



فضيلة الصوم

أم الفضائل

للقديس يوحنا ذهبي الفم^(١)



+ «قَدِّسُوا صَوْمًا. نَادُوا بِاعْتِكَافٍ ... وَاصْرُخُوا إِلَى الرَّبِّ» (يؤ: ١: ١٤)

كان الصوم في القرون الأولى دائمًا يقترن بالصلاة حتى إذ يكون الذهن غير مثقل بالأرضيات يتكسر للتأمل في الإلهيات. والرسل أنفسهم كانوا يسلكون بهذا التدبير (انظر: أع ١٣: ٢؛ ١٤: ٢٣)، وذلك بناءً على كلام الرب: «حِينَ يُزْفَعُ الْعَرِيسُ عَنْهُمْ، فَحِينَئِذٍ يَصُومُونَ» (مت ٩: ١٥). والقديس أثناسيوس، في رسالته الفصحية الأولى سنة ٣٢٩م، ينبّه على تقديس الصوم روحياً وليس بالجسد وحده لأن طعامنا الحقيقي هو إرضاء الله كما قال الرب يسوع: «طَعَامِي أَنْ أَعْمَلَ مَشِيئَةَ الَّذِي أَرْسَلَنِي وَأَتَمَّمْ عَمَلَهُ» (يو ٤: ٣٤). وفي رسالته الفصحية الرابعة سنة ٣٣٢م، يوضّح أهمية إخماد شهواتنا الجسدية بالصوم والصلاة حتى يمكننا أن نهزم أعداءنا. وكما قهر الشيطان آدم بالأكل غلبه المخلص بالصوم^(٢).

وقد استهل القديس يوحنا ذهبي الفم عظاته في موسم الصوم الكبير لمؤمني أنطاكية نحو عام ٣٨٥م بهذه العظة مبتدئاً بتشجيع شعبه قائلاً:

افرحوا بالصوم:

[إنني مسرور برؤية الكنيسة مزينة اليوم بهذا الحشد من أبنائها، وأن أراكم جميعاً آتين بفرح عظيم. وقد نهضتُ أنا هذا الصباح لكي أشارككم هذه السعادة الروحية ببداية الصوم الكبير. وها هو الرب أراد أن نتنقى من خطايانا فدبر لنا علاجاً بواسطة هذا الصوم المقدس. فليرحب كلُّ منا بهذا الصوم بفرح. إن كنيسةنا تميز

(1) The Fathers of the Church, vol. 74, p. 20.

(2) Schaff, *History of the Christian Church*, vol. 2, p. 379.

أعيادها بالصوم السابق لها. فهذا في الحقيقة هو العيد الحقيقي حيث يوجد خلاص للنفوس. فدعوني الآن، يا أعزائي، أحثكم أن تقبلوا كلامنا بحمية حتى تريحوا شيئاً له وزنه قبل عودتكم إلى بيوتكم، فتعودون بريح أكثر إلى حياتكم اليومية.

إنّ الذين يأتون إلى الكنيسة عليهم أن يكتسبوا علاجاً مناسباً ليتغلبوا على أمراضهم. وطالما أننا نعلم أنه لا فائدة من الإصغاء إلى التعاليم بدون أن نتبع ذلك بأعمال صالحة، فلذلك اكتشفوا أعماق أذهانكم لكي تتقبلوا هذه العظة عن الصوم. وحينئذٍ ترحبون بأعماق قلوبكم المنفتحة بفضيلة الصوم أمّ كل صلاح وفضيلة، ولكي تزودكم هذه الأمّ بشفاؤها الخصوصي عندما نأخذ دواء الصوم الروحاني حيث نقلل من الأطعمة والمشروبات.

