

بروس گریسون، محقق برجسته تجارب نزدیک به مرگ

DR. BRUCE
GREYSON





بروس گریسون، محقق برجسته تجارب نزدیک به مرگ

DR. BRUCE
GREYSON





صاحب امتیاز و مدیر مسئول:


علی قاسمیان نژاد جهرمی

همکاران این دوره:

شبهنم ضرابی، محمود زکی

 www.dndsi.ir

 t.me/iranNDE

 [near_death_studies](https://www.instagram.com/near_death_studies)



IANDS IRAN

EXPLORE THE EXTRAORDINARY

DNDSI.ir

فهرست

۳ دکتر بروس گریسون

۴ مروری بر کتاب «بعد» اثر بروس گریسون

۸ آیا تجارب نزدیک به مرگ واقعی هستند؟

متن سخنرانی دکتر بروس گریسون

۱۳ گزارشی از فعالیت های علمی دکتر گریسون در مجله گاردین

۲۴ بررسی آنچه که تجربیات نزدیک به مرگ درباره زندگی و

مسائل فراتر از آن نشان می دهند.

۳۵ مصاحبه دکتر بروس گریسون با گروه WMRA

ماهنامه تحقیقات تجارب نزدیک به مرگ ایران

دکتر
بروس گریسون



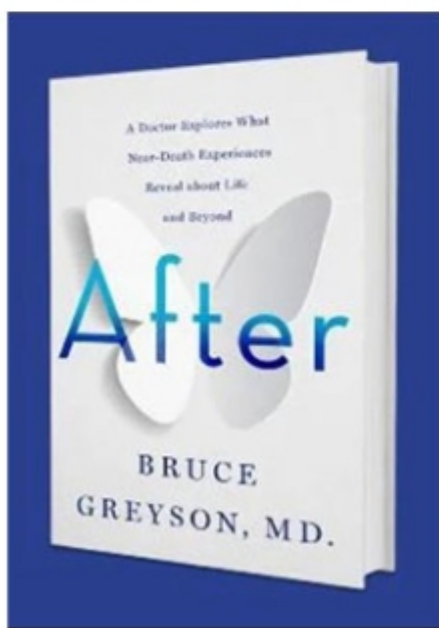
دکتر گریسون نویسنده کتاب «بعد» است. این کتاب عقاید روزمره ما را، در مورد ذهن و مغزمان، به چالش می‌کشد، و در مورد اینکه چطور می‌توانیم زندگی هدفمندتر و دلگرم‌کننده‌تری را شروع کنیم، بینش‌هایی کلیدی در اختیار ما قرار می‌دهد.

دکتر بروس گریسون استاد پیشکسوت روانپزشکی و علوم عصبی رفتاری دانشکده چستر کارلسون در دانشگاه ویرجینیا است. او سابقاً در دانشکده پزشکی دانشگاه‌های میشیگان و کانکتیکات، با سمت ریاست دپارتمان روان‌شناسی بالینی مشغول به کار بود. دکتر گریسون مشاور مؤسسه ملی سلامت بوده، و در همایش‌های مربوط به خود آگاهی در سازمان ملل متحد و در اردوگاه دالایی‌لاما در دارامشالای هند سخنرانی کرده است. وی برای تحقیقات پزشکی خود جوایزی کسب کرده است و به عنوان عضو ممتاز دائمی زندگی انجمن روانپزشکی آمریکا انتخاب شد، یعنی بالاترین افتخاری که توسط آن سازمان اعطا شده است.

علاقه دکتر گریسون به تجربیات نزدیک به مرگ درست چند ماه پس از فارغ‌التحصیلی از دانشکده پزشکی، و هنگام مداوای یک بیمار بیهوش، شروع شد؛ بیماری که صبح روز بعد با گزارشی از ترک بدنش دکتر گریسون را شوکه کرد. این رویداد باورهای دکتر گریسون، در خصوص ذهن و مغز، را به چالش کشید؛ و در نهایت او را به مسیری برای مطالعه تجربیات نزدیک به مرگ سوق داد، و به انتشار بیش از صد مقاله در نشریه‌های پزشکی منجر شد. او انجمن بین‌المللی مطالعات نزدیک به مرگ را به عنوان سازمانی برای حمایت و ترویج تحقیقات در مورد تجربیات نزدیک به مرگ، بنیان نهاد و ۲۷ سال سردبیر مجله مطالعات نزدیک به مرگ، تنها مجله علمی که به تحقیقات نزدیک به مرگ اختصاص داده شده است، بود. او از طریق تحقیقات خود مضامین مشترک و جهانی را در تجربیات نزدیک به مرگ، که فراتر از تفاسیر عصبی فیزیولوژیکی یا فرهنگی است، و همچنین الگوهایی از پیامدهای دائمی بر نگرش، باورها، ارزش‌ها و شخصیت افراد، کشف کرده است.

ماهانامه تحقیقات تجارب نزدیک به مرگ ایران

“
مروری بر کتاب
«بعد»
اثر بروس گریسون
”

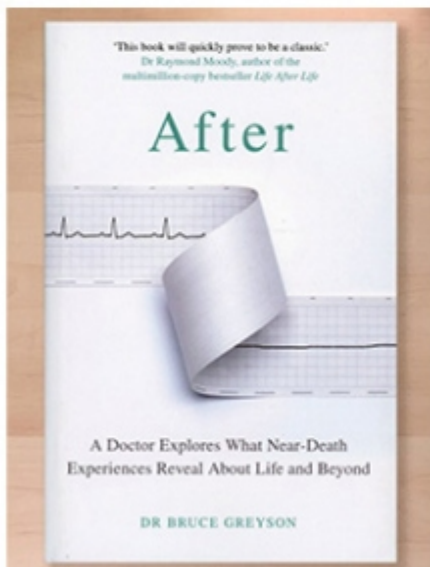


اینکه پس از مرگ ما چه اتفاقی می‌افتد، پرسشی عالم گیر و دیرین است. در کلیسای من از کسانی که مرده‌اند به عنوان افرادی یاد می‌کنیم، که از این «زندگی به جایی فراتر از این زندگی» نقل مکان می‌کنند. با اینحال به نظر می‌رسد وجود زندگی پس از زندگی، یا وجود نوعی آگاهی که پس از مرگ در افراد وجود دارد، هنوز موضوعی مهم و ناشناخته باشد. بروس گریسون، بیش از ۴۰ سال مشغول مطالعه تجربیات نزدیک مرگ بوده است و نتایج چند دهه مطالعه خود را، در مورد این پدیده، در کتاب جدیدش [با نام] «بعد» مطرح می‌کند. کتاب مذکور نسبتاً پیچیده و چالش‌برانگیز است، زیرا مملو از داستان‌های کسانی است که گریسون آنها را «تجربه گران نزدیک به مرگ» می‌نامد (کسانی که دارای تجربه نزدیک به مرگ یا جدا شدن روح از بدن هستند) و نتیجه‌گیری در مورد اینکه داده‌های به دست آمده از این افراد چه معنایی دارد.

چطور گریسون، که در خانواده‌ای غیرمذهبی بزرگ شده است و طبق توصیف خودش دانشمندی شکاک است، تصمیم می‌گیرد تجربیات نزدیک مرگ را مطالعه کند؟ روزی، حدود ۵۰ سال پیش، و زمانی که گریسون در کافه‌تریای یک بیمارستان مشغول خوردن ماکارونی بود، با صدای پیچرش مضطرب شد. غذا خوردن را در حالی رها کرد که کراواتش با سس ماکارونی لکه شده بود، و او بلافاصله کراواتش را زیر روپوش آزمایشگاهی‌اش پنهان کرد. او را برای دیدن زن جوانی به نام هالی، که اقدام به خودکشی کرده بود، صدا زده بودند، و اکنون روی تختخواب یکی از اتاق‌های همان بیمارستان بیهوش بود. سپس گریسون برای گفتگو با دوست این خانم در مورد اتفاقی که افتاده بود، به یکی از اتاق‌های نزدیک رفت، و با باز کردن دکمه‌های روپوش آزمایشگاه لکه روی کراوات مشخص شد.

ماهانامه تحقیقات تجارب نزدیک به مرگ ایران

“
مروری بر کتاب
«بعد»
اثر بروس گریسون
”



فردای آن روز او برای گفتگو با هالی، که حالا به هوش آمده بود، [به بیمارستان] برگشت و هالی گفت روز گذشته، مانند گریسون و دوست خود، در اتاق همجوار بوده و گفتگوی آنها را شنیده است. هالی همچنین اشاره کرد که لکه سس ماکارونی روی کراوات او را دیده است. گریسون گیج شده بود. چطور از لکه خبردار شده بود، به جز اینکه کسی درباره لکه به او چیزی گفته باشد؟ و چرا این موضوع را، همچون بخشی از یک نقشه پیچیده، به هالی بگویند، که دکتر را گیج کنند و فکر کند او به هوش بوده در حالی که مشخصاً به هوش نبوده است؟ این موضوع چندان منطقی به نظر نمی رسد. چرا باید کسی بخواهد چنین ترفند پیچیده‌ای را اجرا کند؟ اما اصرار هالی، مبنی بر اینکه در همان اتاقی بوده است که گریسون و دوست هالی بوده‌اند، درحالیکه در اصل در اتاق دیگری بیهوش افتاده بود، اگر درست باشد، هم منطقی نیست. این رویداد گریسون را به مطالعه تجربیات نزدیک مرگ، به عنوان کمی سرگرمی در طول حرفه پزشکی او، سوق داد. او ضمن اینکه فکر می‌کند این پدیده واقعی است، بیشتر دغدغه این موضوع رو دارد که پدیده مذکور با تجربه‌ها چه می‌کند. از قرار معلوم هیچ راهی برای سنجش علمی وجود یا عدم وجود زندگی پس از مرگ وجود ندارد؛ جایی که افراد، خارج از بدن‌هایشان، و پیش از اینکه به آنها گفته شود به بدن‌های فیزیکی خود روی میز اتاق عمل برگردند، خدا یا حضرت عیسی را ملاقات کنند. ظاهراً این یک موهبت است زیرا گریسون واقعی بودن بهشت را با اصرار در مغز شما فرو نمی‌کند، اگرچه، پس از خواندن این کتاب، مصاحبه‌ای از او را خوانده‌ام که در آن اذعان می‌کند وجود زندگی پس از مرگ محتمل است.

