

ممارسة الصوم

ممارسة يشرحها لنا الانجيل والكتاب المقدس كي نستفيد منها في حياتنا الروحية ونريح أنفسنا وبيتعد الشرير ويخزي مهرولا بعيدا لكي نقي حياتنا الأرضية المليئة بالأضداد وفيها منها الشيء الكثير والذي لا يمكن احصاؤه أبدا والأبرز بين هذه الأضداد هو الشر بمواجهة الخير، ويسوع بجملة بسيطة يعلمنا عن كيفية التغلب على الشرير وذلك بواسطة (الصوم والصلاة) حيث يقول في متى 21:17 واما هذا الجنس فلا يخرج الا بالصلاة **والصوم** ونفس العبارة تقريبا نجدها في مرقس 9:29، وهو له المجد استعد لمواجهة الشرير بصيامه أربعين يوما وأربعين ليلة وبعدها وهن جسمه وضعف وجاع وجاءه أبليلس بثلاث تجارب شيطانية بغية الإيقاع به واضعا أمامه حيلة ومكائد منها تحويل الحجارة خبزا، والجاه والمال بأعطائه كل الأمم على مدى النظر والغرور بأن يرمي بنفسه من جناح الهيكل محتجا بأن الملائكة لن تترك رجله تصطدم بحجر!!!

بعد هذه المقدمة فقد حددت الكنيسة لمؤمنيها أطارا عاما للصوم مستغلة السنة الليترجية وما فيها من مراكز مهمة؛ كالميلاد .. الباعوثة .. القيامة .. الرسل .. مريم العذراء وغير ذلك كثير بغية أن يروض المؤمن نفسه ويشعر بحال الإنسان الفقير الذي لا يجد قوت يومه وقد ينام جائعا محروما من أبسط مقومات الحياة. وكانت الكنيسة سابقا تضع أصواما كثيرة لسهولة الحياة حينها لأن الإنسان كان يعتمد على الزراعة خاصة ونحن نتكلم عن **إنسان ما بين النهرين**، وكانت زراعته تعتمد على سقوط الأمطار وكان له وقت فراغ كبير بحكم هذا العمل لذلك نجد في هذا المجال الرهبان الذين كانوا يعتصمون بمغارات الجبال وبيتعدون عن باقي البشر ويطيلون بالصلاة بحيث كانوا يمضون معظم النهار بتلاوتها وحتى معظم ساعات الليل ولم يكونوا ليضيعوا أية دقيقة إلا واستفادوا منها، ولدينا أمثلة منهم الشمس **مار أفرام** الملقب بكنارة الروح أو معلم الكنيسة الجامعة هذا الإنسان العظيم والغني عن التعريف وضع أشعارا جمّة لازلنا نتلوها في صلواتنا الليترجية بألحان شجية إيمانية منها في شرح الكتاب، أو في تمجيد الرب أو في العذراء أو الأسرار الكنسية وغيرها، فالحالة التي كانت عليها الكنيسة في ذلك الزمان أفرزت لنا آباء قديسين كثر أصبحوا لنا أرتا روحيا بما خلفوه من كتابات ومواظ وممارسات.

لكن الصوم هذه الأيام تغير كثيرا لأن الكنيسة ليست كيانا جامدا معزولا عن التطور وعن أتباعها من المؤمنين لأنها تواكب الحياة العامة بتفاصيلها وتعيش مع مؤمنينا لحظة بلحظة تتألم لألمهم وتفرح لفرحهم لذلك نجدها اليوم تشرح لنا مفهوما جديدا للصوم يختلف عما عاشه أجدادنا فنجد اليوم:

**** الصوم من اللحم يوم الجمعة من كل أسبوع وليس لكل أيام الجمع في السنة لوجود ما يقع فيها تذكارات للقديسين أو أعياد يُسمح فيها تناول اللحم وفي هذا الجانب كان أجدادنا يصومون إلى جانب يوم الجمعة يوم الأربعاء أي بمعدل يومين في الأسبوع، وبحساب بسيط أي انهم كانوا بهذه الممارسة يصومون 104 يوما في السنة باعتبار السنة مكونة من 52 أسبوعا وإن كان الصوم من اللحم فقط.**

**** تم غض النظر عن أصوام كثيرة وبعضها اقتصر على الصوم من اللحم ولليوم الذي يسبق المناسبة كما في صوم الميلاد أو صوم السيدة، رغم أن هذا يختلف من طائفة إلى أخرى، وبالإضافة إلى مدة الصوم فقد شهدت تغيرا هي الأخرى لأن الصوم في الماضي كان من **النجم إلى النجم**؛ أي من آخر نجم نشاهده وقت الفجر**

إلى أول نجم نشاهده بعد الغروب، ووجدت الكنيسة أن هذا الصوم يرهق الإنسان وخاصة من له عمل شاق أو به مرض يمنعه من الصيام أو يؤدي الصوم الطويل لضرر في صحته، فتغير الزمن من منتصف الليل إلى منتصف النهار بوقت محدد لا يتغير حسب الفصول، كما أختصرت الكنيسة أيضا الصوم الخمسيني إلى صوم اليوم الأول والجمعة العظيمة أو صوم الأسبوع الأول والأخير من الزفرين. وهذا الصوم أيضا شهد تغيرا هو الآخر، لأنه تقليد لصوم ربنا الأربعيني ومع تقادم الزمن تم إضافة أسبوع الآلام له ليسمى بالخمسيني، وسمحت الكنيسة بعدم الصوم أيام الأحاد لأن كل أحد هو تذكار ليوم قيامة الرب من بين الأموات ويعتبر عيدا لا يمكن الصيام فيه، وبهذا لن يبقى من أسابيع الصوم سوى أربعون يوما أو ما يقارب هذا الرقم ليكون تقليدا لما مارسه ربنا في البرية قبل أن يجرب من إبليس.

