تاریکی و جهنم

یکی از شاخص‌ترین ویژگی‌های تجربه‌های نزدیک به مرگ آزاردهنده، ورود به فضایی تاریک، خالی یا جهنمی است. برخلافNDE های مثبت که معمولاً با نور، آرامش و تجربه‌ی عشق بی‌قید و شرط همراه‌اند، در این دسته ازNDE ها، تجربه‌گران با محیط‌هایی مواجه می‌شوند که سرشار از ترس، ابهام و گاه نشانه‌هایی از رنج و مجازات است. در مطالعه Melloul و همکاران، بسیاری از شرکت‌کنندگان به فضایی اشاره کردند که با «تاریکی مطلق»، «سکوتی سنگین» و «حضور موجوداتی ناشناخته» همراه بوده است (۴).Kopel و همکار نیز گزارش‌هایی ازNDE هایی را مستند کرده‌اند که در آن‌ها تجربه‌گران از ورود به فضایی با شعله‌های آتش، صداهای جیغ و تهدیدات موجودات سخن گفته‌اند (۶).Martial و همکاران (۲۰۱۷) در مطالعه خود، توصیف‌هایی از فضاهایی تاریک و بی‌مرز ثبت کرده‌اند که با احساس بی‌زمانی، بی‌حرکتی و ترس هستی‌شناختی همراه بوده‌اند (۵).

در مطالعه Thonnard(۱۹)، این نوع تجربیات به‌عنوان خاطراتی با بار عاطفی شدید، ساختار منسجم و سطح بالایی از وضوح ذهنی گزارش شده‌اند که مشابه یا حتی فراتر از خاطرات واقعی بوده‌اند. تجربه‌گران احساس «گرفتار شدن در واقعیتی تلخ و غیرقابل کنترل» داشته‌اند. Shushan در مطالعه تطبیقی خود بر متون باستانی و تجربه‌های مدرن، به هم‌پوشانی تجربه‌ی ورود به قلمرو تاریکی یا جهنم در میان‌فرهنگ‌ها اشاره می‌کند. او نشان می‌دهد که این تجربه‌ها به‌صورت جهانی، نشانه‌ی مرحله‌ای از بحران یا داوری تلقی شده‌اند، خواه در ادبیات باستانی مصری، یا درNDE های معاصر (۲). در مطالعه Salariyan(۱۲)، برخی تجربه‌گران چنین فضاهایی را با مفهوم «مجازات الهی» یا «نتیجه‌ی گناهان دنیوی» تفسیر کرده‌اند. Moore و همکار در مطالعه‌ای دیگر، به تجربه‌هایی اشاره می‌کنند که در آن‌ها فرد ابتدا وارد محیطی تاریک و ترسناک می‌شود، اما سپس با ورود نور یا موجودات معنوی، به فضای آرام‌تر و مثبت‌تری منتقل می‌گردد. این گذار از جهنم به نجات، بخش مهمی از روایت برخی تجربه‌گران است (۱۴).

زیرطبقه ۲,۳: تردید در ارزشمندی وجودی

یکی از مضامین کلیدی در تجربیات نزدیک به مرگ آزاردهنده(Distressing NDEs) ، احساس بی‌ارزشی و ناشایق بودن برای نجات، آرامش یا ورود به قلمروی معنوی است. این تردید اغلب در قالب احساس گناه، شرم، یا ترس از داوری الهی تجربه می‌شود و تحت‌تأثیر زمینه‌های

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-11]

دینی، اخلاقی یا روان‌شناختی فرد قرار دارد. در مطالعه‌ی Melloul و همکاران، بسیاری از تجربه‌گران گزارش کردند که احساس می‌کردند شایستگی ورود به نور یا بهشت را ندارند. همین مطالعه نشان داد که این تردید اغلب با حس رهاشدگی از سوی خداوند یا موجودات معنوی همراه بود که موجب بروز احساس عمیق بی‌کفایتی و طردشدگی شد (۴). در مقاله‌یSalariyan ، تجربه‌گران بر اساس چارچوب معرفتی دینی خود، NDEرا موقعیتی برای داوری درونی تلقی کردند (۱۲). مطالعه‌ی Shushan با بررسی تطبیقی NDE در متون باستانی مانند کتاب مردگان مصری و ادیان شرقی، نشان داد که مفهوم داوری وجودی، پدیده‌ای میان‌فرهنگی است که با حس ترس از نجات نیافتن همراه است (۲). در مقاله‌ی Ohkado و همکار (۲۱)، تجربه‌گران ژاپنی با مفاهیمی مانند «یینما–دایو» به‌عنوان داور مردگان مواجه شده بودند و تردید درباره شایستگی ورود به مرحله بعدی حیات را گزارش کرده‌اند.Charland-Verville نیز نشان داد که حتی در تجربه‌های نسبتاً مثبت، برخی تجربه‌گران احساس شرمندگی یا ناالیق بودن نسبت به نور یا موجود معنوی داشتند (۱۳). مطالعه‌ی Lin نیز تأیید می‌کند که در فرهنگ‌های آسیای شرقی، بسیاری از تجربه‌گران دچار تردید درباره کفایت اعمال دنیوی خود بوده‌اند، حتی در غیاب ساختار داوری دینی غربی (۲۸). Moore و همکار در مطالعه‌ای دیگر به تجربه‌گرانی اشاره کرده‌اند که حس ناتوانی در پذیرش تجربه یا ارزشمندی آن را داشتند و این تردید در ارزش خود، پس از بازگشت به زندگی نیز ادامه یافته است (۱۴).

زیرطبقه ۲,۴: احساس طرد شدن

در برخی تجربیات نزدیک به مرگ آزاردهنده، تجربه‌گر احساس می‌کند که از سوی خداوند، نور، یا موجودات معنوی نادیده گرفته یا حتی طرد شده است .این تجربه می‌تواند منجر به احساس عمیق شرم، بی‌ارزشی و انزوای معنوی شود و آثار روانی پایدار بر فرد داشته باشد. در مطالعه Melloulو همکاران (۴)، یکی از تجربه‌گران گزارش داد که گویی حضورش در قلمرو معنوی اشتباهی بوده و هیچ موجودی او را مورد خطاب قرار نداد. این بی‌توجهی به شکل قوی درونی‌سازی شد و به احساس طرد تعبیر شد. در مطالعهCharland-Verville (۱۳) نیز برخی شرکت‌کنندگان اشاره کرده‌اند که هنگام مواجهه با نور یا آگاهی برتر، احساس کرده‌اند که از سوی آن پذیرفته نشده‌اند. آن‌ها این وضعیت را نه به‌صورت لفظی، بلکه از طریق عدم واکنش، نگاه یا راهنمایی دریافت کرده‌اند. در پژوهش Kopel و همکار (۶)، تجربه‌گرانی وجود داشتند که بیان کرده‌اند نور یا موجودات معنوی به آن‌ها هیچ توجهی نکرده‌اند. این احساس، به‌خصوص برای کسانی که انتظار ارتباط یا حمایت معنوی داشته‌اند، بسیار آسیب‌زا بوده است. مطالعهSalariyan (۱۲) نیز نشان می‌دهد که در زمینه‌های مذهبی خاص، تجربه‌گران با احساس داوری مواجه شده و عدم دریافت نشانه‌ای از پذیرش را به‌منزله‌ی طرد معنوی تلقی کرده‌اند. Shushan (۲) در تحلیل تطبیقی خود نشان می‌دهد که در بسیاری از سنت‌های دینی و اسطوره‌ای، بازگشت یا نپذیرفته شدن در قلمرو مردگان، یا بازگردانده شدن به زمین، نوعی طرد معنوی یا ناالیق بودن تلقی می‌شود. این امر درNDE های معاصر نیز به‌وضوح منعکس است. در مقاله Ohkado و همکار (۲۱)، تجربه‌گران ژاپنی گزارش کرده‌اند که در حینNDE ، انتظار داشتند دعوت یا نشانه‌ای از سوی موجودات معنوی دریافت کنند، اما در عوض با سکوت و بی‌توجهی مواجه شدند که آن را طرد تفسیری کرده‌اند. این احساس طرد می‌تواند پس از بازگشت به زندگی نیز ادامه یابد و در قالب بحران معنوی، افسردگی، یا انزوای درونی بروز کند. بسیاری از تجربه‌گران برای سال‌ها با این سؤال دست‌وپنجه نرم می‌کنند که «چرا پذیرفته نشدم؟» یا «آیا چیزی در من اشتباه بود؟ (۱۲و ۶ و ۴).

طبقه سوم: پیامدهای روان‌شناختی و معنوی

تجربه‌ی نزدیک به مرگ می‌تواند موجب تغییرات عمیق و دوگانه‌ای در زندگی تجربه‌گر شود. در حالی که برخی گزارش‌ها حاکی از تحولات مثبت‌اند، بسیاری از افراد با اثرات منفی و گاه طولانی‌مدت روانی، اجتماعی و معنوی روبرو می‌شوند.