ماهانامه تحقیقات تجارب نزدیک به مرگ ایران

“
مروری بر کتاب
«بعد»
اثر بروس گریسون
”

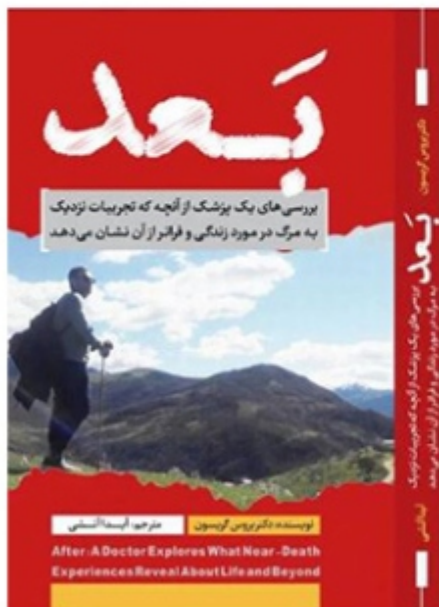


با اینحال گریسون در کتاب بعد صرفاً دلایل و شواهد خود را، درخصوص آنچه ممکن است در حال رخ دادن باشد، ارائه می‌دهد و نتیجه‌گیری را به خود خوانندگان واگذار می‌کند. پس این کتاب به هیچ وجه ادعا نمی‌کند که تجربه نزدیک مرگ تجربه‌ای عرفانی یا معنوی است که وجود خدا را اثبات می‌کند؛ بلکه ظاهراً گریسون فکر می‌کند شواهد کافی وجود دارد که نشان بدهد مغز از ذهن جداست، و پس از خاموش شدن و مرگ بالینی مغز، ذهن می‌تواند به فکر کردن ادامه بدهد.

بدون شک این نظریه‌ای پیچیده است، و راستش را بخواهید، مطمئن نیستم که آن را کاملاً درک کرده‌ام یا خیر. اگرچه گفته‌های گریسون در کتابش قابل فهم و مناسب خواننده عامی است، اما هرازگاهی مرتکب خطا شده و فراموش کرده است که در حال گفتگو با دکترهای دیگر نیست، در آنصورت ممکن بود کتاب کمی متمرکزتر باشد و هرازگاهی توضیحات بیشتری درمورد موضوعاتی مانند رابطه ذهن و مغز ارائه بدهد. موضوع دیگری که به‌عنوان نقد این کتاب می‌توانم مطرح کنم، این واقعیت است که داستان‌های بسیاری از تجربه‌گران در این جلد وجود دارد، که این حکایات کل کتاب را در معرض خطر قرار می‌دهد! اگر گریسون، در سرتاسر کتاب، از داستان‌های پنج یا شش تجربه‌گر اصلی، که تجربیات‌شان روشن‌کننده نکاتی بود که گریسون سعی دارد به عنوان یک کل به آنها اشاره کند، استفاده می‌کرد؛ شاید بهتر عمل کرده بود.

ماهانامه تحقیقات تجارب نزدیک به مرگ ایران

“
مروری بر کتاب
«بعد»
اثر بروس گریسون
”



کتاب «بعد» در تاریخ ۲ مارس ۲۰۲۱ توسط انتشارات سنت‌هارتینز اسنشالز منتشر شده است و در ایران نیز توسط آیدا آتشی ترجمه شده و ناشر امید آینده آن را منتشر کرده است.

با این وجود، کتاب «بعد» جالب است و موضوعی برای تفکر ارائه می‌کند. من فکر می‌کنم نسبت به قبل از خواندن کتاب، اکنون سؤالات بیشتری، در خصوص تجربه نزدیک به مرگ، دارم. کنجاوم در مورد ارتباط بین این تجربیات و اختلال روانی، و میزان تفاوت این دو از یکدیگر بیشتر بدانم. موضوع کتاب را نیز دوست داشتم: گریسون از مردم می‌خواهد در مورد تجربیات نزدیک مرگ مطالعه کنند و این پیام اصلی را دریافت کنند، که چنین تجربیاتی به همه ثابت می‌کند باید هر روزشان را طوری بگذارند که گویی آخرین روز زندگی‌شان است. کتاب «بعد» همانقدر که در مورد زندگی در زمان حال است، بررسی وجود یا عدم وجود خدا نیز هست و اینکه آیا اصلاً می‌توان چنین وجودی را به صورت علمی سنجید یا خیر. روی هم رفته می‌توانم بگویم اگر می‌خواهید در مورد تجربیات نزدیک به مرگ و معنی آن بیشتر بدانید، کتاب «بعد» را بخوانید. اما پیش از تحقیقات بالینی، منتظر خواندن روایت‌های تجربه نزدیک به مرگ باشید (ضمن طرح این انتقاد، قبول دارم که این کتاب برای افراد عادی نوشته شده است، بنابراین شاید هدف از نقل روایت‌ها این باشد که مخاطبان زیادی بتوانند با کتاب ارتباط برقرار کنند). از خواندن در مورد تجربیات خروج از بدن، و یادگیری نحوه پردازش این تجربیات توسط ذهن لذت بردم. همچنین از یادگیری بیشتر در خصوص انواع مختلف تجربه نزدیک به مرگ، و فکر کردن در مورد شباهت‌ها و تفاوت‌های تجربیات مذکور، از فردی به فرد دیگر، لذت بردم. در پایان، «بعد» کتابی است که هم آموزنده و هم لذت‌بخش است؛ اما آیا، در مورد این موضوع جذاب، حرف آخر را می‌زند؟ من اینطور فکر نمی‌کنم. به هر حال، تا آن زمان، آنچه در «بعد» داریم، داستانی است سرشار از پاداش و گاهی گیج‌کننده، از زندگی فراتر از زندگی، از دید کسانی که از لبه پرتگاه بازگشته‌اند.

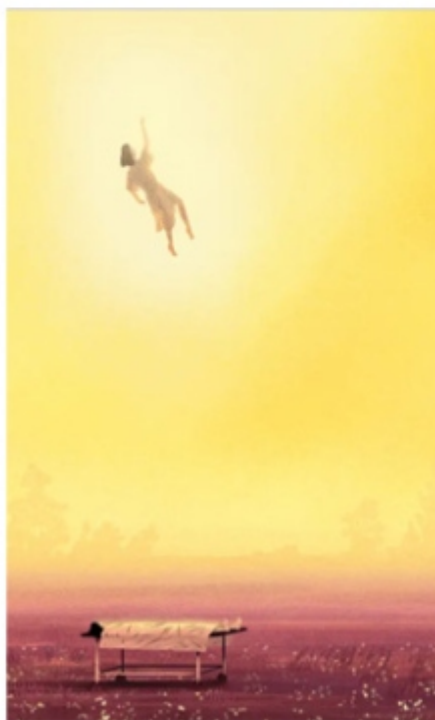
«آیا تجارب نزدیک به مرگ واقعی هستند؟
متن سخنرانی دکتر بروس گریسون»



اولین باری که، در اواخر دهه ۱۹۷۰، بررسی تجارب نزدیک به مرگ را شروع کردم، تصور می‌کردم توضیحی فیزیولوژیکی برای آن وجود دارد. چیزی که در طول دهه‌ها به آن پی بردم، این بود که توضیحات ساده مختلفی که می‌توانیم به آنها فکر کنیم، مانند کمبود اکسیژن، داروهای تجویز شده برای افراد و غیره، به نتیجه نمی‌رسند؛ یعنی داده‌ها آنها را تأیید نمی‌کنند. و افزون بر این به نظر می‌رسد پدیده تجارب نزدیک به مرگ توضیحات ساده و مادی‌گرایانه را به چالش می‌کشد. وقتی این موضوع را برای اولین بار در کنفرانس‌های پزشکی ارائه کردیم، سکوت سنگینی بین مخاطبین حاکم بود. و اکنون، در قرن بیست و یکم، وقتی آن را ارائه می‌کنم، به ندرت پیش می‌آید که دکتری از بین مخاطبین برنخاسته و نگوید: «اجازه بدهید تجربه‌ام را با شما در میان بگذارم». بنابراین اکنون کاملاً پذیرفته می‌شود که این‌ها تجارب رایجی هستند که افراد پشت سر می‌گذارند، و تأثیرات عمیقی روی زندگی‌شان دارد. البته هنوز بحث‌های زیادی درخصوص علت ایجاد آنها وجود دارد، اما در مورد این حقیقت که آنها وجود دارند، و نسبتاً رایج هستند چالش جدی‌ای وجود ندارد. من بروس گریسون هستم، استاد پیشکسوت روان‌پزشکی و علوم عصبی‌رفتاری در دانشکده پزشکی دانشگاه ویرجینیا؛ و اخیراً کتابی ارائه داده‌ام با نام: «بعد: دکتری که آنچه تجربه نزدیک به مرگ درباره زندگی و فراتر از آن را آشکار می‌کند بررسی می‌کند».

تجارب نزدیک به مرگ تجربه‌های ذهنی عمیقی هستند که اکثر افراد، در حالت‌های نزدیک به مرگ یا گاهی اوقات وقتی در حقیقت مرده اعلام می‌شوند، آن را تجربه می‌کنند.

«آیا تجارب نزدیک به مرگ واقعی هستند؟
متن سخنرانی دکتر پروس گریسون»



این تجربه پدیده‌هایی را در بر می‌گیرد که توضیح آنها بسیار دشوار است، مثل حس ترک جسم فیزیکی، مرور کل زندگی فرد، مواجهه با برخی موجودات دیگر که حضور فیزیکی ندارند؛ و از جایی به بعد به نقطه‌ای بی‌بازگشت می‌رسند، که نمی‌توانند فراتر از آن بروند و آرام به زندگی باز می‌گردند. اغلب آنها وقتی باز می‌گردند، در اثر این تجربه عمیقاً تغییر کرده‌اند.

