



الباب الثالث التوبة

الفصل الأول : لماذا التوبة؟ وثمرتها ووقتها.
الفصل الثاني : مراحل التوبة وشروطها.
الفصل الثالث : برنامج يومي لتجديد التوبة.





الفصل الأول

لماذا التوبة؟ وثمرتها ووقتها



معنى التوبة :

تاب إلى الله تعالى توباً وتوبة ومتاباً: رجع عن معصيته وندم عليها، فهو تائب، وتاب الله عليه: غفر له، وعاد عليه بفضلِهِ.

والتواب اسم من أسماء الله الحسنى، ومعناه أنه هو الذى يوفق عباده إلى أسباب التوبة ويقبلها منهم، ويقال للعبد: تواب؛ أى كثير التوبة والندم والاستغفار من الذنوب. يتناول جزء التوبة ثلاث نقاط هى:

لماذا التوبة؟ ويجاب عنها من خلال آيات وأحاديث عن الرسول ﷺ وثمرتها ووقتها. ثم مراحل التوبة وشروطها، سواء ما إذا اتصل الذنب بعلاقة العبد بربه أو بالناس، ثم يتم عرض برنامج يومي، يمكن للأخت المداومة عليه من سنة الرسول ﷺ في التوبة، سواء من خلال العبادات الوضوء والصلاة والقرآن، أو من خلال أعمال اليوم والليلة.

أولاً: لماذا التوبة؟ وثمرتها:

- لأن: «كل بنى آدم خطاء، وخير الخطائين المستغفرون» [أخرجه الترمذى^(١)].
- ليكسب العبد حب الله له، ويكتب له القبول فى الأرض، وقال تعالى: ﴿إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ﴾ [البقرة].
- لأن الله يفرح بتوبة العبد المؤمن.

يقول ﷺ: «لله أفرح بتوبة العبد المؤمن من رجل نزل فى أرض دوية مهلكة، معه راحلته، عليها طعامه وشرابه، فوضع رأسه فنام، فاستيقظ وقد ذهب راحلته، فطلبها حتى إذا اشتد

(١) الترمذى فى صفة القيامة والرفائق والورع (٢٤٩٩)، وقال: «حديث غريب»، وابن ماجه فى الزهد (٤٢٥١)، وحسنه الألبانى.



عليه الحر والعطش أو ما شاء الله، قال: أرجع إلى مكاني الذي كنت فيه فأنام حتى أموت، فوضع رأسه على ساعدته ليموت، فاستيقظ فإذا راحلته عنده عليها زاده وشرابه، فالله تعالى أشد فرحاً بتوبة العبد المؤمن من هذا براحلته» [رواه مسلم] (١).

- لأن الله تعالى يقبل التوبة فهو التواب الرحيم، قال تعالى: ﴿وَهُوَ الَّذِي يَقْبَلُ التَّوْبَةَ عَنْ عِبَادِهِ وَيَعْفُو عَنِ السَّيِّئَاتِ وَيَعْلَمُ مَا تَفْعَلُونَ﴾ (٢٥) [الشورى].

- لأن كثرة الذنوب تطمس القلب، قال تعالى في سورة المطففين: ﴿كَلَّا بَلْ رَانَ عَلَى قُلُوبِهِمْ مَا كَانُوا يَكْسِبُونَ﴾ (١٤) [المطففين].

- لأن الله يغار على العبد، يقول ﷺ: «إن الله تعالى يغار، وغيره الله أن يأتي المرء ما حرم الله عليه» [متفق عليه] (٢).

- لأن الله تعالى غفار، وكثير الخيرات لمن تاب في الدنيا والآخرة، قال تعالى: ﴿فَقُلْتُ اسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ إِنَّهُ كَانَ غَفَّارًا ۖ يُرْسِلُ السَّمَاءَ عَلَيْكُمْ مِدْرَارًا ۖ وَيُمْدِدْكُمْ بِأَمْوَالٍ وَيَبْنِي لَكُمْ جَنَّاتٍ وَيَجْعَلْ لَكُمْ أَنْهَارًا ۖ﴾ (١٢) [نوح]، وفي سورة طه: ﴿وَإِنِّي لَغَفَّارٌ لِمَن تَابَ وَآمَنَ وَعَمِلَ صَالِحًا ثُمَّ اهْتَدَىٰ﴾ (٨٢) [طه: ٨٢].

- لأن الله رحيم ودود، قال تعالى: ﴿وَاسْتَغْفِرُوا رَبَّكُمْ ثُمَّ ثُبُّوا إِلَيْهِ إِن رَفِيعٌ رَّحِيمٌ وَدُودٌ﴾ (٩٠) [هود: ٩٠].

- لأن الله واسع المغفرة، يقول الله تعالى: ﴿الَّذِينَ يَجْتَنِبُونَ كَثِيرَ الْإِثْمِ وَالْفَوَحِشِ إِلَّا اللَّمَمَ إِنَّ رَبَّكَ وَاسِعُ الْمَغْفِرَةِ﴾ [النجم: ٣٢].

