

الصيام (الحوار الخفي بين الأديان)

افتهان عبد الفتاح أنعم الزبيري*

eftehan@hotmail.com

ملخص:

يتناول البحث التعرف على طقوس الصيام وأنواعه المتواجدة في الحضارات القديمة، والتطرق إلى فوائد الصيام التي توصل إليها الباحثون والأطباء، كما تناول البحث كيفية صيام الناس في الأديان السماوية، وكيف كانوا يطبقون تلك الشريعة في المعتقدات الأخرى، وتكمن أهمية البحث في أنه يختلف بين الديانات والمجتمعات والثقافات المختلفة حول العالم، كما أنه يتناول الصيام الديني لأغراض روحية، وهو المعروف لدى غالبية الديانات، فهناك صوم المسلمين (شهر رمضان)، وهناك فترات الصيام الرئيسية الثلاث للمسيحية الأرثوذكسية اليونانية (الميلاد، الصوم، والافتراض)، وصوم اليهود. وفي هذا البحث نستعرض مفهوم الصيام وأهدافه وأهميته في الديانات المختلفة بالرغم من الإجماع على المبدأ، ومن خلال البحث يتم قياس العلاقة بين الأديان في مفهوم الصوم، ويجب البحث عن الكثير من الأسئلة عبر حيثياته، ويوضح أن دين الإسلام دين توحيد شامل، ويوضح أهمية الصيام بالنسبة لجميع الأديان، كما يتم توضيح فوائد الصيام الصحية الجسدية والروحية، بالنسبة للبشر، وتوضيح طرق الصيام بين الديانات والتعريف بها. وقد اتبع البحث منهج المسح المكتبي وجمع البيانات حول موضوع البحث من شبكة الإنترنت؛ للتعرف على الطرق المستجدة في الصيام، ومن النتائج التي توصل إليها البحث أن أهم أسباب صيام الناس في اليهودية والمسيحية والإسلام هو طاعة الله، والسعي إلى القرب منه؛ للتكفير عن الأخطاء والذنوب، كما أن بعض الديانات الأخرى تلجأ إلى الصيام لتطهير الروح والجسد معاً.

الكلمات المفتاحية: الصيام؛ الإسلام؛ المسيحية؛ اليهودية؛ الصحة.

* طالبة دكتوراه - قسم الدعوة- كلية أصول الدين- جامعة السلطان الشريف علي الإسلامية- بروناي دار السلام.

Fasting is the hidden interfaith dialogue

Eftehan abdufattah anaam alzubairi*

eftehan@hotmail.com

Abstract:

The study addresses the rite of fasting and its types that existed in ancient civilizations. Researcher scholars and doctors of different backgrounds from different monotheistic religions recommend it for its wide array of benefits. The research significance lies in the fact that it varies according to different religions, societies and cultures around the world, and it deals with religious fasting for spiritual purposes, which is known to most religions. This includes Muslims fasting in the month of Ramadan, the three main fasting periods of Greek Orthodox Christianity (birth, fasting, and the assumption), and the Jews' fasting. This study investigates the concept of fasting, its goals and its importance in different religions, despite their agreement on the principle. The study shows how the relationship between religions is measured regarding the concept of fasting and answers many questions through its merits, showing how the religion of Islam is an all-inclusive monotheistic religion. Moreover, it highlights the importance of fasting for all religions, the physical and spiritual health benefits of fasting for human beings, and the various way of performing fasting among religions. The research followed a desk survey methodology and data on the subject of fasting and its new methods are collected from internet and online references. The research reached a number of findings the most important of which are the following. The most important reason behind fasting in Judaism, Christianity and Islam is to show devotion and obedience to Allah, seeking closeness to Him and a quest for atonement of sins and mistakes. Meanwhile, some other religions perceive fasting as an act of soul and body purification.

Keywords: Fasting, Islam, Christianity, Judaism, Health

*PhD Student, Department of Da`wah, College of Fundamentals of Religion, Sultan Sharif Ali Islamic University, Brunei, Darussalam.

عرفت البشرية الصيام منذ أقدم العصور، وعلى مر الأزمنة باختلاف أنواعه، وطقوسه، والغرض منه، وبالرغم من اختلاف الديانات والمعتقدات فإن الصوم فرض ديني وُجد فيها جميعاً بلا استثناء مع اختلاف في مفاهيمه، كما أنه اعتبر عادة صحية وسلوكاً ملهماً للنفس قبل أن يشكل مفهوماً أساسياً في العبادة والتقرب إلى الإله، فهو "علاقة مع الله تعالى ملؤها الإحسان والصبر والتهديب"⁽¹⁾. قال الله تعالى في كتابه الكريم: "يا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ"⁽²⁾، ومن هذه الآية الكريمة يتبين لنا أن الصوم ليس حديث عهد بدين الإسلام؛ ولكنه فرض في أديان أخرى مختلفة سابقة للإسلام في أزمنة مختلفة، وأنه المشترك الأكبر بينها، فنجد تلك الشعيرة في الديانتين السماويتين: اليهودية والمسيحية، وسأقدم ما أمكن من الشواهد التي تؤكد ذلك في مواضعها من البحث.

كما أنه موجود في معتقدات أخرى، مثل البوذية والهندوسية والوثنية، ووجد أيضاً في عصور قديمة مثل العصر الفرعوني، ومن ثم، نجد أن الصيام من أقدم الأمور (الطقوس) التي فعلها الإنسان بدافع ذاتي أو صحي، أو لأنها معتقد ديني؛ لذا كان حرياً بالباحثة أن تؤكد على اتفاق الأديان في فريضة الصوم، وكما قال القديس يوحنا: "إذا أراد ملك أن يأخذ مدينة الأعداء فقبل كل شيء يقطع عنهم الشراب والطعام وبذلك يذلون فيخضعون له، هكذا أوجاع الجسد إذا ضيق الإنسان على نفسه بالجوع والعطش إزاءها فإنها تضعف"⁽³⁾، وتدل هذه الأقاويل على أن من الأمور المسلّم بها أن هدف الصيام الأوحى يكمن في تطهير النفس والرقى بها من الجانب الدنيوي المادي إلى الجانب الرباني الروحاني.

إن للصيام فوائد ومحاسن جمة، فنجد أن له العديد من الفوائد الصحية والنفسية من خلال ما أورده العديد من الباحثين في دراساتهم، كما أن له تأثيراً إيجابياً على الصحة البدنية والعقلية للإنسان وجهازه المناعي؛ حيث إنه يجعل من الأفراد شخصيات سوية لها القدرة على كبح رغباتها والسيطرة عليها؛ ما يؤدي إلى إنتاج مجتمعات قوية وحضارية، وقد أجمعت الأمم على

فائدة فريضة الصوم، وشمول خيرها الأفراد والمجتمعات؛ فالصوم ليس مجرد حرمان للنفس من الحاجات والمتطلبات المادية لوقت محدد، وإنما فُرض لترويض ذلك الجانب المادي لإعمار الوجود الإنساني، كما أن الصوم لا يعني غض البصر، وكف اللسان وحسب، وإنما هو لإنارة البصيرة، وتزكية النفس، والسمو بالروح، وزيادة القرب من الخالق جل وعلا، فالصوم هو اللجام الحاكم لقوة الجسد، وشهوة البدن، والسيطرة على النفس الأمارة بالسوء، وهو الذي يطلق عنان الروح لتتصل بالنور الرباني.

ويعني الصوم أيضاً التعبير الفردي العفوي عن الشكر أو التوبة إلى الله، ويلاحظ أيضاً أن الصيام في هذه الأديان يُتوخى لتسهيل ضبط النفس، واستحضار الرحمة والتعاطف مع الآخرين، وخلق الشعور بالعبودية، وإثبات الهوية الدينية وتأكيدتها.

سبب اختبار البحث وأهميته:

للصوم أهمية جلية في حياة الناس في الماضي والحاضر وفي كل الديانات، وقد اعتمده البشرية منذ البداية لتزكية الروح والبدن والحفاظ على الصحة؛ لذلك فنحن نجد الكثير من المرافق الصحية اليوم تعتمد الصيام وسيلة لعلاج مرضها.

ومن هذا المنطلق، ونظراً للأهمية الكبرى التي يحتلها الصوم لدى المجتمعات البشرية، وفي كل الديانات السماوية والوضعية، قديماً وحديثاً، على المستوى الروحي أو البدني، فقد قررت الباحثة دراسته في هذا البحث، هذا من جانب، ومن جانب آخر، رقد المكتبة الفقهية بدراسة حديثة تفيد القارئ المسلم في معرفة فوائد الصوم، وتاريخه، وأنواعه في مختلف الديانات.

مشكلة البحث:

يحاول هذا البحث الإجابة عن سؤال رئيسي، هو: هل الصيام له مفهوم واحد متفق عليه، أو أن له مفاهيم مختلفة في عدد من الأديان؟

وينبثق عن ذلك التساؤل عدد من التساؤلات الفرعية، هي:

- ما طقوس الصيام وأنواعه المتواجدة في الحضارات والتراث القديم؟
- ما فوائد الصيام التي توصل إليها الباحثون والأطباء؟
- كيف يصوم الناس في الأديان السماوية؟ وكيف يطبقون تلك الشريعة في المعتقدات الأخرى؟
- ما صور الصيام وأنواعه التي عرفت في المجتمع البشري؟
- ما الأهداف التي من أجلها تقوم الطوائف والأديان بتطبيق ذلك التشريع؟

أهداف البحث:

- من خلال البحث يتم قياس العلاقة بين الأديان في مفهوم الصوم، والإجابة عن الأسئلة الموجودة في مشكلة البحث؛ لتحقيق الأهداف الآتية:
- توضيح أن دين الإسلام دين توحيد شامل.
 - تبين أهمية الصيام في جميع الأديان.
 - معرفة فوائد الصيام الصحية الجسدية، والروحية بالنسبة للبشرية.
 - توضيح طرق الصيام في جميع الديانات والتعريف بها.

