الصوم إسبوعياً: توجيه أنفسنا لإستقبال من الله مجاناً

I–المقدمة

أ - الروح يُجهز الكنيسة لأعظم نهضة ولأكبر ضغطة في التاريخ البشرى. تغييرات حاسمة مطلوبة، وستتم. ستكون الكنيسة مُعدة قبل مجئ يسوع (رؤ١٩ : ٧). الكثير من الأشياء التى تعتبرها الكنيسة طبيعية سوف تتغير بصورة عالية.

ب -كيف نتعاون مع الروح لكى نسير في الشركة الحميمة والقوة التى سارت فيها كنيسة العهد الجديد؟ جزء من الإجابة هو أن نحيا حياة الصوم. معنى هذا أن نسير بروح الصوم عن: الطعام، الماديات، إستخدام الوقت، الكلمات والطاقة. للمعرفة أكثر عن حياة الصوم ، إقرأ كتاب: مكافآت الصوم الذى كتبه مايك بيكل ودانا كاندلر.

ج -الصوم يتضمن التحفظ من المباهج الطبيعية والقوة بهدف الإستقبال مجاناً من الروح القدس.

د - يخشى الكثيرون من الصوم. الخوف من الصوم أصعب من الصوم نفسه. هذه أكذوبة، أن يقال أن متطلبات الحياة العصرية تجعل الصوم أمر غير عملى للمؤمن اليوم.

ه - الصوم هو جزء طبيعى من الحياة المسيحية. كثيراً ما يُفكر الناس فيه على أنه تهذيب إختيارى. قال يسوع "عندما تصومون"، يعنى ذلك أن الصوم أمر طبيعى يحدث في حياة التلميذ.

"<u>وَأَمَّا أَنْتَ فَمَتَى صُمْتَ</u> ... <u>فَأَبُوكَ الَّذِي يَرَى فِي الْخَفَاءِ يُجَازِيكَ عَلاَنِيَةً</u>. " (مت ٦: ١٧-١٨)

و -أكد يسوع أن الآب **<u>سيكافئ</u>** الصوم. هذا الإعلان يعطى أهمية للصوم. دعانا يسوع للصوم لأنه يعرف أن مكافآته تفوق بكثير صعوباته.

ز -بعض المكافآت خارجية، عندما نرى أن ظروفنا تُلمس بقوة الله. بعض المكافآت داخلية، عندما تلتقى قلوبنا به. ونصوم من أجل السير في قوة أعظم من عند الله لكى نغيير العالم، ومن أجل أن نتقابل أكثر مع قلبه ليغير قلبنا.

ح -يعطى الله النعمة للصوم. إن طلبنا من الله نعمة الصوم سيمنحها لنا. (٢بط ١: ٢ ، ٣: ١٨).

ط -قام الناس عبر التاريخ بالصوم بروح غير صحيحة بسعيهم للحصول على رضا الله وتأييد الناس. وقام البعض بإهانة أنفسهم بصورة متطرفة لكى يبرهنوا على تكريسهم له أو لكسب رضاه. هذا ليس ما يسعى إليه الله. إنه يتمتع بسعيينا لمحبته وللإيمان بكلمته. إننا لا نصوم لكى نبرهن أى شئ لله أو لكى نستحق رضاه.

ي -في أشعياء ٥٨ ، الصوم هو لـ (١) حل قيود الشر ، (٢) فك عقد النير ، (٣) إطلاق المسحوقين أحراراً، (٥) أن تكسر للجائع خبزك (٦) أن تستقبل نور الإعلان الإلهى في الكلمة، (٧) من أجل الصحة البدنية والنفسية و(٨) من أجل إطلاق البر.

II- سبع أسباب للصوم في الكتاب المقدس

أ - نصوم من أجل <u>إختبار قوة الله</u> في خدمتنا الشخصية

١. عندما لم يتمكن التلاميذ من تحرير ولد مقيد ، قال لهم يسوع هذا النوع لايخرج إلا بالصلاة والصوم (مت ١٧: ٢١). قوة يوحنا المعمدان كَمُنت في طبيعة حياة الصوم التى كان يحياها (مت ١١: ١٨).

٢. إعتاد الكثير من قادة النهضات العظيمة على ممارسة الصوم بصفة مستمرة. تتضمن الأمثلة جون وسلى ، جورج ويتفيلد ، جوناثان إدواردز، دافيد برابنرد و تشارلز فينى. صام وسلى الأربعاء والجمعة من كل إسبوع وقال: "الرجل الذى لا يصوم أبداً ليس بعد على الطريق إلى السماء بالضبط مثل الذى لا يصلى" جون ليك (١٨٧٠ – ١٩٣٥) طلب الله بالكثير من الصلاة والصوم. أطلق الله معجزات قوية من خلاله. في جنوب أفرقيا وخلال مدة خمسة أعوام شاهد ٥٠٠,٠٠٠ مُعجزة شفاء.

