

# كتاب

## فحص الذاكرة

### التكميلي

# فحص الذاكرة التكميلي

للمشاركين في دورة إنعاش العقل ومضاعفة الحفظ

## كتاب مقررات فحص الذاكرة:

- يحتوي هذا الكتيب على مجموعة من مقاييس فحص الذاكرة التي تعطي مؤشرات أولية عن مستوى ذاكرة المتدربين في المحفوظات المتنوعة
- يشمل هذا النوع ثمانية مقاييس أساسية وهي توضح مدى حجم الضرر في القدرات العقلية لدى المتدرب في مؤسسة التدريبات العقلية العالمية
- كل مقياس يتكون من مدة زمنية موحدة وقدرها ( ١٠ دقائق) لكل مقياس
- سيتم اعتبار المقاييس العقلية منطلقات ينطلق منها المتدرب من الصفر الى القمة إن شاء الله
- لا تبدأ في أي مقياس إلا حين يطلب منك البدء فيه
- المقاييس العقلية تتم بناء على حسب الترتيب المحدد
- استمع جيدا إلى التعليمات الخاصة بكل مقياس عقلي على حدة
- اقرأ التعليمات المدونة قبل كل مقياس بشكل جيد وتابع الخطوات
- نفذ ما يطلب منك من خطوات متتابعة بدون أي انتقائية
- هذه المقاييس تشمل جميع المتدربين بدون استثناء لأحد (سواء كنت في مساق حفظ القرآن أو مساق حفظ الحديث أو مساق حفظ اللغات الأجنبية أو مساق المتون الشرعية أو مساق المواد الدراسية)
- إجمالي مدة وقت الفحص التكميلي الصافي للفحص هو ٨٠ دقيقة ولا يشمل ذلك وقت التعليقات أو الشرح

**المقياس الأول:** القراءة البصرية المتدفقة (من أول سورة البقرة خلال ١٠ دقائق)

**التطبيق العملي:** أذكر عدد الصفحات

**المقياس الثاني:** القراءة البحثية (من أول سورة البقرة خلال ١٠ دقائق)

**التطبيق العملي:** كلمة البحث الله، ربكم ومشتقاتها وللمصاحف الملونة كلمة قال يقولون ومشتقاتها

**أذكر عدد الكلمات + عدد الصفحات المقروءة**

**المقياس الثالث:** مقياس الحضور الذهني (قراءة تدبرية لمدة ١٠ دقائق)

**التطبيق العملي:** سيكون صفحة ٥ من سورة البقرة

اذكر عدد الخواطر خلال العشر دقائق

## المقياس الرابع: مقياس حفظ الحديث

### المقاييس والشروط:

- ١- حفظ ما تستطيع حفظه من الأحاديث التالية خلال ١٠ دقائق
- ٢- الحفظ بإتقان ١٠٠٪ وقابل للسرد
- ٣- لا يقل الإتقان عن ٩٠٪
- ٤- لا تنتقل لحديث آخر قبل أن تتقن ما سبقه
- ٥- الحفظ سيكون بطريقتك العادية التقليدية
- ٦- أي حديث تحفظه سابقا لا تدخله في الحسبة