منهج الدراسة:

اتبعت الدراسة المنهجين الوصفي والتحليلي؛ إذ إن المنهجين الوصفي والتحليلي هما المنهجان المناسبان لدراسة مثل هذه الموضوعات، فالأول يعتمد على وصف الظاهرة المراد دراستها وصفا دقيقا، واستقراء جميع أجزائها، والثاني يعمل على تحليلها تحليلا علميا؛ ليتم التوصل من خلال ذلك إلى النتائج المرجوة من البحث.

المسح المكتبي: جمع ما تيسر من المؤلفات، والبحوث في مجال متغيرات الدراسة، وكذا جمع البيانات والمعلومات التي تتعلق بموضوع البحث من الكتب الخاصة، ومن شبكة الإنترنت.

دراسة (القمص بيشوي وديع 1995م)⁽⁴⁾

هدفت الدراسة إلى الكشف عن مفهوم الصوم في الكنيسة، وقد كان البحث في عشرة فصول، تم فيها الحديث عن تفاصيل الصيام في الدين المسيحي، وقد استهل الباحث الفصل الأول بالحياة الروحية والنسكية في الصوم الكبير، كما وضح أهمية الصوم الكبير بالنسبة للمسيحية من حيث الغذاء الروحي والمعرفي، وملامح العبادة الأرثوذكسية في الصوم الكبير وطوقسها بشكل مفصل، وتسابيح الصوم وألحانه، وألقاب المسيح في قراءات الصوم من خلال العهد القديم (أشعيا - دانيال- أيوب- يوثيل)، ثم تناول دراسة شاملة للنبوءات في أيام الصوم الكبير في سبعة أسابيع وأناجيل الأحاد، والصوم في الكتاب المقدس في العهدين القديم والحديث، والنداء، والصلاة، والمديح، فالخاتمة، وقد استخدم المنهج الوصفي التاريخي.

إن لهذا الكتاب أهمية تاريخية، إذ يحتوي على معلومات مهمة ومفصلة عن الصوم الكبير، وقد استفدت من هذا الكتاب فيما أورده عن دور الصيام في تعزيز الجانب الصحي، كما عزز لدي القناعة بمدى قوة الصيام في الدين الإسلامي ومدى اهتمام البشرية بذلك.

(دراسة سومية حجاج 1971م) المشترك الديني بين الأديان السماوية والعالمية، بيروت، دار الكتب العلمية، 1971م.

هدفت الدراسة إلى معرفة شاملة عن المشترك الديني بين الأديان السماوية والعالمية؛ للوصول إلى فهم أعمق للدين والحضارة، وقد تناول الباحث المنهج التاريخي والمنهج الوصفي الاستنباطي والمقارن، كما أنه استخدم منهج دراسة الحالة الذي يوضح خصائص ومضمون كل ديانة بشكل مفصل ودقيق، كما أشار الباحث إلى أهم القضايا التي تخص المفهوم المشترك في الديانات وتصنيفها، مثل الفرق بين الملة والشريعة، ووضح مفهوم الأديان السماوية وتاريخ الأديان وعلم الأديان، وقد احتوى البحث على العبادات المشتركة والأخلاقيات والعلوم المشتركة بين الديانات السماوية.

وكانت الدراسة ثرية بمعلومات كثيرة عن الأديان، والتعايش والتسامح المجتمعي، وكانت التجربة الحضارية التي استندت إلى حوار الأديان من الأمور التي لم يغفل عنها الباحث، من خلال توضيح مراسلات الرسول -صلى الله عليه وسلم- آنذاك لملوك عصره، كما وضع أهمية السلام العالمي في ظل الاختلاف الديني.

أما النقطة التي أثرت معلوماتي فكانت في الفصل الثاني الذي تحدث فيه الباحث عن العبادات في الأديان، وقد تناول عبادة الصوم ضمن العديد من العبادات كالصلاة، والصوم، والصدقة... إلخ.

(دراسة محمد الهواري 1988م) الصوم في اليهودية دراسة مقارنة، القاهرة، دار الهاني للدراسات والنشر والتوزيع.

هدفت الدراسة إلى إبراز معتقدات الصوم لدى اليهود، وقد تناول الكتاب عدة مواضيع، من أهمها مفهوم الصوم في الديانة اليهودية ومقتضياته ودوافعه عند بني إسرائيل، ووقته وطقوسه وعاداته وشروطه ووجوبه وأنواعه ومناسباته، مثل الصوم الأربعيني، والصوم في فترة السبي وما قبله، وصوم أستير، وصوم فترة المعبد الثاني، وما قرره فقهاء اليهود، وصوم التطوع (الاثنين والخميس)، كما تناول أيام الصوم الخاصة، وقد كان هذا الكتاب غنيا بمعلومات تاريخية ودينية عن الديانة اليهودية، كما تم مقارنة الصيام في اليهودية ببعض الأديان كالمسيحية ودين الإسلام.

وقد وجدت الباحثة أن هناك نقاطا مشتركة بين دراستها وتلك الدراسة، فتلك الدراسة تتناول الصوم بشكله الواسع، في حين أن دراستي اقتصرت على معلومات تعريفية بالصوم في الديانة اليهودية، والمقارنة بين الديانات الثلاث؛ ليتم تأكيد أهمية الصيام في جميع الديانات، كما أن هناك أوجه تشابه بين الصوم في الديانة اليهودية والصوم في الإسلام في أيام التطوع وبعض الأيام الخاصة مثل يوم عاشوراء.

دراسة (محمد رمضان سليمان 2014)⁽⁵⁾ الصوم في الديانات السماوية الثلاث (اليهودية والمسيحية والإسلام)، جامعة الزقازيق، معهد الدراسات والبحوث الآسيوية، قسم الديانات.

هدفت هذه الدراسة إلى الكشف عن مفهوم الصوم في الديانات السماوية الثلاث، بالإضافة إلى تناول مفهوم العبادة، والمساعدة في الوصول إلى الحقيقة التي لا خلاف فيها. اتبع الباحث المنهج الوصفي من خلال عرضه لنصوص من الكتب المقدسة، كما اتبع المنهج النقدي من أجل الوصول إلى الحقيقة. ومن أهم النتائج التي تم التوصل إليها أن الدين الحق هو الإسلام، وهو الحقيقة المطلقة المؤيّدة بالإثباتات والبراهين.

وهناك تشابه بين الدراستين من جهة أن الصوم موجود في الديانات الثلاث، وأنه عقيدة دينية ترفع من مفهوم الصحة الروحية والبدنية للفرد.

دراسة (أشجان، 2009)⁽⁶⁾، أشجان محمد عبد الرحيم يوسف، أحكام معاصرة في الصيام من الناحية الطبية، جامعة النجاح الوطنية، كلية الدراسات العليا.

هدفت هذه الدراسة إلى تناول ركن الصيام في الإسلام، وكذلك الكشف عن الفوائد الطبية للصيام وأثره على الفرد والمجتمع، وبيان التطبيقات المعاصرة فيه، وكيف يؤثر على الأذن والجوف وإنقاص الوزن والعديد من الفوائد التي لا يمكن حصرها، وقد اتبع الباحث المنهجين الوصفي والتحليلي، وذلك من خلال عرض آراء الفقهاء والمقارنة بينها، ومن أهم النتائج التي تم التوصل إليها: أن هناك العديد من المفطرات التي قد لا يدرجها المسلمون ضمن المفطرات مثل: (الغسيل الكلوي، وبخاخ الربو)، ومن أهم التوصيات: عدم إعطاء فتاوى دون علم، وإجراء الندوات والمحاضرات الطبية التي تكشف عن فوائد الصيام للبدن.

وقد تناول بحثي أهمية الصيام في ديننا الحنيف، وهذا هو وجه الشبه بين هذه الدراسة وبحثي الحالي (الصيام: الحوار الخفي بين الأديان).

تم تقسيم الدراسة إلى ثلاثة مباحث، الأول والثاني كل منهما في ثلاثة مطالب مترابطة في أصل الموضوع، وهو: دراسة حول فرضية الصوم في الأديان.

المبحث الأول: المفاهيم والإطار النظري للصيام، ويشمل المطالب التالية:

تحديد مفهوم الصيام وبعض المفاهيم المتعلقة به.

نبذة تاريخه عن الصيام في الحضارات القديمة.

أنواع الصيام وفوائده العامة على صحة الإنسان.

المبحث الثاني: اختلاف صور الصيام في الأديان والمعتقدات، ويشمل المطالب الآتية:

صور الصيام في الأديان السماوية والمعتقدات المختلفة.

الأغراض المختلفة للصيام في الأديان والمعتقدات.

الصيام في الأديان السماوية والمعتقدات الإنسانية.