وأیضا مفهوم الصوم أصبح غير مقيدا مثل السابق بالانقطاع عن الأكل فقط، إنما الصوم نفهمه اليوم عندما يصوم اللسان من أذية الآخر، وعندما أصوم عما عودت نفسي عليها من: مشاهدة التلفزيون .. الأفلام .. المسلسلات .. الكومبيوتر .. من الشراب .. من النوم .. من الشك .. ومن المذات، وبهذا تصبح أنواع الصوم كثيرة ومتعددة الأشكال تماما كما بتنا نفهم الصلاة ونمارسها بأنواع وأشكال شتى، فبعدها علّمنا المسيح له المجد صلاة (الأبانا) نجد اليوم من يقول بصلاة القلب .. صلاة العقل .. صلاة التأمل .. الصلاة من خلال ممارسات معينة منها: أطعم الجياع .. كسو العراة .. زيارة المرضى والمسجونين .. بحيث نجد من يصلي وكأنه يتحدث بكلام اعتيادي مع الله ولما لا طالما أن الصلاة هي كلام مع الله.

والصوم والصلاة أمران مهمان لأننا نجد الكتاب المقدس يربط بينهما باستمرار عندما يقول: واما هذا الجنس فلا يخرج الا بالصلاة والصوم كما ذكرناها من قبل، وإلى جانب هذا الكلام نجد كنيسةنا المشرقية تشرك هاتين الكلمتين معا ومنها ما نقوله خلال القداس أيام الصوم : (بصوما وصلوثا وثوآثا دنوآشا نرعيو لمشيحا ولآوي وكروحيه) أي أننا بصومنا وصلاتنا وترويض النفس نقرب من المسيح ومن أبيه وروحه، فهنا يتبين بوضوح أن الصوم مع الصلاة وأعمال التوبة هي التي تقربنا من الله.

وعلينا الاقتداء بربنا له المجد كونه كان يستعد لأمر عظام بالصلاة والصوم، ونحن علينا أيضا يجب علينا ذلك ولا نتخذ من ذريعة كون الكنيسة لا تريد وضع أعباء إضافية على مؤمنينا للظروف الراهنة الصعبة وكونها تركت الخيار للمؤمنين في مسألة الصيام وهنا المؤمن بعد أن توضحت له الصورة فعليه وضع استراتيجية مهمة لفائدته الروحية كي ينال رضا الله والكنيسة والفوز أو التغلب على المواقف الصعبة التي يضعنا الشرير فيها وكم شرير موجود في عالم اليوم؟

وكمثال واقعي نجد كيف تغير قرار الله فيما يخص أهل نينوى عندما صاموا صوما حقيقيا كما يروي لنا التقليد من ملكهم إلى حيواناتهم حيث مارسوا التقشف ولبسوا المسوح وتابوا توبة حقيقية لله الذي عفا عنهم وأبعد الخراب الذي كان مزمعا أن يحل في مدينتهم رغم أنه أرسل لهم نبيا هو يونان ينذرهم بالغضب الآتي، لكنهم لم ييأسوا من رحمة الله ونالوا مبتغاهم، والإنجيل يذكر لنا أن الحاحنا يكون السبب من بين الأسباب الذي ننال بموجبه مبتغانا ممن نطلب منه.

لذلك علينا أن نقفدي بمن سبقونا ونقرن التوبة بالصوم ويكون كل هذا حقيقيا وليس شكليا وليس لإرضاء هذا أو ذاك أو خجلا من الكاهن أو الزوج أو الصديق ... بل نوجهه لله ونعي فائدته لروحنا بغبة الحصول على رضاه وعونه لنا في الشدائد والمحن.

وعندما نستوعب المعنى الحقيقي للصوم سنجد أنفسنا في صيام دائم لاننا سنكبح جماح اللسان من الاتيان بأحاديث تمسّ القريب والإنسان الآخر لاننا سنعرف أننا لسنا بموقف الديان لكي نطلق العنان لأنفسنا بالحكم على الآخرين وعلى نفس الخط سنجد أنفسنا جنبا إلى جنب مع المحتاجين والجياع والعطاش ونكون مع المرضى والأسرى والمسجونين، إذا ستصبح حياتنا بأكملها صوم مستمر. وما اجمل هذه الحياة التي تمتليء بالصوم والصلاة ونكون باستمرار على تماس مع الله من خلال أخوته هؤلاء الذين هم بأمس الحاجة لنا.

عبدالله هرمرز ججو