صرك جربت اللحظة دي؟ اللحظة اللي تحس فيها إن الزمن تمدد. والحياة كلها توقفت هنا والآن؟ اللحظة التي تحس فيها بمتعة. اللحظة دي فيلم «سول» بيسميها . لحظة ما The Spark .واكتشاف في نفس الوقت؟ اللحظة التي تتدفق عليك فيها نبضات النور تدوق طعم حلو . لحظة ما تشم ريحة حلوة . لحظة شجن هادئة ساكنة . تطوي السماء والأرض وما فيهما داخلك. لحظة ما حد يطبطب على روحك. لحظة تلاقي عيون الأحبة. لحظة نصر وفخر . أو حتى هزيمة شريفة بعد كفاح مرير . لحظة ما تحس بحد متألم. وجع حقيقي أصيل يدغدغ مشاعرك. لحظة ما تفرح فرحة حقيقية من جواك. تتخطى بيها الجدران اللي حواليك . لحظة انتشاء بدون سبب. كل لحظة من دول فيها نور . كل لحظة منهم هي لحظة بمقاييس الزمن الخطي اللي تعرفه الزمن الخطى يعني امبارح وراه النهاردة وراه بكرة). لكنها عمر بأكمله بمقاييس الزمن غير الخطي حيث كل الأزمنة تتواجد في وقت واحد. كل لحظة منهم انت بتشوف فيها عمرك وحياتك ونفسك والعالم إنت ممكن تلاقي أو بالأحرى تكتشف معنى حياتك في لحظة واحدة منهم. تصور !! كل معنى حياتك ممكن تشوفه . وتفهمه في لحظة من لحظات «الشرارة». ممكن تكتشف إن الجمال الحقيقي موجود داخلك. وان الكمال الحقيقي مهدت له لحظات نقصانك . ممكن تكتشف إن الأخذ الحقيقي منبعه العطاء . وإن العطاء الحقيقي مهدت له لحظات احتياجك. ممكن تكتشف إن الحزن ليه معنى. ممكن تكتشف إنك سجين الخوف. وإن التحرر منهم على بعد خطوة من داخلك. ممكن تكتشف إن ما كنت متصور إنه نجاح . طلع منتهى القوة . ممكن تكتشف إنك صغير جدا . وسط أكوان وعوالم وتدابير هائلة . اجتمعت واتفقت على إنها تفتح عينك هنا والآن. ممكن تكتشف إنك ماكنتش عايش أصلا . أو إنك كنت عايش بس مش على قيد الحياة . فيلم سول» عاوز يقولك إن هدف الحياة حاجة. وإنك ممكن تلاقي معنى حياتك في إحدى لحظات الكشف، بالرغم من إنك عمال تجري وتدور عليه في رحلة تحقيق الهدف. تعيش حياتك كلها تجري ورا تحقيق حلم. يطلع في الآخر من حلمك انت. وتكتشف بعد الوصول ليه إنه كان خدعة كبيرة. وما تعرفش ده إلا عند رؤية السراب بعينيك. وتنسى وسط كل ده إنك تعيش كل لحظة في حياتك. أقولكم بعض لحظات الشرارة الكشف في حياتي؟ لحظة أول جملة كتبتها بعد تجربة إنسانية صعبة ومؤلمة جدا فى معظم العلاقات الفاشلة مافيش ظالم ومظلوم. مافيش جاني وضحية. فيه مسئولية مشتركة متوزعة بين الطرفين». اللحظة دي كانت بداية فتح كل خزائن الكتابة والتعبير من داخلي. كانت بداية كل المقالات والبرامج والكتب اللي بين ايديكم دلوقت. لحظات لقاء أو وداع صديقي الغالي «علاء». على أرصفة محطة مغاغة المتقابلة . لحظة ما رجعت من سفر طويل. وشوفت في عينيهم إلى كنت موجود جواهم. كل لحظة قضيتها في حضرة أستاذي د. رفعت محفوظ لحظة رؤيتي الدموع والدي وهو يعلن عن عجزه أمام السرطان. لحظة استقبالي كل مكالمة تليفونية من والدتي. لحظات شعوري بالقبول الشديد. لحظة لعبي على المرجيحة لأول مرة في حياتي في فناء مدرستي الابتدائية. لحظة انتهائي من قيادة أول ورشة عمل عن نموذج الخطوات الأربع العلاجي في مؤتمر العلاج الجمعي بأمريكا. لحظة ما قابلت في مؤتمر آخر بروما . ثلاث صديقات من ثلاث ديانات مختلفة (مسلمة مسيحية. لحظة ما عدت أمام رأسي بسنتيمترات أنبوبة بوتاجاز ثقيلة، فوجئت ان ساكن الدور الخامس بيرميها لواحد مستني أمام باب العمارة اللي أنا خارج منه. كل لحظة من دول كانت ممتدة بطول الزمن. ومكثفة بحجم الثقوب السوداء. كل لحظة منهم كان فيها مشاعر مختلفة وغير معتادة. وأحاسيس تتعدى حدود ما كنت أعرفه عن حواسي الخمسة. واقتراب روحي شديد كما لم عارف الاقبله أي وصف Spark .يحدث من قبل. وتحول فكرى ونفسي وروحي مش . الشرارة الصغيرة التي تشعل نار متوهجة دلوقت غير كلمة اسال بقى نفسك معايا دلوقت ايه هو هدف حياتي؟ ايه هو معنى حياتي؟ وايه هو كشف الشرارة حياتي؟ الكشف وجود مون ويند» الصوفي في فيلم «سول ماكانش صدقة على الإطلاق. لأن الصوفية والمتصوفة هم أكثر ناس وصفوا وبكل تفصيل ودقة لحظات الكشف. ولأنهم أكثر من صال وجال و عرض واستعرض لحظات اتصال الجسد بالنفس، إزاي؟ إشمعنا؟ كلنا بيعدي علينا أوقات في حياتنا تنفس داخل أنفسنا لدرجة الانفصال عن الحياة. وده بيحصل بدرجات وأشكال مختلفة. واللي يتقوقع حول خوفه وقلقه . من الموجودين فيما أطلق عليه الفيلم مجازا أرض الأرواح الثانية. فيه بقى شوية حاجات ممكن تساعدنا ترجع لنفسنا تاني. وتساعد روحنا إنها تسكن جسدنا من جديد تعبير مجازي بالطبع) . وتجري في عروقنا دماء الحياة مرة هادئ معزول عن ضوضاء العالم وتشويشه. وتمارين الوعي واليقظة) وبعض Mindfulness . (أخرى. والبقاء لفترة ما في مكان أنواع العلاج النفسي العميق. وحاجة تانية مهمة اسمها «الأزمات النفس ـ روحية. إيه الأزمات النفس ـ روحية دي؟ علم النفس Psychospiritual crisis في علم الله . وهي عبارة عن بعض Transpersonal Psychology عبر الشخصي»، فيه حاجة اسمها الخبرات اللي ممكن أي حد فينا يمر بيها، واللي ممكن تكون فرصة ينفتح عليه فيها مستوى عميق وواسع جدا من وعيه. يخليه أشهر Near – Death .يشوف بغير عيون ويسمع بدون اذان. ويكتشف بدون قيود أو حدود. ويتخطى كل حواجز الزمان والمكان