ب -**نصوم من أجل <u>إعلان نبوى للأزمنة الأخيرة</u>**

١. بحث دانيال عن الله بالصوم والصلاة وأُعطى إعلان عن مصير إسرائيل في الأزمنة الأخيرة (دا ٩: ١-٣، ٢٠-٢٣، ١٠: ١-٣ ، ١٢-١٤). بعد أن صام ٢١ يوماً قال له ملاك أن صلواته قد سمعت لأنه وضع قلبه للفهم (دا ١٠: ١٢). وبينما كان يبحث عن الله أتى له الملاك جبرائيل "وعلمه الفهم". (دا ٩: ٢٠-٢٣).

"فَقَالَ لِي: لاَ تَخَفْ يَا دَانِيآلُ لأَنَّهُ مِنَ الْيَوْمِ الأَوَّلِ الَّذِي فِيهِ جَعَلْتَ قَلْبَكَ لِلْفَهْمِ ... سُمِعَ كَلاَمُكَ وَأَنَا أَتَيْتُ لأَجْلِ كَلاَمِكَ". (دا ١٠: ١٢)

"فَوَجَّهْتُ وَجْهِي إِلَى اللَّهِ السَّيِّدِ طَالِباً بِالصَّلاَةِ وَالتَّضَرُّعَاتِ بِالصَّوْمِ ...وَأَنَا مُتَكَلِّمٌ ... جِبْرَائِيلَ الَّذِي ... وَتَكَلَّمَ مَعِي وَقَالَ: يَا دَانِيآلُ إِنِّي خَرَجْتُ الآنَ لأُعَلِّمَكَ الْفَهْمَ ... وَافْهَمِ الرُّؤْيَا". (دا ٩: ٣ ، ٢١-٢٣)

٢. سوف يكون إطلاق لم يسبق له مثيل للإعلان النبوى قبل عودة المسيح (أع ٢: ١٧-٢١). تنبأ دانيال أنه في الأزمنة الأخيرة سيقيم الله "أناس ذو فهم نبوى" يعلمون جموع كثيرة (دا ١١: ٣٣-٣٥، ١٢: ٤، ١٠). هؤلاء الناس سيكون لهم فهم ناضج لما يقوم به الله في تلك الأيام (إر ٢٣: ١٨-٢٠).

ج -**نصوم من أجل <u>تحقيق مواعيد الله</u> لمُدننا ولأمتنا.**

١. لدى الله خطط و مواعيد نبوية لكل مدينة وأمة. وعود الله النبوية هى دعوة وليس ضمان. يجب أن ندعوا الرب من أجل تحقيقها. صام دانيال من أجل تحقيق وعد الله لإطلاق إسرائيل من أسرهم ورجوعهم لأرضهم (دا ٩: ١-٣، ١٠: ١-٤).

٢. أجاب الله نحميا بعد أن صام وصلى من أجل وعود الله في جيله (نح ١: ٣-١١، ٩: ٣٢-٣٨). بعد أن صام وصلى كرنليوس خلص كل أهل بيته وفتح باب النعمة لخلاص الأمم (أع ١٠: ١-٤، ٣٠-٣١).

د - **نصوم من <u>أجل إيقاف محنة</u> (شخصية أو دولية).**

١. الصوم من أجل طلب وجه الرب للرحمة في محنة شخصية أمر واضح في الكتاب. حنا أم صموئيل ، وهى في محنة العقم ، صلت وصامت. إستجاب الله لها بإعطائها إبناً كبر وأصبح نبياً (١صم ١: ٧).

٢. في مناسبات كثيرة ، غير الله ظروف شعب إسرائيل اليائسة بعدما تحولوا إليه بالصلاة والصوم الجماعى. تنبأ يوئيل أن الله سيستخدم الجراد ليحكم على إسرائيل وسيسبى فيما بعد عن طريق الجيش البابلى (يوئ١: ٢-١٨ ، ٢: ١-٩). وفي هاتان المناسبتان ، دعى يوئيل إسرائيل إلى العودة إلى الله بالصلاة والصوم.

٣. حذر يونان مدينة نينوى الشريرة أن الله سيهلكهم. عندما تابت نينوى بالصوم ، أظهر الله لهم رحمته وحفظ المدينة (يون ٣: ٣-٩).