**التطبيق العملي:** اذكر عدد ما تم حفظه

### مقرر الأحاديث النبوية كما يلي:

- ١- عَنْ مُحَمَّدِ بْنِ الْأَدْرِعِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، قَالَ: دَخَلَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ الْمَسْجِدَ، فَإِذَا هُوَ بِرَجُلٍ قَدْ قَضَى صَلَاتَهُ وَهُوَ يَتَشَهَّدُ، وَهُوَ يَقُولُ: اللَّهُمَّ إِنِّي أَسْأَلُكَ يَا اللَّهُ، الْأَحَدَ الصَّمَدَ، الَّذِي لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ، وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ، أَنْ تَغْفِرَ لِي ذُنُوبِي، إِنَّكَ أَنْتَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ. فَقَالَ: قَدْ غَفَرَ لَكَ، قَدْ غَفَرَ لَكَ - ثَلَاثًا.
- ٢- عَنْ أَنَسٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، قَالَ: قَالَ النَّاسُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ، غَلَا السِّعْرُ فَسَعِّرْ لَنَا، فَقَالَ: إِنَّ اللَّهَ هُوَ الْمُسَعِّرُ الْقَابِضُ الْبَاسِطُ الرَّازِقُ، وَإِنِّي لأَرْجُو أَنْ أُلْقَى اللَّهُ وَلَيْسَ أَحَدٌ مِنْكُمْ يُطَالِبُنِي بِمَظْلَمَةٍ فِي دَمٍ وَلَا مَالٍ.
- ٣- عَنْ ابْنِ مَسْعُودٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ ﷺ: عَجِبْتُ رَبَّنَا ﷻ مِنْ رَجُلٍ غَزَا فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَأَهْرَمَ - يَعْنِي: أَصْحَابَهُ - فَعَلِمَ مَا عَلَيْهِ فَرَجَعَ حَتَّى أَهْرَبَ دَمُهُ، فَيَقُولُ اللَّهُ تَعَالَى لِمَلَايِكَتِهِ: انظُرُوا إِلَى عَبْدِي! رَجَعَ رَغْبَةً فِيمَا عِنْدِي، وَشَفَقَةً مِمَّا عِنْدِي، حَتَّى أَهْرَبَ دَمُهُ<sup>(١)</sup>.
- ٤- عَنْ عُمَرَ بْنِ الْخَطَّابِ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، قَالَ: قَالَ النَّبِيُّ ﷺ: إِنَّ مِنْ عِبَادِ اللَّهِ لَأُنَاسًا مَا هُمْ بِأَنْبِيَاءَ وَلَا شُهَدَاءَ، يَغِطُّهُمْ الْأَنْبِيَاءُ وَالشُّهَدَاءُ يَوْمَ الْقِيَامَةِ بِمَكَانِهِمْ مِنَ اللَّهِ تَعَالَى. قَالُوا: يَا رَسُولَ اللَّهِ، نُخْبِرُنَا مَنْ هُمْ؟ قَالَ: هُمْ قَوْمٌ تَخَابُوا بُرُوحَ اللَّهِ عَلَى غَيْرِ أَرْحَامٍ بَيْنَهُمْ وَلَا أَمْوَالٍ يَتَعَاطَوْهَا، فَوَ اللَّهُ إِنَّ وُجُوهَهُمْ لَتُورٍ، وَإِنَّهُمْ عَلَى نُورٍ، لَا يَخَافُونَ إِذَا خَافَ النَّاسُ، وَلَا يَحْزَنُونَ إِذَا حَزَنَ النَّاسُ. وَقَرَأَ هَذِهِ الْآيَةَ: ﴿أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفَ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ﴾ [يونس: ٦٢]
- ٥- عَنْ زَيْدِ بْنِ ثَابِتٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، عَنِ النَّبِيِّ ﷺ قَالَ: لَوْ أَنَّ اللَّهَ عَدَّبَ أَهْلَ سَمَاوَاتِهِ وَأَهْلَ أَرْضِهِ، عَذَّبَهُمْ وَهُوَ غَيْرُ ظَالِمٍ لَهُمْ، وَلَوْ رَحِمَهُمْ كَانَتْ رَحْمَتُهُ خَيْرًا لَهُمْ مِنْ أَعْمَالِهِمْ، وَلَوْ أَنْفَقْتُ مِثْلَ أُحُدٍ ذَهَبًا فِي سَبِيلِ اللَّهِ مَا قَبِلَهُ اللَّهُ مِنْكَ حَتَّى تُؤْمِنَ بِالْقَدْرِ، وَتَعْلَمَ أَنَّ مَا أَصَابَكَ لَمْ يَكُنْ لِيُخِطِّكَ، وَأَنَّ مَا أَخْطَأَكَ لَمْ يَكُنْ لِيُصِيبَكَ، وَلَوْ مِتُّ عَلَى غَيْرِ هَذَا لَدَخَلْتُ النَّارَ<sup>(٢)</sup>.

٦- عَنْ عُبَادَةَ بْنِ الصَّامِتِ رضي الله عنه: أَنَّهُ قَالَ لِابْنِهِ: يَا بُنَيَّ، إِنَّكَ لَنْ تَجِدَ طَعْمَ حَقِيقَةِ الْإِيمَانِ حَتَّى تَعْلَمَ أَنَّ مَا أَصَابَكَ لَمْ يَكُنْ لِيُخْطِئَكَ، وَمَا أَخْطَاكَ لَمْ يَكُنْ لِيُصِيبَكَ، سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم يَقُولُ: إِنَّ أَوَّلَ مَا خَلَقَ اللَّهُ الْقَلَمَ، فَقَالَ لَهُ: اكْتُبْ. قَالَ: رَبِّ، وَمَاذَا أَكْتُبُ؟ قَالَ: اكْتُبْ مَقَادِيرَ كُلِّ شَيْءٍ حَتَّى تَقُومَ السَّاعَةُ. يَا بُنَيَّ إِنِّي سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم يَقُولُ: مَنْ مَاتَ عَلَى غَيْرِ هَذَا فَلَيْسَ مِنِّي <sup>(٣)</sup>.

