

الصوم

الكاتب: القمص زكريا بطرس
الناشر: www.fatherzakaria.com

وأما أنت فمتى صمت فادهن رأسك واغسل وجهك، لكي لا
تظهر للناس صائما
(مت ٦: ١٧)

مقدمة

للصوم أبعاد كثيرة، فهو وسيلة نعمة للمبتدئين، وذبيحة حب للمجاهدين، ومتعة روحية للناضجين.

وسنكتفي هنا بالحديث عن الصوم كوسيلة نعمة لنا كمبتدئين، فنوضح:

- أهمية الصوم.
- أنواع الصوم.
- دواعي الصوم.
- ممارسة الصوم.
- ثمار الصوم.

أولاً: أهمية الصوم

ربما يتطرق إلى ذهن البعض أن الصوم ليس ضرورياً للمؤمن!! ولكننا إذ ندرس الكتاب المقدس بهذا الخصوص يتضح لنا أن الصوم أمر جوهري وفي غاية الأهمية لحياة المؤمن في مراحل نموه المتتابة. وتبرز أهمية الصوم مما يلي:

(١) انه ركن أساسي في العبادة:

لقد تكلم الرب يسوع المسيح في العظة على الجبل عن ثلاثة أركان أساسية في العبادة هي: الصلاة، والصوم، والصدقة. وبخصوص الصوم قال: "وأما أنت فمتى صمت فادهن رأسك واغسل وجهك، لكي لا تظهر للناس صائماً، بل لأبيك الذي في الخفاء، فأبوك الذي يرى في الخفاء يجازيك علانية" (مت ٦: ١٧).

لاحظ الارتباط بين الصوم وبين أبوة الله، فأبناء الله يصومون ليظهروا لأبيهم، وأبوهم يجازيهم علانية، فالصوم كما يتضح هو وسيلة لنوال النعمة من الله، فليس الصوم هدفاً في حد ذاته، والمؤمن يصوم لأنه واثق من محبة الله كأب له، لا لكي يدفع ثمن الحب.

(٢) لقد مارسه المسيح بنفسه:

لو كان الصوم بلا أهمية لما صام المسيح أربعين يوماً، (مت ٤: ٢)، ولكن إذ مارس السيد الصوم، فقد أبرز أهميته لحياة المؤمن عملياً كقدوة لنا.

(٣) مارسه رجال الله في العهدين:

ومما يوضح أهمية الصوم أيضاً أن رجال الله في العهد القديم وفي العهد الجديد قد مارسوا الصوم بأنفسهم.

(أ) من رجال العهد القديم:

موسى النبي صام أربعين يوماً (خر ٣٤: ٢٨)، وإيليا النبي صام أربعين يوماً (مل ١٩: ٨)، وصام دانيال النبي بالبقول (دانيال ٩: ٢) وأيضاً حزقيال النبي (حز ٤: ٩) وداود النبي كذلك (مز ٣٥: ١٣)، وغيرهم كثيرون.

(ب) من رجال العهد الجديد:

- التلاميذ: عندما سُئل المسيح عن عدم صومهم أجاب: "... حين يرفع العريس عنهم فحينئذ يصومون في تلك الأيام" (لو ٥: ٣٣-٣٥).
 - معلمنا بولس الرسول إذ يقول: "... في أتعاب، في أسهار، في أصوام" (٢ كو ٦: ٥).
 - معلمنا بطرس الرسول: "فجاع كثيراً واشتهى أن يأكل... فقال كرنيليوس منذ أربعة أيام إلى هذه الساعة كنت صائماً" (أع ١٠: ١٠-٣٠).
 - والآباء الرسل إذ قيل "وفيما هم يخدمون الرب ويصومون، قال الروح القدس، افرزوا لي برنابا وشاول للعمل الذي دعوتهما إليه، فصاموا حينئذ وصلوا ووضعوا عليهما الأيادي" (أع ١٣: ٢). [أع ١٤: ٢٣، أع ٢٧: ٩-٢١]
- مما تقدم يتضح لنا أهمية الصوم لحياة المؤمن، ونتقدم الآن لنعرف أنواع الصوم.

ثانياً: أنواع الصوم

الصوم نوعان: فردي وجماعي.

