

البطء هل هو تأخر أم وعي متزن؟ فاطمة الصباح



فلسفة البطء ليست مجرد حديث عن الهدوء، بل وعياً متراً يفرّق بين متى نبطئ ومتى نسرع، ولماذا نحتاج البطء أحياناً أكثر من غيره.

نحن أبناء زمن يركض.. نقيس يومنا بعدد المهام، لا بعمق اللحظات، نأكل بسرعة، نكتب بسرعة، نحب بسرعة، حتى صارت مشاعرنا كوجباتٍ سريعة مشبعة، لكنها بلا طعم حقيقي.

السرعة تسرق منا التفاصيل، والتفاصيل هي التي تصنع الحياة. في العجلة نفقد جمال الطريق، وفي البطء نكتشف أننا كنا نمرّ بجوار الجمال دون أن نراه.

وفي مقولة "من يتأمل ببطء، يرى ما لا يراه المستعجل."

البطء ليس تراجعاً، بل اختيار وعي مختلف، أن تبطئ لا يعني أنك تأخّرت، بل أنك أردت أن ترى، أن تشعر، أن تتنفس.

في عالم يُقاس فيه النجاح بالإنجاز السريع، يبدو البطء كفعل تمرّد جميل، أن تقول للعالم: "سأعيش على إيقاع قلبي، لا على توقيت الآخرين."

البطء يعلمنا الصبر، ويكشف لنا المعاني التي تضيع حين نستعجل الفهم، هو اللحظة التي تُمسك فيها بفنجان القهوة وتصغي لصوت ارتشافها أكثر مما تفكر في نهاية الفنجان.

تعلمت أن البطء ليس كسلًا، بل فنّ الإصغاء للحياة.

حين نبطئ، نُدرك أن الشفاء لا يحدث في يوم، وأن العلاقات لا تُبنى برسالة واحدة، وأن الإبداع لا يُولد من استعجال، بل من تأنٍ يُشبه نضوج الضوء في الفجر.

والحب.. أليس هو الآخر بحاجة إلى البطء؟ أن نعرف الآخر ببطء، أن نسمح لمشاعرنا أن تنمو دون استعجال، أن نعيش الدهشة الأولى دون خوفٍ من النهاية، في زمنٍ يُسرّع العلاقات كما يُسرّع الإنترنت، يبدو الحب البطيء أكثر صدقًا، وأقرب إلى المعنى الحقيقي للوجود.

حتى اللحم يحتاج إلى البطء، أن نلحم ببطء يعني أن نُنقي اللحم ونرعاه، أن نصبر على نضجه كما نصبر على ثمرةٍ لم يكتمل لونها بعد.

فالأحلام التي تنضج بسرعة.. تذبل بسرعة أيضًا.

يقول نجيب محفوظ: "كل الأشياء العظيمة تبدأ صغيرة، وتنمو على مهل."

تعالوا نبطئ قليلًا، لنمشي على مهل، لننظر إلى وجوه من نحب دون أن يقطننا إشعار الهاتف، لنقرأ صفحة واحدة بتمعّن، لُمسك يد طفلٍ وتأمل ضحكته بدل أن نصورها.

وتتشارك مع جبران خليل جبران في مقولته: "العجلة تقتل الإحساس، والبطء يوقظه."

لماذا نحتاج البطء؟

نحتاج البطء حين تكون الخطوة القادمة مصيرية، حين يكون القرار أثقل من لحظة انفعال، البطء يمنحنا رؤيةً أوضح، ويجعلنا نسمع صوت العقل وسط ضجيج العاطفة.

نحتاج البطء حين نكتب، كي نسمع ما تقوله الجملة لا ما نريد أن نقوله نحن.

نحتاج البطء في العلاقات الإنسانية، كي نمنح الآخر فرصة ليظهر أجمل ما فيه قبل أن نحكم عليه.

نحتاج البطء في الشفاء، لأن الجروح العميقة لا تلتئم بالسرعة، بل بالوقت، والرفق، والصدق مع الذات.

ونحتاج البطء حين نلحم، لأن اللحم الذي يأتي على مهل، يأتي ناضجًا، يشبهنا، ويستحق أن نحيا من أجله.

"البطء ليس تأجيلًا، بل احترام لرحلة النضوج."

ونحن نحتمي بالبطء، علينا ألا نحوله إلى سمةٍ مطلقة، فالحياة لا تحتاج أن تكون بطيئة دائمًا.. بعض المواقف تستحق السرعة، وبعض الفرص لا تنتظر من يتأني طويلًا.

الحكمة أن نعرف متى نبطئ.. ومتى نُسرّع.

أن نتحرك ببطءٍ حين يكون المعنى عميقًا، لكن نُنجز بسرعة حين يكون الوقت أثن من الانتظار.

“خير الأمور أوسطها.”

الوسطية في كل شيء هي جمال التوازن، فكما لا يُثمر العجلة إلا الفوضى، فإن البطء الزائد قد يُفقدنا اللحظة المناسبة، فلنكن كما
النهر.. يمضي بهدوء، لكنه لا يتوقف عن الجريان.

في فلسفة البطء نتعلّم أن:

- ليس كل تأخر خسارة،
- وليس كل سرعة فوزًا،
- وأن الوصول ليس غاية.. بل الرحلة هي الغاية.

حين تبطئ، تكتشف أن قلبك يعرف الإيقاع الصحيح للحياة، إيقاع يشبه نبضك، لا عقارب ساعتك.

ربما كان البطء أعظم أشكال الوعي، لأنه يجعلنا نلتقي بذواتنا في منتصف الطريق.

نتصالح مع الماضي، وننظر للمستقبل دون خوفٍ من المسافة. حين نبطئ، نتذكر أننا لسنا آلات، بل أرواح تبحث عن التوازن بين العمل والحلم،
بين الصخب والسكينة.

□ ومضة □

في عالمٍ يركض، جربوا أن تسيروا على مهل.. لكن لا تنسوا أن للحياة إيقاعًا يحتاج أحيانًا إلى السرعة.

تمهّلوا حين يكون المعنى في التفاصيل، وأسرعوا حين يكون الخير في المبادرة، فالتوازن هو أجمل شكلٍ من أشكال الحكمة.

فاطمة الصباح
@fatemah_sab