- لأن الخطأ من طبيعة ابن آدم، يقول ﷺ: «كل ابن آدم خطاء، وخير الخطائين المستغفرون» [أخرجه الترمذی] (٣).

يقول الله تعالى: ﴿وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا ۖ فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا ۗ قَدْ أَفْلَحَ مَن زَكَّاهَا ۖ﴾ (١) [الشمس: ١] وَقَدْ خَابَ مَن دَسَّاهَا ۖ﴾ (١٠) [الشمس: ١٠].

(١) مسلم في التوبة (٣/٢٧٤٤).

(٢) البخاري في النكاح (٥٢٢٣)، ومسلم في التوبة (٣٦/٢٧٦١).

(٣) سبق تخریجه في الصفحة السابقة.



- للخروج من الضيق والهم، ولتوسعة الرزق، يقول ﷺ: «من لزم الاستغفار جعل الله له من كل ضيق مخرجاً، ومن كل هم فرجاً، ورزقه من حيث لا يحتسب» [رواه أبو داود^(١)].

- لأن الله واسع المغفرة:

عن أنس رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، قال: سمعت رسول الله ﷺ يقول: «قال الله تعالى: يا بن آدم، إنك ما دعوتني ورجوتني، غفرت لك على ما كان منك ولا أبالي، يا بن آدم، لو بلغت ذنوبك عنان السماء، ثم استغفرتني غفرت لك، يا بن آدم، إنك لو أتيتني بقراب الأرض خطايا، ثم لقيتني لا تشرك بي شيئاً، لأتيتك بقرابها مغفرة» [رواه الترمذي^(٢)].

- لأن الله أقرب للعبد من نفسه، ولا يخفى عليه مثقال ذرة، يقول الله تعالى في سورة ق:

﴿وَمَنْ أَقْرَبُ إِلَيْهِ مِنْ حَبْلِ الْوَرِيدِ﴾ [ق].

- لأن الله تعالى أسرع وأقرب للعبد من العبد إليه، يقول ﷺ فيما يرويه عن ربه عز وجل: «إذا تقرب العبد إلى شبراً تقربت إليه ذراعاً، وإذا تقرب إلى ذراعاً تقربت إليه باعاً، وإذا أتاني يمشي أتيته هرولة» [رواه البخاري^(٣)].

- للوقاية من عذاب الله، قال تعالى: ﴿وَمَا كَانِ اللَّهُ لِيُعَذِّبَهُمْ وَأَنْتَ فِيهِمْ وَمَا كَانِ اللَّهُ

مُعَذِّبَهُمْ وَهُمْ يَسْتَغْفِرُونَ﴾ [الأنفال].

- لأن الله تعالى هو الذي يغفر الذنوب وحده، يقول الله تعالى: ﴿وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَحْشَةً

أَوْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا الذُّنُوبَ مِنْ رَبِّهِمْ وَمَنْ يَغْفِرِ الذُّنُوبَ إِلَّا اللَّهُ وَلَمْ يُصِرُّوا عَلَى مَا فَعَلُوا وَهُمْ يَعْلَمُونَ﴾ [١٣٥] أُولَئِكَ جَزَاءُهم مَغْفِرَةٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَجَنَّتْ بُحْرَى مِنْ تَحْتِهَا الْآثَرُ خَلْدَيْنِ فِيهَا وَنِعْمَ أَجْرُ الْعَمَلِينَ﴾ [آل عمران].

- لسوء تقدير الإنسان للذنوب، قال تعالى: ﴿وَتَحْسَبُونَهُ هَيِّنًا وَهُوَ عِنْدَ اللَّهِ عَظِيمٌ﴾ [النور].

- لسرعة الحساب والعقاب، قال تعالى: ﴿إِنَّ رَبَّكَ لَسَرِيعُ الْعِقَابِ وَإِنَّهُ لَغَفُورٌ رَحِيمٌ﴾ [الأعراف].

(١) أبو داود في الصلاة (١٥١٨)، وأحمد (٢٤٨/١)، وقال الشيخ أحمد شاكر (٢٢٣٤): «إسناده صحيح».

(٢) الترمذي في الدعوات (٣٥٤٠) وقال: «حديث غريب».

(٣) البخاري في التوحيد (٧٥٣٦، ٧٥٣٧).



- لأن الله يغفر الذنوب جميعاً، قال تعالى: ﴿قُلْ يَعْبادِي الَّذِينَ أَسْرَفُوا عَلَىٰ أَنْفُسِهِمْ لَا تَقْنَطُوا مِن رَّحْمَةِ اللَّهِ إِنَّ اللَّهَ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ جَمِيعاً إِنَّهُ هُوَ الْغَفُورُ الرَّحِيمُ﴾ (٥٣) ﴿الزُّمَر﴾.