(١) الصوم الفردي:

وهو صوم خاص، لأغراض معينة، مثل صوم موسى النبي، وإيليا، ودانيال، وحزقيال، وداود، وبولس الرسول وبطرس الرسول وكرنيليوس (أع ١٠: ٣٠). وبالتبعية فالمؤمن يمكن أن تكون له أصوام خاصة فردية، بشرط أن تكون تحت إشراف أب اعترافه.

(٢) الصوم الجماعي:

وهو صوم عام، يشترك فيه الشعب:

(أ) في العهد القديم:

- صوم أهل نينوى (يو ٣: ٥-٩).
- صوم أستير وشعبها (أس ١٦، ٤: ٣).
- صوم بني إسرائيل أيام عزرا الكاهن (عز ٨: ٢١).
- أصوام "الشهر الرابع، والخامس والسابع والعاشر" (زك ٨: ١٩).

(ب) في العهد الجديد:

١- صوم الكنيسة في أنطاكية "وفيما هم يخدمون الرب ويصومون، قال الروح القدس، افرزوا لي برنابا وشاول للعمل الذي دعوتهما إليه، فصاموا حينئذ وصلوا ووضعوا عليهما الأيادي" (أع ١٣: ٢).

٢- صوم بولس الرسول ومن معه: "ولما مضى زمان طويل وصار السفر في البحر خطراً إذ كان الصوم أيضاً قد مضى جعل بولس يندرهم" (أع٢٧:٩).

٣- وأيضاً صومهم ثانية: "فلما حصل صوم كثير حينئذ وقف بولس في وسطهم..." (أع٢٧:٢١).

وقد يسأل سائل: من الذي حدد الأصوام الجماعية؟

الإجابة: الكنيسة بما فوض لها السيد المسيح من سلطان قد حددت هذه الأصوام في مجامع مسكونية فكما عقدت الكنيسة في عصر الرسل مجمعاً في أورشليم بخصوص بعض القضايا الإيمانية كما جاء في سفر أعمال الرسل ١٥: ١-٢٩ هكذا عقدت الكنيسة خلال تاريخها الطويل مجامع مسكونية للنظر فيما يواجه الكنيسة من قضايا خاصة بالإيمان والعقيدة وتقرير ما تراه نافعاً لحياة أبنائها الروحية ومن هذه الأمور قرارات المجامع بخصوص الأصوام الجماعية المعروفة في الكنيسة الآن مثل: الصوم الكبير، وصوم الأربعاء، والجمعة، وصوم الميلاد، وصوم الرسل، وصوم العذراء، وصوم نينوى.

وكل صوم له نظامه الذي يتفق عليه المؤمن مع أب اعترافه، حتى لا يأخذ الصوم صفة الروتين، أو الفريضة الإجبارية، بل لكي يمارسه المؤمن من منطلق أنه وسيلة من وسائل نوال النعمة الإلهية، كما سيتضح من مناقشة النقطة التالية، الخاصة بدواعي الصوم بالنسبة للمبتدئين في الحياة الروحية.

ثالثاً: دواعي الصوم

هناك أمور عديدة تدعو المؤمن المبتدئ أن يصوم، ونلاحظ أن هناك دواعي أخرى للصوم بالنسبة للقامات الأخرى في حياة المؤمنين، ولكننا لن نتعرض لها، بل نحصر حديثنا فيما يخص المبتدئين، فمن هذه الدواعي والأسباب ما يلي:

(١) التوبة:

معلمنا داود النبي يقول: "أبكي بصوم نفسي" (مز ٦٩: ١٠)، وكذلك أهل نينوى "نادوا بصوم ولبسوا مسوحاً من كبيرهم إلى صغيرهم" (يون ٣: ٥) وتابوا بمناداة يونان.

والمؤمن إذ يقدم توبة لله عن ضعفاته وسقطاته وخطاياهم يحتاج إلى أن يقرن توبته بالصوم.

(٢) طلب نعمة:

لقد صلى عزرا الكاهن ونادى بصوم، ووضح سبب الصوم بقوله: "لكي نتذل أمام إلهنا، لنطلب طريقاً مستقيماً لنا، ولأطفالنا، ولكل ما لنا ... فصمنا، وطلبنا ذلك من إلهنا فاستجاب لنا" (عز ٨: ٢١-٢٣).