به‌موازات شروع کارآموزی روان‌پزشکی رویارویی با گزارش‌های بیماران از چیزهایی که توضیحی برایشان نداشتم شروع شد. یکی از این موارد زمانی رخ داد که فقط چند هفته از کارآموزی من گذشته بود. مرا برای دیدن بیماری که اوردوز کرده بود، به اورژانس خواستند. وقتی فراخوان (آلارم پیجر) آمد در کافه‌تريا مشغول شام خوردن بودم، با صدای پیجر هول شدم، چنگالم را انداختم، و سس ماکارونی روی کراواتم ریخت. نمی‌توانستم آن را پاک کنم، برای همین فقط برای اینکه کسی لکه را نبیند، آن را با روپوش آزمایشگاهی پوشاندم. بعد برای دیدن بیمار به اتاق اورژانس رفتم، و او کاملاً بیهوش بود. نتوانستم او را به‌هوش بیاورم، اما هم‌اتاقی و دوست او در اتاق دیگری، در راهرو، منتظر بود مرا ببیند. برای همین به آن اتاق دیگر رفتم و حدود ۱۵ تا ۲۰ دقیقه با هم‌اتاقی صحبت کردم. در دهه ۷۰ هیچ دستگاه تهویه مطبوعی وجود نداشت، بنابراین من دکمه‌های روپوش آزمایشگاهی‌ام را باز کردم که خیلی عرق نکنم، و لکه حدود ۱۰ دقیقه در معرض دید بود. وقتی برای دیدن بیمار برگشتم، همچنان بیهوش بود. صبح که برای دیدن او رفتم خودم را معرفی کردم، او حرف مرا قطع کرد و گفت، «می‌دانم شما کی هستید. شما را از دیشب به خاطر دارم.» این موضوع مرا گیج کرد، بنابراین چیزی مثل این گفتم، «خوب تعجب کردم، دیشب وقتی شما رو دیدم، فکر می‌کردم شما بیهوش هستید.» و او نگاهی به من کرد و گفت، «منظورم اتاق من نبود. وقتی با هم‌اتاقی من در راهرو صحبت می‌کردید شما را دیدم.»

«آیا تجارب نزدیک به مرگ واقعی هستند؟
متن سخنرانی دکتر پروس گریسون»



او متوجه سردرگمی من شد، و درباره گفتگوی من با هم اتاقی‌اش گفت، اینکه ما کجا نشسته بودیم، درخصوص چه چیزی صحبت می‌کردیم. در آخر گفت، «و شما یک کراوات راه راه، با لکه قرمزی روی آن، داشتید.» این موضوع مرا به شدت تحت تأثیر قرار داد. نمی‌دانستم چطور با آن برخورد کنم. هیچ دلیل منطقی به ذهنم نمی‌رسید، هیچ توضیحی از اینکه چطور از لکه سس ماکارونی مطلع شده بود. به جز هم‌اتاقی او کسی لکه را ندیده بود؛ و او از لحظه ورودش به بیمارستان با هم‌اتاقی‌اش صحبت نکرده بود.

می‌دانستم که به عنوان یک دانشمند باید روی این موضوع مطالعه کنم. برای من بی‌معنی بود، اما دانشمندان از چیزهایی که نمی‌فهمند فرار نمی‌کنند؛ بلکه به سوی آنها می‌دوند. هرگز توقع نداشتم اینقدر زمان برای بررسی تجارب نزدیک به مرگ صرف کنم. ابتدا فکر کردم صرفاً یک اختلال عجیب است. چند سالی را صرف بررسی و یافتن توضیح فیزیولوژیکی کرده، و از آن صرف‌نظر می‌کردم. حدود هزار مورد را، که افراد درباره تجربه نزدیک به مرگ خودشان برایم فرستاده بودند، جمع‌آوری کردم. خیلی زود متوجه شدم داستان‌های دریافتی از مردم، که داوطلبانه آنها را در اختیار من قرار می‌دادند، مانند همان داستان‌های افرادی است که در بیمارستان با آنها مصاحبه می‌کردم. ما وقایع فیزیولوژیکی پیرامون تجربه نزدیک به مرگ، ویژگی‌های روان‌شناختی تجربه‌گران و غیره را مطالعه کرده و تلاش می‌کردیم توضیحی منطقی برای این وقایع پیدا کنیم. اغلب ما یاد گرفته‌ایم که ذهن محصول فعالیت‌هایی است که مغز انجام می‌دهد. به عبارتی دیگر همه افکار، احساسات، برداشتها، و خاطرات ما توسط مغز ایجاد می‌شوند.

“ آیا تجارب نزدیک به مرگ واقعی هستند؟
متن سخنرانی دکتر پروس گریسون ”



اکثر تجربه‌کنندگان نزدیک به مرگ می‌گویند که در تجربه نزدیک به مرگ، توانمندی حواس آنها به طرز باورنکردنی افزایش یافته است، و اغلب صداهایی را می‌شنوند که هرگز روی زمین نشنیده بودند، و رنگهایی را می‌بینند که قبلاً هرگز ندیده بودند. این افراد وقتی بر می‌گردند، نمی‌دانند چطور این چیزها را توضیح بدهند، زیرا واژه‌ای برای توصیف آنها وجود ندارد، اما درباره حواس خود صحبت می‌کنند که در تجربه نزدیک به مرگ بسیار واضح‌تر است؛ و این امر به تجربه حسی واقعی‌تر از واقعی می‌دهد، واقعی‌تر از این دنیا. اکثر تجربه‌های نزدیک مرگ، در سراسر دنیا و در طول قرن‌ها، کاملاً مشابه هستند.

بسیاری از محققان درباره چنین مواردی در روم باستان نوشته‌اند. در قرن اول، نمونه‌هایی از تجارب نزدیک به مرگ از اروپای غربی، خاورمیانه، تمدن‌های آسیایی، هندو، تمدن‌های بودایی، و تمدن‌های اولیه، مانند استرالیایی‌های بومی و جوامع بومی آمریکایی، دریافت کرده‌ایم، که درست شبیه داستان‌های امروز ما به نظر می‌رسند. اما پیشینه فرهنگی آنها، نحوه توصیف‌شان از این پدیده را تحت تأثیر قرار داده است. برای مثال افراد در سراسر دنیا از مواجهه با موجودی گرم و مهربان از جنس نور، که عشق بی‌قید و شرطی را به سوی آنها ساطع می‌کند، صحبت خواهند کرد. حال اگر با شخصی صحبت کنید که در ایالات متحده بزرگ شده است، ممکن است این موجود را خدا، یا گاهی اوقات حضرت عیسی، توصیف کند، در حالیکه فردی از تمدن هندو یا بودایی این اصطلاحات را به کار نخواهد برد.

“ آیا تجارب نزدیک به مرگ واقعی هستند؟
متن سخنرانی دکتر پروس گریسون ”

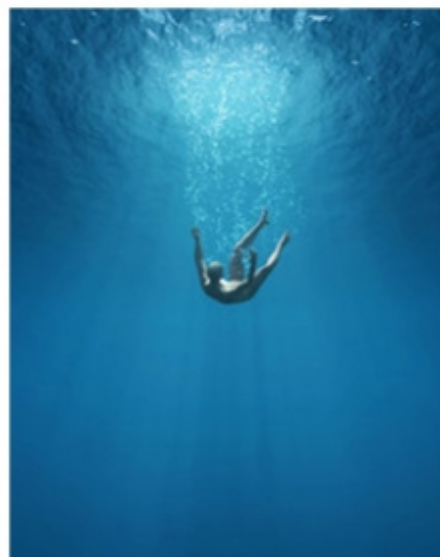


بعضی از درس‌هایی که تجربه‌کنندگان نزدیک به مرگ از این رویداد با خود به همراه می‌آورند، چیزی است که از نظر آنها زندگی را برایشان معنی‌دار و دلگرم‌کننده می‌کند. اصلی‌ترین چیزی که در مورد آن صحبت می‌کنند، این حس ارتباط متقابل با سایر افراد است، در خصوص اینکه چگونه می‌توان این زندگی را معنی‌دارتر، هدفمندتر، و دلگرم‌کننده‌تر کرد. من فکر می‌کنم دلیل این که بسیاری از مردم تجارب نزدیک به مرگ را جالب می‌دانند، این است که تجارب مذکور این وعده را می‌دهند که به ما توضیح می‌دهد روح چیست، و آیا، پس از تجزیه بدن‌مان، زندگی پس از مرگ وجود دارد یا خیر. فکر می‌کنم اینها سوالات خوبی هستند، اما از نظر من مهمترین بخش تجربه نزدیک به مرگ نیستند. من فکر می‌کنم اگرچه تجارب نزدیک به مرگ چیزی در خصوص امکان زنده ماندن از مرگ جسمی به ما می‌گویند، اما مهمترین بخش تجربه نزدیک به مرگ چیزی است که درباره همین زندگی که اکنون در آن هستیم به ما می‌گویند.

منبع:

<https://bigthink.com>

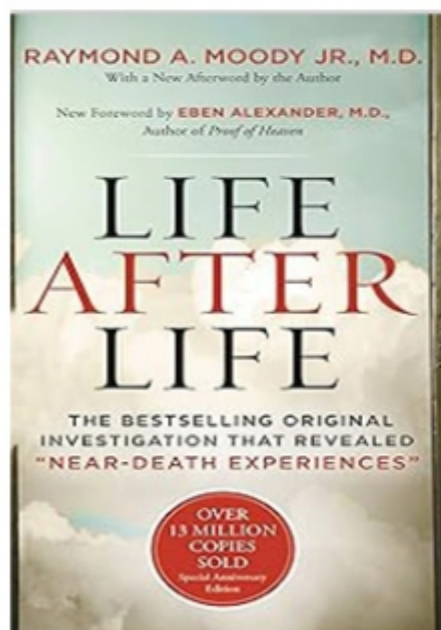
“
گزارشی از فعالیت های علمی
دکتر گریسون
در مجله گاردین
”



زمانی که گرگ نوم ۲۴ ساله بود، به زیر حفره ای پر از آب زیر آبشار فرو رفت و شروع به غرق شدن کرد. پس از اینکه بدنش به بستر رودخانه شنی برخورد کرد، چیزی که آنجا دید موجب شگفتی اش شد. او صحنه هایی شفاف و روشن از دوران کودکی اش را مشاهده کرد، رویدادهایی که اغلبشان را فراموش کرده بود و سپس لحظاتی از نخستین روزهای جوانی اش را دید. این خاطرات اگر بشود نام خاطرات بر این مشاهدات گذاشت بسیار واضح بودند. آیا خود او بود که آنها را دوباره به صورت زنده تجربه می کرد؟ نه دقیقاً. مشاهدات با سرعت زیاد، تقریباً به یکباره و در یک موج آمدند. با این حال او می توانست هریک را بصورت جداگانه پردازش کند. در واقع او میتواند همه چیز را پیرامونش درک کند: هجوم آب، بستر شنی، و همه آنها به شکلی درخشان متمایز بودند. بعدها او به یاد آورد که میتواند بهتر از هر زمان ببیند و بشنود، و با وجود گیر افتادن زیر آب، احساس آرامش و آسودگی میکرد. به یاد آورد بر این تصور بوده که پیش از این لحظه حواسش هرگز دقت کافی نداشته اند، چون تنها حالاست که میتواند درک کاملی از جهان، و شاید معنای واقعی آن، داشته باشد. گرگ می گوید: «در نهایت تصویر محو شد و تاریکی جایش را فرا گرفت. و سپس مکثی کوتاه، انگار چیزی در شرف وقوع بود.»