ه - نصوم من أجل <u>الحماية</u>

١. قبل أن يقود عزرا مجموعة من اليهود للعودة من بابل إلى إسرائيل من أجل المساعدة في إعادة بناء أمتهم ، صام وصلى لله من أجل الحماية في الطريق لأنه كان خطرا (عز٨: ٢١-٢٣). كان السفر خطر في العالم القديم لأن قطاع الطرق كانوا يهجمون على المجموعات لأخذ المال والمؤن.

٢. دعت أستير اليهود في فارس للصوم لمدة ثلاثة أيام بعدما وضع هامان خطة لقتل كل اليهود (أس ٣: ١٣ ، ٤: ٧). إحتاجت أستير أولاً للحماية لأنها كانت ستواجه الملك أحشويرش بدون دعوة ملكية (وعقوبتها القتل). صرخ الكثيرون في الصلاة مع الصوم (أس ٤: ٣ ، ١٦ ، ٥: ١-٦) حفظ الله حياة أستير وبعدها حول موقف اليهود من خطط هامان الشريرة (أس ٩: ١).

و - نصوم من أجل <u>القيادة</u>

١. عبر العهد الجديد صامت الكنيسة من أجل القيادة الإلهية. نصوم من أجل القيادة في حياتنا الشخصية، خدمتنا أو دورنا في الحياة العملية وغيرها.

٢. صلى بولس وآخرون من أجل قيادة في خدمتهم (أع ١٣: ١-٢) وقبل إختيار وإقامة شيوخ في الكنائس الجديدة في ليسترا، أيقونية و أنطاكية.

ز -نصوم من أجل <u>النمو في الشركة الحميمة مع يسوع</u> الذى ندعوه صوم العريس (مت ٩: ١٤-١٥).

١. كوننا عروس المسيح ، يتحدث ذلك عن مكانتنا المميزة لإختبار مشيئة الله.

٢. كوننا أبناء ، نحن في مكانة لإختبار قوة عرش الله. كعروس نحن في مكانة تؤهلنا لإختبار أشواق قلب الله.

III- فهم صوم العريس (مت ٩: ١٤-١٥)

أ - تحدث يسوع عن صوم الرسل أنه كان من أجل إشتياقهم لملاقاته. نسمى ذلك "صوم العريس". الحافز له هو الإشتياق إلى يسوع وليس للحصول على المزيد من القوة في الخدمة أو للخلاص من أزمة شخصية ، إلى آخره. كان هذا نموزجاً جديداً للصوم قدمه يسوع.

"حِينَئِذٍ أَتَى إِلَيْهِ تَلاَمِيذُ يُوحَنَّا قَائِلِينَ: لِمَاذَا نَصُومُ نَحْنُ وَالْفَرِّيسِيُّونَ كَثِيراً وَأَمَّا تَلاَمِيذُكَ فَلاَ يَصُومُونَ؟ فَقَالَ لَهُمْ يَسُوعُ: هَلْ يَسْتَطِيعُ بَنُو الْعُرْسِ أَنْ يَنُوحُوا مَا دَامَ الْعَرِيسُ مَعَهُمْ؟ وَلَكِنْ سَتَأْتِي أَيَّامٌ حِينَ يُرْفَعُ الْعَرِيسُ عَنْهُمْ فَحِينَئِذٍ يَصُومُونَ." (مت ٩: ١٤-١٥)

ب -تمتع التلاميذ بحضور يسوع ، وأحسوا أنهم محبوبين منه وفرحوا بالعلاقة معه. قال لهم يسوع أن الفرح الذى يختبروه لقربهم منه سوف يظهر في صورة حزن عندما يؤخذ منهم بموته. نعم عندما يؤخذ فرح حضوره معهم يجعل قلوبهم تئن شوقاً إليه وحينئذ يصومون.

ج -أتى تلاميذ يوحنا المعمدان إلى يسوع بسؤال حقيقى. كانوا متضايقين وغير فاهمين لماذا لا يصوم تلاميذ يسوع لأن يوحنا علم تلاميذه أن يصوموا كثيرا. رد يسوع عليهم بسؤال: "هل يمكن لأصدقاء العريس أن يصومون ما دام العريس معهم؟" أشار يسوع إلى موته على الصليب عندما قال أن اليوم سيأتى عندما يرفع العريس ، الإله عنهم.

د - وبعد ذلك سيصوم تلاميذه بنفس الكثافة وبنفس الدرجة التى صام بها تلاميذ يوحنا. صومهم سينبع من إشتياقهم لملاقاة العريس الإله. هذا الصوم من أجل علاقة حميمة كبيرة مع الله ومن أجل التجديد الروحى. لا نصوم من أجل تحفيذ الله على الإنتباه لنا بل من أجل أن نستقبل محبته تجاهنا – وليس من أجل أن يتحرك قلبه بل من أجل أن يتحرك قلبنا. صوم العريس يقلل من فتورنا الروحى.