(٣) الغذاء الروحي:

يقول الوحي الإلهي عن الرب يسوع أنه "بعد ما صام أربعين يوماً وأربعين ليلة جاع أخيراً. فتقدم إليه المجرب وقال له إن كنت ابن الله، فقل أن تصير الحجارة خبزاً. فأجاب وقال مكتوب ليس بالخبز وحده يحيا الإنسان بل بكل كلمة تخرج من فم الله" (مت ٤: ٢-٤).

فإذ يصوم المؤمن عن الغذاء المادي يشبع بالغذاء الروحي، الذي هو كلمة الله.

هذه بعض دواعي الصوم في حياة المؤمن المبتدئ، كابن الله، إذ يقدم توبة متجددة لأبيه، طالبا منه نعمة لطريقه معه، وغذاء لروحه.

ويلزم أن يكون الصوم مصحوبا بوسائل أخرى حتى تكون ممارسته فعالة.

رابعاً: ممارسة الصوم

يوضح لنا الكتاب المقدس أن الصوم كان مصحوبا بوسائل نعمة أخرى، حتى يأتي بثماره المرجوة منه، كما يتضح مما يلي:

(١) ارتباط الصوم بالصلاة:

يقول نحميا "فلما سمعت هذا الكلام جلست وبكيت ونحت أياماً، وصمت وصليت أمام إله السماء" (نح ١: ٤).
والآباء الرسل في العهد الجديد قيل عنهم "وبينما هم يخدمون الرب ويصومون قال الروح القدس، افرزوا لي برنابا وشاول للعمل الذي دعوتهما إليه، فصاموا حينئذ وصلوا..." (أع ١٣: ٣٢).

وقال رب المجد عن الشيطان "هذا الجنس لا يمكن أن يخرج بشيء إلا بالصلاة والصوم" (مت ٩: ٢٩).

فلا بد أن يقترن صومنا بالصلاة حتى يكون فعالا ويحقق هدفه.

(٢) ارتباط الصوم بالثقة في الله:

ما قيمة الصوم إن لم يكن مصحوباً بالثقة في الله، وكيف إذن يستجيب للطلبات والصلوات إن لم تكن هناك ثقة؟ لذلك حرص الوحي الإلهي أن يبرز هذه الحقيقة بجلاء في صدر حديثه عن صوم أهل نينوى إذ قال "فأمن أهل نينوى بالله ونادوا بصوم...." (يون ٣: ٥) فليثق المؤمن أن الله على استعداد أن يستجيب له ويلبي طلباته التي من أجلها يصوم.

(٣) ارتباط الصوم بالانقطاع:

تعريف الصوم، هو الانقطاع عن الطعام فترة معينة من الزمن يتناول الصائم بعدها طعاما خاليا من الدسم الحيواني.

فلا بد إذن من الانقطاع عن الأكل صباحا لفترة زمنية يحددها، نوع الصوم، إذ لكل صوم زمن للانقطاع " ثم في الغد فيما هم يسافرون ويقتربون إلى المدينة صعد بطرس على السطح ليصلي

نحو الساعة السادسة فجاع كثيراً واشتهى أن يأكل. وبينما هم يهيئون له وقعت عليه غيبة." (أع ١٠: ٩).

ويدخل في تحديدها عوامل مختلفة كالمرض وغيره، لذلك يتحتم الاسترشاد بحكمة أب الاعتراف.

وأهمية فترة الانقطاع هي أن تعطي للجسد الجائع أن يحس بجوع النفس والروح إلى التغذية بخبز الحياة النازل من فوق (يو ٦: ٤٦).

(٤) تحديد أنواع الطعام في الصوم:

أ- الانقطاع عن اللحوم "لم أكل طعاماً شهياً ولم يدخل في فمي لحم ولا خمر ولم أدهن حتى تمت ثلاثة أسابيع أيام." (١٠د: ٣).

ب- أكل البقول "جرب عبيدك عشرة أيام فليعطونا القطني لنأكل وماء لنشرب." (١٢د: ١)، "وخذ أنت لنفسك قمحا وشعيراً وفولاً وعدساً ودخناً وكرسنة وضعها في وعاء واحد واصنعها لنفسك خبزاً كعدد الأيام التي تتكئ فيها على جنبك. ثلاث مئة يوم وتسعين يوماً تأكله." (حز ٤: ٩).

ج- الانقطاع عن السمن واستخدام الزيت "ركبتاي ارتعشتا من الصوم ولحمي هزل عن سمن." (مز ١٠٩: ٢٤).