زیرطبقه ۳,۱: پیامدهای روان‌شناختی و معنوی مثبت

در حالی که تجربیات نزدیک به مرگ آزاردهنده معمولاً با ترس، وحشت و احساس طرد شدن همراه‌اند، شواهد کیفی نشان می‌دهند که برخی تجربه‌گران پس از عبور از این بحران، دچار تحولات روان‌شناختی و معنوی مثبتی شده‌اند .این تحولات شامل افزایش خودآگاهی، دگرگونی اخلاقی، تعمیق معنویت، کاهش ترس از مرگ و رشد وجودی هستند. در مطالعه Melloul و همکاران، چندین شرکت‌کننده تجربه NDE خود را «فرصتی برای بازنگری در زندگی» توصیف کردند. در همین پژوهش، برخی تجربه‌گران، حس قضاوت معنوی را به‌عنوان نوعی هشدار اخلاقی درونی تعبیر کرده و پس از آن تمایل بیشتری به اعمال نیک، مراقبه و بازسازی روابط شخصی داشته‌اند (۴). مطالعه Kaleem نیز تأیید می‌کند که شرکت‌کنندگانی که تجربه‌ای آزاردهنده داشته‌اند، به‌مرور دچار افزایش در تاب‌آوری روانی، تغییر در اولویت‌های زندگی و گرایش بیشتر به مهربانی و همدلی شده‌اند. آن‌ها از احساس «دگرگون شدن درونی» و افزایش حس مسئولیت نسبت به دیگران سخن گفته‌اند (۹).-Charland Verville و همکاران در پژوهشی روی بازماندگان از کما گزارش داده‌اند که حتی تجربه‌های منفی، با گذشت زمان، منجر به کاهش وابستگی

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-11]

به امور مادی، تعمیق حس عشق بی‌قید و شرط و پذیرش مرگ به‌عنوان بخشی از چرخه زندگی شده‌اند (۱۳). در مقاله Martial (۲۰۲۴) نیز آمده است که برخی تجربه‌گران که ابتدا با حس بی‌پناهی یا وحشت شدید روبرو بودند، پس از بازگشت به زندگی، نگرش فلسفی و معنوی‌تری نسبت به حیات و مرگ اتخاذ کرده‌اند. آن‌ها به دنبال پاسخ‌های معنایی، تجربه‌ی آرامش درونی و هدفمند شدن زندگی‌شان بودند (۲۵). مطالعات Linو Hashemi نیز به تأثیر تجربه‌های منفی در تحریک بازسازی معنوی اشاره کرده‌اند. در این مطالعات، تجربه‌گران از کاهش ترس از مرگ، افزایش علاقه به معنویت و جستجوی معنای زندگی سخن گفته‌اند (۲۸، ۱).

به طور کلی، این یافته‌ها با نظریه‌ی «رشد پس از تروما (Post-Traumatic Growth) «هم‌خوانی دارند؛ جایی که فرد پس از تجربه‌ی رنج عمیق، به دگرگونی روانی مثبت دست می‌یابد .این رشد شامل بازسازی هویت، تقویت روابط انسانی، افزایش آگاهی معنوی و معنا دادن مجدد به زندگی است (۲۵ و ۹ و ۴). با در نظر گرفتن این داده‌ها، می‌توان گفت کهNDE های آزاردهنده، اگرچه رنج‌بارند، اما برای برخی افراد می‌توانند به‌عنوان آغازگر تحولات مثبت عمل کنند؛ مشروط بر آنکه حمایت روانی و اجتماعی مناسب برای ادغام این تجربه‌ها فراهم شود (۱۳ و ۹ و ۴).

زیرطبقه ۳,۲: پیامدهای روان‌شناختی و اجتماعی منفی

تجربیات نزدیک به مرگ آزاردهنده (Distressing NDEs) می‌توانند آثار روان‌شناختی و اجتماعی عمیق و گاه پایدار بر جای بگذارند. برخلاف تجربه‌های مثبت که معمولاً با رشد معنوی همراه‌اند، تجربه‌گرانNDE های آزاردهنده اغلب با احساسات منفی شدید و بحران‌های وجودی مواجه می‌شوند.

در مطالعه Melloul و همکاران (۴)، تجربه‌گران از اضطراب، افسردگی، اختلال خواب، احساس انزوا و شک معنوی سخن گفته‌اند. برخی از آن‌ها دچار اختلال استرس پس از سانحه (PTSD) شده بودند و تجربه‌شان را «کابوسی زنده» توصیف کرده‌اند. همین مطالعه نشان داد که بسیاری از تجربه‌گران از صحبت درباره‌ی NDE خود اجتناب می‌کردند، چرا که نگران قضاوت یا برچسب خوردن به‌عنوان بیمار روانی بودند. این سکوت اجباری، موجب انزوای اجتماعی، احساس بی‌کسی و سردرگمی معنوی در آنان شده بود (۴). در مطالعه‌یKaleem ، تجربه‌گران پاکستانی از تأثیر منفی تجربه بر روابط خانوادگی، افزایش تعارضات زناشویی و احساس جدایی از دیگران گزارش داده‌اند. برخی از آنان تجربه‌ی خود را منشأ طرد اجتماعی یا حتی بیکاری دانسته‌اند (۹). Charland-Verville نیز اشاره می‌کند که برخی افراد پس از تجربه‌ی آزاردهنده، دچار شک شدید به ایمان، احساس گناه عمیق و ترس از تکرار تجربه در خواب شده‌اند. آن‌ها حتی حمایت معنوی را ناکافی می‌دانستند و از بی‌توجهی روحانیون یا درمانگران گلایه داشتند (۱۳). مطالعه‌ی Kopel نیز نشان می‌دهد که در برخی موارد، تجربه‌ی احساس داوری معنوی یا مواجهه با تصاویر جهنمی می‌تواند حس ناالیق بودن و شرم عمیق را در فرد ایجاد کند. این افراد ممکن است دچار خودسرزنش‌گری مفرط و اضطراب وجودی شوند (۶).

در برخی گزارش‌ها مانند Martial (2024) و Lin (2022)، تجربه‌گران به وضوح به اختلال در عملکرد شغلی و تحصیلی، بی‌انگیزگی و احساس بی‌معنایی اشاره کرده‌اند. این پیامدها گاه در غیاب هرگونه حمایت حرفه‌ای یا اجتماعی، شدت یافته‌اند (۲۸ و ۲۵). در مطالعهSalariyan ، تجربه‌گران از اینکه تجربه‌شان از سوی اطرافیان انکار یا بی‌ارزش شمرده شده، احساس عمیق طرد و ناامیدی داشته‌اند (۱۲). این یافته‌ها نشان می‌دهند کهNDE های آزاردهنده نه‌تنها در لحظه‌ی وقوع بلکه در ادامه زندگی نیز ممکن است آثار فرساینده روانی و اجتماعی داشته باشند . بی‌توجهی به این پیامدها می‌تواند به تشدید اختلالات روانی، فروپاشی هویت و حتی افکار خودکشی منجر شود.

طبقه چهارم: عوامل مؤثر و واسطه‌ای در تفسیر تجربیات نزدیک به مرگ

تفسیر یک تجربه نزدیک به مرگ، صرفاً ناشی از ماهیت درونی تجربه نیست، بلکه تحت تأثیر مجموعه‌ای از عوامل شخصی، فرهنگی، اجتماعی و معنوی قرار می‌گیرد. این عوامل می‌توانند در معنا دادن به تجربه، ادغام آن در زندگی روزمره و حتی پیامدهای روانی و اجتماعی آن نقش تعیین‌کننده‌ای داشته باشند.

۴,۱. پیش‌زمینه فرهنگی و دینی

پیش‌زمینه فرهنگی و باورهای دینی تجربه‌گر، چارچوب معنایی‌ای را فراهم می‌آورد که از طریق آن، تجربه ادراک و تفسیر می‌شود. به‌طور مثال، افراد مذهبی ممکن است نور را «وجود الهی»، موجودات را «فرشتگان» یا «اهل بیت» و تاریکی را «جهنم» یا «قهر الهی» تعبیر کنند، در حالی که افراد سکولار همان تجربه را به عنوان «میدان انرژی»، «هوشیاری جهانی» یا «خود برتر» تفسیر می‌کنند. تجربیات نزدیک به مرگ (NDEs)برخلاف ظاهر جهانی خود، در تفسیر و معنابخشی، به‌شدت تحت تأثیر ساختارهای فرهنگی و دینی تجربه‌گر قرار دارند. همان‌طور که مطالعات متعدد نشان داده‌اند، افراد محتوای ادراکی NDE را از خلال مفاهیم آشنا در فرهنگ و مذهب خود بازشناسی و تفسیر می‌کنند، به گونه‌ای

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-11]

که دو فرد با تجربه‌ای مشابه ممکن است در دو نظام تفسیری کاملاً متفاوت آن را معنا کنند. برای مثال، در مطالعه Hashemi و همکاران (۲۰۲۳) بر شرکت‌کنندگان ایرانی، نور درخشان به‌عنوان «وجود خداوند» یا «وجه‌الله» و تونل به‌عنوان «برزخ» یا «راهی به سوی دنیای دیگر» تفسیر شده بود (۱). در همین راستا، شرکت‌کنندگان در مطالعهSalariyan نیز ارواح متوفیان را به عنوان فرشتگان، شهدا یا اولیای الهی شناسایی کرده بودند و تجربه را در چارچوب مفاهیم قرآنی مانند حساب و معاد معنا کرده بودند (۱۲). در مطالعاتی مانند Hashemi وSalariyan ، مشاهده شد که تجربه‌گران ایرانی بر اساس آموزه‌های شیعی، تجربه‌های خود را در قالب‌های چون برزخ، قضاوت الهی و حقایق غیبی تفسیر کرده‌اند (۱۲، ۱). این پیش‌زمینه همچنین در پذیرش یا انکار تجربه، بازتاب شدیدی دارد.

