

# Panduan Menghafaz Al-Quran

## Sebelum Menghafal

1. Mempunyai azam dan minat untuk menghafal
2. Memilih waktu yang sesuai untuk menghafal.
3. Memilih tempat yang sesuai untuk menghafal.
4. Berada dalam keadaan tenang.
5. Kosongkan fikiran sebelum menghafal.
6. Pilih sebuah jenis mashaf dan jangan ubah dengan jenis mashaf lain.
7. Beristighfar, membaca selawat dan doa sebelum mula menghafal.
8. Membaca ayat 164 surah Al-Baqarah sebelum mula menghafal.

## Teknik Menghafal

### A. Teknik "Chunking"

1. Memisah-misahkan sepotong ayat yang panjang kepada beberapa bahagian yang sesuai mengikut arahan guru.
2. Memisah-misahkan selebar mukasurat kepada beberapa bahagian (2 atau 3 bahagian) yang sesuai.
3. Memisah-misahkan surah kepada beberapa bahagian, contohnya mengikut pertukaran cerita.
4. Memisah-misahkan juz kepada beberapa bahagian mengikut surah, hizib, rubu', cerita dan sebagainya.
5. Memisah-misahkan Al-Qur'an kepada kelompok surah, setiap 10 juz dan sebagainya.

### B. Teknik Mengulang

1. Membaca sepotong atau sebahagian ayat sekurang-kurangnya lima kali sebelum mula menghafalnya.
2. Membaca ayat yang telah dihafal berulang-ulang kali (10 atau lebih) sebelum berpindah ke ayat seterusnya.
3. Selepas menghafal setiap setengah mukasurat, harus diulang beberapa kali sebelum diteruskan bahagian yang kedua.
4. Selepas menghafal satu mukasurat diulang beberapa kali sebelum diteruskan ke muka surat seterusnya.
5. Sebelum menghafal bahagian Al-Qur'an seterusnya, harus diulang bahagian yang sebelumnya.

### C. Teknik Tumpu dan Ingat

1. Menumpukan penglihatan kepada ayat, mukasurat dan lebaran.
2. Pejamkan mata dan cuba melihatnya dengan minda.
3. Sekiranya masih lagi kabur, buka mata dan tumpukan kembali kepada mashaf.
4. Ulanglah sehingga dapat melihat ayat atau mukasurat tersebut dengan mata tertutup.

### D. Teknik Menghafal Dengan Seorang Teman

1. Pilih seorang teman yang sama minat.
2. Orang yang pertama membaca dengan disemak oleh orang yang kedua.
3. Orang yang kedua membaca dengan disemak oleh orang yang pertama.
4. Saling menebuk ayat antara satu sama lain.

### E. Teknik Mendengar Kaset

1. Pilih seorang qari' yang baik bagi seluruh Al-Qur'an atau beberapa qari' bagi surah-surah tertentu.
2. Sebelum mula menghafal, dengar bacaan ayat-ayat yang ingin dihafal beberapa kali.
3. Amati cara, lagu dan tempat berhenti bacaan qari' tersebut sehingga terpahat di fikiran.
4. Mula menghafal ayat-ayat tersebut dengan cara dan gaya qari' tersebut.
5. Sentiasa mendengar kaset bacaan Al-Qur'an dan kurangkan atau tinggalkan pendengaran lagu kerana ia akan mengganggu penghafalan.

### F. Teknik Merakamkan Suara

1. Rakamkan bacaan kita di dalam kaset dan dengar semula untuk memastikan bacaan dan hafalan yang betul.
2. Bagi kanak-kanak, rakamkan bacaan ibu-bapa atau guru kemudian diikuti oleh bacaan kanak-kanak tersebut. Minta kanak-kanak tersebut mendengar kembali rakaman tersebut beberapa kali hingga menghafalnya.

### G. Teknik Menulis

1. Tulis kembali mukasurat yang telah dihafal.
2. Kemudian semak semula dengan mashaf.
3. Menulis setiap ayat pertama awal mukasurat, atau setiap rubu', atau setiap juz, atau setiap surah dalam satu helai

kertas.

#### H. Teknik "Pointers" dan "Keyword"

1. Buat beberapa kotak.
2. Setiap kotak merupakan satu mukasurat.
3. Catit dalam kotak tersebut beberapa perkataan yang menjadi keyword bagi mukasurat tersebut.
4. Merenung dan membayangkan kotak tersebut dalam ingatan.

#### I. Teknik Menghafal Sebelum Tidur

1. Membaca atau menghafal beberapa potong ayat sebelum tidur.
2. Semasa meletakkan mata, dengar kaset bacaan ayat-ayat tersebut dan bayangkan posisi-nya di minda kita.
3. Dengar kembali dari awal surah, juz atau hizib, atau mana-mana yang sesuai sehingga ayat yang telah dihafal. Cuba bayangkan ayat-ayat yang didengar dari kaset di minda kita.

#### J. Teknik "Mindmapping"

1. Bagi setiap Juz, buat 8 cabang, setiap cabang satu rubu'. Tulis ayat pertama rubu' tersebut dicabangnya.
2. Bagi setiap surah, buat cabang bagi setiap pertukaran cerita atau rubu'.
3. Bagi setiap 10 juz, buat cabang bagi setiap juz, dan cabang yang lebih kecil bagi rubu'.

#### Mengekalkan Hafalan

1. Jauhi maksiat mata, maksiat telinga dan maksiat hati.
2. Banyak berdoa, terutama waktu mustajab doa seperti ketika berbuka puasa, ketika belayar, selepas azan dan lain-lain lagi.
3. Kerjakan solat hajat kepada Allah.
4. Kerjakan solat Taqwyatul hifz.
5. Menetapkan kadar bacaan setiap hari, contohnya, selembat, setengah juz, 1 juz dan sebagainya.
6. Membaca pada waktu pagi dan mengulanginya pada waktu malam.
7. Jangan membaca ketika sedang bosan, marah atau mengantuk.
8. Menulis setiap ayat yang mutashabih.

Dipetik daripada website Pusat Tahfiz Al-Quran Singapura  
Semoga Allah melimpahkan rahmat kepada penulisnya.