هذه بعض الأركان التي ينبغي أن تراعى في ممارسة الصوم، الصلاة، والثقة في الله، وفترة الانقطاع.

(٥) اعتراض:

قد يعترض البعض بقول بولس الرسول: "فلا يحكم عليكم أحد في أكل أو شرب أو من جهة عيد أو هلال أو سبت" كو ٢: ١٦.

الإجابة: الواقع أن معلمنا بولس الرسول لا يعترض على أصوام الكنيسة لأنه هو نفسه مارس الصوم "ولما مضى زمان طويل وصار السفر في البحر خطراً إذ كان الصوم أيضاً قد مضى جعل بولس يندبرهم... فلما حصل صوم كثير حينئذ وقف بولس في وسطهم..." (أع ٢١: ٢٧، ٢٨) وإنما قصد بالكلام المذكور في هذا الاعتراض بالأكل الذي يحرمه اليهود من جهة النجاسة بدليل أنه يذكر أيضاً أعياد اليهود (الهلال والسبت)، فحديث بولس هو بعدم ممارسة مؤمني العهد الجديد لشريعة العهد القديم.

وبقي أن نتعرف على بركات الصوم.

خامساً- بركات الصوم

إن الآب السماوي إذ يتقدم إليه أبناءه المؤمنين بالصلوات المقترنة بالصوم، لابد وأن يكافئهم بالبركات كما قال الرب يسوع "وأما أنت فمتى صمت فادهن رأسك واغسل وجهك، لكي لا تظهر للناس صائماً بل لأبيك الذي في الخفاء، فأبوك الذي يرى في الخفاء يجازيك (يكافئك) علانية" (مت ١٨، ٦: ١٧).

والبركات التي تحصل عليها بالصوم كثيرة، كما يتضح من الكتاب المقدس، ولكننا سوف نقتصر على بعض مما ذكره أشعيا النبي بصدد حديثه عن بركات الصوم، والبركات التي سنقتصر عليها هي ما تخص صومنا كمبتدئين. فقد قال أشعيا النبي "أليس هذا صوماً أختاره: حل قيود الشر، فك عقد النير... حينئذ ينفجر مثل الصبح نورك، وتثبت صحتك، ويسير برك أمامك، ومجد الرب يجمع ساقتك، حينئذ تدعو فيجيب الرب، تستغيث فيقول هأنذا... يشرق في الظلمة نورك، ويكون الظلام الدامس مثل الظهر، ويقودك الرب على الدوام، ويُسبغ في الجذوب نفسك، وينشط عظامك فتصير كجنة رياء، وكنبع مياه لا تنقطع مياهه..." (أش ٥٨: ١). فمن هذه البركات:

١ [السلام المشع مثل النور:

"يكون ظلامك الدامس مثل الظهر" (أش ٥٨: ١٠) فالظلام ملئ بالمخاوف والاضطرابات، ولكنها سرعان ما تختفي من قلب المؤمن عندما "ينفجر مثل الصبح نوره..." (أش ٥٨: ٨). وذلك نتيجة لحياة الصوم التي يتحدث عنها النبي.

٢ [استجابة الصلاة:

"حينئذ تدعو فيجيب الرب" (أش ٥٨: ٩) فعندما تقترن الصلاة بالصوم تحصل على موافقة الرب إذ ينظر إلى انسحاق القلب بالصوم فترق أحشائه ويستجيب.

٣ [سرعة النجدة:

"تستغيث فيقول هأنذا" (أش ٥٨: ٩) يا لبركة الصوم! لا يتأخر الرب عن نجدة الصائم المستغيث إليه.

٤ [الشبع الروحي:

"ويُسبغ في الجذوب نفسك" (أش ٥٨: ١١) عندما يجوع الجسد تشبع الروح. نعم لأن "الجسد يشتهي ضد الروح والروح ضد الجسد..." (غل ٥: ١٧).

٥ [القيادة الروحية والإرشاد الإلهي:

"ويقودك الرب على الدوام" (أش ٥٨: ١١) عندما يتخلى الإنسان عن قوته الجسدية والذهنية، وتهبط قواه تحت وطأة الجوع، يبدأ الرب يأخذ دوره القيادي في حياته. هذه بعض بركات الصوم التي يحصل عليها المؤمن في حياته.

أرجو من الرب أن يعيننا لنقدم صوماً مقبولاً للرب فنحصل على بركاته الغنية لحياتنا. آمين.