مطالعه تطبیقی Ohkado و همکار (۲۱) میان فرهنگ ژاپنی و غربی نیز نشان داد که ژاپنی‌ها نور را گاه به‌صورت باغ یا منظره‌ای گل‌دار و افراد غربی آن را با مفاهیمی مانند «عیسی مسیح»، «نور خدا» یا «فرشتگان» تعبیر می‌کردند. Lin نیز با تحلیل ساختار خاطرات NDE در شرق آسیا تأکید می‌کند که نظام اعتقادی و زبانی هر فرهنگ، ابزار معنابخشی به تجربه را فراهم می‌کند (۲۸). از منظر روان‌شناسی دین، Kopel و همکار بر تمایز میان دینداری درونی و بیرونی تأکید می‌کنند و نشان می‌دهند که تجربه‌گران با دینداری درونی، بیشتر تمایل به تفسیر سازنده و تحول‌یافته از NDE دارند، در حالی‌که افراد با دینداری بیرونی ممکن است تجربه را با احساس گناه، شرم یا تهدید الهی تعبیر کنند (۶). همین یافته در مطالعه Martial (۲۵) و Charland-Verville (۱۳) نیز مشهود بود؛ جایی که برخی تجربه‌گران پس از مواجهه با محتوایی که با باورهای پیشین‌شان همخوان نبود، دچار بحران معنوی و بازسازی مجدد ایمان شدند.

از سوی دیگر، برخی پژوهش‌ها تأکید کرده‌اند که حتی افراد بی‌دین نیز، محتوای معنوی NDE را گزارش می‌کنند. برای مثال، شوشان در مطالعه‌ای تطبیقی نشان داد که تجربه‌گران غیرمذهبی، نور را به‌عنوان «آگاهی جهانی»، «هوشیاری کیهانی» یا «انرژی بی‌نهایت آگاه» توصیف کرده‌اند (۲). این نشان می‌دهد که حتی در غیاب مفاهیم دینی ساختاریافته، ذهن بشر تمایل به معنابخشی به تجربه از طریق استعاره‌های معنوی یا فلسفی دارد. هم‌زمان، باید توجه داشت که در برخی موارد، تضاد میان تجربه و باورهای پیشین می‌تواند منشأ بحران معنوی شود. تجربه‌گرانی که با تصاویر یا نمادهایی روبه‌رو شده‌اند که در تعارض با آموزه‌های پیشین‌شان بوده، دچار تردید، شک دینی یا حتی تغییر جهان‌بینی شده‌اند (۲۵، ۹). در مجموع، می‌توان نتیجه گرفت که پیش‌زمینه دینی و فرهنگی نه‌تنها تعیین‌کننده زبان توصیف تجربه است، بلکه بر ادراک، واکنش هیجانی، معنا دادن و ادغام تجربه در زندگی پس از آن تأثیر عمیق می‌گذارد. بی‌توجهی به این بسترها، تحلیلNDE ها را به سطحی تقلیل‌گرا و ناقص فروخواهد کاست.

۴،۲. نظام ارزشی و سطح تاب‌آوری روانی

نحوه تفسیر و مواجهه با تجربیات نزدیک به مرگ، به‌ویژه تجربیات آزاردهنده تا حد زیادی به ساختارهای درونی فرد یعنی نظام‌های ارزشی، باورهای بنیادین و ظرفیت‌های تاب‌آوری روان‌شناختی بستگی دارد. این عوامل مانند لنزی عمل می‌کنند که از خلال آن تجربه درک، تفسیر و یکپارچه می‌شود. مطالعه Melloul و همکاران، نشان داد که بسیاری از تجربه‌گران NDE آزاردهنده، هنگام بازگشت، دچار تعارض‌های عمیق درونی می‌شوند؛ برخی تجربه را به مجازاتی برای گناهان تعبیر کرده و احساس شرم، بی‌ارزشی یا حتی طرد الهی را تجربه کرده‌اند (۴). این واکنش‌ها معمولاً در افرادی با نظام‌های اعتقادی سخت‌گیرانه‌تر و تصویر قضاوت‌محور از خداوند دیده شده است. در همین راستا، Martialو همکاران (۲۰۲۴) (۲۵) نیز نشان دادند که درک معنا از NDE و پیامدهای آن، رابطه معناداری با ساختار ارزشی فرد دارد؛ افرادی که از قبل نظام ارزشی انعطاف‌پذیر و معناگرا داشته‌اند، بهتر توانسته‌اند تجربه را در زندگی خود ادغام کنند و حتی از آن به‌عنوان سکوی رشد معنوی یاد کنند.

مطالعه Charland-Verville(2020) (۱۳) تأکید می‌کند که قدرت تاب‌آوری روانی و سطح معناجویی پیشینی، عامل مهمی در تفاوت واکنش‌ها به تجربه آزاردهنده است؛ برخی تجربه‌گران پس از بازگشت با شجاعت، سبک زندگی، اولویت‌ها و نگرش خود را تغییر داده‌اند و برخی دیگر در تجربه خود متوقف مانده‌اند. در پژوهش Lin و همکار تجربه‌گرانی که نگرش‌های اگزیستانسیال و هستی‌شناختی انعطاف‌پذیرتری داشتند، تجربه‌ی خود را نه به‌عنوان اختلال، بلکه به‌عنوان چالشی معنابخش تلقی کرده و آن را در تداوم شخصیت خود پذیرفته بودند (۲۸). مطالعه Hashemiو همکاران (۲۰۲۳) نیز در بافت ایرانی نشان داد که افرادی که پیش‌تر دارای نظام ارزشی دینی یا عرفانی فعال‌تری بودند، تمایل بیشتری به ادغام تجربه داشتند. آن‌ها بازگشت از مرگ را نشانه‌ای الهی، تذکر یا فرصت دوباره تلقی می‌کردند (۱). همین الگو در مطالعه Salariyanنیز دیده شد؛ جایی که تجربه‌گران با آگاهی از آموزه‌های حکمت متعالیه، تجربه‌ی خود را نه به‌عنوان اختلال حسی، بلکه سفری روحانی تفسیر کرده بودند (۱۲).Kaleem و همکاران (۲۰۲۳) (۹) در مطالعه‌ای از بافت فرهنگی پاکستان دریافتند که افراد با انسجام خانوادگی بالا و وابستگی‌های معنوی پایدار، توان بالاتری در پذیرش تجربه و کاهش پریشانی‌های بعدی داشتند.Kopel و همکار نیز با بررسی معنویت به‌عنوان یک عامل حمایت روانی گزارش کردند که افراد دارای دینداری درونی و انعطاف‌پذیرتر، فارغ از محتوای تجربه، پیامدهای مثبت‌تری

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-11]

همچون کاهش ترس از مرگ و افزایش همدلی را گزارش کرده‌اند (۶). Shushanدر مطالعه‌ای تطبیقی تأکید کرد که فرهنگ‌هایی که ساختارهای معنوی غیرجزمی‌تری دارند، زمینه‌های مناسب‌تری برای ادغام تجربه فراهم می‌کنند. برعکس، در جوامعی با نظام‌های اعتقادی سخت‌گیر یا دوگانه‌انگار، تجربه‌گران بیشتر دچار تضاد روانی می‌شوند (۲). در مجموع، می‌توان نتیجه گرفت که نظام‌های ارزشی، معناجویی و ظرفیت روانی برای پذیرش ابهام، نقش مهمی در شکل‌دهی به واکنش‌ها و پیامدهای تجربیات نزدیک به مرگ دارند. در غیاب این عوامل، تجربه‌گران ممکن است دچار بی‌معنایی، بحران هویت یا انزوای معنوی شوند.