المبحث الثالث: مقارنة الديانات وفوائد الصيام، يشمل مطلب واحد.

مقارنة بين ثلاث ديانات (الإسلامية، واليهودية، والمسيحية).

كما تم إنهاء البحث بمجموعة من النتائج والتوصيات التي توصل إليها البحث، ثم قائمة

بالمصادر والمراجع.

المبحث الأول: المفاهيم والإطار النظري للصيام

تحديد مفهوم الصيام وبعض المفاهيم المتعلقة به

الصوم في اللغة معناه الامتناع والإمساك، يقال: صام يصوم صوما وصياما؛ معناه مطلق

الإمساك والكف عن الشيء، سواءً كان الإمساك عن الأكل أم عن الكلام أم عن المسير أم عن أي

فعل آخر، كما قال الله تعالى في كتابه الكريم حكاية عن السيدة مريم: "فَإِمَّا تَرِينَّ مِنَ الْبَشَرِ

أَحَدًا فَقُولِي إِنِّي نَذَرْتُ لِلرَّحْمَنِ صَوْمًا فَلَنْ أُكَلِّمَ الْيَوْمَ إِنْسِيًّا"⁽⁷⁾، وقد جاء في الآية بمعنى الكف

عن الكلام مع البشر، ومن هنا تبين أن للصوم معنى مطلقا وعاما، وهو الامتناع والتوقف عن

الشيء. قال ابن منظور في معنى الصوم: الصوم هو ترك الطعام والشراب والنكاح والكلام، ويقال: صام الفرس أي قام على غير اعتلاف، ويقال: صام الرجل أي امتنع عن الطعام والشراب⁽⁸⁾.

أما مفهوم الصوم شرعا فإنه عبادة مخصصة بمعنى: "الإمساك عن المفطرات على وجه مخصوص في زمن مخصوص، بنية"،⁽⁹⁾ وجاء أيضا في تعريف الصيام شرعا أنه: "التعبد لله تعالى بالإمساك، بنية، عن الأكل والشرب وسائر المفطرات من طلوع الفجر الثاني إلى غروب الشمس، من شخص مخصوص، بشروط مخصصة"⁽¹⁰⁾.

وبعد أن تبين لنا معنى الصيام بشكل عام كان لا بد من توضيح بعض المفاهيم و المعتقدات المختلفة للصيام في الأديان المتعددة ، فنرى أن مفهوم الصيام في اليهودية هو: التخلص من الآثام من خلال الصيام لمدة 25 ساعة مستمرة في يوم واحد في السنة، ويدعى يوم التوبة.

أما مفهوم الصيام في المسيحية فإنه مطلب إلهي ووصية إنجيلية وبوابة للحكمة⁽¹¹⁾، ويتمثل في طلب الرحمة وتحقيق الألفة بين أفراد الكنيسة الواحدة، ويتم تحديد يوم لبدء الصيام قبل أربعين يوما من عيد الفصح، حسب كل طائفة. وتبعاً لطقوس كل كنيسة على حدة. أما مفهوم الصوم في الإسلام فهو أعم وأشمل وأدق؛ لما للصيام في الإسلام من مكانة ومثوبة كبيرة عند الله تعالى، فتعددت الأغراض للصيام ما بين تحقيق كفارة، وسعي إلى مغفرة، وتأدية لفرض، وركن من أركان الدين الإسلامي.

نبذة تاريخية عن الصيام في الحضارات القديمة:

وجد الصيام من قديم الزمن، وعلى مر التاريخ⁽¹²⁾، فقد ذكر المؤرخون أن الصيام كان معروفا في الحضارة التيوتونية العتيقة (اللغة القديمة للشعوب الألمانية والإسكندنافية والإنجليزية، وفي اللاتينية واليونانية)، واحتل الصيام مكانة بارزة عند فارس والهند، حتى قيل إن الصيام عُرف دينا عالميا⁽¹³⁾، وأول من صام من البشر هو سيدنا آدم عليه السلام، وقد صام ثلاثة أيام من كل شهر⁽¹⁴⁾.

ويمكن عرض الأمم والحضارات التي عرفت الصيام على النحو الآتي:

• الصيام عند الفراعنة

تعتبر الحضارة الفرعونية من أقدم وأعرق الحضارات على مر التاريخ التي كانت تعني بهذه العبادة، وتقوم بها في فترات مختلفة على مدار العام؛ فقد ذكر بعض المؤرخين أن الفراعنة كانوا يصومون لفترات طويلة تصل لسبعين يوماً، وثلاثة أيام من كل شهر، وأربعة أيام بداية كل سنة، ويتغذون فيها على الماء والخضراوات فقط؛ تقرباً للآلهة، وطلباً لخيرها ومغفرتها.

وذكرت بعض كتب التاريخ أن المصري القديم كان يقدس شعيرة الصيام، وعرف أهميتها، وحرص على القيام بها، وتتبع منازل القمر لمعرفة أوقاتها، وكان صيامهم نوعين: صيام الكهنة، وصيام الشعب، فالكهنة يصومون 7 أيام متواصلة عن الماء، وهناك فرضيات تقول: إن الفراعنة كانوا يصومون ثلاثين يوماً، أو اثنين وأربعين يوماً إلى ما بعد غروب الشمس، كما أن صيام المصريين كان فريضة يتقربون بها إلى أرواح الموتى⁽¹⁵⁾.

• الصيام عند الصينيين القدماء

أثبت المؤرخون أن الإمبراطور الصيني في القديم كان يصوم سبعة وعشرين يوماً متواصلة عنه وعن شعبه؛ تقرباً للآلهة وطمعاً في مغفرتها، ويكون الصيام قبل تقديم الأضحية، كما أنهم يمتنعون عن ارتكاب المعاصي، وهذا الصيام الروحي إلى جانب الامتناع عن الطعام والشراب⁽¹⁶⁾.

• صيام الصابئة (المندائيين)

يعد الركن الخامس من أركان الدين الصابئي، وهو نوعان: الصيام الكبير والصيام الصغير، فالصيام الكبير هو الصيام عن الكبائر والمعاصي مثل القتل والسرقات... إلخ، والصيام الصغير هو الامتناع عن الطعام والشراب، ويكون 26 يوماً، أما صابئة اليوم فهم يحرمون الصيام؛ لأنهم يقولون إنه تحريم لما أحل الله⁽¹⁷⁾.

• الصيام عند اليونانيين

أخذ اليونانيون عادة الصوم من المصريين القدماء وجعلوها عادة وعبادة عندهم؛ فكان الكهنة يصومون ستة أسابيع من الصبح إلى المغرب، بينما عامة الناس يصومون ثلاثين يوماً⁽¹⁸⁾، فكانوا يقومون بالصيام قبل الحروب لتقوية جنودهم وتعويدهم على الصبر والتجمل وتحمل المصاعب والحرمان من الطعام والشراب لساعات طويلة، وكان أيضاً عبادة يتقربون بها إلى ربهم ويسعون بها للتكفير عن ذنوبهم، كما أخذوه عن الفيلسوف فيثاغورس لأنه كان يصوم أربعين يوماً؛ لاقتناعه بأن الصوم يساعد على العمليات الفكرية، وقد صام كل من سقراط وأفلاطون عشرة أيام⁽¹⁹⁾.

• الصيام عند الأمريكيين القدماء

يذكر أن الصيام قد شاع في الحضارة الأمريكية القديمة؛ فنجد أن سكان كولومبيا الأوائل اعتبروا الصوم وسيلة لتكفير الذنوب والتخلص منها ومغفرتها، خاصة عندما يبوح بها الفرد أمام الكاهن، كما كان يقوم بعض الهنود الحمر الذين سكنوا جنوب غرب أمريكا بالصيام في بعض احتفالاتهم، وأثناء التغيرات الموسمية للفصول التي كانت تحدث عندهم، كما أنه أُعتمد علاجاً للمرضى؛ فقد عالج الطبيب (إدوار ديوي) -قبل قرن- كلاً من: الاضطرابات المعدية والمعوية وداء الاستسقاء والالتهابات الكثيرة، وكان يرى أن ترك الطعام يريح الجهاز العصبي ويرممه⁽²⁰⁾.

• الصيام عند الأنبياء

ذُكر في بعض كتب الدين وبعض كتب التاريخ أن أول من قام بالصيام من الأنبياء هو سيدنا نوح، عندما أنجاه الله تعالى هو ومن آمن معه في السفينة من الطوفان وأهلك الكافرين، كما قال الله تعالى: "قِيلَ يَا نُوحُ اهْبِطْ بِسَلَامٍ مِنَّا وَبَرَكَاتٍ عَلَيْكَ وَعَلَىٰ أُمَمٍ مِّمَّنْ مَعَكَ وَأُمَّمٌ سَنُنَتِّعُكُمْ ثُمَّ يَمَسُّهُمْ مِنَّا عَذَابٌ أَلِيمٌ"⁽²¹⁾.

وذكر أيضا أن نبي الله إبراهيم كان يصوم لساعات طويلة، ويمتنع عن الطعام والشراب زهدا وتعبدًا لله، وكان نبي الله إدريس يصوم أيضا، وقد صام أتباعه من بعده من الصابئين، فكانوا يصومون من الفجر حتى غروب الشمس، كما ورد أن اليهود من قوم سيدنا موسى كانوا يصومون يوم عاشوراء بنية الاحتفال به وشكرًا لله تعالى؛ لأنه اليوم الذي أنجاهم الله فيه من فرعون، وعاقبه هو وأتباعه بالغرق، وجاء أيضا في التاريخ أن سيدنا عيسى عليه السلام كان قد صام أربعين يوما متتالية قبل بعثته برسالته، ولما بعث فرض الله تعالى على قومه صيام شهر، ولكنهم زادوه إلى الربيع فيما بعد.