ه - أسس يسوع عهده الجديد بموته وبقيامته، وبهما يسكن الروح في كل مؤمن. الصوم سيأخذ بعداً جديداً مختلفاً لأن أعماق الله ستكشف لتلاميذه من خلال الروح القدس الذى يسكن فيهم (١كو ٢: ١٠ ، عب ١٠: ١٩-٢٢).

و - يكون القلب الحزين غير راض وجائع بشدة لله – هذا هو صوم العريس. نرفض حالتنا الروحية الحالية - العقيمة والفاترة.

ز -يتمركز صوم العريس أولاً حول الإشتياق – فهم إشتياق الله لنا و إيقاذ أشواقنا له. يعطينا الله أشواقاً جديدة. أول ما نذوق إقتراب حضور الله منا لا يمكننا الحياة بدون المزيد منه.

ح -يوسع الصوم قلوبنا عندما نتقابل مع يسوع عريسنا الإله. سعتنا الروحية تزداد للإستقبال من الله. الصوم أمام العريس الإله هو مُحفز للإسراع إلى العمق و المُقياس الذى به نستقبل من الرب. نستقبل إعلان أكبر وبسرعة أكثر وبتأثير أعمق على قلوبنا.

ط -فكرة أن الصوم يغيرنا من الداخل هى فكرة جديدة بالنسبة للبعض. عندما يحدث ذلك نقوم بإتخاذ قرارات مختلفة ، تقودنا إلى نتائج مختلفة في الأماكن التى نذهب إليها والأشخاص التى نتقابل معها. عندما تكون قيمنا مختلفة تؤثر على قرار من نتزوج به، كيف نربى أولادنا ، كيف ننفق أموالنا ، والأمور الهامة في الخدمة.

ي -إشتياقنا إلى الله هو عطيته لنا ، وذلك يتضمن إشتياقنا له الحلو والمؤلم أيضاً. إن جوعنا ليسوع يتسبب في فرح وألم في قلوبنا. نحن فرحين ومجروحين في محبتنا له. إن الإشتياق المؤلم له قصد إلهى: الجوع الروحى هو عامل إلهى يقودنا لحب أعظم. ينتج عنه إتاحة المكان للمحبة والطهارة لكى يأخذا مجالهما بالكامل في قلوبنا.

ك -يكافئ الله الذين يجوعون إلى البر (مت ٦: ١٧). أحد فوائد الصوم هو إنطلاق لأشواق جديدة في قلوبنا عندما تتحطم قيود الشر في حياتنا.

"أَلَيْسَ هَذَا صَوْماً أَخْتَارُهُ: حَلَّ قُيُودِ الشَّرِّ....؟" (أش ٥٨: ٦)

ل - يحد الصوم متعتنا الجسدية ، ولكنه ينشط المتعة الروحية. أضخم إستمتاع يأتى بالإحتفال بشخص يسوع. الصوم عبارة عن مبادلة نمتنع فيها عن بعض الأشياء "لنحتفل" بكلمة الله والصلاة ، بهما نختبر نعمته أكثر.

م - خمس مكافآت لصوم العريس:

١. يقود الصوم إلى **تليين قلوبنا** فنحس بحضور الله أكثر.

٢. يقود الصوم إلى **تغيير أشواقنا** ويوسع إشتياقينا إلى البر (عب ١: ٩).

٣. يقود الصوم إلى **إزدياد فهمنا** لكلمة الله ولإستقبال أحلام نبوية.

٤. يقود الصوم إلى **صحة أجسادنا** وتغيير رغبتنا في ما نريد أن نأكله و نشربه.

٥. يقود الصوم إلى **تعزيز هويتنا** كأبناء لله أمام الآب و كعروس أمام الإبن. إن هويتنا تستمد جزورها من معرفة محبة الله لنا.

IV– الصوم: قبول الضعف بطريقة إرادية

أ - يقبل الصوم الضعف الإرادى من أجل إختبار قوة وحضور الله بصورة أعظم. إنه تضاد نصبح ضعفاء في الطبيعى من أجل أن نستقبل قوة أعظم من الروح. أعلن يسوع لبولس أن إنطلاق القوة في حياته مرتبط بإستعداده أن يقبل الضعف. هذا الإعلان أساسى لفهم الصوم.

