

۹ رمز موفقیت در

# حفظ قرآن کریم

راهنمای حفظ قرآن کریم با استفاده از تکنیک های نوین آموزشی

تألیف: مجدی عبید

ترجمه: مختار حسامی

سرشناسه: عبید، مجدی

۹ اسرار لحفظ القرآن الکریم . فارسی

۹ رمز موفقیت در حفظ قرآن کریم : راهنمای حفظ قرآن کریم با استفاده از تکنیک‌های

نوبین آموزشی / مجدی عبید : ترجمه مختار حسامی.

مشخصات نشر: تهران، نشر احسان، ۱۴۰۳

مشخصات ظاهری: ۲۰۸ ص.

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۴۹-۲۰۸-۰۰

نویان دیگر: راهنمای حفظ قرآن کریم با استفاده از تکنیک‌های نوبین آموزشی.

نه رمز موفقیت در حفظ قرآن کریم.

موضوع: Qur'an -- Memorizing

ترجمه: آسره افزوده: حسامی، مختار، ۱۳۵۸، مترجم

ه‌بند: ۱۳۹۵/۰۴/۲۰۴۱/۸/۸۰ BP

ه‌بندی دیویتی: ۲۹۷/۱۵۱

شماره کتاب: ۴۲۲۰۱۷۸ ملی

---

## ۹ رمز موفقیت

### در حفظ قرآن کریم

---

مؤلف: مجدی عبید

مترجم: مختار حسامی

ناشر: نشر احسان

چاپخانه: خوارزم

شمارگان: ۱۰۰۰ نسخه

نوبت چاپ: دوم - ۱۴۰۳

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۳۴۹-۲۰۸-۰۰

رمز موفقیت در حفظ قرآن  
کریم



۱۰۱۴۴۶ ریبال

نشر احسان

## بِسْمِ اللَّهِ الرَّحْمَنِ الرَّحِيمِ

این کتاب را تقدیم می‌کنم به:

پدر و مادرم؛ که الله ﷻ بر عمر ایشان بیفزاید.

﴿... رَبِّ أَرْحَمْهُمَا ۚ وَيَأْتِي صَغِيرًا﴾ (اسراء/۲۴)

«...پروردگارا، (اینک که) خف شده‌اند و جز تو پناهی ندارند) به آنان مرحمت فرما، همان‌گونه که آنان در کوچکی (به ضعف و کودکی من رحم کردند و) مرا تربیت و بزرگ کردند».

پروردگارا، آنان را از کسانی قرار بده که عمری طاهری و اعمالی صالح دارند.

و به همسرم؛

﴿... رَبَّنَا هَبْ لَنَا مِنْ أَزْوَاجِنَا وَذُرِّيَّاتِنَا قُرَّةَ أَعْيُنٍ...﴾ (فرقان/۲۴)

«...پروردگارا، همسران و فرزندان به ما عطا فرما که (به سبب انجام طاعات و عبادات و دیگر کارهای پسندیده، مایه‌ی سرور ما و) باعث روشنی چشم‌هایمان گردند...».

و به هر مرد و زن مسلمانی که علاقه‌مند به حفظ قرآن است.

## فهرست مطالب

### فصل اول

- چرا کتاب الهی را حفظ نمی‌کنیم؟ ..... ۱۷
- آیا قرآن کریم سینه‌سجده‌ی زندگی ما بوده است؟ ..... ۲۶

### فصل دوم

- اسرار و رمزهای روحی حفظ قرآن کریم ..... ۳۵
- رمز اول: «علاقه و شور و شوق فراوان برای حفظ کتاب الله ﷻ» ..... ۳۵
- رمز دوم: «اخلاص، توکل، دعا» ..... ۶۱
- رمز سوم: «به همهی عذر و بهانه‌ها، نه» بگویید ..... ۶۷

### فصل سوم

- رمزهای فنی موفقیت در حفظ قرآن کریم ..... ۷۹
- رمز چهارم: «خودباوری و تلقین مثبت» ..... ۷۹
- رمز پنجم: «آرامش و حالت ایده‌آل برای یادگیری» ..... ۱۰۳
- رمز ششم: «تخیل» ..... ۱۱۵
- رمز هفتم: «برانگیختن حواس پنجگانه» ..... ۱۲۴

### فصل چهارم

- ۱۳۷..... رمزهای مدیریتی در حفظ قرآن کریم
- ۱۳۷..... رمز هشتم: «مرور و تکرار»
- ۱۴۹..... رمز نهم: «هدف خود را تعیین کنید و ...»