أنواع الصيام وفوائده العامة على صحة الإنسان:

اختلفت أنواع الصيام تبعا لاختلاف المعتقدات والأديان، فنجد أن الصيام قد يكون:

(1) صيام الفرض⁽²²⁾: وهو الصيام الذي يُعدّ ركنا من أركان الشريعة وفرضا فيها لا يجوز إسقاطه أو التهاون فيه، ويقع الإثم على المتهاون أو المقصر في أدائه، ويختلف تطبيق صوم الفرض في الأديان، فنجد أنه:

- في الديانة المسيحية لم يرد لديهم في النصوص الإنجيلية ما يحدد وقت أو زمن تأدية الصيام، بل هو تبع لكل طائفة وعلى حسب قرار كل كنيسة، مع الاتفاق في أنه قبل عيد الفصح بأربعين يوما⁽²³⁾، ولا يقل عن صوم اثني عشرة ساعة يوميا، من بداية اليوم وحتى انقضاء المدة، مع اختلاف أيضا في طقوسه وتحديد ما هو الطعام الذي يمتنعون عنه.

- أما في اليهودية -وهي أول ديانة إبراهيمية- فيتمثل صوم الفرض عندهم في صيام يوم الغفران أو يوم التوبة كما ذكر في التوراة، وهو أعظم أيام السنة لديهم وأقدس أعيادهم، فيقومون فيه بالكف عن الطعام وملذات الجسد، والتفرغ للعبادة وطلب المغفرة من الرب، حيث يصومون فيه مدة طويلة تصل إلى 25 ساعة، من غروب الشمس إلى حلول ظلام اليوم التالي⁽²⁴⁾.

كما يقوم المتدينون منهم بالذهاب إلى حائط المبكى الذي يقع في جنوب المسجد الأقصى ويقومون بتأدية الصلاة من الصباح حتى المساء؛ لتكفير الخطايا، ومما هو متفق عليه في اليهودية أنه لا صيام في أيام السبت أو شهر أبريل ولا صيام للحوامل والمرضى، والصيام الوارد في التوراة هو الصيام الأربعيني، حيث يقولون إن موسى عليه السلام صام أربعين يوماً وليلة لم يأكل خبزا ولم يشرب ماء⁽²⁵⁾.

• أما صيام الفرض في الشريعة الإسلامية فهو يتمثل في صيام شهر رمضان، وهو شهر واحد اختصه الله تعالى بالصيام من بين شهور السنة؛ تشريفاً وتعظيماً له، ويعود السبب في ذلك إلى أنه الشهر الذي نزل فيه القرآن⁽²⁶⁾ على رسول الله صلى الله عليه وسلم وكان ذلك في السنة الثانية من الهجرة، حيث قال الله تعالى: "شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَىٰ وَالْفُرْقَانِ فَمَن شَهِدَ مِنْكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ وَمَن كَانَ مَرِيضًا أَوْ عَلَىٰ سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ وَلِتُكْمِلُوا الْعِدَّةَ وَلِتُكَبِّرُوا اللَّهَ عَلَىٰ مَا هَدَاكُم وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ"، ويكون صيامه من طلوع الفجر إلى غروب الشمس، بالامتناع عن الطعام و الشراب والنكاح، والكف عن أي ملذات أو مفطرات، والتفرغ للعبادة والصلاة والدعاء وتلاوة القرآن.

(2) صيام التطوع⁽²⁷⁾ والنفل: وهو الصيام الذي يكون في غير أيام أو شهور صيام الفرض؛ بغرض القربى من الله تعالى وزيادة الرصيد التعبدي للعبد عند ربه، ولا يأتى من قصر فيه أو لم يقم بتأديته وإنما يثاب من قام به بالجزاء العظيم من الله سبحانه، وصيام التطوع أيضاً مختلف في المعتقدات والأديان مثل صيام الفرض:

• ففي الشريعة الإسلامية حث رسول الله صلى الله عليه وسلم على صيام شهور وأيام محددة على مدار العام، مثل صيام أشهر الحرم وهي: ذو القعدة وذو الحجة ومحرم وشهر رجب، كما حث على صيام شهر شعبان قبل شهر رمضان؛ لما لهذه الأشهر من الفضل الكبير؛ حيث ترفع فيها الأعمال إلى الله تعالى للعرض، ومن الأيام التي أوصى

رسول الله بصيامها: يوما الاثنين والخميس من كل أسبوع، والأيام العشرة الأولى من شهر ذي الحجة وستة أيام من شهر شوال بعد إتمام صيام شهر رمضان، وصيام يوم عرفة ويوم عاشوراء.

• أما في اليهودية والمسيحية فإن صوم النفل جاء أيضا وذكر في كتبهم؛ فيصومون أياما متفرقة غير أيام صوم الفرض؛ بغرض طلب المغفرة والتوبة والتقرب إلى الله، كما جاء أن اليهود يصومون (أسبوع الفصح)، وعند الحزن على فقدان أحد أفراد الأسرة؛ طلبا من ربهم تخفيف ذلك الألم عنهم، كما ورد أن المسيحيين يصومون تطوعا لتزكية نفوسهم وتطهيرها وتخليصها من تعلقها بحب الملذات⁽²⁸⁾.

3) صيام الكفارة: هو الصيام الذي يقوم به الفرد بغرض طلب التطهير والتخلص من ذنب اقترفه وأقدم عليه، وهو وارد في جميع الأديان السماوية بلا استثناء، فجاء في الإسلام أن الله تعالى شرع الصيام لتكفير ذنوب منها: كفارة اليمين أو الحنث في الحلف، وكفارة الظهار وهو ما كان يقوم به العرب من تحريم زوجاتهم على أنفسهم، فجاء الإسلام وحرّم ذلك الفعل وأوجب له صيام كفارة، وكفارة الهدي وهو على من كان متمتعا بالعمرة إلى الحج ولم يقم بذبح الهدي فشرع له الإسلام الصوم كفارة، وأيضا في المسيحية واليهودية ورد في كتبهم صوم الكفارة عند ارتكاب الذنوب والآثام التي حرمها الله تعالى⁽²⁹⁾.

4) الصيام المحرم: هو الصيام الذي جاء النهي عنه في الأديان السماوية، مثل صوم يوم العيد في الشريعة الإسلامية⁽³⁰⁾، وصوم أيام السبت في اليهودية، وصوم الأعياد في المسيحية⁽³¹⁾.

المبحث الثاني: اختلاف صور الصيام في الأديان والمعتقدات

صور الصيام في الأديان السماوية والمعتقدات المختلفة

اختلفت صور الصيام وتنوعت على حسب الأديان وتبعها للحضارات وتاريخ البلدان، ولم يقتصر الصيام على الكف عن الطعام والشراب فقط، ولكن وجدت صور أخرى للصيام مثل:

1. الصوم عن الكلام: ويعرف بصوم اللسان، كما حدث في قصة السيدة مريم وني الله زكريا، كما ذكر الله تعالى في كتابه الكريم: "قَالَ رَبِّ اجْعَلْ لِي آيَةً قَالَ آيَتُكَ أَلَّا تُكَلِّمَ النَّاسَ ثَلَاثَ لَيَالٍ سَوِيًّا"⁽³²⁾، فجاء في الشرائع والأديان السابقة الامتناع عن محادثة البشر والالتزام بالصمت؛ لتحقيق غاية الصوم من السمو الروحي والزهد فيما دون العلاقات الربانية من العلاقات الإنسانية.

2. الصوم عن الطعام: وهو الصوم الشائع في جميع الأديان، ولكن يكمن الاختلاف لدى بعض الديانات في ماهية الأطعمة التي يصوم الناس عنها، والأوقات التي يمتنعون فيها عن هذا النوع من الطعام على مدار العام، مثل امتناع من يعتنق المسيحية وينتمي إلى الطوائف الأرثوذكسية عن تناول اللحوم⁽³³⁾ بالصيام المتقطع لمدة أربعين يوما كاملة، أما الطوائف الكاثوليكية فتفرض على أتباعها الانقطاع عن اللحوم ومنتجات الألبان يومين فقط⁽³⁴⁾.

3. الصوم عن الجماع: كما هو في الشريعة الإسلامية والديانة اليهودية، أما المسيحية فلا تقوم به، حيث إن الدين الإسلامي يحرم العلاقات خلال فترات الصيام من طلوع الفجر إلى غروب الشمس⁽³⁵⁾، وكذلك الحال في اليهودية في يوم صيامهم، ففي يوم الغفران يمتنعون عن الجنس كما يمتنعون عن الأكل والشرب والتدخين.

4. الصوم عن العمل: وهو في الديانة البوذية فقط، حيث يشرع لهم التوقف عن العمل أربعة أيام في الشهر حسب منازل القمر، وهي: اليوم الأول والتاسع والخامس عشر والثاني والعشرين، ويجب في تلك الأيام الابتعاد عن الأعمال الدنيوية وملاهي النفس، والتفرغ للتأمل والتفكير وتفرغ الطاقة السلبية من النفس، كما أنهم يقومون بإعداد طعامهم قبل يوم صيامهم بيوم؛ لتحريم ذلك عليهم في يوم الصيام نفسه.