۴،۳. حمایت یا بی‌اعتنایی اجتماعی

پاسخ‌های اجتماعی به تجربه نزدیک به مرگ (NDE) نقش کلیدی در تفسیر، ادغام و پیامدهای روان‌شناختی آن ایفا می‌کنند. تجربیاتی که از نظر محتوایی عمیق، اسرارآمیز یا آزاردهنده‌اند، معمولاً در صورتی منجر به رشد و تحول مثبت می‌شوند که با فضای پذیرش و حمایت مواجه گردند. برعکس، انکار، تحقیر یا نادیده‌گرفتن تجربه می‌تواند موجب انزوای اجتماعی، ترومای ثانویه و بحران هویت شود. مطالعه Melloul و همکاران (۴)، نشان داد که اغلب تجربه‌گرانNDE های آزاردهنده از به اشتراک‌گذاری تجربه خود با دیگران اجتناب می‌کنند، زیرا پیش‌تر با واکنش‌هایی چون تمسخر، بی‌اعتمادی، یا حتی هشدار مواجه شده‌اند؛ عباراتی مانند «اگر این‌ها را بگویی مردم فکر می‌کنند دیوانه‌ای» یا «اینا خیال بوده، جدی نگیر» در میان گفته‌های شرکت‌کنندگان پرتکرار بود. این پاسخ‌های اجتماعی سرکوبگر باعث احساس تنهایی و ناتوانی در پردازش روانی تجربه شده‌اند. در همین راستا، Kaleem و همکاران (۲۰۲۳) (۹) در بافت فرهنگی پاکستان گزارش کردند که تجربه‌گران، به‌ویژه زنان، با فشارهای اجتماعی بیشتری برای سکوت مواجه بودند. نبود فضای گفت‌وگو درباره مسائل فرامادی، باعث شده بود که برخی از شرکت‌کنندگان دچار اضطراب مزمن یا اختلال خواب شوند و حتی ارتباط‌شان با نزدیکان کاهش یابد. Lin و همکار (۲۰۲۲) نیز نشان دادند که عدم تطابق تجربه با گفتمان علمی یا اجتماعی غالب، می‌تواند «خلأ معنایی» برای تجربه‌گر ایجاد کند. آن‌ها تأکید کردند که فقدان زبان بین‌فردی برای انتقال تجربه و هم‌زمان بی‌توجهی خانواده و کادر درمان، نوعی گسست عاطفی در فرد ایجاد می‌کند (۲۸). Shushan با مطالعه تطبیقی در فرهنگ‌های مختلف دریافت که در جوامع سکولار، ناآگاهی عمومی و رویکردهای تقلیل‌گرایانه نسبت به پدیدهNDE ، مانع اصلی در به رسمیت شناختن تجربه از سوی دیگران است. تجربه‌گران ناچار بودند روایت خود را یا تحریف کنند یا به کلی پنهان نمایند که این روند خود منبع آسیب روانی بیشتر بوده است (۲).

از سوی دیگر، در مطالعات Martial (2024) و Charland-Verville، تجربه‌گرانی که موفق شده بودند در محیطی همدلانه و غیرقضاوت‌گرانه تجربه‌شان را بازگو کنند، گزارش داده‌اند که پذیرش اجتماعی موجب تقویت هویت جدید، کاهش اضطراب و رشد معنوی شده است (۲۵ و ۱۳). به‌ویژه در مواردی که درمانگران با ذهنیت باز و اطلاع از NDE با تجربه‌گر همراه بودند، امکان روایت‌پذیری و بازسازی معنایی فراهم شده بود. Kopel و همکار نیز تأکید دارند که شکاف میان تجربه زیسته و واکنش محیطی، در بسیاری از موارد تعیین‌کننده اصلی جهت‌گیری تجربه‌گر نسبت به خودش، خدا و جهان بوده است. برخی از تجربه‌گران که مورد پذیرش قرار گرفتند، از تجربه به‌عنوان نقطه تولد دوباره یاد کرده‌اند، در حالی‌که دیگران آن را منبع رنج و بی‌اعتمادی اجتماعی دانسته‌اند (۶). به‌طور کلی، رابطه میان تجربه و زمینه اجتماعی آن رابطه‌ای تقابلی است؛ تجربه‌گرانی که در بستری حمایتی قرار دارند، تمایل بیشتری به ادغام تجربه در زندگی و ساخت معنای مثبت از آن دارند. این یافته‌ها نشان می‌دهد که مداخلات روان‌درمانی و معنوی در حوزه NDE نباید تنها بر محتوای تجربه تمرکز کنند، بلکه باید به زمینه‌های اجتماعی و تعاملاتی که تجربه‌گر در آن‌ها زندگی می‌کند نیز توجه داشته باشند.

۴،۴. زبان و روایت‌پذیری تجربه

یکی از موانع عمده‌ای که تجربه‌گران نزدیک به مرگ (NDE) با آن مواجه‌اند، ناتوانی در انتقال کامل تجربه به دیگران است. بسیاری از آن‌ها تجربه‌ی خود را «غیرقابل توصیف»، «ورای زبان» یا «فراتر از درک بشری» توصیف کرده‌اند. این ویژگی، چالشی اساسی در فرآیند ادغام روان‌شناختی و اجتماعی تجربه ایجاد می‌کند، زیرا در نبود واژگان مناسب، امکان گفت‌وگو، پردازش و معنا دادن محدود می‌شود. در مطالعه Melloulو همکاران (۲۰۲۴)، بسیاری از شرکت‌کنندگان تأکید داشتند که تجربه‌شان را نمی‌توان با واژگان انسانی بیان کرد. یکی از آن‌ها گفت: «هرچه می‌گویم، فقط یک سایه از آن چیزی است که واقعاً بود» (۴). این وضعیت منجر به احساس تنهایی عمیق و گاه شک نسبت به مشروعیت تجربه شده است. در مطالعه Martial و همکاران (۲۰۱۷)، مشخص شد که حتی تجربه‌گرانی که مهارت زبانی بالایی داشتند، قادر نبودند ترتیب دقیق اتفاقات را بازگو کنند. آن‌ها از اصطلاحاتی مانند «فوق‌واقعی»، «بی‌زمان»، «تجربه خالص» و «درک‌ناپذیر» استفاده می‌کردند (۵).Charland-Verville و همکاران نیز در تحلیلی زبانی از روایات NDE دریافتند که تجربه‌گران ناچار به استفاده از استعاره، ترکیب واژگان یا ساخت جملات شکسته هستند تا احساس خود را منتقل کنند. به‌ویژه در توصیف نور، خروج از بدن یا وحدت با کل هستی، زبان رایج ناتوان از

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-11]

بیان تجربه‌های چندلایه بود (۱۳).Lin و همکار (2022) نیز در پژوهشی بر تجربه‌گران آسیایی نشان دادند که برخی واژگان مانند «خالی»، «آرامِ بی‌صدا» یا «مثل خواب نبود» به‌کرّات در روایت‌ها تکرار شده و نشان‌دهنده تلاش ذهن برای نمادسازی مفهومی تجربه‌ای پیش‌زبانی است (۲۸). Kopel و همکار نیز بیان می‌کنند که دشواری در توصیف، نه‌فقط ناشی از ویژگی‌های خود تجربه، بلکه ناشی از فاصله عمیق میان زبان دینی، عرفی و زیسته است. تجربه‌گران اغلب با بیان «نمی‌دانم چطور بگویم» یا «مثل چیزی نیست که قبلاً دیده‌باشی» تلاش می‌کنند درک‌ناپذیری تجربه را منتقل کنند (۶). در مطالعه Kaleem (۲۰۲۳) نیز، تجربه‌گران پاکستانی ضمن مواجهه با محدودیت‌های زبانی، از ترکیب اصطلاحات عرفانی و عامیانه برای توصیف نور، مرگ و بازگشت به زندگی استفاده کردند. نبود واژگان تخصصی در زبان مادری یکی از دلایل ضعف در انتقال معنای دقیق بود (۹).

مطالعه Salariyan و همکاران (۲۰۲۲) از منظر زبان عرفانی و فلسفی اسلامی نشان داد که در مواردی، تنها متون عرفانی یا روایات دینی توانسته‌اند به تجربه‌گران ابزاری برای بیان تجربه‌شان ارائه دهند. برخی از شرکت‌کنندگان تجربه را «هم‌نشینی با حق» یا «سفر روح به ملکوت» تعبیر کرده بودند (۱۲). Craffertنیز تأکید می‌کند که ساختارهای زبانی فرهنگی نقش واسطه‌ای در تجربه دارند: آنچه را که می‌توان توصیف کرد، بیشتر ادراک می‌شود؛ و آنچه را که نمی‌توان بیان کرد، بیشتر سرکوب یا تحریف می‌شود (۸). مطالعه Lin و همکار، Martial (۲۰۱۷)، Hashemi، Shushan و سایر مقالات نیز همگی به نوعی به این واقعیت اشاره دارند که ناتوانی در روایت NDE نه‌تنها یک محدودیت زبانی، بلکه یک مسئله روان‌شناختی و اجتماعی است؛ زیرا باعث بروز سکوت، انزوا و گاه شک نسبت به واقعیت تجربه می‌شود (۲۸ و ۵ و ۲ و ۱). در مجموع، می‌توان گفت که تجربه‌های نزدیک به مرگ در سطحی از آگاهی روی می‌دهند که زبان متعارف در برابر آن ناکافی است. این ناتوانی در بیان، تجربه را به «دانشی خاموش» تبدیل می‌کند که تنها در فضای همدلانه، میان‌ذهنی و استعاری می‌تواند شنیده شود.