او این داستان را چهار سال بعد، در سال ۱۹۸۵، برای یک گروه از درمانگران در کانکتیکات تعریف کرد. گرگ جان سالم به در برده بود، اما حالا میخواست بفهمد چرا در لحظه ای بحرانی و مرگبار، ذهنش اینگونه رفتار کرده است.

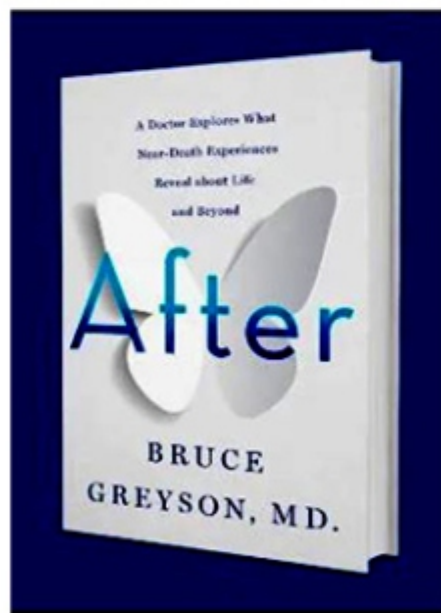
“ گزارشی از فعالیت های علمی
دکتر گریسون
در مجله گاردین ”



این گردهمایی توسط بروس گریسون، که حالا استاد بازنشسته روانپزشکی دانشگاه ویرجینیا به شمار می‌رفت، سازماندهی شده بود (برخی دیگر از اعضا به درخواستی که گریسون در روزنامه ای محلی به چاپ رسانده بود پاسخ مثبت داده بودند). وقتی نوبت صحبت می‌کرد، گریسون در کنار حدود 30 نفر دیگر نشست. همگی با دقت گوش داده و سر تکان می‌دادند.

گریسون سالها بود که چنین مسائلی را می‌شنید. او یک ماه پس از گذراندن دوره آموزشی روانپزشکی در دهه ۱۹۶۰، با بیماری مواجه شد که ادعا می‌کرد در حالی که بیهوش روی تخت بیمارستان افتاده بود بدنش را ترک کرده، و سپس شرح دقیقی از حضور در اتاقی دیگر ارائه می‌داد. این برای گریسون نامفهوم بود. او می‌گوید: «من در خانواده ای علمی بزرگ شدم. پدرم شیمیدان بود. و تا دوران جوانی، دنیای مادی تنها چیزی بود که در نظرم وجود داشت.» گریسون احساس می‌کرد شخصی چنین اطلاعاتی را به بیمار داده است. با خودش می‌گفت: «اصلاً یعنی چه که بدنت را ترک کنی؟» سالها تلاش کرد این امکان را نادیده بگیرد، اما بارها و بارها با داستان های هولناکی از افرادی مواجه شد که چه زمانی که به لحاظ بالینی مرده بودند، و چه هنگامی به مرگ نزدیک می‌شدند و پیش از زنده شدن مجدد، رویدادهایی از دنیای دیگر را تجربه می‌کردند. ریموند مودی، روانپزشکی که زمانی همکار گریسون بود، در سال ۱۹۷۵ و در کتاب پرفروش «زندگی پس از زندگی»، این رویدادها را «تجربیات نزدیک به مرگ» (NDE) نامید، و این اصطلاح فراگیر شد. گریسون می‌گوید: «برای نخستین بار به ذهنم رسید این پدیده نه تنها مختص یک بیمار، که پدیده ای رایج به شمار میرفت.»

“
گزارشی از فعالیت های علمی
دکتر گریسون
در مجله گاردین
”



او مجذوب کیفیت رویدادها و پرسش هایی شد که برایش بوجود می آمد و بزرگترین پرسش این بود: «وقتی می میریم چه اتفاقی می افتد؟» بدین ترتیب او غرق در این سئوال ها شد و پس از ۵۰ سال هنوز برای درک چنین مسائلی تلاش می کرد.

گریسون حالا ۷۴ ساله است و در خانه ای در شارلوتزویل ویرجینیا اقامت دارد. او در میانه همه گیری کرونا، با پیراهن و کراواتی اتو زده، مهربان و گشاده رو از ما استقبال کرد. گریسون طی سال ها صدها تجربه نزدیک به مرگ را جمع آوری کرده و با افرادی که پس از آگاهی از تحقیقاتش به شکل داوطلبانه داستان هایشان را در اختیارش می گذاشتند، یا بیمارانی که در بیمارستان ملاقات می کرد، مصاحبه انجام داده بود. روندی که گریسون در تمامی این موارد می پیمود، یکسان بود: کنار فرد می نشست و به آرامی اطلاعاتش را دریافت می کرد. او می گوید: «می پرسیدم آخرین چیزی که پیش از فرو رفتن در تاریکی به خاطر می آوری چیست؟» سپس «بعد از آن چطور؟» و در نهایت «و بین این دو چه چیزی را؟» همه افراد به این پرسش ها واکنش مناسبی نشان نمی دهند. بیشترشان با نگاهی سرد به او خیره می شوند و چیزی نمی گویند. اما تقریباً از هر پنج نفر یکی پاسخ می دهد: «خب، به نظرم پدرم را که ۲۰ سال قبل مرده بود دیدم.» من می گویم: «در موردش برایم بگو... و سپس آنها را رها می کنم تا حرف بزنند...»

گریسون در کتاب تازه ای با عنوان «بعد» تحقیقاتش را در کنار مجموعه ای از مطالعات موردی ارائه کرده است. روایت ها اغلب رمزآلود هستند، درست مانند آنچه در کتاب ها و تلویزیون می بینیم، و مضامین مشترکی میان شان وجود دارد.

“
گزارشی از فعالیت های علمی
دکتر گریسون
در مجله گاردین
”



یکی از بیماران که به بیهوشی واکنش بدی نشان داده بود، به یاد می آورد: «خودم را در چمن زاری دیدم، با ذهنی پاک و هویتی کامل و پاک. چمنزار با نوری باشکوه و درخشان روشن شده بود، نوری که هرگز ندیده بودم. و تمام گیاهان با نوری ملایم و درونی می درخشیدند.»

گریسون می گوید اغلب افراد احساسی مشابه از شگفتی، روشنی ذهن و سعادت را بیان می کنند. برخی تجربه خروج از بدن را به یاد می آورند، یا گزارش میکنند در تونلی طولانی سفر کرده اند. برخی با موجوداتی ملاقات می کنند که خدا، یا اعضای خانواده ای که مدتهاست مرده اند می پندارند. برخی احساس میکنند زمان خم می شود و تاب می خورد، انگار کشسان است. یکبار پلیسی که حین عمل جراحی به مرگ نزدیک شده بود از گریسون پرسید: «حالت بی زمانی را چگونه توصیف می کنی؟ وقتی هیچ چیز از نقطه ای به نقطه دیگری نمی رود. جایی که همه چیز آنجاست و تو در آن کاملاً غوطه ور هستی.» و شخصی دیگر به یاد می آورد: «به نظر می رسید انرژی روحم، مانند نهنگی بزرگ در دریای لذت و رضایت خاموش غوطه ور است.»

نقش گریسون بعنوان روانپزشک این بود که فضایی را برای تجربه کنندگان چنین رویدادهایی فراهم کند که نسبت به بازگویی داستان های اغلب نامعقول شان احساس راحتی داشته باشند، اگرچه حتی زمانی که شجاعت کافی برای بیان این موارد وجود داشت، یافتن زبان و کلام مناسب دشوار بود. گریسون می گوید: «زمانی که با کسانی که تجربه نزدیک به مرگ داشته اند صحبت می کنم، از جمله نخستین مواردی که میگویند این است... نمی توان آن را با کلمات بیان کنم.

گزارشی از فعالیت های علمی
دکتر گریسون
در مجله گاردین



راهی برای بیان این موضوع به ذهنم نمی رسد.» یکی از این افراد با ناامیدی می گفت توصیف تجربه اش بسیار دشوار است، چرا که ما در این جهان در سه بُعد زندگی می کنیم، اما آنچه در مرز میان زندگی و مرگ دیده بود، به نوعی وسیع تر به نظر می آمد. گریسون دریافت گاهی اوقات افراد برای یادآوری وقایع به نقاشی یا موسیقی روی می آورند، گویی می توان بدون کلام بهتر معنای واقعی را به اشتراک گذاشت. اما حتی همین هم ناکافی بود. یکبار شخصی به او گفت یادآوری تجربه نزدیک به مرگ برایش مانند تلاش برای «نقاشی کردن بو با کمک مداد رنگی» است، یعنی چیزی که اساساً امکان پذیر به نظر نمی رسد.

