

## تسخير قوة التلقين في مسار التنمية الذاتية والنمو الإنساني

ما هي قوة التلقين، وكيف يمكن توظيفها لتحقيق النمو الذاتي؟

التلقين هو فن التأثير الواعي على العقل والأفكار، سواء على أنفسنا أو على الآخرين. لكن إلى أي مدى يمكننا الوثوق بفعالية التلقين؟ هل يمكن حقًا أن يكون له تأثير جوهري على حياتنا، ويسهم في تحسين قدراتنا الكامنة؟

لعلك سمعت عن قوة التلقين وتأثيراته الإيجابية والسلبية، لكن هل التلقين فعلاً قادر على تغيير شخصية الإنسان وتوجيه مسار حياته نحو النجاح كما يُقال؟ الحقيقة أن التلقين ليس مجرد فكرة نظرية عابرة، بل هو قوة فاعلة ذات تأثير مذهل. وقد أدرك هذه الحقيقة فطاحل العلماء عبر التاريخ، أمثال آينشتاين ونيوتن، الذين أشاروا في كتاباتهم إلى عظيم أثر التلقين وقدرته على صياغة الواقع.

إن قوة التلقين عظيمة لدرجة أنها قد يُمرض الإنسان أو ينتشله من براثن أعتى العلل. وليس أدل على ذلك من أن التلقين العلاجي، بات اليوم إحدى الركائز الأساسية في معالجة طيف واسع من الاضطرابات النفسية، كالإكتئاب، والسلبية، واليأس، والوسواس القهري. بل إن للتلقين دوراً محورياً في ترسيخ الحقائق والمعارف الربانية في سويداء القلب؛ فمداومة تكرارها والجهد المبذول لغرسها عميقاً في الوجدان يُعد من أنجع السبل لتحقيق هذا المراد. ولعل السر الكامن وراء التكرار المتواتر لكثير من الأذكار يكمن في هذه الخاصية الفريدة للتلقين. وعلى صعيد آخر، يمثل التلقين أداةً قوية في كبح جماح النفس وترويضها. ففي خضم تحديات الحياة المختلفة، سواء كانت أمراضاً تعترى الجسد، أو وساوس تُلقبها الشياطين، أو ظروفًا بيئية قاسية، أو حتى تأثيرات العلاقات المحيطة بنا، قد تستسلم نفوسنا للكسل والضجر. وهنا تحديداً، تبرز أهمية تسخير قوة التلقين لخلق بيئة مُحفزة لنمو الروح الإنسانية وازدهارها.

بعدما ناقشنا مفهوم التلقين وأهميته في مقالات سابقة، سنركز في هذا المقال على استكشاف آثاره العميقة وقدرته الفريدة على تحقيق التنمية الذاتية والنمو الإنساني.

## قوة التلقين في إحياء القلب

كما أسلفنا، فإننا جميعاً في أمس الحاجة إلى قلب سليم في مسيرتنا نحو الخلود وبلوغ غاية وجودنا. ولتحقيق هذه الغاية، يتعين علينا توجيه قلوبنا نحو التوق إلى الغيب؛ بعبارة أخرى، أن نغرس فيها جذوة الشوق إليه بالتلقين. فلنتخيل القلب طفلاً لا يجيد النطق بعد، ونسعى جاهدين لتعليمه الكلام؛ فنبداً بتلقينه حتى يتمكن من التعبير بنفسه. ينبغي أن ندرك أن التلقين في بداية الطريق ونظراً لسيطرة الشهوات الدنيوية على القلب، قد يبدو ضرباً من الكذب أو الخيال وكأنه خداع للنفس، لكن بما أن جوهر القلب متوافق مع كلمة «لا إله إلا الله»، فإن التلقين في نهاية المطاف سيؤدي إلى تقوية الطفل الغالي للروح لدى الإنسان وازدهار تلك النفخة الإلهية الكامنة في أعماقنا أو ما يمكن أن نسميها "الروح".

أحياناً، علينا أن نتظاهر بمحبة الله وممثل دور العاشقين، حتى لو لم تكن مشاعرنا صادقة تماماً في البداية، لأن هذا التظاهر رغم كونه مصطنعاً في الظاهر، يحمل في طياته جمالاً، وسرعان ما يتحول إلى حب حقيقي يحرك القلب في المسار الصحيح. على سبيل المثال، يمكننا أن نقتدي بأدعية المعصومين عليهم السلام، ونمارس التعبير عن حبنا لله حتى يصبح ذلك جزءاً أصيلاً من كياناتنا، فنصل يوماً ما إلى الصدق في هذا الحب، مثلهم. كم من أشخاص بدأوا طريقهم بترديد كلمات الحب لله وكأنها مجرد تملق أو ادعاء، ثم ما لبثت أن أصبحت حقيقة راسخة في قلوبهم! بينما هناك من لا يكلفون أنفسهم حتى عناء هذا الادعاء، ولذلك وصلوا إلى حالة من الجفاف الروحي، تستدعي وقفة تأملية جادة!