بحث و نتیجه‌گیری

یافته‌های این مطالعه در خصوص طبقه اول (ویژگی‌های پدیداری مشترک) نشان می‌دهد که تجربیات نزدیک به مرگ، علیرغم تفاوت‌های فرهنگی، زبانی و اعتقادی میان افراد، واجد مجموعه‌ای از مؤلفه‌های پدیداری نسبتاً ثابت هستند. این ویژگی‌های مشترک در اکثر فرهنگ‌ها، سنین و زمینه‌های دینی گزارش شده‌اند. این ویژگی‌ها معمولاً شامل خروج از بدن، عبور از تونل، مواجهه با نور درخشان، ملاقات با موجودات معنوی، مرور زندگی و ورود به قلمروهای غیرمادی هستند (۱۲ و ۶ و ۱). تجربه‌ی خروج از بدن شایع‌ترین عنصر پدیداری در میان تجربه‌گران است (۱). این تجربه که با گسست از حس مکان‌یابی در بدن همراه است، غالباً با توصیفاتی دقیق و چندحسی بیان می‌شود. عبور از تونل نیز تجربه‌ای پرتکرار و نمادین در گزارش‌هاست که اغلب بلافاصله پس از OBE رخ می‌دهد و با احساس حرکت سریع به سمت نوری درخشان همراه است. این مرحله را به‌عنوان نوعی ساختار روایی و تغییر در ادراک فضایی توصیف می‌کند که مشابه الگوهای عرفانی در سنت‌های دینی است (۳). نور درخشان به‌عنوان یکی از عمیق‌ترین عناصر تجربه، نه‌تنها دیده می‌شود بلکه اغلب «آگاه»، «بخشنده» و «پر از محبت» ادراک می‌شود (۶). این نور در هر دو زمینه فرهنگی ژاپنی و غربی با حس آرامش و عشق بی‌قید و شرط توصیف شده است (۲۱).

یکی دیگر از عناصر اساسی، مرور زندگی بود. افراد گزارش می‌کنند که وقایع زندگی خود را نه‌تنها بازبینی، بلکه از دیدگاه دیگران تجربه کرده‌اند. این تجربه به‌ویژه در برخی مطالعات با بار اخلاقی و معنوی بالا تحلیل شده است (۱۲ و ۶). ادراک ورود به جهانی غیرمادی نیز عنصر مشترک دیگر است. شرکت‌کنندگان از واقعیتی زیباتر، روشن‌تر و عمیق‌تر از زندگی روزمره سخن گفته‌اند که احساس یکی شدن با هستی در آن برجسته است (۱۳ و ۱۲ و ۶). در مطالعه Shushan این ویژگی‌ها با توصیفات متون دینی باستانی تطبیق داده شده و مفهومی فراتاریخی برای این قلمرو پیشنهاد شده است (۲). این عناصر ساختاری (خروج از بدن، نور و مرور زندگی) که اغلب به‌صورت ثابت در میان تجربه‌گران ظاهر می‌شوند ساختار پیچیده‌ای از درک واقعیت را بازتاب می‌دهند (۱۳). از منظر تبیین علمی، اگرچه برخی نظریه‌های نوروفیزیولوژیک مانند ایسکمی مغزی، تحریک لوب تمپورال، یا تأثیر داروهای روان‌گردان برای تفسیر این ویژگی‌ها ارائه شده‌اند، اما مطالعات متعددی مانند Martial (۲۰۱۷) و Thonnard نشان داده‌اند که ویژگی‌های حافظه‌ای، هیجانی و درونیNDE ها حتی با خاطرات رویدادهای واقعی قابل مقایسه یا فراتر از آن هستند (۵ و ۱۹).

نکته کلیدی دیگر، پایداری و ساختارمند بودن این ویژگی‌ها در زمینه‌های فرهنگی مختلف است. در تحلیل‌های تطبیقی مانند Shushan و Ohkado، روشن شده است که با وجود تفاوت‌های زبانی و دینی، ساختار کلیNDE ها در غرب، آسیا و خاورمیانه یکسان است، اما محتوای

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-11]

آن با زمینه‌های فرهنگی سازگار می‌شود (۲، ۲۱)؛ بنابراین، ویژگی‌های پدیداری مشترک درNDE ها، ساختاری مشترک و قابل‌تحلیل دارند که از نظر شناختی، معنوی و فرهنگی معنادارند. درک این تجربه‌ها نیازمند رویکردهای چندرشته‌ای است که روان‌شناسی، عصب‌شناسی، انسان‌شناسی و الهیات را در کنار هم قرار دهد. در مجموع، اشتراک ساختاری این مؤلفه‌ها نشان می‌دهد که تجربیات نزدیک به مرگ از الگوهای پدیداری بین‌فرهنگی برخوردارند، اما نحوه‌ی تعبیر و روایت آن‌ها به‌شدت با زمینه‌های فرهنگی، مذهبی و زبانی در هم تنیده است. از منظر علوم اعصاب، روان‌شناسی تحولی و انسان‌شناسی دینی، NDE فرصتی منحصربه‌فرد برای بررسی تجربه‌ی آگاهی در آستانه مرگ، حدود ذهن/بدن و تعامل فرهنگ و زیست‌شناسی در شکل‌گیری معنا فراهم می‌کند. با این حال، محدودیت‌هایی مانند سوگیری حافظه، دشواری تأییدپذیری تجربیات شخصی و تنوع روش‌شناسی پژوهش‌ها، ضرورت پژوهش‌های ترکیبی و بینارشته‌ای بیشتر در این حوزه را برجسته می‌سازد.

یافته ها در خصوص طبقه دوم (تجربه‌های آزاردهنده) نشان داد در حالی که بخش عمده‌ای از پژوهش‌های انجام‌شده در حوزه‌ی تجربیات نزدیک به مرگ بر جنبه‌های مثبت، معنوی و آرامش‌بخش این پدیده تمرکز داشته‌اند، شواهد فزاینده‌ای از وجود نوعی دیگر از این تجربیات با ماهیتی منفی، آزاردهنده و گاه هولناک حکایت دارد. تجربه‌های نزدیک به مرگ آزاردهنده، اگرچه از نظر آماری کمتر گزارش شده‌اند، اما از حیث روان‌شناختی، معنایی و فرهنگی، اهمیت بالایی دارند. این نوع تجربه‌ها اغلب با تأثیرات عمیق پس از واقعه همراه‌اند و می‌توانند زمینه‌ساز بحران‌های وجودی یا معنوی شوند. این نوع تجربیات، صرفاً انحرافی از الگوی غالب نیستند، بلکه واجد محتوای روان‌شناختی و معنوی منحصربه‌فردی هستند که مستلزم بررسی مستقل و عمیق‌اند (۱۳ و ۶ و ۴).

ویژگی بنیادین درNDE های آزاردهنده، بروز هیجانات منفی شدید است که تجربه‌گر را در مواجهه با احساساتی چون وحشت، اضطراب، شوک، سردرگمی، احساس گناه، بی‌پناهی و ناامیدی قرار می‌دهد. برخلافNDE های مثبت که غالباً با صلح درونی، عشق و وحدت همراه‌اند، در نوع آزاردهنده‌ی این تجربه‌ها، طوفانی از هیجانات منفی قالب حسی تجربه‌گر را دربرمی‌گیرد. احساسات شدیدی مانند ترس، وحشت، بی‌پناهی، اضطراب و گناه که درNDE های آزاردهنده گزارش شده‌اند، به‌وضوح از یک ساختار هیجانی اولیه صرف فراتر می‌روند و به حوزه‌ی شناخت وجودی فرد از خویش و هستی ورود می‌کنند (۱۴ و ۹ و ۴). این احساسات، به‌ویژه در بافت‌هایی که با مواجهه با تاریکی، موجودات تهدیدآمیز یا طرد معنوی همراه شده‌اند، نشان می‌دهند که فرد نه‌تنها با مرگ فیزیکی بلکه با مرگ روانی و معنوی نمادین نیز مواجه شده است (۲۸ و ۱۹). بررسی تطبیقی داده‌ها در فرهنگ‌های مختلف نیز نشان می‌دهد که تجربه‌ی تاریکی، جهنم، طرد شدن یا داوری معنوی، صرفاً متعلق به جهان‌بینی‌های دینی خاص نیست، بلکه در میان افراد غیرمذهبی یا پیروان ادیان شرقی نیز مشاهده شده است (۲۱ و ۱۲ و ۲). این پدیده ممکن است نشان‌دهنده‌ی وجود یک ساختار ناخودآگاه فرهنگی یا حتی زیستی باشد که در مرزهای مرگ فعال می‌شود (۳).