Summarized by © lakhasly.com

هذه الخيرات على الإطلاق هي ما يسمى بـ«تجارب الاقتراب من الموت . واللي بيوصف بعض من مروا بيها إنهم شافوا كل شريط عينيهم. واللي بيوصف غيرهم إنهم زي ما يكونوا دخلوا نفق مظلم كبير . آخره نور قوي وساطع. Experience حياتهم بيمر قدام معظم اللي عدوا باللحظات دي بيرجعوا الحياة مختلفين عما كانوا قبلها . بينظروا للحياة نظرة غير اللي كانوا متعودين عليها. وتجربة الاقتراب من الموت ممكن يوصلنا للحظات الكشف». اللي أقدر أقول دلوقت إنها أعمق وأوسع من لحظات الشرارة». وخلينا دلوقت تشوف الصوفية وصفتها إزاي. الصوفية بتتكلم عن اللحظات دي بشكل دقيق ومفصل. وبتفرق بين إنها تكون «حال» مؤقت أو تكون «مقام دائم بيقول الدكتور مصطفى محمود على لسان ابن عربي في كتاب السر الأعظم»، إنها حالة تنمحي فيها الصفات المتقابلة، ويكون الجمع بين الضدين. حالة تختفي فيها حدود الزمان والمكان.

Summarized by © lakhasly.com