الانغماس في الجسدانيات يتنافى مع الصوم:

ربما يثيركم ما سأقوله اليوم باعتباره جديداً عليكم. فإذ لا ننتفع شيئاً من الشره في الأكل والشرب يقول الكتاب: «... وَلَا سَكِيرُونَ... يَرْتُونَ مَلَكُوتَ اللَّهِ» (١ كو ٦: ١٠). فماذا ينتفع المرفوضون من الملكوت لأجل إشباع شهوة عابرة؟! فلعلكم تُزيّنون كل يوم بضبط النفس لكي تصلوا إلى ميناء السلامة لنفوسكم بالصوم لكي تنتفعوا بفوائده المتكاثرة. فكما أن الانغماس في الشهوات يسبب شروراً لا تُحصى، هكذا قد أثبت الصوم والتغاضي عن شهية النفس وميولها أنه يؤدي إلى منافع لا تُحصى لنا.

لقد أوصى الله لأول خليقته البشرية قائلاً: «مِنْ جَمِيعِ شَجَرِ الْجَنَّةِ تَأْكُلُ أَكْلاً، وَأَمَّا شَجَرَةُ مَعْرِفَةِ الْخَيْرِ وَالشَّرِّ فَلَا تَأْكُلُ مِنْهَا» (تك ٢: ١٦ و١٧). فإن هذا النص يشير بطريقة رمزية إلى الصوم. ومع ذلك فإن الإنسان لم ينفذ هذه الوصية إذ تغلب عليه الانحراف وارتكاب المعصية وجلب على نفسه حكم الموت. إذ إن الشيطان لما رأى أن الإنسان يعيش في الجنة بلا هموم ومثل ملاك أراد أن يُعثره ويزحزحه من مكانه فخدعه كما قال الكتاب: «فَإِنَّ اللَّهَ خَلَقَ الْإِنْسَانَ خَالِداً، وَصَنَعَهُ عَلَى صُورَةِ ذَاتِهِ، لَكِنْ بِحَسَدِ إبْلِيسَ دَخَلَ الْمَوْتُ إِلَى الْعَالَمِ» (حك ٢: ٢٣ و٢٤)^(٣).

أترؤن يا أحبائي، كيف أنه من البدء وجد الموت مدخلاً إلينا بسبب انحرافنا؟

(٣) وقد اقتبس القديس الباسيلي هذه الجملة الأخيرة في صلاة الصلح.

كما أن الكتاب المقدس يُدين الانغماس في الشهوات قائلاً: «جَلَسَ الشَّعْبُ لِلأَكْلِ وَالشُّرْبِ، ثُمَّ قَامُوا لِلْعِبِّ» (خر ٣٢: ٦). وأيضًا: «فَسَمِنَ يَشُورُونَ وَرَفَسَ. سَمِنَتْ وَعَلُظَتْ وَاكْتَسَيْتِ شَحْمًا! فَرَفَضَ الإِلهُ الَّذِي عَمِلَهُ، وَعَيَّى عَنْ صَخْرَةٍ خَلَّاصِهِ» (تث ٣٢: ١٥). إن النهم والشبع هو كينبوع مستمر لكل شر.

ومن الناحية الأخرى، انظروا إلى أمثلة السلوك الصالح الناتج عن الصوم: فإن النبي موسى العظيم بعد صومه لمدة أربعين يومًا (خر ٢٤: ١٨) أمكنه أن يحصل على لوجي الشريعة، ولما نزل من الجبل ورأى خطية الشعب ألقى باللوحين اللذين حصل عليهما وهشمهما (خر ٣٢: ١٩)، إذ اعتبر أنه من غير المعقول أن يحصل هذا الشعب اللاهي والخطي على ناموس من وضع الرب نفسه. ثم كان على عاتقه أن يصوم أربعين يومًا أخرى لكي يمكنه أن يأخذ لوحين آخرين بدلًا من اللذين كسرهما بسبب خطية الشعب (خر ٣٤: ٢٨).

وإيليا النبي أيضًا صام فترةً مماثلةً (١ مل ١٩: ٨)، فتخلَّى عنه سلطان الموت وصعد إلى السماء بمركبة نارية. هكذا أيضًا دانيال النبي صام عدة أيام ونال رؤيةً رهيبَةً حتى إنه رَوَّضَ الأسود الهائجة وحوَّلها إلى غنم وديعة ليس بتغيير طبيعتها بل بصرفها عن قصدها دون أن تفقد شراستها. وأهل نينوى ربحوا بصومهم أناةً من الرب، وابتعدوا عن الأعمال الشريرة... ويمكننا تجميع أمثلة كثيرة أخرى من كلا العهدين. ولكننا نأتي إلى ما فعله سيدنا كلنا.