- لأن رحمة الله تغلب غضبه، عن أبي هريرة، قال ﷺ: «لما خلق الله الخلق كتب في كتاب - فهو عنده فوق العرش - إن رحمتي تغلب غضبي» [متفق عليه] (١).

- لأن رحمة الله واسعة، يقول ﷺ: «لو يعلم المؤمن ما عند الله من العقوبة، ما طمع بجنته أحد، ولو يعلم الكافر ما عند الله من الرحمة، ما قنط من رحمته» [رواه مسلم، عن أبي هريرة] (٢).

ولماذا للنساء خاصة؟

- لأن النساء يكثرن اللعن ويكفرن العشير، أو ينكرن خير الزوج، يقول ﷺ: «يا معشر النساء تصدقن، وأكثرن من الاستغفار؛ فإني رأيتكن أكثر أهل النار». قالت امرأة منهن: ما لنا أكثر أهل النار؟ قال: «تكثرن اللعن، وتكفرن العشير» [رواه مسلم، من حديث ابن عمر] (٣).

ثانياً: وقت التوبة:

فور معرفة الذنب، تجب التوبة في أقرب وقت عرف فيه المؤمن أنه قد وقع في الذنب، وفي هذه الحالة عليه التوبة، وعلى الله المغفرة، قال تعالى: ﴿وَأَنْفِقُوا مِنْ مَّا رَزَقْنَاكُمْ مِنْ قَبْلِ أَنْ يَأْفِكَ أَحَدُكُمْ أَمْوَتٌ فَيَقُولَ رَبِّ لَوْلَا أَخَّرْتَنِي إِلَىٰ أَجَلٍ قَرِيبٍ فَأَصَّدَّقَ وَأَكُنْ مِنَ الصَّالِحِينَ﴾ (١٠) وَلَنْ يُؤَخِّرَ اللَّهُ نَفْسًا إِذَا جَاءَ أَجَلُهَا [المنافقون].

ولماذا ينتظر المؤمن اليوم الثاني ليتوب؟! وقد قال ﷺ: «إن الله عز وجل ييسر يده بالتوبة لمسيء الليل إلى النهار، ولمسيء النهار إلى الليل، حتى تطلع الشمس من مغربها» [رواه مسلم] (٤). وقال تعالى: ﴿فَإِنَّهُ كَانَ لِلْأَوَّابِينَ غَفُوراً﴾ (١٥) ﴿الإسراء﴾.

(١) البخارى في التوحيد (٧٤٠٤)، ومسلم في التوبة (٢٧٥١/١٤).

(٢) مسلم في التوبة (٢٧٥٥/٢٣).

(٣) مسلم في الإيمان (١٣٢/٧٩).

(٤) مسلم في التوبة (٢٧٥٩/٣١).



وقال ﷺ: «أتبع السيئة الحسنة تمحها...» [الترمذى] (١).

والمسارعة إلى التوبة والمغفرة، فهما طريقان إلى الجنة، قال تعالى: ﴿وَسَارِعُوا إِلَى مَغْفِرَةٍ مِّن رَّبِّكُمْ وَجَنَّةٍ عَرْضُهَا السَّمَوَاتُ وَالْأَرْضُ أُعِدَّتْ لِلْمُتَّقِينَ﴾ [آل عمران].

عن أبي عبد الرحمن بن عبد الله بن عمر بن الخطاب، قال: قال رسول الله ﷺ: «إن الله يقبل توبة العبد ما لم يغرغر» [رواه الترمذى] (٢)، وقال: «حسن».

وعن أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، قال: قال رسول الله ﷺ: «من تاب قبل أن تطلع الشمس من مغربها تاب الله عليه» [رواه مسلم] (٣).

الاستغفار طوال اليوم:

عن أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، قال: قال رسول الله ﷺ: «والله إنى لأستغفر الله وأتوب إليه في اليوم أكثر من سبعين مرة» [رواه البخارى] (٤).

وفي الأيام التى تفتح فيها أبواب الجنة:

عن أبي هريرة رَضِيَ اللَّهُ عَنْهُ، قال: قال رسول الله ﷺ: «تفتح أبواب الجنة يوم الاثنين ويوم الخميس، فيغفر لكل عبد لا يشرك بالله شيئاً، إلا رجلاً كانت بينه وبين أخيه شحناء، فيقال: أنظروا هذين حتى يصطلحا! أنظروا هذين حتى يصطلحا» [رواه مسلم] (٥).

(١) الترمذى فى البر والصلة (١٩٨٧)، وقال: «حسن صحيح».

(٢) الترمذى فى الدعوات (٣٥٣٧)، وقال: «حسن غريب».

(٣) مسلم فى الذكر والدعاء والتوبة والاستغفار (٤٣/٢٧٠٣).

(٤) البخارى فى الدعوات (٦٣٠٧).

(٥) مسلم فى البر والصلة والآداب (٣٥/٢٥٦٥).