5. الصوم حتى الموت: وهو نوع من الصيام الذي يقوم به أفراد الديانة اليابانية التي تحث على هذا الفعل في حال الإصابة بالأمراض التي يستعصي على الطب علاجها، ويتحتم على أصحابها الموت، ولا تُعتبر الإقدام على هذا الفعل ضربا من الانتحار، وإنما هو من باب

الرحمة بالفرد المصاب؛ لأنه -على حد اعتقادهم- لم يقدم عليه الفرد في حالة الغضب أو الاكتئاب وإنما لأنه تحتم موته؛ فيقوم بالزهد في الأكل وكل مظاهر الحياة إلى الموت، وقد وجد أن الهند من أكثر الدول اعتناقاً لهذا الصوم وتطبيقاً له، حيث يموت حوالي 200 شخص بسبب هذا النوع من الصيام.

6. الصوم عن النظافة: وهو خاص بالديانة اليهودية حيث إنهم يصومون ستة أيام في العام عن أي مظهر من مظاهر النظافة أو متطلبات الحياة، فيمتنعون عن الطعام وتغيير الملابس وتقليم الأظافر والاستحمام، ويقومون بالتقشف والنوم على الأرض والامتناع عن معطرات الجسم أو استخدام معجون الأسنان، ويكون ذلك من غروب الشمس إلى غروب الشمس في اليوم التالي، ويكون غرضهم من هذا النوع من الصيام التقرب إلى الرب والتعبد وإظهار الزهد، ويعفى من هذا النوع من الصيام الأطفال والحوامل.

7. الصوم عن الناس: وهو ما يقوم به بعضهم من مقاطعة الناس وتجنب مخالطتهم وفقاً لمعتقدهم الديني مثل الهندوسية، فيقوم الفرد باعتزال الناس والانفراد بنفسه، ويختلف الغرض من ذلك، إما تعبيراً عن حزنه، أو للارتقاء بروحه والتفكير في الكون.

الأغراض المختلفة للصيام في الأديان والمعتقدات:

مثلاً اختلفت الأديان في الطقوس والشعائر التي تقام في الصيام، اختلفت أيضاً في الغرض من هذا المعتقد والغاية منه، فمنهم من يصوم تقرباً إلى الله تعالى كالمسلمين، ومنهم من يصوم تكفيراً للخطايا كاليهود، ومنهم من يصوم لغرض سياسي، كما كان يفعل المهاتما غاندي، ويمكن عرض غايات الصيام على النحو الآتي:

1. الصيام بغرض الفناء وتكفير الذنب

كما جاء في المسيحية وفق ما جاء في النصوص الإنجيلية من أن السيد المسيح اعتزل قومه واعتكف في الصحراء أربعين يوماً يصوم ويصلي ويتعبد ويزهد عن ملذات الدنيا، وأصبح قومه من بعده يقومون بهذه الشعيرة أسوة به؛ للوصول إلى الغرض نفسه من

التطهر من الذنوب وتزكية النفس، مع الامتناع في صيامهم عن اللحوم لمدة سبعة أيام للتقشف والزهد في الطعام، وقد ورد أيضا في النصوص الإنجيلية: "ليس بالخبز وحده يحيا الإنسان بل بكل كلمة تخرج من فم الله"⁽³⁶⁾، ومعنى هذا النص الإنجيلي: الحث على الصوم والتقشف والتقرب إلى الله بكلماته طمعا في غفرانه⁽³⁷⁾.

2. الصيام بغرض تنقية الروح

وهو في الهندوسية، حيث يرون أن الصوم والزهد في الطعام والمتع يسمو بالروح وينقيها من شهوات الدنيا، كما قال غاندي الذي كان من أنصار الصوم ويحث الهندوس عليه: "لا أستطيع الاستغناء عن الصيام، كما لا أستطيع الاستغناء عن عيني، وكما تعني العين في رؤية العالم الخارجي يعني الصيام في رؤية العالم الداخلي".

3. الصيام للكارما الجيدة

أما البوذيون فإن غرضهم من الصوم يتمثل في سعيهم للوصول لكارما جيدة، والكارما هي مفهوم أخلاقي عند البوذية يشير إلى مبدأ السببية، وأن أي عمل يقومون به ستنتج عنه نتيجة مشابهة في حياة أخرى، ومن ثم يجتهدون في الصوم للوصول إلى حياة أخرى أفضل⁽³⁸⁾.

4. الصيام للصحة البدنية

قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "صوموا تصحوا"⁽³⁹⁾، أما المعتقدات العلمانية والبلدان التي لا تعتنق أي دين مثل ألمانيا وأغلب دول أوروبا فإن الصوم لديهم ليس له أي غرض سوى الزهد في متع الدنيا واتباع الحمية الغذائية السليمة التي تصل بهم لصحة جسدية جيدة⁽⁴⁰⁾.

5. الصيام الأمثل

أما ديننا الحنيف فإنه أشمل و أعم من أي دين وأي معتقد في جميع شعائره وأغراضه، فنجد أن الغرض الأسنى للصيام هو الامتثال لأوامر الله تعالى وطاقته، عن اقتناع وطواعية؛ لما وعد الله تعالى به الصائمين من أجر وفضل عظيمين⁽⁴¹⁾، فيسعى المسلم ليكون من أهل الريان -وهو باب في الجنة للصائمين- كما في حديث سهل بن سعد رضي الله عنه

قال: قال رسول الله صلى الله عليه وسلم: "إن في الجنة باباً يقال له الريان يدخل منه الصائمون يوم القيامة، لا يدخل منه أحد غيرهم، يقال: أين الصائمون؟ فيقومون لا يدخل منه أحد غيرهم، فإذا دخل آخرهم أغلق فلم يدخل منه أحد"⁽⁴²⁾.

ويجتهد العبد ليباعد الله بينه وبين النار سبعين خريفاً كما ذكر رسول الله صلى الله عليه وسلم في فضل صيام يوم في سبيل الله: "من صام يوماً في سبيل الله باعد الله وجهه عن النار سبعين خريفاً"⁽⁴³⁾، فنجد أن الأغراض من الصيام في ديننا متعددة وواسعة، ونتائجها تعم خيري الدنيا والآخرة.

ولبيان شمول فضل الصيام، فقد ذكر رسول الله صلى الله عليه وسلم في فضله حديثاً جليلاً حيث قال: "من فطر صائماً كان له مثل أجره من غير أن ينقص من أجر الصائم شيئاً"، مثل: "من جهز غازياً"⁽⁴⁴⁾، فتعم الألفة والمودة والوجود بين أفراد المجتمع.

وروي عن أبي هريرة رضي الله عنه أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: "مَنْ لَمْ يَدَعْ قَوْلَ الزُّورِ وَالْعَمَلَ بِهِ وَالْجَهْلَ، فَلَيْسَ لِلَّهِ حَاجَةٌ أَنْ يَدَعَ طَعَامَهُ وَشْرَابَهُ"⁽⁴⁵⁾.

عندما نتحدث عن الصيام في الإسلام، فإن أول ما يتبادر إلى الذهن هو شهر رمضان، ففي نهاية هذا الشهر يأتي عيد الإفطار، وهذا هو أول عيد من عيدين رئيسيين في الإسلام، والثاني هو عيد الأضحى، ويُحتفل به بعد شهرين وعشرة أيام من نهاية شهر رمضان.

إن الصيام هو أحد أركان الإسلام، والصوم عبادة روحية، وله خاصية سرية في العلاقة مع الله، فالله تعالى يقول في الحديث القدسي: "الصوم لي وأنا أجزي به"⁽⁴⁶⁾. وفيه يتضاعف الثواب إلى ما يشاء الله.

فمفهوم الصوم في الإسلام لا يعني الامتناع عن الشرب والأكل لمجرد الامتناع، فهو ليس طقوساً مجردة، بل عبادة إيمانية، فالجوع يعني تذكر جوع الفقراء والمعوزين، والعطش تذكر تاريخ طويل من جهاد النفس وسير الأولين وأولئك المحرومين من أبسط حقوق الإنسانية، فالصوم ينقل الإنسان من التفكير الأناني المستمر في الذات، إلى التفكير المجتمعي في الغير، وخاصة الفقراء والمساكين والمحتاجين.

ويكشف الصوم عند المسلم مدى هشاشة الإنسان، وضعفه، ولكنه يعزز فيه إرادة الصبر والتعاون ويرفع عنده مستوى العلاقة الإيمانية مع الله؛ لهذا نجده يصوم عن الأكل والشرب من طلوع الفجر حتى الغروب في دقة متناهية وضمن ضوابط لا يمكن له التهاون فيها، "افطروا لرؤيته وصوموا لرؤيته"⁽⁴⁷⁾⁽⁴⁸⁾. إنه مفهوم تجده عند كل مسلم صائم صغيرا كان أو كبيرا، غنيا أو فقيرا، فقيها أو غير فقيه، حاكما أو محكوما.