همچنین، احساس طرد از سوی موجودات معنوی یا نور که در برخی گزارش‌ها مشاهده شد، نه‌تنها تضاد عمیقی با انتظار تجربه‌گر از پذیرش معنوی دارد، بلکه نشان‌دهنده‌ی نوعی بحران اعتماد بنیادی است؛ اعتمادی که در صورت مخدوش شدن، می‌تواند پیامدهای روانی عمیق‌تری نسبت به خود تجربه داشته باشد (۶ و ۵ و ۴). از نظر روان‌شناختی، چنین تجربه‌هایی می‌توانند همچون «آیینه درونی» عمل کنند؛ بازتابی از تضادهای اخلاقی، ترس‌های حل‌نشده، یا خاطرات شرم‌آور گذشته که در آستانه‌ی مرگ به شکل نمادین بازآفرینی می‌شوند (۱۳ و ۱۱ و ۹). این دیدگاه در مقالاتی مورد تأکید قرار گرفته که تجربه‌گرانNDE های آزاردهنده، گاه این تجربه را فرصتی برای توبه، اصلاح یا بازاندیشی اخلاقی می‌دانند (۲۷ و ۲). برخلاف برخی رویکردها که چنین تجربیاتی را به اختلالات نورولوژیکی یا توهم نسبت می‌دهند، اکثر تجربه‌گران این تجربه‌ها را واقعی‌تر از واقعیت روزمره توصیف کرده‌اند (۲۶ و ۲۵). این یافته‌ها نشان می‌دهند خاطراتNDE های آزاردهنده نه‌تنها از نظر شدت هیجانی، بلکه از نظر وضوح حافظه‌ای نیز بالاتر از خاطرات واقعی روزمره‌اند (۲۵ و ۱).

نکته‌ی مهم دیگر آن است که برخلاف انتظار، برخی از این تجربیات، پیامدهایی مثبت مانند بیداری معنوی، تغییر نگرش به زندگی و کاهش وابستگی مادی در پی دارند (۲۸ و ۴). این مسئله حاکی از آن است که NDE های آزاردهنده الزماً تجربه‌هایی بیمارگون یا آسیب‌زا نیستند، بلکه ممکن است بخشی از روند تحولی روانی–معنوی پیچیده‌تری باشند. در نهایت، برای تفسیر جامع این تجربیات، نیاز به چارچوبی میان‌رشته‌ای داریم که روان‌شناسی وجودی، نوروساینس، الهیات تطبیقی، و پدیدارشناسی را در کنار هم قرار دهد. تنها در این صورت است که می‌توان به درکی ژرف‌تر از تجربه‌ی انسان در مواجهه با مرگ و معنا دست یافت. بطور کلی، تجربه‌های آزاردهنده در NDE ها نه‌تنها به‌مثابه انحرافی از «هنجار مثبت» تجربه‌ی مرگ تلقی نمی‌شوند، بلکه می‌توان آن‌ها را به‌عنوان آینه‌هایی در نظر گرفت که لایه‌های پنهان روان، ارزش‌های فرهنگی و تنش‌های وجودی انسان مدرن را بازتاب می‌دهند. مواجهه با این تجربه‌ها نیازمند نگاهی تلفیقی، پدیدارشناسانه و میان‌رشته‌ای است که بتواند از تحلیل‌های صرفاً زیست‌پزشکی فراتر رفته و به فهمی عمیق‌تر از وضعیت انسانی در مواجهه با نهایی‌ترین حدهای تجربه دست یابد.

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-11]

یافته‌ها در خصوص طبقه سوم (پیامدهای روان‌شناختی و معنوی) نشان داد تجربیات نزدیک به مرگ (NDEs) نه‌تنها در لحظه‌ی وقوع خود پدیده‌ای شگرف و تحول‌آفرین هستند، بلکه پیامدهای روان‌شناختی و معنوی آن‌ها نیز در زندگی تجربه‌گران نقشی عمیق، گاه متناقض و بلندمدت ایفا می‌کنند. پژوهش‌های متعددی نشان داده‌اند که این تجربیات می‌توانند منجر به تغییراتی بنیادین در نگرش فرد نسبت به مرگ، زندگی، ارزش‌ها، روابط و هویت شخصی شوند (۱۵ و ۱۱). برخی از تجربه‌گران از تحولی درونی سخن گفته‌اند که شامل افزایش حس همدلی، شفقت، معناگرایی و هدف‌مندی در زندگی است (۹، ۱). بسیاری از آنان بیان کرده‌اند که ترس از مرگ در آن‌ها به طرز چشمگیری کاهش یافته و نگاهشان به هستی با آرامش، پذیرش و صلح درونی همراه شده است (۲۶، ۱۴). این یافته‌ها تأکیدی بر تأثیر رشددهنده‌ی این تجربیات بر سلامت روان و انسجام هویتی افراد دارد. از منظر معنوی، بسیاری از تجربه‌گران NDE احساس ارتباطی تازه یا ژرف‌تر با مفاهیم روح، خدا، یا هستی کلی پیدا کرده‌اند، حتی اگر پیش‌تر باور یا زمینه‌ی دینی قوی نداشته‌اند (۶ و ۲). این دگرگونی معنوی اغلب با احساس نوعی «بیداری» یا آغاز سفر جدید درک معنای زندگی همراه بوده است (۲۵ و ۴).

با این حال، تمامی پیامدهای روانی مثبت نیستند. برخی تجربه‌گران، به‌ویژه کسانی که تجربیات آزاردهنده یا مبهم داشته‌اند، ممکن است دچار بحران‌های هویتی، اضطراب، افسردگی، احساس جدایی از دیگران، یا نوعی گسست روانی با زندگی روزمره شوند (۲۷ و ۴). در برخی موارد، احساس ناتوانی در بیان تجربه، ترس از طرد اجتماعی یا برچسب‌های آسیب‌شناسانه، مانع پردازش کامل تجربه و ادغام آن در زندگی فردی شده است (۱۳ و ۸). علاوه بر این، پیامدهایNDE ها در تعامل با پیش‌زمینه‌های فرهنگی، بافت اجتماعی، باورهای دینی و حمایت‌های محیطی تجربه‌گر شکل می‌گیرند. به‌عبارت دیگر، پیامد یک تجربه نمی‌تواند صرفاً بر اساس ماهیت پدیدارشناختی آن پیش‌بینی شود، بلکه تفسیر، پذیرش و فضای بین‌فردی پیرامون تجربه نقش تعیین‌کننده‌ای دارند (۲۸ و ۳). نتایج مطالعات نیز نشان می‌دهد که برخی تجربه‌گران پس از بازگشت به زندگی عادی، دچار «ناسازگاری معنوی» شده‌اند؛ به این معنا که تجربه‌ی آن‌ها با نظام‌های اعتقادی یا انتظارات محیطی پیرامون‌شان هماهنگ نبوده و این گسست منجر به نوعی انزوا، رنج یا سکوت تحمیلی شده است (۳۳ و ۲۹). با توجه به این پیچیدگی‌ها، لازم است متخصصان سلامت روان، درمانگران معنوی و مشاوران بالینی، در برخورد با تجربه‌گرانNDE ، رویکردی حساس به بافت، غیرقضاوت‌گر و فراگیر اتخاذ کنند. حمایت از تجربه‌گرانی که دچار بحران‌های وجودی یا سردرگمی در تفسیر تجربه خود هستند، می‌تواند نقشی کلیدی در بازیابی سلامت روانی و ادغام تجربیاتشان در زندگی ایفا کند (۱۱ و ۶).

یافته‌ها در خصوص طبقه چهارم (عوامل مؤثر و واسطه‌ای در تفسیر تجربیات نزدیک به مرگ) نشان داد عوامل مؤثر و واسطه‌ای در تفسیر تجربه تجربیات نزدیک به مرگ(NDEs) ، برخلاف ماهیت جهانی و شباهت‌های پدیدارشناختی‌شان، در فرآیند تفسیر و معنابخشی به‌شدت وابسته به زمینه‌های فرهنگی، اجتماعی، روانی و ارزشی تجربه‌گر هستند. تحلیل این طبقه نشان داد که ادراک و پیامد نهایی یک تجربه‌ی واحد ممکن است، بسته به «لنز تفسیری» فرد، معانی کاملاً متفاوتی به خود بگیرد.

نخست، پیش‌زمینه فرهنگی و دینی نقش اساسی در تفسیر عناصر تجربه ایفا می‌کند. افراد مسلمان، مسیحی یا بی‌دین ممکن است تجربه‌ای مشابه از نور یا خروج از بدن را داشته باشند، اما آن را به‌صورت «نور خدا»، «عیسی مسیح» یا «آگاهی جهانی» تفسیر کنند (۱۳ و ۴ و ۲). در ایران، تجربه‌گران اغلب از واژگانی چون «برزخ»، «نور الهی»، «حساب اعمال» و «هم‌نشینی با ارواح مؤمن» استفاده کرده‌اند (۱۲ و ۱). این امر نشان می‌دهد که معنا، مستقل از محتوا نیست و از خلال ساختارهای فرهنگی و دینی ادراک می‌شود.