### فصل پنجم

- ۱۶۳..... عوامل که مانع از حفظ قرآن کریم
- ۱۷۵..... فرصت‌ها را غنیمت بشمارید
- ۱۸۵..... عقل سالم در بدن سالم
- ۲۰۴..... و در پایان

www.ketab.ir



## مقدمه

إِنَّ الْحَمْدَ لِلَّهِ نَحْمَدُهُ وَنَسْتَعِينُهُ وَنَسْتَهْدِيهِ وَنَعُوذُ بِاللَّهِ مِنْ شُرُورِ أَنْفُسِنَا  
وَ مِنْ سَيِّئَاتِ أَعْمَالِنَا، مَن يَهْدِهِ اللَّهُ فَلَا مُضِلَّ لَهُ وَ مَنْ يَضِلَّ فَلَا هَادِيَ  
لَهُ وَ أَشْهَدُ أَنْ لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ أَنْ مُتَمَدًّا عَبْدُهُ وَ رَسُولُهُ.

اما بعد:

شاید پرسید که: این کتاب چه نام جدیدی دربر دارد؟ و آیا کتاب‌هایی که تاکنون تألیف شده‌اند ما را از نوشتن در این زمینه بی‌نیاز نمی‌کنند؟

پیش از اینکه شروع به نوشتن این کتاب بکنیم، بارها این سؤال را از خود پرسیده‌ام که: چه نیازی به نوشتن کتاب جدیدی درباره‌ی حفظ قرآن کریم داریم؟

امیدوارم که گوشه‌ای خالی از کتابخانه‌ی اسلامی را در این زمینه پر کنم و از الله تعالی می‌خواهم که قدم‌هایم را استوار و نیت‌م را برای خود خالص بگرداند.

بیشتر کتاب‌هایی را که در این زمینه نوشته شده‌اند خوانده‌ام و بر این باورم که نیازمند کتابی هستیم که بر اساس یافته‌های نوین علمی درباره‌ی مغز، حافظه و تئوری‌های نوین آموزشی نوشته شده باشد.

«تونی بوزان»<sup>۱</sup> نویسنده، روانشناس و مشاور بین‌المللی آموزش می‌گوید: «۹۵٪ از دانش موجود درباره‌ی مغز انسان، حاصل پژوهش‌های انجام شده در بیست سال اخیر است».

چارچوب این کتاب بر اساس نتایج پژوهش‌های انجام شده در مورد حافظه، تئوری‌های متعدد هوش، مهارت‌های یادگیری سریع، مهارت‌های تلقین مثبت و مطالعات موفقیت بشری است.

بنده دانشمند و یا واعظ دینی نیستم اما قرآن کریم را بیست و پنج سال پیش و با روش‌های سنتی حفظ کرده‌ام و اخیراً که به فراگیری و تمرین مهارت‌های مرتبط با تندخوانی، مطالعه‌ی تصویری، حافظه، یادگیری سریع و نمود تلقینی پرداخته‌ام، به فواید حاصل از به‌کارگیری این مهارت‌ها در آموزش حفظ قرآن کریم پی برده‌ام و عملاً نیز شروع به برگزاری دوره‌های آموزشی در این زمینه کرده‌ام که هدف از آن، آموزش حفظ قرآن کریم به روشی ساده و آسان و با استفاده از تئوری‌های نوین آموزشی بوده است.

الحمد لله، مغز ما انسان‌ها از چنان توانمندی‌ها و کارایی‌هایی برخوردار است که تنها الله سبحانه و تعالی از آن‌ها خبر دارد. بیش از یک تریلیون سلول مغزی! در مغز انسان وجود دارد که قدرت هر یک از این سلول‌ها از قوی‌ترین کامپیوترهای روی زمین بیشتر است. ولی متأسفانه ما فقط از ۱٪ از این توانمندی‌های بی‌شمار استفاده می‌کنیم که آن هم به شیوه‌های مختلفی هدر می‌رود.