لماذا لم يزد صوم الرب عن أربعين يومًا:

لقد أعدَّ الرب يسوع نفسه ليدخل المعركة مع الشيطان بصومه أربعين يومًا معطيًا لنا مثالًا في أننا يجب أن نُسلِّحَ أنفسنا بالصوم الذي نكتسب فيه قوةً نسيطر بها على هذا العدو المريع. ولكن لماذا صام الرب أيامًا مساوية للتي صامها البشر الخاضعين لسلطانه؟ ولماذا لم يتفوق عليهم في ذلك؟ لقد حدث ذلك ليس عبثًا بل طبقًا لأهداف الرب الحكيمة، فلو فعل ذلك لبدا أنه لم يتخذ جسدًا مثل أجسادنا، لذلك فقد صام نفس عدد الأيام التي صامها البشر دون أن يزيد عليها يومًا واحدًا حتى يُقمع المنافسة الجامحة بين البشر في الصوم. هكذا قاوم الرب تجربة أن يصوم أيامًا أكثر من رعيته، فعلمنا درسًا: أنه اتخذ لنفسه

بشريتنا وأنه لم يعيش بمعزلٍ عن أحوالنا البشرية!

قوة الصوم الخلاصية:

حيث إنه قد اتضح لكم مقدار قيمة الصوم وفوائده، فأرجوكم ألا تقاوموا قوته الخلاصية^(٤)، أو يخور عزمكم في هذا الصوم، بل سَروا وافرحوا لأنه كما يقول بولس الرسول: «إِنْ كَانَ إِنْسَانُنَا الْخَارِجُ يَفْتَى، فَالِدَّاخِلُ يَتَجَدَّدُ يَوْمًا فَيَوْمًا» (٢ كو ٤: ١٦). إن الصوم هو غذاءٌ للنفس، فكما أن الغذاء الجسدي يُسمِّن الجسم هكذا يُشدِّد الصوم النفس ويُزوِّدها بجناحين خفيفي الحركة ويرفعها عاليًا، ويمكنها من التأمل في الأمور العليا ويجعلها أسمى من مسرَّات الجسد. وكما أن أخف المراكب تعبر البحار بسرعةٍ أكثر من تلك المثقَّلة بالحمولة، هكذا أيضًا الصوم يجعل كفاءة العقل خفيفة الحركة ويُمكنه من التفاوض مع مشاكل الحياة بمهارة وأن يطير إلى السماء والسماويات مزدريًا بأمور هذه الحياة باعتبارها زائلة أكثر من الظلال والأحلام. أما الانغماس والتطرُّف في الشهوات فهي، من الناحية الأخرى، تُثقلُ الذهن وتُسمِّن الجسد وتُكبِّل الروح بالقيود وتُحاصرهما من جميع النواحي، وهي تُجرِّدُ حكم العقل على الأمور من أي قابلية للثقة فيه، وتحثه على اتباع مناهج خطيرة، وبذلك فهي تعمل بكل الطرق ضد خلاصنا.

خطورة التراخي:

فدعونا من التراخي، أيها الأحباء، في التعامل مع أمور تخص خلاصنا. وعودًا عن ذلك فلنتعرَّف على الأضرار التي يسببها لنا لكي نتجنَّبها. وقد حُدِّرنا من التطرُّف ليس فقط في ناموس العهد الجديد الذي يُراعي التفكير الصائب والجهاد المتواتر مع مكافآته العديدة وتعزياته التي تفوق العقل، بل أيضًا حتى الذين كانوا يعيشون في ظل ناموس العهد القديم لم يكن مسموحًا لهم أن ينغمسوا في الشهوات رغم أنهم كانوا لا زالوا جالسين في الظلمة، وقد تقدَّموا تدريجيًّا إلى النور كالأطفال الذين فُطموا من اللبن. أنصتوا لكلام النبي: «ويلٌ للمستخفين بصهيون... أنتم الذين تقتربون من اليوم