دوم، نظام ارزشی و سطح تاب‌آوری روان‌شناختی نقش میانجی مؤثری در ادغام یا انکار تجربه ایفا می‌کند. تجربه‌گرانی که دارای نظام معنایی انعطاف‌پذیر، دینداری درونی یا دیدگاه‌های اگزیستانسیال بوده‌اند، بهتر توانسته‌اند تجربه را معنا دهند، پیامدهای رشد فردی یا معنوی گزارش کنند و حتی تغییرات مثبتی در سبک زندگی خود ایجاد کنند (۱۳ و ۶). برعکس، تجربه‌گرانی که ساختارهای ارزشی خشک‌تری داشتند یا به خودنگری منفی گرایش داشتند، تجربه را با احساس شرم، طرد الهی، یا مجازات تفسیر کرده‌اند (۹ و ۴). سوم، حمایت یا بی‌اعتنایی اجتماعی پس از بازگشت، تأثیری تعیین‌کننده بر مسیر روانی تجربه‌گر دارد. هنگامی که روایت تجربه با تمسخر، انکار یا هشدار مواجه شود، فرد دچار سکوت اجباری، انزوا یا تردید نسبت به تجربه می‌شود (۲۱ و ۴ و ۳). در مقابل، پذیرش، گوش دادن بدون قضاوت و همدلی، ادغام تجربه را تسهیل کرده و حتی موجب بازسازی هویت شده است (۲۵ و ۴). چهارم، زبان و روایت‌پذیری تجربه نه‌تنها ابزار انتقال، بلکه یکی از عوامل سازنده‌ی معنا است. بسیاری از تجربه‌گران اذعان داشته‌اند که زبان معمولی قادر به توصیف تجربه‌شان نیست. ناتوانی در بیان تجربه منجر به سکوت، سردرگمی و دشواری در ارتباط بین‌فردی شده است (۲۸ و ۱۳ و ۵). روایت‌پذیری، به‌ویژه با استفاده از استعاره، ساخت روایت منسجم و فضای شنونده، به تجربه‌گران کمک کرده تا تجربه خود را بهتر درک و هضم کنند. نهایتاً، این یافته‌ها با تأکید بر بافت‌مندیNDE ها، نشان می‌دهد که هیچ تجربه‌ای در خلأ رخ نمی‌دهد. تفسیر NDE، محصول مستقیم تجربه نیست، بلکه حاصل تعامل پیچیده‌ی تجربه با لایه‌های ذهنی، اجتماعی و فرهنگی فرد است. درک

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-11]

عمیق‌تر از این عوامل می‌تواند مسیر ارائه مراقبت‌های روانی–معنوی مناسب‌تری را هموار سازد و به پژوهشگران کمک کند تا مدل‌های تبیینی چندلایه‌تری برایNDE ها ارائه دهند.

تحلیل این طبقه نشان داد که تجربه نزدیک به مرگ، صرفاً یک پدیده ادراکی یا زیستی نیست، بلکه فرایندی پیچیده و پویا است که در چارچوب زمینه‌های درونی و بیرونی شکل می‌گیرد و معنا می‌یابد. پیش‌زمینه فرهنگی و دینی، نظام ارزشی فرد، تاب‌آوری روانی، روایت‌پذیری تجربه و کیفیت تعاملات اجتماعی پس از تجربه، همگی در تعیین مسیر تفسیر و پیامدهای NDE نقش تعیین‌کننده دارند. این عوامل می‌توانند تجربه‌ای مشابه را به دو مسیر متفاوت سوق دهند: یکی رشد، معنا، آرامش و تحول؛ دیگری سردرگمی، ترس، بی‌معنایی و انزوای روانی؛ بنابراین، نگاه به NDE باید چندسطحی، زمینه‌مند و بین‌رشته‌ای باشد. غفلت از این ابعاد تفسیرگرانه، به ساده‌سازی تجربه و نادیده‌گرفتن تفاوت‌های انسانی منجر خواهد شد.

تجربیات نزدیک به مرگ (NDEs) پدیده‌هایی پیچیده، چندوجهی و فرهنگی–روان‌شناختی هستند که نه‌تنها در سطح پدیدارشناختی دارای ساختاری نسبتاً پایدار و قابل شناسایی‌اند، بلکه پیامدهای عمیق روانی، معنوی و اجتماعی برای تجربه‌گران خود به‌همراه دارند. یافته‌های حاصل از تحلیل محتوای کیفی ۲۶ مقاله‌ی مورد بررسی در این مطالعه نشان داد که اگرچهNDE ها در بافت‌های مختلف فرهنگی با تفاوت‌هایی ادراک و معناگذاری می‌شوند، اما عناصر مشترکی چون خروج از بدن، عبور از تونل، مواجهه با نور، احساس آرامش یا رهایی و تماس با موجودات یا افراد متوفی به‌صورت مکرر گزارش شده‌اند.

تحلیل‌ها همچنین آشکار ساختند کهNDE ها لزوماً خوشایند نیستند. در کنار تجربیات مثبت و روح‌افزا، گروهی از تجربه‌گران نیز از تجربه‌هایی آزاردهنده، مبهم یا حتی وحشتناک سخن گفته‌اند که این بخش کمتر در مطالعات گذشته مورد توجه قرار گرفته است. بررسی پیامدهای این تجربه‌ها نشان داد که NDE می‌تواند نقطه‌ی عطفی در زندگی فرد باشد، به‌گونه‌ای که موجب تحول در باورها، هویت، نگرش به مرگ، افزایش معنویت، یا در مواردی بروز چالش‌های روانی نظیر اضطراب، سردرگمی و انزوای اجتماعی شود—به‌ویژه در صورت فقدان حمایت اجتماعی یا درک فرهنگی از تجربه‌ی گزارش‌شده.

از سوی دیگر، این مطالعه نشان داد که تفسیر و پیامدهای NDE به‌شدت تحت تأثیر عوامل واسطه‌ای نظیر پیش‌زمینه‌های دینی و فرهنگی، سطح تاب‌آوری روانی، روایت‌پذیری زبان و واکنش اطرافیان قرار دارد. این امر ضرورت توجه به بافت و زمینه‌مندی پدیده را در تبیین علمی آن برجسته می‌کند. همچنین، روشن شد که هیچ رویکرد منفردی (چه فیزیولوژیکی، چه روان‌شناختی و چه معنوی) به تنهایی قادر به تبیین جامع این پدیده نیست و تحلیل چندسطحی و میان‌رشته‌ای ضروری است.

در مجموع، مرور و تحلیل نظام‌مند مقالات اخیر نشان می‌دهد که تجربیات نزدیک به مرگ نه‌تنها از اهمیت نظری در فهم مرزهای آگاهی و خودآگاهی برخوردارند، بلکه از منظر بالینی، معنوی و روان‌درمانی نیز حائز توجه‌اند. طراحی مداخلات حمایتی مبتنی بر فرهنگ و حساس به تجربه، آموزش حرفه‌ای به کادر درمان و ایجاد بسترهای امن برای بیان این تجربه‌ها، از جمله راهکارهای ضروری در ارتقاء کیفیت مراقبت از افراد تجربه‌گر NDE تلقی می‌شود.

محدودیت‌ها

پژوهش حاضر اگرچه با مرور مطالعات و تحلیل کیفی گسترده‌ای از مقالات علمی تلاش کرده است تصویری جامع از تجربیات نزدیک به مرگ ارائه دهد، اما با محدودیت‌هایی همراه بوده است. نخست، دامنه‌ی زمانی و زبانی انتخاب مقالات (فقط مقالات انگلیسی‌زبان و منتشرشده در بازه مشخص) ممکن است منجر به کنار گذاشتن برخی منابع مهم از فرهنگ‌ها یا زبان‌های دیگر شده باشد. دوم، برخی از مقالات مورد بررسی دارای روش‌شناسی‌های ناهمگون (کیفی، کمی، یا موردی) بوده‌اند که امکان مقایسه دقیق و یک‌دست را تا حدی کاهش داده است. سوم، تنوع فرهنگی بالای نمونه‌های شرکت‌کننده در مقالات مورد بررسی، هرچند نقطه قوت محسوب می‌شود، اما تعمیم‌پذیری یافته‌ها را دشوار می‌سازد؛ چرا که معنا و تفسیر تجربه می‌تواند به‌شدت تحت‌تأثیر پیش‌زمینه‌های دینی و اجتماعی باشد. همچنین، در برخی از مطالعات، جزئیات کافی درباره‌ی پیامدهای طولانی‌مدتNDE ها یا نحوه ادغام تجربه در زندگی روزمره گزارش نشده بود که تحلیل عمیق‌تر این ابعاد را محدود ساخت. افزون بر این، به دلیل نبود اطلاعات خام (مانند متن کامل مصاحبه‌ها)، تحلیل ثانویه محتوای تجربیات محدود به گزارش‌های نویسندگان اولیه بود و امکان بازکدگذاری تفصیلی وجود نداشت؛ بنابراین، یافته‌های این مرور باید با در نظر گرفتن این محدودیت‌ها تفسیر شوند و انجام مطالعات تکمیلی پیشنهاد می‌شود.