٧- عَنْ أَبِي الدَّرْدَاءِ رضي الله عنه، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم: خَمْسٌ مِنْ جَاءَ بِيْنَ مَعَ إِيْمَانٍ دَخَلَ الْجَنَّةَ: مَنْ حَافَظَ عَلَى الصَّلَوَاتِ الْحَمْسِ: عَلَى وُضُوئِهِنَّ وَرُكُوعِهِنَّ وَسُجُودِهِنَّ وَمَوَاقِيْتِهِنَّ، وَصَامَ رَمَضَانَ، وَحَجَّ الْبَيْتَ إِنْ اسْتَطَاعَ إِلَيْهِ سَبِيلًا، وَأَعْطَى الرِّكَاتَةَ طَيِّبَةً بِمَا نَفْسُهُ، وَأَدَّى الْأَمَانَةَ. قَالُوا: يَا أَبَا الدَّرْدَاءِ، وَمَا آدَاءُ الْأَمَانَةِ؟ قَالَ: الْغُسْلُ مِنَ الْجَنَابَةِ <sup>(٤)</sup>.

٨- عن معاوية بن حيدة رضي الله عنه، قال: قلت: يا رسول الله، عوراتنا: ما نأتي منها وما نندر؟ قال: احفظ عورتك إلا من زوجتك أو ما ملكت يمينك. قال: قلت: يا رسول الله، إذا كان القوم بعضهم في بعض؟ قال: إن استطعت ألا يرينها أحد فلا يرينها. قال: قلت: يا رسول الله، إذا كان أحدنا خاليا؟ قال: الله أحق أن يستحيا منه من الناس.

٩- عَنِ الْمُسْتَوْرِدِ رضي الله عنه: أَنَّ النَّبِيَّ صلى الله عليه وسلم قَالَ: مَنْ أَكَلَ بِرَجُلٍ مُسْلِمٍ أَكَلَهُ فَإِنَّ اللَّهَ صلى الله عليه وسلم يُطْعِمُهُ مِثْلَهَا مِنْ جَهَنَّمَ، وَمَنْ كَسَى ثَوْبًا بِرَجُلٍ مُسْلِمٍ فَإِنَّ اللَّهَ يَكْسُوهُ مِثْلَهُ مِنْ جَهَنَّمَ، وَمَنْ قَامَ بِرَجُلٍ مَقَامَ سُمْعَةٍ وَرِيَاءٍ فَإِنَّ اللَّهَ يَقُومُ بِهِ مَقَامَ سُمْعَةٍ وَرِيَاءٍ يَوْمَ الْقِيَامَةِ <sup>(٥)</sup>.

١٠- عَنْ ابْنِ عَمْرٍو رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم: الْمُسْلِمُونَ تَتَكَافَأُ دِمَاؤُهُمْ، يَسْعَى بِدِمَتِهِمْ أَدْنَاهُمْ، وَيَجِيرُ عَلَيْهِمْ أَفْصَاهُمْ، وَهُمْ يَدٌ عَلَى مَنْ سَوَاهُمْ، يَزُدُّ مَشِدَّهُمْ عَلَى مُضْعِفِهِمْ، وَمُتَسَرِّبِهِمْ عَلَى قَاعِدِهِمْ، لَا يُقْتَلُ ذُو عَهْدٍ فِي عَهْدِهِ <sup>(٦)</sup>.

١١- عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رضي الله عنه، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم: إِنَّ اللَّهَ تَعَالَى ذَكَرَهُ قَدْ أَذْهَبَ عَنْكُمْ عِبِّيَّةَ الْجَاهِلِيَّةِ وَفَخَرَهَا بِالْآبَاءِ، مُؤْمِنٌ تَقِيٌّ، وَفَاجِرٌ شَقِيٌّ، أَنْتُمْ بَنُو آدَمَ، وَآدَمُ مِنْ تُرَابٍ، لِكَيْدَعَنَّ رِجَالَ فَخْرِهِمْ بِأَقْوَامٍ؛ إِنَّمَا هُمْ فَحْمٌ مِنْ فَحْمِ جَهَنَّمَ، أَوْ لِيَكُونَنَّ أَهْوَنَ عَلَى اللَّهِ مِنَ الْجِعْلَانِ الَّتِي تَدْفَعُ بِأَنْفِهَا التَّنِينَ <sup>(٧)</sup>.

