

## الصوم الكبير رحلة حميمة إلى الله: دروس من العظة على الجبل

الأب باسيل تيدورا

نقلتها إلى العربية أسرة التراث الأرثوذكسي

ما هو الصوم الكبير؟ حسب التعريفات الأكثر شيوعًا، الصوم هو فترة امتناع عن الطعام، كليًا أو جزئيًا. إنه بشكل أساسي نظامًا غذائيًا. عندما لا يفهم على أنه نظام غذائي، فغالبًا ما يتم اعتباره فترة تخلُّ عن بعض ملذاتنا المُدانة كالتلفاز والشوكولاتة وما إلى ذلك. ومع ذلك، فإن الفهم المسيحي للصوم وخاصةً الأرثوذكسي هو أكثر تعقيدًا بكثير من مجرد "التخلي عن" شيء ما. إذن ما هو الصوم؟ بالطبع خلال الصوم الكبير نتخلَّى عن بعض أنواع الأطعمة كاللحم ومنتجات الألبان وما إلى ذلك. هذا جزء مهم من رحلتنا الطويلة لا ينبغي نسيانه أو إهماله؛ فهو يساعد الجسم على أن يصبح أخفَّ وأقلَّ تثقلًا بالأطعمة الثقيلة، وقادرًا على أن ينهض بشكل أسرع إلى الصلاة والأنشطة الأخرى التي تُثري الروح. الامتناع عن الطعام، على الرغم من أهميته القصوى، ليس هدفًا في حد ذاته بل مجرد بوابة لأشياء أعظم.

الصوم هو أولاً وقبل كل شيء سعي للعيش، حتى ولو لفترة قصيرة، أقرب إلى الكمال، المثال المسيحي الأعلى. إنها عودة إلى أساسيات الإنسانية قبل السقوط. في الفردوس، لم يكن الإنسان يهتم بالطعام أو بأمور الجسد. كان الغرض من وجوده هو التقدم في نعمة الله بالبقاء قريبًا منه، واثقًا تمامًا في رعايته المُحِبَّة. ما حدث مع السقوط كان فقدان رؤية هذا الاعتماد على الله والتحوُّل نحو اهتمام إضافي بشؤون الجسد، لدرجة أن هذه الشؤون خنقت وجوده بالكامل. الصوم هو تمرين يهدف إلى مساعدتنا على التحرر من روابط هذه الضرورة المادية حتى نتتمكن من إعادة توجيه جهودنا نحو التطوُّر الروحي. وهذا ينطوي على الانفصال عن العالم، أي الأهواء، من خلال صوم يكمله انشغال أكثر صرامة بالتقرب من الله من خلال الأعمال المسيحية.

يرتكز الصوم الكبير على ثلاثة أركان: الصوم الصلاة وعمل الرحمة. هذه كشفها المسيح نفسه في عظة الجبل (انظر متى ٦: ١-١٨).

...

### ركن رابع

يكون المنزل أكثر استقرارًا بأربعة أعمدة. لذلك نضيف إلى الأركان الثلاثة أعلاه، لمزيد من

الاستقرار، رابعًا: التوبة. تحدّث يسوع المسيح عن التوبة في بداية بشارته. السبب بسيط: لا يمكننا السير على طريق كمال أنفسنا في العهد الجديد بنفس الأمتعة التي كنا نحملها في العهد القديم. يجب أن يكون هناك تغيير. تساعدنا التوبة على التخلص ممّا لدينا من أمتعة الارتباك، وسوء الفهم، والتجاوزات، والشكوك، والتعلّق غير الصحيّ، وما إلى ذلك. هذا يتضمّن فحصاً دقيقاً للضمير على أساس وصايا المسيح من خلال سر الاعتراف المقدس الذي هو لقاء شخصي وخاص مع الله.

الاعتراف هو انعكاس صادق لنا تمامًا كما نحن، ليس كما نتخيّل أنفسنا عندما ننظر إلى المرآة في الصباح. الاعتراف هو التحلّي بالشجاعة للثقة بشخص حتى أنك تقدر أن تكون ضعيفاً وتظهر جانبك غير الفاتن. هذا الشخص هو الله وليس المعرّف، الذي هو مجرد شاهد. هذه هي الطريقة الوحيدة للتقدّم، نعرف أننا ضعفاء مثل البشر فنصبح أقوى في المسيح. عندما نهض من الاعتراف، وقد ارتحنا من ثقل ضميرنا وتلقينا التوجيه اللازم لرحلتنا، يمكننا أن ننظر بأمل إلى مستقبل يرتقي إلى الله. إن الفشل في أخذ هذا السّر يشبه رفض طلب الاتجاهات في أرض أجنبية: قد يجد المرء الطريق بالصدفة، لكن الاحتمالات ضئيلة لأن حمولتنا ثقيلة والطريق غادر وملء بالأعداء.

### لقاء حميم مع الله

الصوم، عمل الرحمة، الصلاة، التوبة. هذه هي أساسيات حياتنا في المسيح التي يجب أن نتصرّف بحسبها في جميع الأوقات، وليس فقط في الصوم الكبير. الصوم الكبير يشبه معسكر التدريب حيث هناك جهد مكثف يطوّر رغبتنا بتحمل مسؤولية أكبر تجاه تطورنا الروحي. نحن لا نخلص بهذه وحدها، بل هي تساعدنا على أن نكون أكثر تقبلاً لنعمة الله، لنفهمه أكثر ليس فقط من خلال التمرينات الفكرية بل من خلال المشاركة المباشرة.

في النهاية، الصوم الكبير هو رحلة إلى لقاء حميم مع الله لا يحدث في مجرّات بعيدة، بل في مركز كيّاننا: القلب. الصوم الكبير، بوسائله العلاجية المختلفة، يساعد بتوسّط هذا اللقاء واستعادتنا إلى نعمة الله. رحلة الصوم الكبير هي رحلة إعادة اكتشاف شخصية، عودة إلى جوهر نواتنا، ومسعى شخصي لاستعادة مجدنا السابق الذي فقدناه بسبب الخطيئة والتركيز على الذات، ولكنه يُستعاد بالفضيلة والمحبة اللتين تحققنا بالاتحاد بالمسيح.

Source: Gladsome Light Dialogues – An Orthodox Blog