همیشه بر این باور بوده‌ام که مغز ما به فضل پروردگار- این توانایی را دارد که قرآن کریم را به سادگی و آسانی و در زمانی کوتاه حفظ بکند و آن را به آسانی به‌خاطر بیاورد.

پس هدفم از نوشتن این کتاب، شناساندن و قبولاندن این توانمندی‌ها به مسلمانان و به‌کارگیری ولو بخش اندکی از این توانمندی‌ها و امکانات، در راستای حفظ کتاب رب‌العالمین است و الحمد لله، افراد بسیاری نیز با تمرین و تجربه، موفق به این کار شده‌اند. هنگامی که دوره‌های حفظ قرآن کریم را با این سخن آغاز می‌کنم که: انسان می‌تواند یک صفحه از قرآن کریم را در هفت دقیقه و یا کمتر از آن حفظ بکند، شرکت‌کنندگان دچار شگفتی می‌شوند ولی تعجب آنان چندان طول نمی‌کشد.

با اجرای تمرینات عملی در این دوره‌ها بیش از ۸۰٪ از شرکت‌کنندگان، مهارت‌های لازم را فرا می‌گیرند و عملاً می‌توانند که یک صفحه را در مدت زمانی بسیار کمتر از آنچه که گفتیم حفظ کنند.

این روش‌ها را به هزاران نفر آه‌وررش داده‌ام و افراد بسیاری چه در ضمن برگزاری دوره‌ها و چه پس از اتمام آن‌ها موفق به حفظ در مدتی بسیار کوتاه شده‌اند، تا جایی که بعضی‌ها با استه‌اند:

- سوره‌ی بقره را در کمتر از ۴ روز حفظ کنند.
- شش جزء را در ۱۰ روز حفظ کنند.
- ۱۰ جزء را در بیست روز حفظ کنند.

و هنگامی که شرکت‌کنندگان در این دوره‌ها را می‌بینم که توانایی‌های خود را بهتر می‌شناسند و اعتماد به نفسشان بالا می‌رود و علاقه و اشتیاق بیشتری برای حفظ قرآن کریم پیدا می‌کنند، به چنان خوشحالی و سرور و رضایتی دست می‌یابم که در وصف نمی‌گنجد! بسیاری از آنان پیش از برگزاری دوره از سن و سال بالا، ضعف تمرکز و ضعف حافظه‌ای که آنان را از حفظ قرآن کریم بازداشته است شکایت می‌کنند و پس از اتمام دوره، گویی دوباره متولد می‌شوند؛ همت‌ها بالا می‌رود و هدف‌ها به آسمان می‌رسد و یقین و حسن ظن به پروردگار جهانیان از ابرها نیز فراتر می‌رود.



هدف از این کتاب، ارائه‌ی برنامه‌ای برای حفظ قرآن کریم در مدت ۳۰ ماه است.

در دوره‌های آموزشی که برگزار می‌کنم، همیشه در ابتدای دوره از شرکت‌کنندگان می‌پرسم که هدف شما از حضور در این دوره‌ها چیست؟

بسیار مهم است که پیش از شروع هر عملی، اهداف خود را مشخص کنیم؛ زیرا این کار سبب می‌شود که تمرکز مغز برای رسیدن به آن اهداف افزایش یابد.

اکنون همین سؤال را از شما نیز می‌پرسم: هدف شما از مطالعه‌ی این کتاب چیست؟

اجازه بدهید که اندکی شما را در پاسخ دادن به این سؤال یاری دهم: هدف من از تألیف این کتاب، همان هدف شما از مطالعه‌ی آن است؛ یعنی می‌خواهیم بدانیم که قرآن کریم را چگونه به‌ان الله ﷻ - به سادگی و آسانی حفظ بکنیم؛

و این هدف را با تفصیلات بیشتری بیان می‌کنم، زیرا عقل انسان، تفصیل و تعیین و سنجش اهداف را دوست دارد. پس هدف ما عبارت است از:

- حفظ روزانه یک صفحه از قرآن کریم در هر روز کاری.  
- و در نتیجه، حفظ پنج صفحه در هفته؛ چنانچه در هر هفته، پنج روز کاری وجود دارد.