وهنا تتجلى أعلى قيم العدل والمساواة الإلهية بين المسلمين، وهكذا يفسر الصيام عند المسلمين ثلاثين يوما كاملة تختتم بعيد الفطر الذي يجتمع فيه المسلمون بالتكبير والتهليل والزيارات والتراحم فيما بينهم، ولا يبدأ العيد إلا بتقديم زكاة الفطر، فهي غسل البدن مما علق به من أخطاء، وتنقية الصيام مما وقع فيه من زلل غير مقصود أو تقصير، وتمكين الفقير من الدخول في العيد وعنده كفاف يومه من طعام وشراب.

وتعني الألوهية والتوحيد عند المسلمين أن الله هو الواحد الأحد الفرد الصمد الذي لم يلد ولم يولد ولم يكن له كفوا أحد، وكل شيء ينتمي إلى خالق واحد لا شريك له هو خالق السماء والأرض؛ ولذا فالصيام له وليس لغيره. إن الصيام عند المسلمين وفي الإسلام يعني أن شهر رمضان هو شهر القرآن، والقرآن يعلم التوحيد.

فالصيام شكر، وهو يمنح المسلم الصائم متعة الشعور بحضور رحمة الله ومحبه الأبدية، ففي كل مساء من شهر الصوم -عند المسلمين- عيد، وفي نهاية الشهر، يحتفل المجتمع كله بعيد الإفطار، ويتركز الاحتفال على العبادة وليس على الطعام. ويتم الاحتفال بالعيد بالصلاة الجماعية وتمجيد الله الذي يستمر ثلاثة أيام، ويزور الناس بعضهم بعضا ويقدمون الهدايا بعضهم لبعض؛ للتعبير عن امتنانهم لله.

والعيد هو في الأساس ابتهاج لكونه الضيف الكريم للمبدع الرحيم، وهي الحالة التي يدركها المسلم بشكل أفضل عندما يصوم بنية تحقيق التوحيد، وفي الواقع، فإن لسان حال المسلمين يقول: "كلما أدركنا كم نحن محتاجون، شعرنا بالغرق في الرحمة. إن كياننا مليء

بالامتنان للخالق الرحيم". وأولئك الذين يستسلمون لهذا الواقع يقولون: "الحمد لله رب العالمين"، أي رب العطايا، رب العالمين، رب كل شيء.

كما أن الصوم وسيلة للامتناع عن المعاصي؛ لأن الصوم فيه قسر وقهر للنفس وكبح لها عما تجمع إليه من الشرور⁽⁴⁹⁾.

لقد ورد في القرآن فئتان من الصيام:

الصيام المفروض عند المسلمين يكون في شهر رمضان، وهو إلزامي على جميع المسلمين الكبار مع استثناءات قليلة، وهو للتكفير عن ذنوب معينة، قال تعالى: ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ﴾⁽⁵⁰⁾. فبالصيام يزيد إيمان المؤمن، وهو يصوم رمضان مخافة من الله وقرباً منه وبعداً من العصيان، والصيام يعني النذل والخضوع لله، والخشية والخوف منه، والتوكل عليه والاستعانة به. ومدته محددة: ﴿أَيَّامًا مَّعْدُودَاتٍ فَمَن كَانَ مِنكُم مَّرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ وَعَلَى الَّذِينَ يُطِيقُونَهُ فِدْيَةٌ طَعَامُ مَسْكِينٍ فَمَن تَطَوَّعَ خَيْرًا فَهُوَ خَيْرٌ لَهُ وَأَن تَصُومُوا خَيْرٌ لَّكُمْ إِن كُنتُمْ تَعْلَمُونَ﴾⁽⁵¹⁾.

إن الله تعالى يكلف الناس بما يطيقون، وينزل الأحكام مراعاة لظروف الناس، وهذا دليل على تكاملية الشرع وصلاحيته لكل زمان ومكان، فالصيام ليس طعاما وشرابا وحسب، بل هو ﴿شَهْرُ رَمَضَانَ الَّذِي أُنزِلَ فِيهِ الْقُرْآنُ هُدًى لِّلنَّاسِ وَبَيِّنَاتٍ مِّنَ الْهُدَى وَالْفُرْقَانِ﴾⁽⁵²⁾. فالصيام في الإسلام تشریف، وتكريم، وهداية، ومغفرة، وعتق من النار، وقراءة للقرآن، إنه (دستور المسلمين). ﴿فَمَن شَهِدَ مِنكُمُ الشَّهْرَ فَلْيَصُمْهُ وَمَن كَانَ مَرِيضًا أَوْ عَلَى سَفَرٍ فَعِدَّةٌ مِّنْ أَيَّامٍ أُخَرَ يُرِيدُ اللَّهُ بِكُمُ الْيُسْرَ وَلَا يُرِيدُ بِكُمُ الْعُسْرَ وَلِتُكْمِلُوا الْعِدَّةَ وَلِتُكَبِّرُوا اللَّهَ عَلَى مَا هَدَاكُم وَلَعَلَّكُمْ تَشْكُرُونَ﴾⁽⁵³⁾.

فالصيام ارتبط بالاستمرارية في العمل الصالح وينتهي بالجائزة. ﴿وَإِذَا سَأَلَكَ عِبَادِي عَنِّي فَإِنِّي قَرِيبٌ أُجِيبُ دَعْوَةَ الدَّاعِ إِذَا دَعَانِ فَلْيَسْتَجِيبُوا لِي وَلْيُؤْمِنُوا بِي لَعَلَّهُمْ يَرْشُدُونَ﴾⁽⁵⁴⁾. هذه

الآية تزيد المؤمن إيماناً وثقة بالله جل وعلا، وتزيد من حسن الظن به أيضاً، فعندما تأتيه الهموم والمصائب من كل جهة، ويعتقد أن الله قريب منه تهون عليه كل المصائب وتزيل الهموم، وهذه من جوائز الصيام للمسلمين.

وخلافاً لمفهوم الصيام سلوكاً وتطبيقاً لدى الديانات الأخرى، نجد أن الصيام عند المسلمين فيه تيسير وحياء وإنسانية، ﴿أَجَلٌ لَكُمْ لَيْلَةَ الصَّيَامِ الرَّفَثُ إِلَى نِسَائِكُمْ هُنَّ لِبَاسٌ لَكُمْ وَأَنْتُمْ لِبَاسٌ لَهُنَّ عَلِمَ اللَّهُ أَنَّكُمْ كُنْتُمْ تَخْتَانُونَ أَنْفُسَكُمْ فَتَابَ عَلَيْكُمْ وَعَفَا عَنْكُمْ فَالآنَ بَاشِرُوهُنَّ وَابْتَغُوا مَا كَتَبَ اللَّهُ لَكُمْ وَكُلُوا وَاشْرَبُوا حَتَّى يَتَبَيَّنَ لَكُمُ الْخَيْطُ الْأَبْيَضُ مِنَ الْخَيْطِ الْأَسْوَدِ مِنَ الْفَجْرِ ثُمَّ أَتَمُوا الصَّيَامَ إِلَى اللَّيْلِ وَلَا تُبَاشِرُوهُنَّ وَأَنْتُمْ عَاكِفُونَ فِي الْمَسَاجِدِ تِلْكَ حُدُودُ اللَّهِ فَلَا تَقْرَبُوهَا كَذَلِكَ يُبَيِّنُ اللَّهُ آيَاتِهِ لِلنَّاسِ لَعَلَّهُمْ يَتَّقُونَ⁽⁵⁵⁾.

افتتحت آيات الصيام بالتقوى وختمت بالتقوى للدلالة على لزوم مخافة الله والبعد عن المعاصي من بداية الشهر إلى نهايته، وهو كذلك على الدوام حتى الممات، وبهذا الدوام تتحقق أهداف الصيام، وهي: التقوى، والهداية، والشكر الاعتقادي، والانقياد، والإيمان بالله، وتعظيم المحرمات، والتوبة، والتبطل والانقطاع إليه.

وهناك أيام أخرى يجوز فيها الصوم ويتمتع المسلم بها مثل: الصوم في يومي الاثنين والخميس من كل أسبوع، و(الأيام البيض) في منتصف كل شهر قمري، عندما يكون القمر على أكمل وجه.⁽⁵⁶⁾ والصيام في اليوم العاشر من الشهر الأول (المحرم) من السنة الهجرية. وقد اقترحه النبي محمد صلى الله عليه وسلم.

ويعرف هذا الصيام باسم عاشوراء (حرفياً اليوم العاشر)⁽⁵⁷⁾. والصيام في الأيام التسعة الأولى من الشهر الثاني عشر (ذي الحجة) أكثر جدارة من الصيام الطوعي في أيام أخرى. وجميعها سنة عن النبي محمد صلى الله عليه وسلم.

لقد قسم الإمام الغزالي الصيام إلى ثلاث درجات: عادية، وخاصة، وغير خاصة:

1. الصيام العادي: يعني الامتناع عن الأكل والشرب والجماع.
 2. الصيام الخاص: يعني إبقاء الجسم وأعضاء الجسم خالية من الخطيئة.
 3. الصيام الأعلى -خاص جداً-: يعني صيام القلب من خلال إبقائه نظيفاً من الأفكار الدنيوية، والارتباط فقط بالله ذكراً وعبادة وابتهالاً ودعاء، وترك الدنيا بزخرفها ومفاتها، وقهر عدو الله الشيطان⁽⁵⁸⁾.
- يرتبط صيام المسلمين في شهر رمضان بمساعدة المحتاجين وإعطاء الصدقة إلى الفقراء⁽⁵⁹⁾، وفي ذلك تكفير عن أي أخطاء أو خطايا وقع فيها المسلم في شهر الصيام.
- الصيام في الإسلام يرتبط بأمور عديدة، فهو يشكل:**

- ارتباطاً وثيقاً بالصدقة، من الناحية المثالية والمؤسسية.
- ارتباطاً وثيقاً بالقيم الأخلاقية، مثل الصبر.
- ارتباطاً وثيقاً بالشعور بالجوع.
- احتواءً للدرجات من أجل تقوية الروح بالتقوى.

