جدول الكشف عن ظلمات القلب

وفق منهج التدبر القرآني

للدكتورة رقية طه جابر العلواني

﴿ أَوَمَن كَانَ مَيْتًا فَأَحْيَيْنَاهُ وَجَعَلْنَا لَهُ نُورًا يَمْشِي بِهِ فِي النَّاسِ كَمَن مَّثَلُهُ فِي الظُّلُمَاتِ لَيْسَ بِخَارِجٍ مِّنْهَا ﴾

[سورة الأنعام: ١٢٢]

هذا الجدول مبني على منهج التدبر القرآني الذي يركز على إصلاح الحواس والقوى الإدراكية (السمع والبصر والقلب) كمدخل أساسي للانتفاع بالقرآن الكريم.

ضع علامة (✓) أمام كل صفة تجدها في نفسك، ثم احسب المجموع لتعرف حال قلبك مع النور والظلمة.

أولاً: موانع التدبر في السمع		
﴿ وَجَعَلْنَا عَلَىٰ قُلُوبِهِمْ أَكِنَّةً أَن يَفْقَهُوهُ وَفِي آذَانِهِمْ وَقْرًا ﴾		
نعم	**العلامة**	**م**
☐	سماع القرآن دون إنصات أو تأثر	**1**
☐	الانشغال بالأصوات والضجيج عن كلام الله	**2**
☐	الإعراض عن سماع الموعظة والذكر	**3**
☐	سماع ما يُغضب الله من غيبة ولغو	**4**
☐	عدم الاستجابة للأذان وداعي الصلاة	**5**
☐	الملل والسآمة عند سماع آيات الله	**6**
☐	تفضيل سماع الباطل على الحق	**7**
/7	**المجموع الجزئي:**	

ثانياً: موانع التدبر في البصر		
﴿ وَتَرَاهُمْ يَنظُرُونَ إِلَيْكَ وَهُمْ لَا يُبْصِرُونَ ﴾		
نعم	العلامة	م
☐	النظر إلى المحرمات والشهوات	1
☐	الغفلة عن التفكر في آيات الله الكونية	2
☐	قراءة القرآن بالعين دون القلب	3
☐	إدمان الشاشات والصور الملهية	4
☐	عدم الاعتبار بأحوال الأمم السابقة	5
☐	النظر إلى الدنيا بعين التعظيم والطمع	6
☐	إغماض البصيرة عن رؤية الحق	7
/7	المجموع الجزئي:	

ثالثاً: أقفال القلب وحُجُبه		
﴿ أَفَلَا يَتَدَبَّرُونَ الْقُرْآنَ أَمْ عَلَىٰ قُلُوبٍ أَقْفَالُهَا ﴾		
نعم	العلامة	م
☐	قسوة القلب وعدم التأثر بالمواعظ	1
☐	الران على القلب من تراكم الذنوب	2
☐	الغفلة المستمرة عن ذكر الله	3
☐	التكبر والعُجب بالنفس	4
☐	الحسد والحقد وسوء الظن	5
☐	حب الدنيا والتعلق بها	6

☐	اتباع الهوى ومخالفة الفطرة	7
☐	ضعف اليقين والشك في الحق	8
/8	المجموع الجزئي:	

رابعاً: علامات انقطاع النور		
﴿ أَوَمَن كَانَ مَيْتًا فَأَحْيَيْنَاهُ وَجَعَلْنَا لَهُ نُورًا يَمْشِي بِهِ فِي النَّاسِ ﴾		
نعم	العلامة	م
☐	ملازمة الهم والحزن والقلق	1
☐	الضيق في الصدر وانعدام الطمأنينة	2
☐	فقدان لذة العبادة والمناجاة	3
☐	التسويف في التوبة والعودة إلى الله	4
☐	عدم التوفيق في الطاعات	5
☐	انعدام البركة في الوقت والرزق	6
☐	الشعور بالوحشة رغم كثرة الناس	7
☐	ظلمة الوجه وعدم البشاشة	8
/8	المجموع الجزئي:	