١ . قال الامام علي (عليه السلام): «إِنْ لَمْ تَكُنْ حَلِيمًا فَتَحَلَّمْ، فَإِنَّهُ قَلٌّ مَنْ تَشَبَّهَ بِقَوْمٍ إِلَّا أُوشِكَ أَنْ يَكُونَ مِنْهُمْ» (نهج البلاغة، الحكمة ٢٠٧)

## آلية تلقين القلب

يعمل القلب كمحرك للجسد، تمامًا كما يعمل محرك سيارة قد يحتاج إلى قوة خارجية إضافية لينطلق، وهذه القوة ليست سوى التلقين. حتى في أبسط الأمور الروتينية اليومية، قد يعتري القلب فتور وكسل، وهنا يأتي دور التلقين لتجاوز العقبات. على سبيل المثال، قد نشعر برغبة صادقة في الاستيقاظ لصلاة الليل، لكن حالتنا النفسية وطاقاتنا الداخلية لا تساعدنا على ذلك. في مثل هذه المواقف، يكون الحل بتلقين النفس وإجبارها على الفعل حتى تعتاد عليه، لأن تركها على سجيتها يجعلها فريسة للأوهام والهواجس، فتجرتنا إلى أعماق الغفلة، وربما إلى الهلاك الروحي.

إن طبيعة البشر متشابهة بعمق مع ظاهرة الأنس والتعود، وهي حقيقة غالبًا ما نخفل عنها. لذا، علينا أن نخطط مليًا لما يجب أن يألفه قلوبنا، وأن نحذر من الاعتياد على ما يكدر صفاء أرواحنا. فالتعود على أمور تضر الروح قد يؤدي إلى خمولها وذبولها، في حين أن التمرس على الأعمال الصالحة ينير القلب ويقويه. فمجرد القيام بأعمال صالحة بين الحين والآخر، أو زيارة أماكن مقدسة على فترات متباعدة، لا يحقق الغاية المرجوة. إن التأثير الحقيقي لا يأتي إلا من خلال الاستمرارية. يجب أن يكون لدينا برنامج منتظم، سواء كان يوميًا أو أسبوعيًا، كي نأنس بتلك الأعمال ونعتاد عليها. فمثلًا، أن نكرس شهرًا كاملًا من السنة في خدمة الإمام الحسين (عليه السلام)، ثم نخفل عنه طوال الأشهر الأخرى، قد لا يترك أثرًا عميقًا على قلوبنا. والأولى بنا أن نخصص له لحظات يومية، كأن نسلم عليه في وقت محدد كل يوم، فإن ذلك يربط قلوبنا به بعمق، ويجعل علاقتنا به تنمو باستمرار.

## أنواع التلقين لتنشيط القلب

كما أننا بحاجة إلى تكرار مسألة معينة للأطفال مرارًا بطرق وأساليب مختلفة، لكي نغرس القيم والمفاهيم في نفوسهم، فإن القلب أيضًا بحاجة إلى تلقين متكرر عبر أذكار لفظية كالصلاة، أو من خلال الأعمال الصالحة،

وذلك لمساعدته على الانفتاح والاستجابة الروحية. وفيما يلي، سنشير إلى بعض هذه الوسائل للتلقين والتي تغذي الروح وتصل القلب:

#### أ. التلقين عبر الحركات الجسدية

إحدى الطرق الفعالة لتحفيز القلب هي حركات بدنية، مثل اللطم أو المشي في مسيرات دينية. هذه الحركات تشبه دفع سيارة متوقفة بسبب برودة الطقس، فعندما نقوم بدفعها بقوة، يبدأ المحرك بالعمل. على سبيل المثال، أثناء مراسم العزاء، عندما نبدأ باللطم، نجد أن دموعنا تنهمر دون وعي، مما يخلق رابطاً عاطفياً عميقاً بين القلب والموقف.

#### ب. التلقين عبر الاستماع إلى الموعدة

الإنسان يحتاج إلى التذكير المستمر ليصل إلى مراحل روحية أعلى، لذا فإن الاستماع إلى المواعظ من أهم وسائل التلقين القلبي. وقد كان الأئمة (عليهم السلام) يحثون أصحابهم على تبادل المواعظ فيما بينهم، مؤكداً على أن الأثر الذي يتركه السمع أبلغ وأعمق من مجرد العلم والمعرفة النظرية وكما قيل:

"الإنسان يسمو بما يسمع من عظةٍ أما الحيوان فيرتقي بما يأكل ويشرب"

#### ت. التلقين عبر الأذكار اللفظية

إن ترديد الأذكار بصوت مسموع، مثل الصلاة على النبي صلى الله عليه وآله وسلّم، بصوت عالٍ، يعد نوعاً من التلقين اللفظي، حيث يترسخ في العقل الباطن ويؤثر على القلب تدريجياً.

#### ث. التلقين عبر زيارة الأولياء والصالحين

زيارة المعصومين عليهم السلام وأضرحة الأولياء تعد من أقوى أشكال التلقين. قد نزور أحياناً حرم الإمام الرضا (عليه السلام)، لكن قلوبنا تكون في حالة من الجفاف الروحي وعدم التفاعل. في مثل هذه الحالات، إذا وقفنا بالقرب من أشخاص منغمسين في الدعاء والتوسل والبكاء، فإن حالتهم الروحية تنتقل إلينا تلقائياً، ويبدأ القلب في التفاعل والانفتاح تدريجياً.

في هذا الدرس تحدثنا عن قوة التلقين في مسيرة التزكية و بناء الذات، وذكرنا أن إحدى طرق التحكم في

النفس وتنشيط القلب هي التلقين وتكراره. كما ذكرنا بعض الأمثلة على أنواع التلقين.

وأنت، ما هي الأساليب التلقينية الأخرى التي جربتها لتنشيط قلبك؟ إذا كنت قد غفلت عن قوة التلقين

حتى الآن، فمن الأفضل أن تبدأ بتطبيقه من هذه اللحظة لتكتشف بنفسك أثره العميق في حياتك.

Mentazer Mentazer

Mentazer Mentazer

Mentazer Mentazer

Mentazer Mentazer