

تجربه‌ی نزدیک به مرگ و تسلی داغدیدگان

معمود درمانی و نگرشی نو به پیشامدهای ناگوار، به همراه گزارش‌های تجارب
نزدیک به مرگ و مصاحبه با تجربه‌کنندگان

به مقدمه‌ی دکتر جفری لانگ
(رئیس، بنیاد تحقیقات تجارب نزدیک به مرگ (Nderf))

علی ایمانی نسب
علی قاسمیان نژاد
عارفه صالحی



انتشارات رازنهان

۱۳۹۹

سرشناسه	ایمانی نسب، علی، ۱۳۶۷ -
عنوان و نام پدیدآور	تجربه‌ی نزدیک به مرگ و تسلی داغدیدگان: معنویت‌درمانی و نگرشی نو به پیشامدهای ناگوار، به همراه گزارش‌های تجارب نزدیک به مرگ و مصاحبه با تجربه‌کنندگان/پا مقدمه‌ی جفری لانگ؛ علی ایمانی نسب، علی قاسمیان‌نژاد، عارفه صالحی.
مشخصات نشر	تهران: راز نهان، ۱۳۹۹.
مشخصات ظاهری	۲۶۷ ص.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۴۴۸-۹۶۴-۵
وضعیت فهرست نویسی: فیبا	
داشت	در ویراست قبلی عارفه صالحی سرشناسه بوده است.
یادداشت	کتاب حاضر نخستین بار با عنوان "تجارب نزدیک به مرگ و تسلی داغدیدگان: به همراه گزارش تجربه نزدیک..." در سال ۱۳۹۷ توسط: آزمون‌پارویی منتشر شده است.
یادداشت	کتابنامه: ص: ۲۶۱.
نویسنده	تجارب نزدیک به مرگ و تسلی داغدیدگان: به همراه گزارش تجربه نزدیک.
موضوع	تجربه دم مرگ
موضوع	Near-death experiences
موضوع	تجربه دم مرگ - جنبه‌های روان‌شناسی
موضوع	Near-death experiences - Psychological aspects
موضوع	سوگمندها
موضوع	Bereavement
شناسه افزوده	قاسمیان‌نژاد، علی، ۱۳۶۷ -
شناسه افزوده	Hasem, Alinagh
شناسه افزوده	صالحی، عارفه، ۱۳۶۵
شناسه افزوده	لانگ، جفری، مقدمه‌نویس
شناسه افزوده	Long, Jeffrey
رده بندی کنگره	BF۱۰۴۵
رده بندی دیویی	۱۳۳/۹۰۱۳
شماره کتابشناسی ملی	۶۳۴۷۳۵۷

آدرس: میدان انقلاب، اول جمال زاده جنوبی، کوچه دان، در، ۱۲، واحد ۲ شماره

تماس: ۰۲۱۶۶۹۰۱۸۴۱ - ۰۹۱۲۰۳۰۲۰

آدرس الکترونیکی: rznagh@gmail.com

آدرس سایت: www.raznahanbook.com



عنوان کتاب: تجربه‌ی نزدیک به مرگ و تسلی داغدیدگان: معنویت‌درمانی و نگرشی نو
به پیشامدهای ناگوار، به همراه گزارش‌های تجارب نزدیک به مرگ و مصاحبه با تجربه‌کنندگان
مؤلف: علی ایمانی نسب، علی قاسمیان‌نژاد، عارفه صالحی
صفحه آرا: رضا کاوه
طراح جلد: رضا کاوه
ناشر: رازنهان
شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه
نوبت چاپ: اول ۱۳۹۹
قیمت: ۵۰.۰۰۰ تومان

ISBN: 978-600-448-964-5

فهرست مطالب

۱۳.....	پیش‌فتار
۱۷.....	مقدمه‌ی دکتر جعفری است
۲۷.....	فصل اول: داعیه‌ی نو
۲۷.....	تعریف داغدیدگی، پیا‌دهای آن
۲۹.....	مراحل سوگواری
۳۴.....	علائم سوگواری
۳۹.....	روش‌هایی برای کاهش اندوه در دوران سوگ
۴۰.....	مراسم خاکسپاری و سوگواری
۴۰.....	دیدگاه اجتماعی و روانشناختی به عبور سالم از سوگواری
۴۴.....	جمع‌بندی فصل اول
۴۷.....	فصل دوم: تجربه‌ی نزدیک به مرگ
۴۷.....	تجربه‌ی نزدیک به مرگ چیست
۴۹.....	عناصر تجربه‌ی نزدیک به مرگ
۵۷.....	چه کسانی تجربه‌ی نزدیک به مرگ دارند
۵۸.....	تجارب نزدیک به مرگ خوشایند
۵۹.....	تجارب نزدیک به مرگ ناخوشایند
۶۱.....	تجارب نزدیک به مرگ کودکان
۶۳.....	تجارب نزدیک به مرگ ناشی از خودکشی