با توجه به اینکه تجربیات نزدیک به مرگ اغلب با هشدارهای اولیه همراه نیستند، آزمایش آنها تقریباً غیرممکن است. گریسون می گوید: «ما با زمانی بسیار کوتاه سروکار داریم: شناگری که زیر آب گیر افتاده، بنایی که از نردبان به پایین سقوط می کند، رهگذری که غرق گوشی همراه است و با ماشینی تصادف می کند.» او در کتاب «بعد» به این مسئله اشاره می کند که در طول مسیر حرفه ای شاهد پیشرفت های فناوری تصویربرداری از مغز، از جمله ظهور اسکنرهای fMRI بوده که به دانشمندان علوم اعصاب در مشاهده تفکرات افراد به صورت عملی کمک می کند. اما باید چنین تجهیزاتی را با اهداف آزمایش سازگار کرد: قرار ملاقاتی ترتیب داده می شود، و بیمار موافقت می کند که کاملاً بی حرکت بنشینند. اگر حادثه ای بصورت تصادفی برای او رخ دهد، جایی که بیمارستان نزدیک نیست، چه اتفاقی خواهد افتاد؟ چگونه می توان لحظه ای زودگذر و اعلام نشده مانند نقطه ای نزدیک به مرگ را ثبت کرد؟

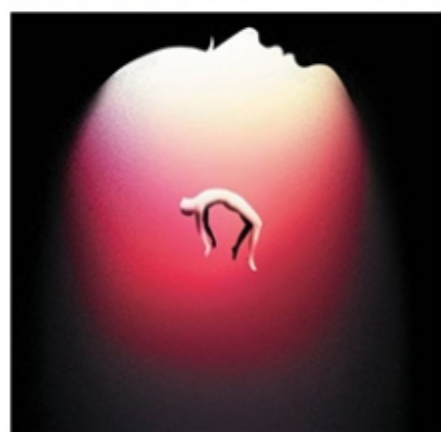
“
گزارشی از فعالیت های علمی
دکتر گریسون
در مجله گاردین
”



وقتی از گریسون می‌پرسم چرا تصمیم گرفت پس از گذشت این همه سال کتابش را منتشر کند، توضیح میدهد: «باید صبر میکردم تا اطلاعات کافی دربارهٔ تجربیات نزدیک به مرگ بدست آورم و بفهمم چه اتفاقی در حال رخ دادن است.» حالا نه تنها میدانیم تجربهٔ نزدیک به مرگ چیست، بلکه پیشرفتهای علمی به ما امکان داده انبوهی از گزینه های نادرست را کنار بگذاریم. او می‌گوید: «برخی فرضیه های فیزیولوژیک اگرچه به لحاظ نظری قابل قبول بودند، اما هیچکدام اثبات نشده و کنار رفتند. مثلاً، آیا مواد شیمیایی مانند اندورفین با آزاد شدن در بدن هنگام بروز خطرات شدید باعث ایجاد سرخوشی در انسان می‌شود؟ آیا مغز به دلیل کمبود اکسیژن رو به تخیلات غیرواقعی می‌آورد؟ آیا به دلیل فعالیت ناگهانی نقاط مختلف مغز، وضعیتی عجیب و متفاوت حادث می‌شود؟ هیچ کس با اطمینان نمیداند. و به گفتهٔ گریسون: «ما دائماً فکر می‌کنیم و می‌گوییم دلیل اصلی باید این باشد؛ اما داده ها چنین چیزی را نشان نمیدهند. باز می‌گوییم فلان چیز دلیل اصلی است، اما باز هم داده ها خلاف آن را نشان می‌دهند.»

کوبین نلسون، متخصص مغز و اعصاب دانشگاه کنتاکی که مانند گریسون در کنار فعالیت آکادمیک سال های مختلف مشغول ثبت تجربهٔ نزدیک به مرگ بوده، این تجربیات را ترکیبی از دو حالت هوشیاری - بیداری و خواب REM طی مدت زمانی می‌داند که خطرات بزرگ جسمی یا هیجانی فرد را تهدید می‌کنند. او می‌گوید بسیاری از تجربیات نزدیک به مرگ «رؤیا مانند» هستند، و در مرزهای عصبی رخ می‌دهند (همچنین اضافه می‌کند غش کردن نیز ممکن است تجربیات مشابهی به همراه داشته باشد).

“
گزارشی از فعالیت های علمی
دکتر گریسون
در مجله گاردین
”



سایر محققان، از جمله الیور ساکس، عصب شناس، تجربیات نزدیک به مرگ را توهمات «بسیار پیچیده» تلقی می کنند.

زمانی که گریسون تحقیقاتش را در اختیار همکاران میگذارد، با واکنشهای مختلفی روبرو می شود، مثلاً «دیوانه شده ای؟» یا «اوه، بگذار درباره تجربه نزدیک به مرگ خودم برایت بگویم.» او برای رسمی تر کردن تحقیقات دانشگاهی در این زمینه در دهه ۱۹۸۰، یک مقیاس با عنوان «مقیاس گریسون» ایجاد کرد که به بیش از ۲۰ زبان ترجمه شده و هنوز هم مورد استفاده قرار می گیرد (برخی سوالات این مقیاس عبارتند از: آیا به نظرتان ناگهان معنای همه چیز را درک کرده اید؟ آیا با هستی احساس هماهنگی و یکی شدن داشته اید؟) و بصورت گسترده در مجلات معتبر پزشکی منتشر شده است. او در کتابش می نویسد: «من این احتمال را جدی می گیرم که تجربیات نزدیک به مرگ ممکن است به دلیل تغییرات فیزیکی در مغز رخ دهند»، هرچند که می پذیرد ذهن می تواند «مستقل» از این مسئله نیز عمل کند. به گفته او، گزارش هایی به دستش رسیده که افراد حین غیرفعال بودن مغز نیز رویدادهای نزدیک به مرگ را تجربه می کنند، و میگویند واضح ترین تجربه زندگی شان را داشته اند.

این برای گریسون منطقی نیست. او می پرسد: «آیا این آخرین لحظات زنده بودن است؟ یا نخستین لحظات زندگی پس از مرگ؟» این نظریه ها باعث می شود گریسون در میان دانشمندان علوم اعصاب، که اکثراً ذهن را محصول مغز می دانند، جایگاه قابل قبولی نداشته باشد.

گزارشی از فعالیت های علمی
دکتر گریسون
در مجله گاردین



نلسون درباره زندگی پس از مرگ میگوید: «این ادعا خارق العاده ترین ادعای علمی است، و نمی توان هیچ مدرک معمولی، چه رسد به خارق العاده، برای تأییدش پیدا کرد.» او می افزاید: «اینها مسائلی در حوزه ایمان هستند.» ساکس ادعاهایی از این دست را «ضد علم» نامیده است. و دانیل کوندزینا متخصص مغز و اعصاب بیمارستان دانشگاه کپنهاگ می گوید: «اگر افراد بتوانند تجربیات شان را حتی سال ها بعد توصیف کرده و گزارش دهند، آنها مطمئناً توسط مغز و در مراکز حافظه پردازش شده اند.» درست مانند نلسون، کوندزینا معتقد است تجربه نزدیک به مرگ به نوعی با خواب REM در ارتباط است.

گریسون میدانم امکان تأیید وقایع رخ داده در تجربه نزدیک به مرگ محال است. او می گوید: «ما نمیتوانیم درباره ماهیت الهی تحقیق کنیم.» با این حال او رد کردن برخی نظریات عجیب و جالب را نیز دشوار میدانم، حتی اگر داده کافی در این زمینه وجود نداشته باشد. وقتی از او میپرسم هم اکنون به لحاظ منطقی چگونه فکر میکند، او آهی از خستگی میکشد و میگوید: «به نظرم احتمال زیادی دارد که بگوییم ذهن از مغز جداست، و اگر این دیدگاه درست باشد، میتواند حتی پس از مرگ مغز نیز به فعالیت ادامه دهد.» و سپس ادامه میدهد: «اما اگر ذهن در مغز نیست، کجاست؟ و اصولاً چیست؟»

تجربیات نزدیک به مرگ پدیده جدیدی به شمار نمی آیند. به گفته افلاطون، سقراط با یکی از این تجربیات روبرو شده بود. پلینی (در قرن اول میلادی) یکی دیگر از آنها را ثبت کرده است. تاریخ مملو از نمونه هایی است از سقوط کوهنوردان از صخره ها و تجربه سعادت به جای وحشت.

گزارشی از فعالیت های علمی
دکتر گریسون
در مجله گاردین



اما به نظر میرسد امروز بیش از هر زمان دیگر شیفته معنای این تجربیات هستیم، و به همین دلیل بیان آنها در جامعه رواج بیشتری یافته است.

سال گذشته من و پسر چهارساله ام فیلم «روح»، محصولی از کمپانی دیزنی را دیدیم که تجربه نزدیک به مرگ را به مخاطبانی تازه، یعنی کودکان، معرفی کرده و به بررسی آگاهی، زندگی پس از مرگ، و مسائل نامحسوسی که موجب بوجود آمدن ما شده اند میپردازد (پسرم حالا متقاعد شده ما پس از مرگ سوار بر یک نقاله برقی اثیری و فوق العاده، به سمت نوری درخشان در آسمان میرویم). حالا در دوران رواج صفحات نمایش، ما تشویق می شویم به روایت هایی که زندگی «صحیح» را ترویج می کنند توجه کنیم، بدین معنی که آنچه در هر لحظه رخ می دهد را قدر بدانیم و بپذیریم، و تجربیات و روابط را به شکل آگاهانه فراتر از دستیابی به قدرت، اعتبار یا مادیات در نظر بگیریم (این طرح کلی فیلم Soul است). اما بسیاری از ما اینچنین زندگی نمی کنیم، و با این حال احساس می کنیم مبادا وقت گرانبهایمان در این سیاره تلف شود. به همین دلیل است که روایت تجربیات نزدیک به مرگ ما را مجذوب خود می کنند، و بعنوان رویدادهایی مورد علاقه رشد و تداوم می یابند. با کمک این روایت ها میتوانیم از خودمان بپرسیم: «اگر فرصت دیگری داشتیم، با زندگی مان چه می کردیم؟»

گریسون تأثیر تجربیات نزدیک به مرگ بر زندگی افراد را شگفت انگیزترین کشف خود می داند. او می گوید: «من با تلاش برای کمک به دیگران جهت تغییر زندگیشان امرار معاش می کنم.»

گزارشی از فعالیت های علمی
دکتر گریسون
در مجله گاردین



این کار ساده نیست، اما حالا با تجربیهای روبرو شده ام که گاهی ظرف چند ثانیه، نگرشها، ارزشها، باورها و رفتار افراد را به طرز چشمگیری تغییر می دهد.» اغلب این تغییرات طی دهه ها ادامه می یابند، و بسیاری از مواقع تجربه کنندگان متوجه می شوند دیگر از مرگ هراسی ندارند. بدین ترتیب نحوه زندگی شان دچار تحول عمیقی می شود، چون ترس از زندگی کردن را نیز از دست می دهند، و دیگر از ریسک کردن ترسی نخواهند داشت. گریسون گاهی از همسران تجربه کننده می خواهد شریک زندگی شان را پیش و پس از تجربه نزدیک به مرگ توصیف کنند، و آنها می گویند: «این کسی نیست که من با او ازدواج کردم. بلکه شخصی کاملاً متفاوت است.» به گفته گریسون: «آنها حالا هدفی را در زندگی شان می بینند که پیشتر ندیده بودند. و من هیچ چیز دیگری به این قدرت نمیشناسم.»

از او می خواهم مثالی بزند. او میگوید: «من با افرادی صحبت کرده ام که پلیس یا افسران نظامی حرفه ای بوده اند که پس از پشت سر گذاشتن این تجربه دوست نداشتند به شغل قبلی بازگردند، چون قادر به تحمل ایده خشونت نبودند.» و زمانی که می پرسم چرا، پاسخ می دهد: «ایده آسب زدن به دیگران، برایشان نفرت انگیز جلوه می کند.» سپس شانه بالا می اندازد و ادامه می دهد: «آنها در نهایت به سمت حرفه هایی که به دیگران کمک می رسانند جذب می شوند، مثل معلمی، فعالیت در زمینه مراقبت بهداشتی، یا مددکاری اجتماعی.»