١٢- عَنْ لَقِيطِ بْنِ صَبْرَةَ رضي الله عنه، قَالَ: قُلْتُ: يَا رَسُولَ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم، أَخْبِرْنِي عَنِ الْوُضُوءِ؟ قَالَ: أَسْبَغِ الْوُضُوءَ، وَخَلَّلْ بَيْنَ الْأَصَابِعِ، وَبَالَغْ فِي الِاسْتِنْشَاقِ إِلَّا أَنْ تَكُونَ صَائِمًا <sup>(٨)</sup>.

١٣- عَنْ فَاطِمَةَ بِنْتِ أَبِي حُبَيْشٍ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهَا: أَمَّا كَانَتْ تُسْتَنَحِضُ، فَقَالَ: لَهَا النَّبِيُّ صلى الله عليه وسلم: إِذَا كَانَ دَمُ الْحَيْضَةِ فَإِنَّهُ دَمٌ أَسْوَدٌ يُعْرَفُ، فَإِذَا كَانَ ذَلِكَ فَأَمْسِكِي عَنِ الصَّلَاةِ، فَإِذَا كَانَ الْآخِرُ فَتَوَضَّئِي وَصَلِّي؛ فَإِنَّمَا هُوَ عِرْقٌ

- ١٤ - عَنْ عَبْدِ اللَّهِ بْنِ الصَّامِتِ رضي الله عنه، قَالَ: أَشْهَدُ أَنِّي سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم يَقُولُ: حَمْسُ صَلَوَاتٍ افْتَرَضَهُنَّ اللَّهُ تَعَالَى، مَنْ أَحْسَنَ وَضَوْعَهُنَّ، وَصَلَّاهُنَّ لَوْفِيهِنَّ، وَأَتَمَّ رُكُوعَهُنَّ وَخُشُوعَهُنَّ، كَانَ لَهُ عَلَى اللَّهِ عَهْدٌ أَنْ يَغْفِرَ لَهُ، وَمَنْ لَمْ يَفْعَلْ فَلَيْسَ لَهُ عَلَى اللَّهِ عَهْدٌ، إِنْ شَاءَ غَفَرَ لَهُ، وَإِنْ شَاءَ عَذَّبَهُ
- ١٥ - عَنْ أَبِي الدَّرْدَاءِ رضي الله عنه، قَالَ: سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم يَقُولُ: مَا مِنْ ثَلَاثَةِ فِي قَرِيَةٍ وَلَا بَدْوٍ لَا تُقَامُ فِيهِمُ الصَّلَاةُ إِلَّا قَدْ اسْتَحْوَذَ عَلَيْهِمُ الشَّيْطَانُ، فَعَلَيْكَ بِالْجَمَاعَةِ؛ فَإِنَّمَا يَأْكُلُ الدَّنْبَ الْقَاصِيَةَ
- ١٦ - عَنْ أَبِي أُمَامَةَ رضي الله عنه: أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم قَالَ: مَنْ خَرَجَ مِنْ بَيْتِهِ مُتَطَهِّرًا إِلَى صَلَاةٍ مَكْتُوبَةٍ فَأَجْرُهُ كَأَجْرِ الْحَاجِّ الْمُحْرِمِ، وَمَنْ خَرَجَ إِلَى تَسْبِيحِ الضُّحَى لَا يُنْصِبُهُ إِلَّا إِيَّاهُ فَأَجْرُهُ كَأَجْرِ الْمُعْتَمِرِ، وَصَلَاةٌ عَلَى أَثَرِ صَلَاةٍ لَا لَعُوَ بَيْنَهُمَا كِتَابٌ فِي عِلِّيِّينَ
- ١٧ - عَنْ أَبِي سَعِيدٍ رضي الله عنه، قَالَ: قَالَ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم: الصَّلَاةُ فِي جَمَاعَةٍ تَعْدِلُ خَمْسًا وَعِشْرِينَ صَلَاةً، فَإِذَا صَلَّاهَا فِي فَلَاةٍ فَأَتَمَّ رُكُوعَهَا وَسُجُودَهَا بَلَغَتْ حَمْسِينَ صَلَاةً