۶۴..... دلایل اعتبار تجارب نزدیک به مرگ

۷۸..... تفاوت توهم و تجربه‌ی نزدیک به مرگ

۸۰..... تجربه‌کنندگان درباره‌ی خداوند چه می‌گویند

۸۲..... تجربه‌کنندگان درباره‌ی بهشت چه می‌گویند

فصل سوم: گزارش‌هایی از تجارب نزدیک به مرگ

گزارش اول: همسر وفات‌یافته‌ام را دیدم که ردایی نورانی بر تن داشت. ما به هم

رسیدیم و یکی شدیم..... ۸۵

گزارش دوم: آن طرف اتاق عمل را می‌دیدم که مادرم داشت گریه می‌کرد.. ۹۳

گزارش سوم: متوجه وجود قلبی تپنده در آن نور شدم و صدای تپش آن را

مانند یک سحرانگیز و سُکراور می‌شنیدم..... ۹۶

گزارش چهارم: به خرم آدمم خودم را در رَحِم یگانگی دیدم..... ۱۰۱

فصل چهارم: تجربه‌ی نزدیک به مرگ و داغدیدگی

اثر باور به تجارب نزدیک به مرگ بر داغدیدگی..... ۱۱۳

لحظه‌ی مرگ و تجربه‌ی در..... ۱۱۴

بازگشت به زندگی، داوطلبانه یا اجباری؟..... ۱۱۵

ملاقات با کودکانی که درانتظار به‌دنیای آمدن..... ۱۱۶

تجربه‌کنندگان و تجربه‌ی جهنم..... ۱۱۷

ارتباط ارواح با بازماندگان..... ۱۱۷

اظهارات افراد داغ‌دیده درباره‌ی پیامدهای آشنایی با تجارب نزدیک به مرگ .. ۱۲۱

جمع‌بندی فصل‌های پیشین..... ۱۲۶

فصل پنجم: نکاتی کاربردی و معنوی برای تسلی داغدیدگان و اظهارات

تجربه‌کنندگان و آموزه‌های دینی و معنوی..... ۱۲۹

مقدمه..... ۱۲۹

آرامشی از جنس اعتماد به طراحی خلقت..... ۱۳۵

سفر روحانی انسان در قوس صعود و نزول..... ۱۴۴

کادوی بلا.....	۱۵۰
تأثیر انتخاب انسان پیش از تولد در پیدایش بلاها.....	۱۶۰
زیور شکیبایی.....	۱۷۰
ارزش صبوری در برابر داغ فرزند.....	۱۷۴
مالک یا امانت‌دار؟.....	۱۷۶
رنش روح فوت‌شدگان از بی‌تابی بازماندگان.....	۱۸۰
بی‌تابی کمال کودک در برزخ.....	۱۹۵
وفات با عزیزان مرحوم‌شده پس از مرگ.....	۱۹۸
ارتباط اروح با بازماندگان.....	۲۰۰
خرسندی ارواح با رفتن به مزار آنان و فرستادن هدیه‌های نورانی برای آن‌ها.....	۲۱۷
ضرورت جدی گرفتن زندگی و اهمیت سرور.....	۲۲۴
خانواده‌ای بهشتی با همسر مراقب ما هستند.....	۲۳۰
خودشناسی و ارتباط آن با تجرید دیدگی.....	۲۳۴
توصیه‌هایی از تجربه‌کنندگان عزیمت به مرگ رای داغدیدگان.....	۲۴۸
منابع بیشتر برای مطالعه.....	۲۵۹
منابع.....	۲۶۱

پیش‌گفتار

تجربه‌ی نزدیک به مرگ، پدیده‌ی معنوی، متعالی، و شگفت‌انگیز است که برای افرادی رخ می‌دهد که در اسرار بی‌پایانی مرگ قرار می‌گیرند. به افرادی که چنین تجربه‌ای را پشت‌سر می‌گذارند، «تجربه‌کنندگان نزدیک به مرگ» گفته می‌شود. این افراد بعد از بازگشت به زندگی از مشاهدات و تجربی‌های سخن می‌گویند که در حالت عادی، امکان وقوعشان بسیار پایین یا ناممکن است. تجربه‌ی خروج از بدن، مشاهده‌ی رویدادهای در حال وقوع اطراف بدن، از جمله‌ای بالا، مرور خاطرات زندگی، ملاقات با اقوام فوت‌شده، و دیدار با شخصیت‌های معنوی از جمله مواردی است که در اظهارنظرهای تجربه‌کنندگان نزدیک به مرگ یافت می‌شود.