پیشنهادهایی برای مطالعات آینده

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-11]

با توجه به یافته‌ها و محدودیت‌های پژوهش‌های پیشین، پیشنهاد می‌شود که مطالعات آینده با رویکردهای میان‌رشته‌ای و روش‌شناسی‌های ترکیبی انجام شوند تا ابعاد پیچیده، چندلایه و متنوع تجربیات نزدیک به مرگ (NDE) را از منظرهای روان‌شناختی، عصب‌شناختی، معنوی، اجتماعی و فرهنگی پوشش دهند. به‌ویژه، بررسی‌های عمیق‌تری درباره‌ی تجربه‌های منفی یا آزاردهنده‌ی NDE ضرورت دارد؛ چرا که بیشتر مطالعات موجود بر تجربه‌های خوشایند و رشدآفرین تمرکز داشته‌اند و جنبه‌های آسیب‌شناختی یا چالش‌برانگیز آن کمتر مورد واکاوی قرار گرفته است. همچنین، پیشنهاد می‌شود که پژوهش‌های آینده به نقش عوامل واسطه‌ای مانند پیش‌زمینه‌های دینی، روایت‌پذیری زبانی، پاسخ اجتماعی اطرافیان و سبک‌های مقابله‌ای فرد در تفسیر و پیامدهای تجربه بپردازند. مطالعات تطبیقی بین‌فرهنگی نیز می‌تواند به درک بهتر از عناصر مشترک و متمایز NDE در بافت‌های اجتماعی و دینی گوناگون کمک کند. علاوه بر این، توسعه ابزارهای سنجش دقیق‌تر و بومی‌سازی مقیاس‌های موجود برای ارزیابی ابعاد پدیدارشناختی و روانی این تجربه در جوامع نیز از اولویت‌های پژوهشی محسوب می‌شود. توجه به مداخلات بالینی مؤثر برای ادغام تجربه در زندگی روزمره، طراحی برنامه‌های حمایتی برای تجربه‌گران و آموزش کارکنان سلامت برای مواجهه صحیح با گزارش‌های NDE نیز می‌تواند از اهداف کاربردی مطالعات آتی باشد. نهایتاً، تحلیل طولی پیامدهای بلندمدت روان‌شناختی، معنوی و هویتی این تجربیات با بهره‌گیری از نمونه‌های بزرگ‌تر و روش‌های کیفی و کمی ترکیبی، می‌تواند مسیر شناخت عمیق‌تری از ماهیت و نقش NDE در زندگی فردی و اجتماعی فراهم سازد.

تقدیر و تشکر

بدین‌وسیله از نشریه سلامت و سالمندی خزر که فرصت ارائه و چاپ این مقاله را فراهم کردند صمیمانه تشکر و قدردانی می‌شود.

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-11]

References

1.Hashemi A, Oroojan AA, Rassouli M, Ashrafizadeh H. Explanation of near-death experiences: A systematic analysis of case reports and qualitative research. Front Psychol. 2023; 14:1048929.
2.Shushan G. Diversity and similarity of near-death experiences across cultures and history: Implications for the survival hypothesis. Int Rev Psychiatry. 2024; 32(4):187–98.
3.Craffert PF. Making sense of near-death experience research: Circumstance specific alterations of consciousness. Anthropol Conscious. 2019; 30(1):64–89.
4.Melloul A, Kinnunen K, Cardeña E. The phenomenology of distressing near-death experiences and their aftereffects. J Anomal Exp Cogn. 2024; 4(2):192–224.
5.Martial C, Cassol H, Antonopoulos G, Charlier T, Heros J, Donneau AF, et al. Temporality of features in near-death experience narratives. Front Hum Neurosci. 2017; 11:311-21.
6.Kopel J, Webb M. Near-death experiences and religious experience: An exploration of spirituality in medicine. Religions. 2022; 13(2):156-66.
7.Mobbs D, Watt C. There is nothing paranormal about near-death experiences: How neuroscience can explain seeing bright lights, meeting the dead, or being convinced you are one of them. Trends Cogn Sci. 2011; 15(10):447–9.
8.Buchta J, Saleem M. Neuropsychiatric aspects of near-death experience. Ann Int Med Dent Res. 2018;4(3):64–8.
9.Kaleem A. Near-death experience: A concept analysis. Nurs Pract Today. 2023; 10(2):147–55.
10.Kovoor JG, Santhosh S, Stretton B, Tan S, Gouldooz H, Moorthy S, et al. Near-death experiences after cardiac arrest: A scoping review. Discov Ment Health. 2024; 4(1):19.
11.Lindsay N, Tassell-Matamua N, O'Sullivan L, Gibson R. Trauma or transcendence? The relationship between near-death experiences and dreaming. Dreaming. 2025; 35(1):1–17.
12.Salariyan R, Afsharpour M, Salehi MH. Characteristics of near-death experiences (NDE) according to the Transcendent Wisdom and its function in giving meaning to human life. Int Multidiscip J Pure Life. 2022; 9(30):143–73.
13.Charland-Verville V, Ribeiro de Paula D, Martial C, Cassol H, Antonopoulos G, Chronik BA, et al. Characterization of near-death experiences using text mining analyses: A preliminary study. PLoS One. 2020; 15(1):e0227402.
13.Moore LE, Greyson B. Characteristics of memories for near-death experiences. Conscious Cogn. 2017; 51:116–24.
14.Panagore PB. My deaths direct my life: Living with near-death experience. Narrat Inq Bioeth. 2020; 10(1):E3–E6.
15.Khanna S, Greyson B. Daily spiritual experiences before and after near-death experiences. Psychol Relig Spiritual. 2014; 6(4):302.
16.Van Lommel P, van Wees R, Meyers V, Elfferich I. Near-death experience in survivors of cardiac arrest: A prospective study in the Netherlands. In: Parapsychology. Routledge; 2017:91–97.

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-11]

17.Parnia S. Understanding the cognitive experience of death and the near-death experience. QJM. 2017; 110:67–9.
18.Thonnard M, Charland-Verville V, Brédart S, Dehon H, Ledoux D, Laureys S, et al. Characteristics of near-death experiences memories as compared to real and imagined events memories. PLoS One. 2013; 8(3):e57620.
19.Graneheim UH, Lundman B. Qualitative content analysis in nursing research: concepts, procedures and measures to achieve trustworthiness. Nurse Educ Today. 2004; 24(2):105-12.
20.Ohkado M, Greyson B. A comparative analysis of near-death experiences in Japan and the West. J Near-Death Stud. 2014; 32(4):187–98.
21.Martial C, Charland-Verville V, Cassol H, Didone V, Van Der Linden M, Laureys S. Intensity and memory characteristics of near-death experiences. Conscious Cogn. 2017; 56:120-27.
22.Martial C, Carhart-Harris R, Timmermann C. Within-subject comparison of near-death and psychedelic experiences: acute and enduring effects. Neurosci Conscious. 2024; 2024(1):niae033.
23.Martial C, Mensen A, Charland-Verville V, Vanhaudenhuyse A, Rentmeister D, Bahri MA, Cassol H, Englebert J, Gosseries O, Laureys S, Faymonville ME. Neurophenomenology of near-death experience memory in hypnotic recall: a within-subject EEG study. Sci Rep. 2019; 9(1):14047.
24.Martial C, Fritz P, Cassol H, Gosseries O, Lambermont B, Misset B, Rousseau AF. Phenomenological memory characteristics and impact of near-death experience in critically ill survivors: Observations at discharge and after a 1-year follow-up. Int J Clin Health Psychol. 2024; 24(3):100478.
25.Rousseau AF, Dams L, Massart Q, Choquer L, Cassol H, Laureys S, et al. Incidence of near-death experiences in patients surviving a prolonged critical illness and their long-term impact: a prospective observational study. Crit Care. 2023; 27(1):76
26.Oleksowicz M, Gaitán L. Near-death experiences: feasibility and advantages of the mechanistic explanation. Synthese. 2023; 202(78): 1-21.
27.Lin X, Xiao J. Near-death experience and dream: The roles of memories and self. Proceedings of the International Conference on Social Sciences, Humanities and Arts (SSHA). 2022:683–9.
28.Evrard R, Pratte E, Rabeyron T. Sawing the branch of near-death experience research: A critical analysis of Parnia et al.'s paper. Ann N Y Acad Sci. 2022; 1515(1):5-9.
29.Camelo LG. Consciousness and Near-Death Experiences: Access to a Known World. Open J Med Psychol. 2022; 11(3):205–34.
30.Cassol H, Martial C, Annen J, Martens G, Charland-Verville V, Majerus S, Laureys S. A systematic analysis of distressing near-death experience accounts. Memory. 2019; 27(8):1122-9.
31.Greyson B. Western scientific approaches to near-death experiences. Humanities. 2015; 4(4):775–796.
32.Pannofino L. God’s characteristics as reported by near-death experiencers: A review of recent studies. *Journal of Exceptional Experiences and Psychology*. 2023; 11(2):27–37.

[Downloaded from cjhaa.mubabol.ac.ir on 2026-11-11]