خامساً: آثار الظلمات في السلوك		
﴿ وَمَن لَّمْ يَجْعَلِ اللَّهُ لَهُ نُورًا فَمَا لَهُ مِن نُّورٍ ﴾		
نعم	العلامة	م
☐	هجر القرآن تلاوةً وتدبراً وعملاً	1

☐	ترك الصلاة أو التكاسل عنها	**2**
☐	قطيعة الرحم وعقوق الوالدين	**3**
☐	الكذب والغش في المعاملات	**4**
☐	أكل المال الحرام أو الشبهات	**5**
☐	إيذاء الخلق بالقول أو الفعل	**6**
☐	إضاعة الوقت في اللهو والباطل	**7**
☐	عدم الأمر بالمعروف والنهي عن المنكر	**8**
/8	المجموع الجزئي:	

المجموع الكلي للعلامات	
/38	**مجموع جميع العلامات المحققة:**

ميزان النور والظلمة

الحالة	المدى	التوصية
نور ساطع	٠ – ٧	القلب سليم متصل بالقرآن، حافظ على هذه النعمة واشكر الله
نور خافت	٨ – ١٤	بوادر حُجب على القلب، راجع علاقتك بالقرآن تدبراً وعملاً
ظلمة خفيفة	١٥ – ٢٢	موانع التدبر بدأت تتراكم، أكثر من التلاوة والتأمل
ظلمة متوسطة	٢٣ – ٣٠	أقفال على القلب، لازم الاستغفار وأعد الصلة بكتاب الله
ظلمة كثيفة	٣١ – ٣٧	القلب بحاجة لعلاج عاجل، توبة نصوح ورجوع للقرآن

وصفة النور من القرآن

﴿ قَدْ جَاءَكُم مِّنَ اللَّهِ نُورٌ وَكِتَابٌ مُّبِينٌ ﴾

أدوية القلب من هدي القرآن		
م	العلاج	الدليل القرآني
1	المداومة على تلاوة القرآن بالتدبر والتفكر	﴿ كِتَابٌ أَنزَلْنَاهُ إِلَيْكَ مُبَارَكٌ لِّيَدَّبَّرُوا آيَاتِهِ ﴾
2	إصلاح السمع بالإنصات للذكر والموعظة	﴿ وَإِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ وَأَنصِتُوا ﴾
3	حفظ البصر والتفكر في آيات الكون	﴿ قُلِ انظُرُوا مَاذَا فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ ﴾
4	تطهير القلب بكثرة الاستغفار والتوبة	﴿ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ ﴾
5	المحافظة على الصلوات وقيام الليل	﴿ إِنَّ الصَّلَاةَ تَنْهَىٰ عَنِ الْفَحْشَاءِ وَالْمُنكَرِ ﴾
6	الصدقة والإنفاق في سبيل الله	﴿ خُذْ مِنْ أَمْوَالِهِمْ صَدَقَةً تُطَهِّرُهُمْ وَتُزَكِّيهِم ﴾
7	مجالسة الصالحين وأهل القرآن	﴿ وَاصْبِرْ نَفْسَكَ مَعَ الَّذِينَ يَدْعُونَ رَبَّهُم ﴾

8	التسبيح والذكر وتعظيم الله	﴿ سَبَّحَ لِلَّهِ مَا فِي السَّمَاوَاتِ وَالْأَرْضِ ﴾

اللهم اجعل القرآن ربيع قلوبنا، ونور صدورنا، وجلاء أحزاننا، وذهاب همومنا

اللهم أحيِ قلوبنا بنور كتابك، واجعلنا ممن يستمعون القول فيتبعون أحسنه

مبني على منهج: تدبر القرآن في إصلاح الإنسان – د. رقية العلواني