ماهنامه تحقیقات تجارب نزدیک به مرگ ایران

گزارشی از فعالیت های علمی
دکتر گریسون
در مجله گاردین



از او می پرسیم آیا تحقیقاتی که انجام داده موجب تغییر در طرز فکر خودش هم شده است؟ او می گوید: «فکر نمی کنم این موضوع روابطم با دیگران را دستخوش تغییر کرده باشد، جز اینکه حالا نسبت به ایده های غیرعادی پذیرش بیشتری دارم.» او که به عنوان یک روانپزشک به خوبی از معنای «روان پریشی» آگاه است، می گوید: «من افکار غیرعادی که دیوانه وار نیستند را بیشتر می پذیرم. این باعث می شود نسبت به آگاهی از ناشناخته ها تمایل بیشتری پیدا کنم.» او ادامه می دهد: «من بدون هیچ گونه پیش زمینه معنوی بزرگ شدم. و هنوز هم مطمئن نیستم معنای معنویت را درک کرده باشم. در عین حال پس از ۴۰ تا ۵۰ سال کار در این زمینه متقاعد شده ام در زندگی چیزی فراتر از بدن مادی وجود دارد. به نظرم ما دارای بخشی غیرمادی هستیم. اما آیا این بخش، روح است؟ مطمئن نیستم. معنویت عموماً شامل جستجوی چیزی بزرگتر از خود و جستجوی معنا و هدف در جهان است. و خوب، مطمئناً از این لحاظ من معنوی هستم.»

« بررسی آنچه که تجربیات نزدیک به مرگ درباره زندگی و مسائل فراتر از آن نشان می دهند. »



گزارشی از وینار تجربه نزدیک به مرگ
 با حضور دکتر بروس گریسون
 محقق برجسته تجارب نزدیک به مرگ

آیا مرگ پایان زیستن ماست یا چیزی ورای آن وجود دارد؟ سالیان درازی است که انسانها به این پرسش اندیشیده اند و نادیده گرفتن ایده هیجان انگیز زندگی پس از مرگ، به شکل فزاینده ای دشوار و دشوارتر می شود. تجربیات نزدیک به مرگ، سهم عمده ای در این مسئله ایفا می کنند. در وینار زنده CONNECTIONS، بروس گریسون (Bruce Greyson) به بررسی موضوع جذاب تجربیات نزدیک به مرگ (NDEs) و اطلاعات و آگاهی که از آن حاصل می شود پرداخته است. بروس، پزشک و استاد برجسته حوزه روانپزشکی و علوم عصبی-رفتاری، نویسنده، یکی از بنیانگذاران و رئیس انجمن بین المللی مطالعات نزدیک به مرگ، و همچنین سردبیر مجله مطالعات نزدیک به مرگ است.

او به گفته خودش در یک خانواده «به شدت دوستدار علم» رشد و پرورش یافته است و بعنوان یک پزشک بارها شاهد تجربیات نزدیک به مرگ و تأثیرات شغابخش آنها بوده است و این مسئله در نهایت کنجکاوی او را درباره این موضوع برانگیخته است. کتاب او با عنوان «بررسی آنچه که تجربیات نزدیک به مرگ درباره زندگی و مسائل فراتر از آن نشان می دهند»، ۵۰ سال تحقیقاتش درباره این موضوع از دیدگاه علمی را پوشش داده است.

“ بررسی آنچه که تجربیات نزدیک به مرگ درباره زندگی و مسائل فراتر از آن نشان می دهند. ”



گزارشی از وینار تجربه نزدیک به مرگ با حضور دکتر بروس گریسون محقق برجسته تجارب نزدیک به مرگ

بررسی مشکلات مربوط به مطالعه تجربه نزدیک به مرگ
تجربه نزدیک به مرگ می‌تواند نمایی جذاب از آنچه بعد از مرگ جسمانی رخ می‌دهد ارائه دهد. بروس تجربه نزدیک به مرگ را به عنوان تجربه‌ای زنده و بسیار واقعی، که بسیاری از افراد در آستانه مرگ یا هنگامی که مرگشان اعلام شده و بازگردانده شده‌اند، توضیح می‌دهد. این تجربیات به طور کلی برای فردی که آنها را تجربه می‌کند، بسیار معنادار هستند. اما بررسی تجربه نزدیک به مرگ با مشکلاتی همراه است:

• **نمونه‌های سوگیرانه:** به دلیل طبیعت بسیار شخصی تجربه نزدیک به مرگ و عدم وجود یک مدل علمی برای درک نحوه عملکرد آن، سخت است بدانیم که آیا یک تجربه خاص می‌تواند بصورت کلی نمونه‌ای از تجربه نزدیک به مرگ باشد یا خیر. احتمالاً افرادی که تجربه‌های مثبتی در این زمینه داشته‌اند، انگیزه بیشتری برای بررسی این موضوع و شرکت در تحقیقات خواهند داشت.

• **دشواری شرح تجربه نزدیک به مرگ:** تلاش برای توصیف تجربه نزدیک به مرگ مانند تلاش برای توضیح عشق با زبان انسانی است. شرکت‌کنندگان در تحقیقات آن را بدین شکل توضیح داده‌اند: «توصیف آن مانند تلاش برای به تصویر کشیدن بوها با کمک رنگ است - هر چقدر هم رنگهای مختلفی داشته باشید، نمی‌توانید این احساس را تصویر کنید.»

“ بررسی آنچه که تجربیات نزدیک به مرگ درباره زندگی و مسائل فراتر از آن نشان می دهند. ”



گزارشی از وینار تجربه نزدیک به مرگ با حضور دکتر بروس گریسون محقق برجسته تجارب نزدیک به مرگ

• **تأثیرات فرهنگی:** به دلیل عدم امکان بیان و شرح دقیق تجربه نزدیک به مرگ، بهترین روش برای توصیف آن استفاده از استعاره‌هاست. اما استعاره‌ها عموماً متکی بر زمینه های فرهنگی و مذهبی شرکت‌کنندگان در تحقیقات هستند. این تفاوت‌ها باید هنگام جمع آوری نتایج مورد توجه قرار گیرند. اما بسیاری از شاهدان تجربه مشابهی از دریافت نوری گرم و خوشایند ارائه می‌دهند، برخی آن را الهی، و برخی دیگر «نور زنده» و عشق می‌نامند.

• **ترس از تمسخر:** برخی افراد به دلیل ترس از تمسخر یا قضاوت شدن، از اشتراک داستانهای مربوط به این تجربیات خودداری می‌کنند.

• **پروتکل‌های علمی نامتناسب:** زمانی که بررسی تجربیات نزدیک به مرگ برای نخستین بار در دهه ۱۹۷۰ آغاز شد، اغلب محققان در مؤسساتی کار میکردند که تمایلی به اینگونه فعالیتها و ارائه همکاری لازم از خود نشان نمی‌دادند. همچنین طرح پرسشهای متفاوت باعث می‌شد مقایسه نتایج حاصله دشوارتر شود.

تجربیات نزدیک به مرگ: آیا واقعی هستند؟
 پس از تعریف این تجربه، با چالش اصلی بعدی مواجه می‌شویم: آیا تجربه نزدیک به مرگ، ادراکی مبتنی بر واقعیتی عینی است یا یک تجربه توهمی است؟
 منتقدان، واقعیت تجربه نزدیک به مرگ را به عنوان توهمات بیولوژیکی قابل توجیه رد می‌کنند. اما این استدلال در مقابل تحقیقات علمی درباره مغز در آستانه مرگ ناکام می‌ماند.

“ بررسی آنچه که تجربیات نزدیک به مرگ درباره زندگی و مسائل فراتر از آن نشان می دهند. ”



گزارشی از وینار تجربه نزدیک به مرگ
با حضور دکتر بروس گریسون
محقق برجسته تجارب نزدیک به مرگ

آنچه در مورد تجربه نزدیک به مرگ جالب است، این است که با وجود استفاده از استعاره‌های متنوع، تجربه اساسی توصیف شده از سوی افراد، در بین فرهنگ‌های مختلف به یکدیگر شباهت دارند. تجربه نزدیک به مرگ اغلب به عنوان تجربه ای «واقعی‌تر از واقعی» توصیف می‌شود، تا جایی که می‌توان آن را به عنوان واقعیتی ملموس در نظر گرفت، زیرا در بین فرهنگ‌ها و دورانهای متفاوت، هزاران نفر با الگوهای مشابهی با این تجربیات روبرو شده اند.

علاوه بر این، خاطرات مربوط به این تجربیات در طول زمان پایدار هستند. در حالی که خاطرات دیگر رویدادها ممکن است با گذر زمان فراموش شوند، افرادی که تجربه نزدیک به مرگ داشته‌اند می‌توانند این رویداد را حتی پس از گذشت دهه‌ها، با دقت عجیبی توصیف کنند. بروس داستانی را تعریف می‌کند درباره سوالی که اخیراً از شرکت‌کنندگان در مطالعاتش در دهه ۱۹۸۰ پرسیده است. سؤال او این بود: آیا خاطراتشان درباره این تجربیات محو شده، یا هنوز هم می‌توانند تجربیاتشان را با همان دقت توضیح دهند؟ پاسخ تمامی آنها، گزینه دوم بود. برخلاف خاطرات مربوط به اکثر رویدادهای زندگی، این افراد می‌توانستند پس از گذشت تقریباً ۴۰ سال، تجربیاتشان را با همان دقت اولیه توصیف کنند.

“ بررسی آنچه که تجربیات نزدیک به مرگ درباره زندگی و مسائل فراتر از آن نشان می دهند. ”



گزارشی از وینار تجربه نزدیک به مرگ با حضور دکتر بروس گریسون محقق برجسته تجارب نزدیک به مرگ

ویژگی‌های تجربه نزدیک به مرگ

بروس ویژگی‌های تجربه نزدیک به مرگ در میان فرهنگ‌های مختلف را به این شکل بیان می‌کند:

● **تغییر نگرش:** افرادی که تجربه نزدیک به مرگ را پشت سر گذاشته اند، گزارش می‌دهند که اندیشیدن سریع، بی‌زمانی و مرور رویدادهای زندگی - نه تنها از جایگاه خودشان، بلکه از دید دیگرانی که درگیر بوده‌اند را تجربه کرده‌اند. همچنین، الهام یا درک موقعیت‌هایی که قبلاً درک نمی‌شدند، برای آن‌ها روشن می‌شود.

