

## كيف يصوم المسيحيون؟ وما هي أهمية الصوم؟

يقول السيد المسيح: " عندما تصومون لا تكونوا عابسين الوجوه كما يفعل المرءون الذين يقطبون وجوههم لكي يظهروا للناس صائمين . الحق أقول لكم أنهم قد نالوا مكافاتهم . أما أنت , فعندما تصوم , فاغسل وجهك , وعطر رأسك , لكي لا تظهر صائما للناس , بل لأبيك الذي يرى في الخفاء , وأبوك الذي يرى في الخفاء هو يكافئك . " (متى 6 : 16- 18 )  
 فيعلمنا الرب يسوع المسيح أن لا نصوم على طريقة الفريسيين المرائين لأجل نيل المديح من الناس , بل نصوم في الخفاء لوجه الله . فنرى أننا لسنا ملزمين بالصيام بل مخيرين . ولكنه يكون مناسباً في أوقات الشدة و الحزن وعلى الخصوص في أوقات الحزن على خطايانا أو على فتورنا في الإيمان . ونعلم أن الصيام يقهر الجسد ويبين أفضلية الروح عليه . ومن مزياه أيضاً أنه يجعل الإنسان متواضعا ويستميله إلى الصلاة والرياضة الروحية .

ونرى في العهد الجديد أن المسيحيين صاموا وصام بولس الرسول نفسه (أعمال الرسل 2: 13-3) و (2كورنثوس 11: 27) وبعد عهد الرسل لم ينقطع الصيام من بين المسيحيين الأتقياء ولكنهم كانوا يصومون في أحوال خصوصية لأجل تقوية الخدمة المسيحية , ويقرون صيامهم بالصلوات الحارة . فالصيام الذي يكون خالصاً لوجه الله تعالى لا لمديح الناس ولا لطلب الثواب , يكون مثل هذا الصيام مقبولاً عند الله ولا يخلو من عظيم الفائدة .

إذا خلاصة ما جاء هو أن المؤمنين يصوموا عندما يريدون أن يصلوا إلى الله تعالى من أجل أمر هام أو عندما يشعرون بحاجتهم للتقرب من الله . والصوم أمر شخصي قد يطول وقته أو يقصر . قد يقرر أحدهم أن يمتنع عن تناول إحدى الوجبات حتى يتمكن من صرف وقت أطول في الصلاة . أو من الممكن أن يمتنع عن الطعام لمدة يوم كامل أو أسبوع حتى يبتعد عن أمور العالم وليطلب وجه الله تعالى , والصوم ما هو لكسب المدح بل ليساعد الإنسان على نسيان الأمور المادية والتركيز على الله وحده . والصوم ليس لإظهار التقوى للناس الآخرين . في بعض الأحيان يمكن أن يكون الصيام جماعياً وذلك بالاتفاق المتبادل ولكنه لا يفرض فرضاً , فهو بين الإنسان وبين الله تعالى .