- ١٨ - عَنِ ابْنِ عُمَرَ رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُمَا أَنَّ رَسُولَ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم قَالَ: أَقِيمُوا الصُّفُوفَ، وَخَادُوا بَيْنَ الْمَنَاقِبِ، وَسُدُّوا الْحُفْلَ، وَلْيُبْنُوا بِأَيْدِي إِخْوَانِكُمْ، وَلَا تَذَرُوا فُرْجَاتِ الشَّيْطَانِ، وَمَنْ وَصَلَ صَفًّا وَصَلَهُ اللَّهُ، وَمَنْ قَطَعَ صَفًّا قَطَعَهُ اللَّهُ
- ١٩ - عَنْ أَبِي سَعِيدٍ رضي الله عنه، قَالَ: كَانَ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم إِذَا قَامَ مِنَ اللَّيْلِ كَبَّرَ ثُمَّ يَقُولُ: سُبْحَانَكَ اللَّهُمَّ وَبِحَمْدِكَ، وَتَبَارَكَ اسْمُكَ، وَتَعَالَى جَدُّكَ، وَلَا إِلَهَ غَيْرُكَ. ثُمَّ يَقُولُ: لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ - ثَلَاثًا -، اللَّهُ أَكْبَرُ كَبِيرًا - ثَلَاثًا - أَعُوذُ بِاللَّهِ السَّمِيعِ الْعَلِيمِ مِنَ الشَّيْطَانِ الرَّجِيمِ، مِنْ هَمَزِهِ وَنَفْحِهِ وَنَفْثِهِ. ثُمَّ يَقْرَأُ
- ٢٠ - عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ رضي الله عنه، أَنَّ النَّبِيَّ صلى الله عليه وسلم قَالَ: إِنْ أَوَّلَ مَا يُجَاسِبُ النَّاسُ بِهِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ مِنْ أَعْمَالِهِمُ الصَّلَاةُ، يَقُولُ رَبُّنَا صلى الله عليه وسلم لِمَلَائِكَتِهِ - وَهُوَ أَعْلَمُ -: انظُرُوا فِي صَلَاةِ عَبْدِي: أَمَّتْهَا أَمْ نَقَضَتْهَا؟ فَإِنْ كَانَتْ تَامَةً كُتِبَتْ لَهُ تَامَةً، وَإِنْ كَانَ انْتَقَصَ مِنْهَا شَيْئًا قَالَ: انظُرُوا هَلْ لِعَبْدِي مِنْ تَطَوُّعٍ؟ فَإِنْ كَانَ لَهُ تَطَوُّعٌ قَالَ: أَمُّوا لِعَبْدِي فَرِيضَتَهُ مِنْ تَطَوُّعِهِ. ثُمَّ تُؤْخَذُ الْأَعْمَالُ عَلَى ذَاكُمْ

جميع الأحاديث رواها أبو داود وصححها الامام الالباني رحمه الله

## المقياس الخامس : مقرر حفظ الشعر

### المقاييس والشروط :

- ١- حفظ ما تستطيع حفظه من الشعر خلال ١٠ دقائق
  - ٢- الحفظ بإتقان ١٠٠٪ وقابل للسرد
  - ٣- لا يقل الإتقان عن ٩٠٪
  - ٤- لا تنتقل لببيت آخر قبل أن تتقن ما سبقه
  - ٥- الحفظ سيكون بطريقتك العادية التقليدية
  - ٦- أي بيت تحفظه سابقا لا تدخله في الحسبة
- التطبيق العملي :** اذكر عدد ما تم حفظه من القصيدة