(٤) يعتبر القديس يوحنا ذهبي الفم أن الإهمال والتقصير والكسل هي من الخطايا الرئيسية كما أن الحرارة والغيرة هما من الفضائل الرئيسية، فقد كان مفسرًا أخلاقيًا قبل كل شيء، وقد برزت هذه الفضائل والعيوب في شرحه لسفر التكوين، إذ إنه يُبرز صفات خاصة لشخصيات هذا السفر.

الشرير، أنتم الذين تتبّون لأنفسكم سيوًّا زائفة، المضطجعون على أسرةٍ من العاج، وتعيشون بتنعّمٍ على فراشكم، وتأكلون جداءً من القطيع وعجول الصيرة (أي الصغيرة) من وسط الحظائر، الذين يهللون لصوت آلات الغناء كأنهم مقيمون لا عابرون، الذين يشربون خمراً مصفاةً (أي نقية) ويدهنون بأفضل الأدهان ولا يهتمون على بليّة (نسل) يوسف» (عا ٦: ١-٦ سبعينية).

أثرون الاتهام الثقيل الذي يصبّوه النبي على الانحراف الأخلاقي لليهود في أخطاء غباوتهم هذه وشهوانيتهم وشراحتهم اليومية؟ إنني أقصد أن تلاحظوا دقة كلامه، فهو بعد أن هاجم شراحتهم في الأكل والشرب أضاف قائلاً: «كأنكم مقيمون لا عابرون»، مقررًا بذلك أن شعبهم لم يتعدّ أفواههم إلى ما هو أفضل. إذن، فالمسرة الدنيوية قصيرة وعابرة في حين أن عقابها لا يتوقف وليس له نهاية، وحقيقة ذلك تتأتّى من الخبرة بالمعنى الحقيقي للحقائق الباقية: «لأنّ لَيْسَ لَنَا هُنَا مَدِينَةً بَاقِيَةً، لَكِنَّا نَظْلُبُ الْعَتِيدَةَ» (عب ١٣: ١٤).

فجميع الأمور البشرية من مسرّات ومجد وقوة بشرية وثروة وكل ازدهار في الحياة الحاضرة، كل هذه ليس لها أساس تثبت عليه بل هي متغيرة أسرع من تيارات النهر تاركةً الذين ينجرفون بها عراءً ومقفرين. أمّا الأمور الروحية فهي ليست كذلك، بل إنها ثابتة لا تهتز وغير خاضعة للتغيير، وتبقى إلى الأبد. فأى حماقة إذن، أن يستبدل الإنسان الأمور الثابتة بتلك المتداعية، والدائمة بالعابرة، والباقية بالزائلة. الأمور التي وُعدنا بأن تعطينا فرحًا أبدياً بتلك التي تقدّم لنا عقابًا مرعبًا هناك؟

نظرًا لكل ذلك، إذن يا أحبائي، إذ نركز اهتمامنا على خلاصنا دعونا نذرنا بالتطرّف باعتباره أمرًا ضارًّا ويدل على غياب. دعونا نحضن الصوم الذي يقترن بالتصرفات الصائبة. دعونا نُظهر أسلوبًا متجدّدًا للحياة ونوجّه أنفسنا يوميًّا إلى إنجاز أعمال صالحة. وبذلك فإننا نقضي كل موسم الصوم المقدّس مع خيرات روحية فنكتنز ثروة عظيمة من الفضيلة، ونستحق أن نصل إلى يوم الرب ونقترب بثقةٍ من تلك الوليمة الروحانية ونشارك بضمير نقي في تلك الخيرات الفائقة والخالدة، إذ نمتلئ منها بنعمةٍ وبصلوات وشفاعات الذين أرضوا المسيح إلهنا المحبوب، الذي له مع الآب والروح القدس المجد إلى الأبد، آمين.