الصيام في المسيحية:

وهو أيضاً تشريع مهم في الديانة المسيحية ولكنه أقل التزاماً من الإسلام، حيث إنها من الديانات التي تأمر أتباعها بالكف عن أنواع محدودة من الطعام فقط خلال فترة الصيام، وليس الامتناع عن الطعام مجملاً، ويرجع الأمر في ذلك إلى الكنيسة في تحديد الأطعمة الممنوعة خلال فترة الصيام، وللصوم وجهان: سلبي وإيجابي، فالسلبي هو الامتناع عن اللحوم والمأكولات الدسمة، أما الإيجابي فيتمثل في الزهد والتوجه للعبادات، ويحق للمؤمن في هذه الديانة ممارسة أيٍّ منها⁽⁶⁰⁾.

وقد ورد في فضل الصيام في بعض الأسفار: "أَمْثَلُ هَذَا يَكُونُ صَوْمٌ أَخْتَارُهُ؟ يَوْمًا يُدَلِّلُ الْإِنْسَانَ فِيهِ نَفْسَهُ، يُخَيِّئُ كَالْأَسَلَةِ رَأْسَهُ، وَيَفْرُشُ تَحْتَهُ مِسْحًا وَرَمَادًا. هَلْ تُسَمِّي هَذَا صَوْمًا وَيَوْمًا مَقْبُولًا لِلرَّبِّ؟ أَلَيْسَ هَذَا صَوْمًا أَخْتَارُهُ: حَلَّ قَيْودِ الشَّرِّ. فَكَّ عَقْدِ النَّيْرِ، وَإِطْلَاقَ الْمُسْحُوقِينَ أَحْرَارًا، وَقَطَعَ كُلَّ نَيْرٍ. أَلَيْسَ أَنْ تَكْسِرَ لِلْجَائِعِ خُبْزَكَ، وَأَنْ تُدْخَلَ الْمَسَاكِينَ النَّائِبِينَ إِلَى بَيْتِكَ؟ إِذَا رَأَيْتَ عُرْيَانًا أَنْ تَكْسُوهُ، وَأَنْ لَا تَتَغَاضَى عَنْ لَحْمِكَ. حِينَئِذٍ يَنْفَجِرُ مِثْلَ الصُّبْحِ نُورُكَ، وَتَنْبُتُ صِحَّتُكَ سَرِيعًا، وَيَسِيرُ بِرُكِّ أَمَامِكَ، وَمَجْدُ الرَّبِّ يَجْمَعُ سَاقَتَكَ. حِينَئِذٍ تَدْعُو فَيُجِيبُ الرَّبُّ. تَسْتَعِيثُ فَيَقُولُ: هَآنَذَا. إِنْ نَزَعْتَ مِنْ وَسْطِكَ النَّيْرَ وَالْإِيمَاءَ بِالْأَصْبُعِ وَكَلَامَ الْإِثْمِ وَأَنْفَقْتَ نَفْسَكَ لِلْجَائِعِ، وَأَشْبَعْتَ النَّفْسَ الدَّلِيلَةَ، يُشْرِقُ فِي الظُّلْمَةِ نُورُكَ، وَيَكُونُ ظِلَامُكَ الدَّمَاسُ مِثْلَ الظُّهْرِ. وَيَقُودُكَ الرَّبُّ عَلَى الدَّوَامِ، وَيُشْبِعُ فِي الْجَدُوبِ نَفْسَكَ، وَيُنْشِطُ عِظَامَكَ فَتَصِيرُ كَجَنَّةٍ رَبِيًّا وَكَنْبَعِ مِيَاهٍ لَا تَنْقَطِعُ مِيَاهُهُ"⁽⁶¹⁾

وفي سفر آخر: "وَمَتَى صُمْتُمْ فَلَا تَكُونُوا عَابِسِينَ كَالْمُرَائِينَ. فَإِنَّهُمْ يُغَيِّرُونَ وَجُوهَهُمْ لِكَيْ يَظْهَرُوا لِلنَّاسِ صَائِمِينَ. الْحَقُّ أَقُولُ لَكُمْ: إِنَّهُمْ قَدْ اسْتَوْفُوا أَجْرَهُمْ"⁽⁶²⁾.

الصيام في اليهودية:

الصوم في اليهودية ينقسم إلى قسمين، هما:⁽⁶³⁾

الصيام الفردي: وهو ما يقوم به الأفراد على حد سواء في أوقات مختلفة: تعبيراً عن حزن، أو تكفيراً عن ذنب، أو اعترافاً بخطيئة.

الصيام الجماعي: وهو الصيام الذي يقوم به من يتبعون الملة اليهودية في وقت واحد خلال العام، ويكون في حدث عام، مثل تفشي مرض، أو انتشار وباء، أو تلف المحاصيل، أو غزو الجراد لهم؛ فيجتمعون ويصومون بغرض التقرب إلى الله؛ فيغفر لهم ويدفع هذا البلاء عنهم -حسب معتقداتهم-.⁽⁶⁴⁾

ربما يعتبر "يوم الغفران" هو السمة البارزة في مفهوم الصوم عند اليهود. وهذا الصوم يختلف عن الصوم في الديانات الأخرى وخاصة الصوم في الإسلام. ففي هذا اليوم يعملون على تكريس طقوس محددة تشمل الصوم مدة يوم وساعة، ويتخلون في تلك الخمس والعشرين

ساعة التي تبدأ بغروب الشمس عن الأكل والشرب والاستحمام والجماع والتدخين وحتى ممارسة الحياة الاعتيادية، فتتوقف الإذاعات والتلفزيون عن البث والسيارات عن السير، وتغلق المحلات وتعطل الأعمال. فكل ذلك غير مسموح به في الديانة اليهودية.

واليهود يعتقدون أنهم يتصلحون مع الله ويتقربون منه ليظهرهم ويغفر لهم. وهذا سلوك جماعي يعكس "عقدة الذنب" الجماعية عند اليهود. ويشمل الصوم البنات ابتداءً من سن 12 عاماً والأولاد من سن 13 عاماً. والكثير من اليهود يقضون هذا اليوم داخل المعبد.

ويعني الصوم في التقاليد اليهودية التوقف التام عن كل الطعام والشراب، ويبدأ صيام يوم كامل مع غروب الشمس في المساء ويستمر حتى الظلام في اليوم التالي. ويبدأ يوم الصيام من الفجر وينتهي في الظلام. ويشدد السرد الكتابي على الصيام الشخصي كتحريض على الغضب الإلهي، في حين أن التقليد اليهودي اللاحق يطور أياماً قانونية للصوم الجماعي. وقد يكون الصيام عند اليهود⁽⁶⁵⁾:

- فِعْلٌ خِلافِ طَوْعِيٍّ، أَوْ التَّزَامًا بِالتَّقْوِيمِ الْمُقَدَّسِ لِإِسْرَائِيلِ.
- يَصُورُ الصُّومَ عَلَى أَنَّهُ دَاخِلِيٌّ وَخَارِجِيٌّ فِي كُلِّ مَنَ النُّصُوصِ الْكِتَابِيَّةِ وَالْحَاخَامِيَّةِ.
- يَعْتَقِدُ أَنَّ فِعْلَ الصِّيَامِ يُوَدِّي إِلَى التَّحْوِيلِ الرُّوحِيِّ لِلْفَرْدِ أَوْ الْمَجْتَمَعِ.
- يَزْعَمُ الْمُعْتَقِدُ الْيَهُودِيُّ أَنَّ الصُّومَ يُوَثِّرُ عَلَى اللَّهِ لِيَتَصَرَّفَ بِكْرَمٍ تَجَاهَ الصَّائِمِ.
- الصِّيَامُ الْفَرْدِيُّ كَفَّارَةٌ عَنِ الْخَطِيئَةِ.
- الْعُرُوسُ وَالْعَرِيسُ الْيَهُودِيَّانِ يَصُومَانِ يَوْمَ زَفَافِهِمَا لِيَبْدَأَ زَوَاجُهُمَا وَهُمَا فِي حَالَةِ طَهَارَةٍ، "فَعَلَ تَكْفِيرَ الصُّومِ عَنِ الذُّنُوبِ السَّابِقَةِ لِلْعُرُوسِ وَالْعَرِيسِ".
- يَصُومُ الْيَهُودُ فِي كَثِيرٍ مِنَ الْأَحْيَانِ فِي ذِكْرِ وَفَاةِ أَحَدِ أَفْرَادِ أُسْرِهِمْ أَوْ مُعَلِّمِهِمْ.

أنواع الصيام في اليهودية:

1. الصوم العام غير النظامي.

2. الصوم العام غير القانوني الذي يفرض في مناسبات خاصة.

3. الصوم الخاص.

فهناك ستُّ مناسبات يصوم فيها اليهودي خلال السنة التقويمية اليهودية، بعضها إلزامية وبعضها طوعية، وفي الأصل أن "يوم الغفران" هو الصيام الإلزامي الوحيد.