چون این‌گونه افراد، طعم مرگ یا نزدیک به آن را چشیده‌اند، منبع مهمی برای شناخت مرگ و حیات پس از مرگ هستند. از این رو، گزارشی که این افراد در حیات پس از مرگ می‌دهند، می‌تواند برای داغدیدگان مهم باشد. معمولاً مهم‌ترین پرسش‌هایی که ذهن افراد سوگوار را به خود مشغول می‌کند عبارت است از: عزیز من الآن کجاست؟ آیا من دوباره او را خواهیم دید؟ آیا او در هنگام حمله‌ی قلبی یا

بیماری یا تصادفی که منجر به مرگش شده درد کشیده است؟ چه طور می‌توانم نبود او را تحمل کنم؟ در این شرایط که به سوگ عزیزم نشستام، شناخت تجربه‌های نزدیک به مرگ چه کمکی به من می‌کند؟

از زمانی که با این پدیده آشنا شدیم و تحقیقات خود را روی آن آغاز کردیم، بازخوردهای مثبتی از افراد داغ‌دیده دریافت کردیم که حاکی از تأثیر مطالعه‌ی گزارش‌های تجارب نزدیک به مرگ بر تسکین حزن ناشی از فقدان عزیزانشان و دریافت پاسخ سوالاتشان بود. این افراد بیان می‌کردند که بعد از آشنایی با تجربه‌ی نزدیک به مرگ، بهتر می‌توانستیم با غم از دست‌دادن عزیزانشان کنار بیایند و با خواندن این گزارش‌ها، بی‌تابی‌شان جای خود را به آرامش و آسایش خاطر داده است.

بازخوردهای مثبت افراد داغ‌دیده انگیزه‌ی ما را برای نگارش کتابی که بتواند تسکینی بر آلام این عزیزان بگذارد، بیشتر کرد که منجر به نوشتن کتاب تجارب «نزدیک به مرگ و تسلی داغ‌دیدگان» به همراه تجربه‌ی نزدیک به مرگ شهریار مرادی و ادوارد سلسبری^۱ شد. از طرف برخی از کسانی که کتاب را مطالعه کرده بودند، پیام‌هایی مهرآمیز دریافت کردیم. حتی به اینکه این کتاب کمک شایانی به آن‌ها کرده تا بتوانند نبود عزیز خود را تحمل کنند. برخی نیز از تغییر نگاه خود به زندگی بر اثر مطالعه‌ی این کتاب خبر دادند. چنین پیام‌هایی انگیزه‌ای شد که به نگارش ویراست دوم کتاب همت گماریم. در ویراست دوم، تغییرات اساسی در کتاب داده شد. این تغییرات، عبارت‌اند از:

افزودن مقدمه‌ای از دکتر جفری لانگ (رئیس بنیاد تحقیقات تجارب نزدیک به مرگ) که بر این کتاب نگاشته‌اند، جابجایی برخی فصل‌ها و بهبود ساختار کتاب، افزودن فصل‌های جدید و غنا بخشیدن به مطالب، افزودن چهار تجربه‌ی نزدیک به مرگ از کتاب «به وقت مرگ: ۴۲ تجربه‌ی نزدیک به مرگ شهروندان ایرانی و

آمریکایی» تألیف علی قاسمیان نژاد و علی ایمانی نسب، افزودن توصیه‌هایی از این تجربه‌کنندگان برای داغدیدگان، و ویرایش ادبی کتاب و روان‌تر کردن متن آن.

مخاطب اصلی ما در این کتاب، افرادی‌اند که به سبب ازدست‌دادن عزیزشان در سوگ نشسته‌اند و در پی یافتن پاسخ به سؤالاتشان در این باره هستند؛ البته دیگران هم می‌توانند از مطالب کتاب بهره بگیرند و دانش خود را در زمینه‌ی تجارب نزدیک، مرگ و نحوه‌ی مواجهه با سایر اتفاقات ناگوار زندگی غنا بخشند.

این کتاب حاصل مطالعات و پژوهش‌ها درباره‌ی تجارب نزدیک به مرگ و داغدیدگی و شامل مصاحبه‌ها با تجربه‌کنندگان نزدیک به مرگ و افراد سوگوار و همچنین نکاتی است که از اظهارات تجربه‌کنندگان و آموزه‌های حکمیانه‌ی معنوی و دینی است که بر تسلی داغدیدگان مؤثر است.

ذکر این نکته خالی از لطف نیست که با آگاهی‌بخشی درباره‌ی تجربه‌های نزدیک به مرگ نمی‌توان همه‌ی دردها و ناله‌های ناشی از مرگ عزیزان را از افراد داغ‌دیده دور کرد؛ اما می‌تواند در تحسین این فقدان به آن‌ها کمک کند و تا حد زیادی سبب آسایش خاطر و آرامش آن‌ها شود.

حجم زیادی از مطالب فصل اول تا چهارم از منابع حدیسی ترجمه شده که در ضمن متن، از ارجاع به آن‌ها خودداری شده، اما در پایان کتاب تمام این منابع ذکر شده‌اند. در پایان کتاب نیز منابعی فهرست شده که مطالعه‌ی آن‌ها در موضوع تجارب نزدیک به مرگ مفید و کارگشاست.

جا دارد که از تمام کسانی که در فراهم آمدن این اثر نقش داشته‌اند تشکر کنیم.

از دکتر جفری لانگ که قبول زحمت کردند و به درخواست ما برای نوشتن مقدمه‌ی ارزشمندشان بر این کتاب موافقت کردند.