● **تغییر احساس:** احساساتی که درباره این تجربیات گزارش شده عبارتند از شادی، آرامش، وحدت کیهانی و عشق الهی. با این حال، در ۱ تا ۵ درصد موارد مورد مطالعه، احساس ترس و تجربه‌های ناخوشایند نیز گزارش شده‌اند. به نظر می‌رسد وقتی کسی تلاش می‌کند در مقابل تجربه نزدیک به مرگ مقاومت کرده و تسلیم نشود، این اتفاق برای او رخ می‌دهد. احتمالاً این عامل برای افرادی که تمایل شدیدی به کنترل رویدادهای پیرامونشان دارند، شایع‌تر است. اما هنگامی که افراد خود را رها می‌کنند، تجربه اغلب بصورت شگفت‌انگیزی و خوشایندی در می‌آید.

● **پدیده‌های فراطبیعی (ادراکی):** در این زمینه مواردی همچون احساسات روشن و شفاف، تجربه خروج از بدن (OBE)، رؤیاهایی درباره آینده، و ادراکات فراحسی (ESP) گزارش شده است.

● **پدیده‌هایی مرتبط با دنیای دیگر:** شامل حس ورود به دنیای دیگر، ملاقات با ارواح یا موجودات معنوی، و درک مرزهایی که افراد اجازه عبور از آنها را نداشتند.



“ بررسی آنچه که تجربیات نزدیک به مرگ درباره زندگی و مسائل فراتر از آن نشان می دهند. ”



گزارشی از وینار تجربه نزدیک به مرگ
باحضور دکتر بروس گریسون
محقق برجسته تجارب نزدیک به مرگ

تبیین های فیزیولوژیکی درباره تجربه نزدیک به مرگ از سوی منتقدان
برخی تبیین های رایج که درباره تجربه نزدیک به مرگ ارائه شده اند عبارتند از:

- کمبود اکسیژن مغز
- استفاده از مواد مخدر
- غییر در مواد شیمیایی مغزی
- فعالیت الکتریکی مغز
- ورود به حالت خواب REM (که رؤیابینی در این مرحله رخ می دهد).

اما، همان طور که خواهیم دید، هیچ یک از این تبیین ها معتبر نیستند.

- کمبود اکسیژن در مغز، ترس و هراس ایجاد می کند، در صورتی که اغلب موارد گزارش شده از تجربه نزدیک به مرگ آرامش بخش و صلح آمیز است و احساسات منفی بیشتر زمانی بروز می یابند که فرد دوباره به جسم خود بازمی گردد. همچنین، آزمایش ها نشان داده اند افرادی که تجربه نزدیک به مرگ را گزارش می کنند، سطوح بالاتری از اکسیژن درون مغزشان دارند.
- طبق تحقیقات انجام شده، مصرف مواد مخدر باعث کاهش تکرار تجربه نزدیک به مرگ می شود.
- مواد شیمیایی مغز مانند اندورفین، مواد شبیه به کتامین یا DMT به عنوان برخی عوامل ایجاد تجربه نزدیک به مرگ مطرح شده اند. با این حال، این مواد به میزان بسیار کم و در زمان محدود تولید می شوند و نمی توانند تجربه های غنی و جزئیاتی همانند آنچه در تجربه نزدیک به مرگ وجود دارد را توضیح دهند.

“ بررسی آنچه که تجربیات نزدیک به مرگ درباره زندگی و مسائل فراتر از آن نشان می دهند. ”



گزارشی از وینار تجربه نزدیک به مرگ با حضور دکتر بروس گریسون محقق برجسته تجارب نزدیک به مرگ

فعالیت الکتریکی غیرعادی در لوب گیج گاهی مغز به عنوان توضیحی بیولوژیک برای تجربه نزدیک به مرگ مطرح می شود. با این حال، هیچگونه تشابهی در تجربیات افرادی که مبتلا به این اختلال هستند با تجربه نزدیک به مرگ مشاهده نشده است. همچنین، در آزمایش هایی که در آنها لوب گیج گاهی مغز تحریک می شود، احساسات فیزیکی غیرعادی گزارش شده اند، اما پدیده های شناختی مرتبط با تجربه نزدیک به مرگ مشاهده نشده اند.

حالت خواب REM: برخی افرادی که تجربه نزدیک به مرگ داشته اند تحت تأثیر مواد مخدر بوده اند که باعث سرکوب حالت خواب REM می شوند. بنابراین، این حالت توضیحی برای تجربه نزدیک به مرگ نخواهد بود. فهرست تبیین های به ظاهر «منطقی» همچنان ادامه دارد و بروس برای هر ادعا استدلالی ارائه میکند. به عنوان مثال، تبیین انتظار مشاهده موجودات معنوی، ضعیف است و برای تجربیات نزدیک به مرگ از سوی افراد بی دین، نامناسب به نظر میرسد. بسیاری از این افراد پس از ملاقات با موجوداتی فراطبیعی یا حتی عزیزان درگذشته شان در طول این تجربه، به مفهومی بزرگتر و عمیقتر ایمان پیدا کردند. در واقع، در ۳۰ تا ۴۰ درصد موارد ملاقات با عزیزان درگذشته گزارش شده و جزء رویدادهای رایج محسوب میشود. پس انتظار این ملاقات را کشیدن، استدلال معتبری به نظر نمی رسد. داستانهای فراوانی وجود دارند مبنی بر اینکه برخی افراد طی این تجربه کسانی را ملاقات کرده و بعداً متوجه مرگ آنها شده اند. علاوه بر این، هیچ ارتباطی بین اختلال استرس پس از سانحه و بیماری روانی با تجربه نزدیک به مرگ وجود ندارد.

“ بررسی آنچه که تجربیات نزدیک به مرگ درباره زندگی و مسائل فراتر از آن نشان می دهند. ”



گزارشی از وینار تجربه نزدیک به مرگ با حضور دکتر بروس گریسون محقق برجسته تجارب نزدیک به مرگ

تأثیرات ایجاد شده پس از تجربه نزدیک به مرگ بروس در مورد تأثیرات مشترک پس از تجربه نزدیک به مرگ نکاتی را مطرح کرده، و ما به بررسی چند نمونه از آنها میپردازیم:

۱. تغییر نگرش: بسیاری از افراد پس از تجربه نزدیک به مرگ، ترس از مرگ را از دست می دهند، و طبق گزارشها پس از آن بیشتر خطر را می پذیرند و زندگی را به طور کامل تجربه می کنند. بروس توضیح می دهد: «وقتی ترس از مرگ را کنار می گذارید، ترس از زندگی را هم کنار خواهید گذاشت.» جالب اینجاست که افرادی که پس از تلاش برای خودکشی تجربه نزدیک به مرگ داشته اند، پس از به هوش آمدن کمتر دست به خودکشی می زنند.

۲. معنویت: این احتمال وجود دارد که کسانی که پیشتر بی دین بوده اند، با پشت سر گذاشتن این تجربیات به مفهومی بزرگتر و عمیقتر ایمان بیاورند. آن ها به این واقعیت عمیق پی می برند که ما همه یکی هستیم، درست مانند انگشتان یک دست. به همین دلیل، بسیاری از آنها در ادامه زندگی از آسیب رساندن به دیگران خودداری می کنند.

۳. رفتار: پس از این تجربیات، تغییراتی در حرفه، زندگی و رفتار افراد مشاهده می شود. افرادی که پیشتر دست به جرم و جنایت زده یا شغل خشونت آمیز (مثلاً نیروهای نظامی) داشته اند، معمولاً از این کارها کناره می گیرند، چرا که دیگر قادر به اعمال خشونت به دیگران نیستند. بسیاری از آنها به مشاغل خدماتی مانند آموزش روی می آورند. همچنین، وابستگی های شان نیز به طور ناگهانی کاهش می یابند. آنها کمتر به اشیاء مادی اهمیت می دهند و بیشتر خود را درگیر روابط می کنند.

« بررسی آنچه که تجربیات نزدیک به مرگ درباره زندگی و مسائل فراتر از آن نشان می دهند. »



گزارشی از وینار تجربه نزدیک به مرگ با حضور دکتر بروس گریسون محقق برجسته تجارب نزدیک به مرگ

۱. چالش ها: معمولاً دشوارترین بخش تجربه نزدیک به مرگ، نه خود این تجربه، بلکه بازگشت به بدن انسانی و روبرو شدن با نگرش دیگران است. افراد ممکن است هنگام «بازگشت به بدن» احساس غم یا خشم کنند. همچنین، ممکن است تحت تأثیر قضاوت دیگران قرار گیرند، از جمله اینکه آنها را افرادی خیلی خاص یا دیوانه بدانند.

تجربیات نزدیک به مرگ چگونه نشان می دهند که آگاهی در خارج از مغز وجود دارد

دیدگاه مادی‌گرایانه می گوید: «ذهن همان کارهایی است که مغز انجام می دهد.» اما همانطور که تجربیات نزدیک به مرگ نشان می دهند، ذهن می تواند حتی در شرایطی که مغز به شدت آسیب دیده، به طور کامل فعال باشد.

واقعیت این است که بسیاری از افرادی که تجربه نزدیک به مرگ داشته اند، با کسانی که سال‌ها پیش فوت کرده اند، ملاقات داشته اند و این نشان می دهد که جوهر و ذات ما به شکل زنده باقی می ماند.

پدیده‌های دیگری که نشان از جدایی میان آگاهی و مغز دارند عبارتند از روشن بینی و تجاربی که منجر به بسط آگاهی می شوند. تحقیقات نشان داده هرچه تجارب بسط دهنده آگاهی عمیق‌تر باشد، فعالیت الکتریکی مغز کمتر است. به نظر می رسد این گونه تجربیات، موقتاً مغز را «خاموش» می کنند تا ذهن بتواند گسترش یافته و آگاهی پیشرفته‌تری را تجربه کند.

“ بررسی آنچه که تجربیات نزدیک به مرگ درباره زندگی و مسائل فراتر از آن نشان می دهند. ”



گزارشی از وینار تجربه نزدیک به مرگ با حضور دکتر بروس گریسون محقق برجسته تجارب نزدیک به مرگ

یک نظریه این است که مغز تولیدکننده آگاهی نیست، بلکه فیلتری برای آن است. این مسئله را می توان با در نظر گرفتن مثال رادیو توضیح داد: شما رادیو را روی کانال مورد نظرتان تنظیم و سایر کانال ها را فیلتر می کنید. کاملاً منطقی است فرض کنیم مغز همین کار را انجام می دهد، زیرا چشم ها و گوش هایمان نیز به همین شکل عمل می کنند. همانطور که بروس در کتابش می گوید: «مغز ارگانی است برای توجه به زندگی.»