### مقرر حفظ الشعر:

قصيدة حسان ابن ثابت رضي الله عنه في مدح الرسول صلى الله عليه وسلم

- ١- محمد المبعوث للناس رحمةً يشيد ما أوهى الضلال ويصلح
- ٢- لئن سبحت صمُّ الجبال مجيبةً لداود أو لان الحديد المصفح
- ٣- فإن الصخور الصمَّ لانت بكفه وإن الحصا في كفه ليسبح
- ٤- وإن كان موسى أنبع الماء بالعصا فمن كفه قد أصبح الماء يطفح
- ٥- وإن كانت الريح الرُخاء مطيعةً سليمان لا تألو تروح وتسرح
- ٦- فإن الصبا كانت لنصر نبينا ورعبُ على شهر به الخصم يكلح
- ٧- وإن أوتي الملك العظيم وسخرت له الجن تسعى في رضاه وتكدح
- ٨- فإن مفاتيح الكنوز بأسرها أنته فردَّ الزاهد المترجح
- ٩- وإن كان إبراهيم أعطي خلةً وموسى بتكليم على الطور يُمنح
- ١٠- فهذا حبيب بل خليل مكَّم وخصص بالرويا وبالحق أشرح
- ١١- وخصص بالحوض الرِّواء وباللوا ويشفع للعاصين والنار تَلْفح
- ١٢- وبالمقعد الأعلى المقرب ناله عطاءً لعينيه أقرُّ وأفرح
- ١٣- وبالرتبة العليا الوسيلة دونها مراتب أرباب المواهب تلمح
- ١٤- ولهُوَ إلى الجنات أولُ داخلٍ له بابها قبل الخلائق يفتح

## المقياس السادس : المتون الشرعية

### المقاييس والشروط :

- ١- حفظ ما تستطيع حفظه خلال الوقت المحدد
- ٢- الحفظ بإتقان ١٠٠٪ وقابل للسرد
- ٣- لا يقل الإتقان عن ٩٠٪
- ٤- لا تنتقل لسطر آخر قبل أن تتقن ما سبقه
- ٥- الحفظ سيكون بطريقتك العادية التقليدية
- ٦- أي سطر تحفظه سابقا لا تدخله في الحسبة
- ٧- السطر في الجوال يحسب نصف سطر

مقرر المتن من كتاب متن أبي شجاع في الفقه :

### الصلاة المفروضة خمس :

الظهر: وأول وقتها زوال الشمس، وآخره إذا صار ظل كل شيء مثله بعد ظل الزوال. والعصر: وأول وقتها الزيادة على ظل المثل، وآخره في الاختيار إلى ظل المثلين، وفي الجواز إلى غروب الشمس. والمغرب: ووقتها واحد، وهو غروب الشمس، وبمقدار ما يؤذن ويتوضأ، ويستتر العورة، ويقوم الصلاة، ويصلي خمس ركعات. والعشاء: وأول وقتها إذا غاب الشفق الأحمر، وآخره في الاختيار إلى ثلث الليل، وفي الجواز إلى طلوع الفجر الثاني. والصبح: وأول وقتها طلوع الفجر الثاني، وآخره في الاختيار إلى الإسفار، وفي الجواز إلى طلوع الشمس. وشرائط وجوب الصلاة ثلاثة أشياء: الإسلام، والبلوغ، والعقل وهو حد التكليف. والصلوات المسنونات خمس: العيدان، والكسوفان، والاستسقاء. والسنن التابعة للفرائض سبعة عشر ركعة: ركعتا الفجر، وأربع قبل الظهر، وركعتان بعده، وأربع قبل العصر، وركعتان بعد المغرب، وثلاث بعد العشاء يوتر بواحدة منهن. وثلاث نوافل مؤكدة: صلاة الليل، وصلاة الضحى، وصلاة التراويح. وشرائط الصلاة قبل الدخول فيها خمسة أشياء: طهارة الأعضاء من الحدث والنجس، وستر العورة بلباس طاهر، والوقوف على مكان طاهر، والعلم بدخول الوقت، واستقبال القبلة. ويجوز ترك القبلة في حالتين: في شدة الخوف، وفي النافلة في السفر على الراحلة. وأركان الصلاة ثمانية عشر ركنا: النية، والقيام مع القدرة، وتكبيرة الإحرام، وقراءة الفاتحة. وبسم الله الرحمن الرحيم} آية منها-، والركوع والطمأنينة فيه، والرفع والاعتدال والطمأنينة فيه، والسجود والطمأنينة فيه، والجلوس بين السجدين والطمأنينة فيه، والجلوس الأخير والتشهد فيه، والصلاة على النبي صلى الله عليه وسلم فيه، والتسليمة الأولى، ونية الخروج من الصلاة، وترتيب الأركان على ما ذكرناه. وسننها قبل الدخول فيها شيان: الأذان، والإقامة. وبعد الدخول فيها شيان: التشهد الأول، والقنوت في الصبح، وفي الوتر في النصف الثاني من شهر