"تَكْفِيكَ نِعْمَتِي، لأَنَّ قُوَّتِي فِي الضُّعْفِ تُكْمَلُ. " (٢كو ١٢: ٩)

ب -ليس نوع الضعف ضعفاً أخلاقياً، لكنه ضعف إرادى كإختيار مقدس. يتضمن هذا الضعف الصلاة ، الصوم ، العطاء، مباركة الأعداء وإحتمال الإضطهاد.

ج -"القوة تُكمل" تشير إلى أن بولس يختبر الله بصورة أعظم. يشتاق الكثيرون إلى السير في "قوة كاملة" ، ولكنهم لا يريدون إحتواء الضعف اللازم لذلك. أكبر تحدى في الصوم هو الضعف الجسدى الذى يتسبب فيه.

د - نصبح ضعفاء جسدياً ولا يمكننا القيام بالمهام مثلما نقوم بها عادة (مز ١٠٩: ٢٤).

V– أشياء عملية مرتبطة بالصوم

أ - خمسة أنواع للصوم عن الأطعمة:

١. **الصوم العادى** هو الإمتناع عن الطعام والشراب وشرب المياه فقط أو أشياء ليس فيها سعرات حرارية.

٢. **الصوم على السوائل** هو الإمتناع عن الأطعمة الصلبة وشرب السوائل الخفيفة (مثل العصائر).

٣. **الصوم الجزئى** أو صوم دانيال ، يمتنع عن الأطعمة الشهية وتؤكل الخضروات والمكسرات وغيرها.

٤. **صوم بندكت** مؤسس من القديس بندكت (٥٢٥ م) ، عبارة عن تناول وجبة واحدة في اليوم.

٥. **الصوم التام** أو صوم أستير، الإمتناع عن الطعام والماء تماماً (اس ٤: ١٦). يتطلب الحرص!

ب -الصوم هو عطية يجب أن تكون نمط من أنماط حياتنا. ليس المقصود به أن يؤخذ مثل حقنة في الذراع عدة مرات سنوياً، لكنه صمم من أجل أن يكون جزءاً ثابتاً في حياتنا.

ج - أشجع الناس الذين في صحة جيدة أن يصوموا يوم في الإسبوع. هؤلاء من لهم الدعوة أن يكونوا معدو الطريق يجب أن يسعوا إلى الصوم مرتين في الإسبوع. الكنيسة الأولى صامت يومين في الإسبوع (الأربعاء والجمعة). الصوم كان أمراً طبيعياً في حياة بولس (٢كو ٦: ٥، ١١: ٢٧ ، أع ٩: ١٥ ، ٢٢: ٢١ ، ٢٦: ١٧-١٨).

د - **الصوم إختيارى.** بالرغم من أنه يمكن للقادة دعوة آخرين للإنضمام إلى صوم جماعى ويكون لهم هدف مشترك ، ويحددون وقت معين، لا يمكننا أبدا أن نفرض الصوم أو نجعله واجباً. في ضوء هذا، الصوم ليس أمر إجبارى للإنضمام لبيت الصلاة العالمى بكانساس سيتى أو للمجموعة ، إلخ.

ه - إنه مفهوم خطأ أن يقال أن الصوم يعنى المسيحية الحقيقية ولذلك فهو أمر إختيارى. الصوم أمر أساسى في الحياة المسيحية. نحن مدعوون للصوم بصفة مستديمة. توجد إستثناءات واضحة. يجب على الحوامل أو المرضى أن يستشيروا الأطباء قبل الصوم.

و - يجب أن يحدد مستوى الصوم عن الطعام بحسب السن و الحالة الصحية. هؤلاء الذين لهم حالة مرضية معروفة أو الذين قد عانوا من أمراض لها علاقة بالتغذية لا يجب أن يصوموا إلا بمشورة وتحت رعاية طبيب.

ز - لا نشجع الغير بالغين على الصوم ولا يجب عليهم أبدا أن يصوموا إلا بموافقة وتحت إشراف والديهم. وإذا أرادو الصوم نشجعهم على الإمتناع عن أشياء أخرى وليس الأطعمة ، التلفزيون ، الأفلام ، الإنترنت ، ألعاب الفديو وغيرها من وسائل الترفيه. لا يتحدث **الكتاب المقدس** أبداً عن صوم الأطفال ولا يدعوهم لذلك.

ح -الصوم كإسلوب حياة يتطلب نظام حياة صحى ويتضمن أيام صوم عن الأطعمة ويجب أن يمارس مع الرياضة ونظام غذائى جيد. "أسلوب حياة الصوم" هى حياة منضبطة ، فيها نوجه أجسادنا والوقت بحكمة ونشاط.