تجارب نزدیک به مرگ، ما را به سطح بالاتری از آگاهی سوق می دهند. دلیلی که در زندگی روزمره، ما صرفاً در وضعیتی ابتدایی از آگاهی قرار داریم، این است که برای بقا ناچار به آن هستیم: ما به یافتن پناهگاه، غذا و همنشین نیاز داریم.

نمونه های مهم: شفای خودبخودی، و اطلاعاتی دقیق درباره تجربیات نزدیک به مرگ

شنیدن بعضی از داستان ها باعث می شوند امکان زیر سؤال بردن تجربه نزدیک به مرگ، بعنوان دلیلی بر وجود یک آگاهی مستقل از مغز دشوارتر شود. بروس داستانی از تجربیات ماجراجویانه مردی را شرح می دهد که پس از نارسایی شدید ریه ها، تجربه ای نزدیک به مرگ داشته است. او مدتی در بیمارستان بستری بود و پرستاری جوان از او مراقبت می کرد. هنگام تجربه نزدیک به مرگ مرد، پرستار به مناسبت تولدش مرخصی گرفته بود. در طول تجربه، او با پرستارش به طرز شگفت انگیزی ملاقات می کند. پرستار می گوید: «تو نباید اینجا باشی. باید برگردی. لطفاً از طرف من از والدینم عذرخواهی کن که با ماشین «ام جی بی قرمزشان» تصادف کردم». پس از به هوش آمدن، مرد متوجه می شود پرستارش در همان زمان مرخصی، در تصادف رانندگی با اتومبیل «ام جی بی قرمز» کشته شده است.

“ بررسی آنچه که تجربیات نزدیک به مرگ درباره زندگی و مسائل فراتر از آن نشان می دهند. ”



گزارشی از وینار تجربه نزدیک به مرگ با حضور دکتر بروس گریسون محقق برجسته تجارب نزدیک به مرگ

گزارش‌هایی نادر هم درباره شفای خودبخودی در طول تجربیات نزدیک به مرگ وجود دارند. مثلاً یک زن هندی به نام آنیتا مورجانی که به بیماری سرطان خون پیشرفته مبتلا بود و پزشکان امیدی به زنده ماندنش نداشتند. اما پس از تجربه نزدیک به مرگ، تومورهای او به طور عجیب و غریبی ناپدید شدند! همچنین داستانی وجود دارد درباره مردی که پس از این تجربه، نتیجه آزمایش ویروس HIV در او منفی شده بود.

نتیجه‌گیری:

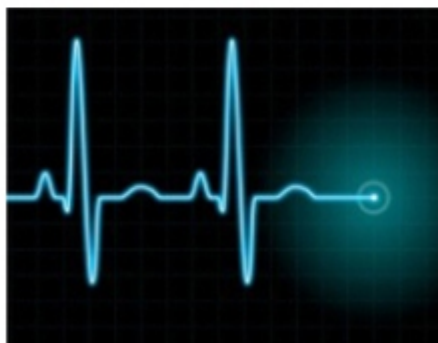
تجارب نزدیک به مرگ رایج و و طبیعی هستند. همانطور که گفته شد، تعیین میزان دقیق تجربه این وضعیت ممکن نیست، اما برآورد می‌شود ۱۰ تا ۲۰ درصد افرادی که ایست قلبی می‌کنند، با این تجربه روبرو می‌شوند. و این برابری با ۵ درصد تمام افراد جامعه.

تأثیرات عمیق پس از بروز این تجربیات بر نگرش، باور، ارزش‌ها و رفتار افراد، باید به درستی شناخته و با آنها برخورد شود. یکی از تأثیرات مثبت، کاهش شدید ترس از مرگ است. وقتی افراد کمتر از مرگ بترسند، از زندگی نیز ترس کمتری خواهند داشت، و شاید برای پیگیری رؤیاهایی پیش‌تر به تعویق می‌انداخته‌اند، شجاعت بیشتری پیدا کنند.

تجربه نزدیک به مرگ نشان می‌دهد ذهن می‌تواند به طور مستقل از مغز و پس از مرگ نیز فعالیت کند. در طول زندگی، آگاهی مانند موجی از اقیانوس است که موقتاً جدا از آن به نظر می‌رسد. و پس از مرگ، این موج به اقیانوس باز می‌گردد.

تجربه نزدیک به مرگ نشان می‌دهد که حتی به‌عنوان موج، شما همواره بخشی از همین اقیانوس بوده‌اید و این بینشی آرامبخش است.

مصاحبه
دکتر بروس گریسون
با گروه WMRA



دکتر بروس گریسون، محقق سرشناس و پیشرو در حوزه مطالعات تجارب نزدیک به مرگ، در مجموعه‌ی Books & Brews گروه WMRA در Pale Fire Brewing در هریسونبرگ درباره‌ی سفر خود در مسیر بازنگری در ماهیت مرگ، زندگی و تداوم هشیاری صحبت می‌کند. کریس بروس از گروه WMRA با دکتر گریسون صحبت کرده و از او درباره‌ی نظام اعتقادی‌اش، قبل از آغاز پژوهش درباره‌ی زندگی پس از مرگ، پرسیده است. **بروس گریسون:** من به عنوان یک فرد ماتریالیست تربیت شده بودم و باور داشتم که تنها چیزی که وجود دارد، جهان مادی است و ذهن ما کاملاً بخشی از مغزمان است. بعد از اینکه در دهه‌ی ۱۹۷۰، تحت آموزش‌های روان‌پزشکی قرار گرفتم، با بیماری‌رانی مواجه شدم که به نظر می‌رسید بدن‌شان را ترک می‌کردند و چیزهایی را از یک دیدگاه دیگر می‌دیدند و می‌شنیدند که من نمی‌توانستم آن را توضیح دهم و اصلاً برایم معنادار نبود. اما به عنوان یک دانشمند، فهمیدم که باید این موضوع را مطالعه کنم و بفهمم که چه اتفاقی رخ می‌دهد. پس، شروع کردم به مطالعه‌ی آن و حالا، بعد از ۵۰ سال، اینجا هستم و هنوز هم دارم سعی می‌کنم آن را بفهمم.

گروه WMRA: وقتی این افراد تجربه‌ی نزدیک به مرگ دارند، آیا شرایط خاصی اتفاق می‌افتد؟

بروس گریسون: خب، این حالت معمولاً وقتی اتفاق می‌افتد که آن‌ها خیلی به مرگ نزدیکند یا گاهی اوقات، وقتی که مرگ‌شان قطعی می‌شود، مثل زمانی که قلب‌شان می‌ایستد. آن‌ها معمولاً احساس می‌کنند که افکارشان سریع‌تر و واضح‌تر از همیشه می‌شود. احساس می‌کنند که زمان متوقف یا کند شده است. هیجان‌ات خیلی شدیدی، معمولاً هیجان‌ات مثبت، دارند؛ احساس شدیدی از عشق و آرامش.



“
 مصاحبه
 دکتر بروس گریسون
 با گروه WMRA
 ”



ممکن است آن‌ها چیزی را تجربه کنند که ما حواس غیرطبیعی می‌نامیم، البته چون کلمه‌ی بهتری برایش نداریم. آن‌ها احساس می‌کنند که بدن‌شان را ترک میکنند و ممکن است با موجودات دیگری روبه‌رو شوند که به نظرشان عزیزان از دست‌رفته‌شان یا گاهی، موجودات الهی هستند و به‌طور موثری، زندگی‌شان را مرور می‌کنند و بعد از آن، یا تصمیم می‌گیرند که به زندگی برگردند یا برخلاف اراده‌شان، بازگردانده میشوند.

گروه WMRA: می‌توانید درباره‌ی شگرف‌ترین تغییری صحبت کنید که یکی از افرادی که ملاقات کرده‌اید و تجربه‌ی نزدیک به مرگ داشته، دستخوش آن شده است؟

بروس گریسون: من افرادی را می‌شناسم که وقتی در نیوانگلند بزرگ می‌شدم، عضو مافیا بودند. در حادثه‌ای به آن‌ها شلیک شده بود و تا سرحد مرگ رفته بودند. آنها به زندگی بازگشتند و زندگی‌شان کاملاً عوض شد. یک مورد از آن‌ها به مشاوره برای کودکان بزهکار تبدیل شد. اما آدم‌های زیادی را می‌شناسم که مشغول قتل و غارت بودند و بعد از تجربه نزدیک به مرگ‌شان، دیگر ادامه دادن زندگی‌شان به بهای جان دیگران برایشان معنادار نبود، چون در نهایت، همه‌ی ما در این موضوع [مرگ] با هم اشتراک داریم.

“
 مصاحبه
 دکتر بروس گریسون
 با گروه WMRA
 ”



گروه WMRA: مطالعه‌ی تجارب نزدیک به مرگ چگونه ادراک شما را از مرگ یا خدا یا زندگی پس از مرگ تغییر داده است؟ آیا قبل این، با الان فرق داشتید؟

بروس گریسون: خب، قبل از اینکه متقاعد شوم که مرگ پایان راه است، هیچ مفهومی از معنویت نداشتیم. اعتقاداتم دیگر آن‌طور نیست. اما نمی‌دانم الان باید چه چیزی را باور کنم. چرا که باز هم، افراد تجربه کننده می‌گویند که آن چه را تجربه کرده اند نمیتوانند در قالب کلمات بیاورند. پس، نمی‌دانم که بعد از مرگ چه اتفاقی می‌افتد اما فکر می‌کنم که به هر حال، اتفاقی می‌افتد.

گروه WMRA: ممکن است این نزدیک‌ترین مدرک از این باشد که بعد از این زندگی، چیزی در انتظار ما خواهد بود.

بروس گریسون: درست است. برخی از افرادی که تجربه‌ی نزدیک به مرگ دارند، از دیدن عزیزان از دست رفته‌شان صحبت می‌کنند. ممکن است الان بگویید که این یک جور تفکر آرزومندانه است اما گاهی، آن‌ها افراد فقیدی را می‌بینند که در آن زمان، نمی‌دانند آن‌ها مرده‌اند و توضیح این امر واقعاً سخت است.