رمضان. وهيئاتها خمسة عشر خَصلة: رفع اليدين عند تكبيرة الإحرام وعند الركوع والرفع منه، ووضع اليمين على الشمال، والتوجُّه، والاستعاذة، والجهر في موضعه، والإسرار في موضعه، والتأمين، وقراءة السورة بعد الفاتحة، والتكبيرات عند الرفع والخفض، وقول سمع الله لمن حمده ربنا لك الحمد، والتسبيح في الركوع والسجود، ووضع اليدين على الفخذين في الجلوس يبسط اليسرى ويقبض اليمنى إلا المُسَبِّحة فإنه يشير بها متشهداً، والافتراش في جميع الجلوسات، والتورك في الجلسة الأخيرة، والتسليمة الثانية. والمرأة تخالف الرجل في خمسة أشياء: فالرجل: يُجافي مرفقيه عن جنبيه، ويُقل بطنه عن فخذه في الركوع والسجود، ويجهر في موضع الجهر، وإذا نابه شيء في الصلاة سبَّح، وعورة الرجل ما بين سرتة وركبته. والمرأة: تَضُم بعضها إلى بعض، وتخفض صوتها بحضرة الرجال الأجانب، وإذا نابها شيء في الصلاة صفقت، وجميع بدن الحرة عورة إلا وجهها وكفيها، والأمة كالرجل. والذي يُبطل الصلاة أحد عشر شيئاً: الكلام العمد، والعمل الكثير، والحدث، وحدث النجاسة، وانكشاف العورة، وتغيير النية، واستدبار القبلة، والأكل، والشرب، والقهقهة، والرَّدة. وركعات الفرائض سبعة عشر ركعة، فيها: أربع وثلاثون سجدة، وأربع وتسعون تكبيرة، وتسع تشهدات، وعشر تسليمات، ومائة وثلاث وخمسون تسبيحة. وجملة الأركان في الصلاة: مائة وستة وعشرون ركناً: في الصبح ثلاثون ركناً، وفي المغرب اثنان وأربعون ركناً، وفي الرباعية أربعة وخمسون ركناً. ومن عَجَز عن القيام في الفريضة صلى جالساً، ومن عجز عن الجلوس صلى مضطجعا. والمتروك من الصلاة ثلاثة أشياء: فرض، وسنة، وهيئة. فالفرض: لا ينوب عنه سجود السهو بل إن ذكره والزمان قريب أتى به، وبنى عليه، وسجد للسهو. والسنة: لا يعود إليها بعد التلبُّس بالفرض، لكنه يسجد للسهو عنها. والهيئة: لا يعود إليها بعد تركها ولا يسجد للسهو عنها. وإذا شك في عدد ما أتى به من الركعات بنى على اليقين- وهو الأقل- وسجد للسهو. وسجود السهو سنة، ومحله قبل السلام. وخمسة أوقات لا يصلَّى فيها إلا صلاة لها سبب: بعد صلاة الصبح حتى تطلع الشمس، وعند طلوعها حتى تتكامل وترتفع قدر رُمح، وإذا استوت حتى تزول، وبعد صلاة العصر حتى تغرب الشمس، وعند الغروب حتى يتكامل غروبها.



### المقياس السابع : الذاكرة الرقمية

#### المقاييس والشروط :

- ١- حفظ ما تستطيع حفظه خلال الوقت المحدد ( خلال ١٠ دقائق )
- ٢- الحفظ بإتقان ١٠٠٪ وقابل للسرد والتقييم
- ٣- لا يقل الإتقان عن ٩٠٪
- ٤- لا تنتقل لسطر آخر قبل أن تتقن ما سبقه
- ٥- الحفظ سيكون بطريقتك العادية التقليدية
- ٦- أي أرقام تحفظها سابقا لا تدخلها في الحسبة

### ترتيب الدول من حيث عدد المسلمين فيها

217,286,000	الهند	١
204,847,000	إندونيسيا	٢
178,097,000	باكستان	٣
148,607,000	بنغلادش	٤
80,024,000	مصر	٥
74,660,000	تركيا	٦
75,728,000	نيجيريا	٧
74,819,000	إيران	٨
34,780,000	الجزائر	٩
32,381,000	المغرب	١٠
31,108,000	العراق	١١
30,855,000	السودان	١٢
29,047,000	أفغانستان	١٣
28,721,000	إثيوبيا	١٤
26,833,000	أوزبكستان	١٥
24,023,000	اليمن	١٦
25,493,000	السعودية	١٧
23,308,000	الصين	١٨
20,895,000	سوريا	١٩