- حفظ بیست صفحه (یک جزء کامل) در هر ماه.

- إن شاء الله، حفظ کل قرآن کریم در مدت ۳۰ ماه (دو سال و نیم).

هدف همین است و از شما می‌خواهم که هنگام مطالعه‌ی هر فصل از این کتاب، آن را به‌خاطر داشته باشید.

در این کتاب درباره‌ی اسرار و رمزهای نه‌گانه‌ی موفقیت در حفظ قرآن کریم سخن گفته‌ام و این اسرار را به سه دسته تقسیم‌بندی کرده‌ام:

۱- اسرار روحی: که ارتباط محکمی با مسایل روحی و روانی دارند و معمولاً در هنگام حفظ قرآن کریم از آن‌ها غافل هستیم.

۲- اسرار فنی: که مهارت‌ها و تکنیک‌هایی است مبتنی بر تحقیقات در زمینه‌ی حافظه و یادگیری سریع که آن‌ها را برای حفظ قرآن کریم ارائه می‌دهیم.

۳- اسرار مدیریتی: که با امور مدیریت زمان، مرور مستمر و برنامه‌ریزی برای حفظ قرآن کریم در ارتباط است.

حفظ قرآن کریم عمل کردن به آن، آرمان زندگی ما بلکه مهم‌ترین برنامه‌ی زندگی ما است. دوست دارم که این شاخه از برنامه یعنی برنامه‌ی فارغ شدن از دنیا با رتبه‌ی عالی را آغاز کنم.

آری قرآن! و تو چه می‌دانی که قرآن چیست؟

- ذکر حکیم

- کلام رب‌العالمین

- نور آشکار

- شفای درون

- هدایت و رحمت برای مؤمنان.

ولی متأسفانه آن‌ها کرده‌ایم و جز در مناسبت‌ها و یا در ماه مبارک رمضان، آن‌را نمی‌خوانیم.

الله ﷻ می‌فرماید:

﴿ وَقَالَ الرَّسُولُ يَا رَبِّ إِنَّ قَوْمِي اتَّخَذُوا هَذَا الْقُرْآنَ مَهْجُورًا ﴾

(فرقان/۳۰)

«و پیغمبر ﷺ (شکوه‌کنان از کیفیت برخورد مردم با قرآن کریم) عرض می‌کند، پروردگارا، قوم من این قرآن را (که وسیله‌ی سعادت دو جهان بود) رها و از آن دوری کرده‌اند (و از ترتیل و تدبیر و عمل به آن غافل شده‌اند).»

دست از تلاوتش کشیده‌ایم و اگر آن را تلاوت کنیم، معنایش را نمی‌فهمیم و اگر بفهمیم در آن نمی‌اندیشیم و به آن عمل نمی‌کنیم. قرآن کریم کتاب هدایت و علم است، الله ﷻ می‌فرماید:

﴿ إِنَّ هَذَا الْقُرْآنَ يَهْدِي لِلَّتِي هِيَ أَقْوَمٌ ... ﴾ (اسراء/۹)

«این قرآن (مردم را) به راهی رهنمود می‌کند که مستقیم‌ترین راهها (برای رسیدن به سعادت دنیا و آخرت) است...».

از الله ﷻ می‌خواهم که این کتاب را برای ما وسیله‌ای بگرداند تا ارتباط صمیمانه‌ی خود را با کتاب پروردگاران باز یابیم. از الله ﷻ می‌خواهم که در این عمل، برکت اندازد و افراد بسیاری را که علاقه‌مند به حفظ قرآن کریم هستند از آن بهره‌مند سازد.

مجدی عُبَید

ذوالقعدة ۱۴۳۲ هـ ق

اکتبر ۲۰۱۱ م

www.ketab.ir