17,139,000	ماليزيا	٢٠
16,379,000	روسيا	٢١
15,627,000	النيجر	٢٢
13,450,000	تانزانيا	٢٣
12,333,000	السنغال	٢٤
12,316,000	مالي	٢٥
10,349,000	تونس	٢٦
9,600,000	بوركينافاسو	٢٧
9,231,000	الصومال	٢٨
8,887,000	كازخستان	٢٩
8,795,000	أذربيجان	٣٠
8,693,000	غينيا	٣١
7,960,000	منطقة ساحل العاج	٣٢
6,404,000	تشاد	٣٣
6,397,000	الأردن	٣٤
6,325,000	ليبيا	٣٥
5,340,000	موزامبيق	٣٦
4,927,000	قيرغيزستان	٣٧
4,830,000	تركمانستان	٣٨
4,737,000	الفلبين	٣٩
4,719,000	ألمانيا	٤٠
4,704,000	فرنسا	٤١
4,298,000	فلسطين	٤٢
4,171,000	سيراليون	٤٣
4,060,000	أوغندا	٤٤
3,952,000	تايلاند	٤٥
3,906,000	غانا	٤٦
3,598,000	الكاميرون	٤٧
3,577,000	الإمارات	٤٨
3,338,000	موريتانيا	٤٩
2,869,000	المملكة المتحدة	٥٠
2,868,000	روسيا	٥١
2,636,000	الكويت	٥٢
2,601,000	ألبانيا	٥٣

2,595,000	الولايات المتحدة	٥٤
2,547,000	عُمان	٥٥
2,542,000	لبنان	٥٦
2,259,000	بنين	٥٧
2,104,000	كوسوفو	٥٨
2,011,000	ملاوي	٥٩
1,909,000	إرتيريا	٦٠
1,889,000	ميانمار	٦١
1,725,000	سيرلانكا	٦٢
1,669,000	غامبيا	٦٣
1,583,000	إيطاليا	٦٤
1,564,000	البوسنة والهرسك	٦٥
1,287,000	فلسطين المحتلة عام ١٩٤٨	٦٦
1,253,000	نيبال	٦٧
1,168,000	قطر	٦٨
1,021,000	إسبانيا	٦٩
1,002,000	بلغاريا	٧٠

## المقياس الثامن: الذاكرة السمعية

### المقاييس والشروط:

- ١- حفظ ما تستطيع حفظه خلال الوقت المحدد (خلال ١٠ دقائق) عن طريق السمع فقط
- ٢- الحفظ بإتقان ١٠٠٪ وقابل للسرد والتقييم
- ٣- لا يقل الإتقان عن ٩٠٪
- ٤- لا تنتقل لسطر آخر قبل أن تتقن ما سبقه
- ٥- الحفظ سيكون بطريقتك العادية التقليدية
- ٦- ما تحفظه سابقا لا تدخله في المقياس الحسبة

## المقررات السمعية (لك الخيار في اختيار نوع الحفظ السمعي)

### أولاً: القرآن

- تحفظ ما تقدر على حفظه سماعيا بدون النظر الى المصحف (كأنك **كفيف البصر**)
- لا مانع من تكرار الآية حتى تحفظها ثم تنتقل الى غيرها
- اختر من خلال الروابط الصفحة التالية لما توقفت عنده في فحص الذاكرة خلال ٦ ساعات

### ثانياً : الحديث النبوي الشريف

- احفظ ما تقدر عليه سماعيا بدون النظر الى الكتاب (تسمع **وتحفظ**) لا مانع من التكرار لكل حديث
- ابدأ من اول حديث واحسب ما تم حفظه من الأحاديث
- انقر الرابط التالي )

( <https://www.youtube.com/watch?v=1uXHUGqSFXg> )

### ثالثاً: حفظ الشعر والقصيد

- احفظ ما تقدر عليه سماعيا بدون النظر الى النص (تسمع **وتحفظ**) ولا مانع من التكرار لكل بيت
- ابدأ من اول القصيدة واحسب ما تم حفظه من الأحاديث
- انقر الرابط التالي

( <https://www.youtube.com/watch?v=2rZQiqQE2c> )

أخيرا ...

قم بتوثيق الفحص التكميلي من خلال ( **جدول فحص الذاكرة التكميلي** ) المرسل اليك من قبل مشرفي التدريبات على مجموعة التليجرام او المنشور في قاعة التدريبات العقلية لتوثيق رحلتك التدريبية بطريقة صحيحة وسليمة