كما سبق، يتضح لنا أن الصوم عند اليهود هو عمل تكفير جماعي؛ رغبة في الغفران الإلهي؛ لذلك يصنف يوم الغفران على أنه اليوم الأكثر شهرة في اليهودية⁽⁶⁶⁾، فهو في طقوس الديانة اليهودية يعتبر يوم الكفارة؛ حيث يعتقدون أن الله في ذلك اليوم أمر شعب إسرائيل بـ "أن يصيبوا نفوسهم".

لقد فسّر المعلقون من الحاخامات العبارة الكتابية "ابتلاء الروح" لتبني فهمًا عامًا لإنكار المتعة الجسدية، فلم يقتصر الحظر على الأكل والشرب فحسب، بل شمل أيضًا الاستحمام والتطيب، ويتضح أن الصوم الحقيقي في الديانة اليهودية هو تقييم ذاتي، فالرواية الكتابية لا تشارك فقط فكرة الصوم الشخصي.

ولما كان يوم كيبور "الغفران" هو صيام لمدة (25) ساعة، مع الامتناع التام عن الطعام والشراب، فإن المصلين اليهود التقليديين يقضون اليوم كله في الصلاة والابتهالات؛ اعترافًا بالخطايا والذنوب، ويتم ترديدها بشكل جماعي "مركزية روحية".

كما تتضمن صلوات العيد "يوم الغفران" صلاة خاصة على أرواح الموتى، وعند حلول الظلام، ينفخ في "الشوفار" (البوق) إيدانا بانتهاء العيد والصيام. مع العلم أن يوم الغفران هو يوم الصوم الوحيد الذي تأمر به التوراة ويكرسه اليهودي لتعداد خطاياهم والتأمل فيما ارتكبه من ذنوب⁽⁶⁷⁾.

لماذا يطلبون الغفران؟

يُعرف "يوم كيبور" بـ"سبت الأسبات"، وهو من الأعياد المذكورة في التوراة في سفر اللاويين، حيث يرد فيه ما يأتي: "ويكون لكم فريضة دهرية - أنكم في الشهر السابع في عاشر الشهر تذللون نفوسكم وكل عمل لا تعملون لأنه في هذا اليوم يكفّر عنكم لتطهيركم من جميع خطاياكم - أمام الرب تطهرون"⁽⁶⁸⁾، و"الصوم ينسني طغيان كراسي العالم وعروش الناس على الأرض لأن نبوءاته وقراءته تسمعني شيئاً عن عرش الإله الحقيقي في السماء" (أشعيا 6: نبوءات الخميس الثاني)⁽⁶⁹⁾.

طقوس خاصة:

يبدأ الاستعداد لأهمّ أعياد اليهود قبل أربعين يوماً من مواعده، من خلال مجموعة صلوات تتلى صباحاً ومساءً، وتبلغ الاستعدادات ذروتها في يوم رأس السنة "روش هاشاناه"⁽⁷⁰⁾؛ لخلق جوّ من الخشوع والعبادة، يستمرّ لعشرة أيام تعرف بأيام التوبة، وقبل يوم من الصوم السنوي، يضجّ بالدجاج، بمعدّل دجاجة عن كلّ فرد من أفراد العائلة، ويرمز ذلك إلى نقل الإثم من الإنسان، وتطهيره من خلال سفك دم الطيور.

السبت:

يُعدّ "يوم كيبور" مناسبة احتفالية عائلية، تجتمع فيه العائلات بعد ساعات الصوم الطويلة للغناء والرقص وتناول الطعام، وهو من الأعياد الدينية القليلة التي يلتزم بها اليهود حول العالم، سواء كانوا علمانيين أم متدينيين.

يحتفل معظم أعضاء الجماعات اليهودية بهذا العيد، ومن بينهم اليهود العلمانيون، ولكن احتفالهم به يأخذ شكلاً علمانياً، فهم لا يمارسون أية شعائر مثل الصوم، وإنما يقيمون يوماً احتفالياً فيحصلون على إجازة ويذهبون إلى المعبد.

وهناك ثلاثة أنواع من الصوم في اليهودية:

1. صوم أولئك الذين أصدرُوا في الكتاب المقدس.

2. الصوم الذي أمر به الحاخامات.

3. الصيام الخاص.

وظائف الصوم في اليهودية:⁽⁷¹⁾

1. يعتبر الصوم في اليهودية وسيلة وليس غاية في حد ذاتها.

2. تجنب المصائب من خلال مناشدة رحمة الله (بالصوم العام والخاص).

3. تواضع القلب وإظهار التوبة من الخطايا أمام الله، وهي التوبة التي تظهر في الأعمال الصالحة.

4. تطهير الذات من أجل الاقتراب من الله.

المسيحية: الفناء والتكفير عن الذنوب

يعني الصيام في الديانة المسيحية تخفيف وجبات الطعام اليومية إلى وجبة واحدة كبيرة بالإضافة إلى وجبتين صغيرتين إذا جمعنا تكونان أقل كميةً من الوجبة الكبيرة، ولا يسمح بتناول أي شيء بين هاتين الوجبتين، بالإضافة إلى وجوب تجنب تناول اللحوم، وتكون فترة الصيام عادةً -فيما يسمى (الصيام الكبير)- عبارة عن ٤٠ يوماً تبدأ بأربعاء الرماد حتى عيد الفصح؛ تمجيداً لذكرى الأربعين يوماً التي صامها المسيح عليه السلام في الصحراء.

وبشكل عام وبالنسبة إلى المسيحيين، فنادرًا ما يعني الصيام عندهم الامتناع عن جميع أنواع الطعام في اليوم الواحد، وبالعادة فإن الناس الذين يكونون بصحة غير جيدة يسمح لهم بعدم الصيام، أما أتباع الطوائف الكاثوليكية فإنهم لا يأكلون اللحوم في أيام الجمعة.

وتنتهي فترة الصوم في أحد الفصح، اليوم الذي يتم فيه الاحتفال بقيامة السيد المسيح، والصوم لا يكون أيام الأحد، وقلما تُتبع اليوم قواعد صارمة في الصوم؛ فالكثير من المسيحيين يقررون بأنفسهم عماذا يتخلون.

لم يكن التعامل جادا -منذ القدم- مع الاستغناء أو التقشف أثناء الصيام، وفي العصور الوسطى نجح بعض المسيحيين في تفادي القواعد الكنسية الصارمة، وبما أن لحوم الحيوانات كانت محظورة في أيام الصوم، فقد تم أكل السمك وحتى بعض الحيوانات البرية مثل القنادس أو ثعالب الماء عوضا عنها، وكانوا يتحججون بأن هذه الحيوانات تعيش أغلب وقتها في الماء، ومن ثم يمكن مقارنتها بالأسماك، كما أنه يمكن شرب المشروبات الكحولية.

وفي الديانة المسيحية لا يعتبر الصوم "عبادة تامة"، وذلك وفقا للبيانات الآتية:

- الغالبية العظمى من المسيحيين الأرثوذكسيين لا يصومون حتى في فترة الصوم الكبير "7 أسابيع".

- الصوم هو ممارسة الامتناع عن الطعام، كل الطعام؛ لذلك فإن ما نسميه عادة (الصيام) يكون اسمه الأكثر دقة هو "الامتناع"، أي الامتناع عن أكل اللحوم وسائر المشتقات الحيوانية⁽⁷²⁾؛ لذلك فهم يمارسون "الامتناع" وليس "الصوم"، والامتناع هنا شخصي، وليس جماعيا.

طريقة الصوم الأرثوذكسي "الصوم الكبير":

- يصبح المسيحي نباتيًا في الأساس، لا يأكل اللحوم ولا المنتجات الحيوانية.

- أيام الصيام الأكثر صرامة تكون في الصوم الكبير وينقسم الى ثلاثة أقسام: (أسبوع الاستعداد ويسمى أيضا بدل السبت، صوم المسيح ومدته من أربعين يوما إلى خمسة وخمسين يوما، وصوم أسبوع الآلام)، وفترة الصيام (الصيام المتقطع) في هذه الفترة يكتفي الصائمون بتناول النبيذ وزيت الزيتون والأغذية النباتية (المواد الغذائية الأساسية

في النظام الغذائي المتوسط)، "الصوم ينسبني ملامح الطعام الجسدي وشهوة اللحم ورائحة المسمنات والطيور لأنه يربطني بالخبز الحقيقي الحي الذي نزل من السماء والذي من يأكله له حياة أبدية والرب يقيمه في اليوم الأخير" (يو: 6: 4)⁽⁷³⁾.

- أيام "فضفاضة" (البشارة، النخيل، الأحد) تسمح بالسّمك.
- يُسمح ببعض الأطعمة كالمأكولات البحرية مثل: الإسكالب، الجمبري، الكركند، قنافذ البحر، الحبار، الأخطبوط، بلح البحر.
- نظرًا لأن فكرة الحرمان الغذائي مخيفة جدًا وغريبة بالنسبة للأمريكيين، يقنع الكثيرون أنفسهم بأنهم لا يمكنهم أبدًا الحفاظ على التخصصات الغذائية في الصوم الكبير؛ ومن ثم، فإنهم يعتقدون أنه إذا لم يتمكنوا من مراعاة قواعد الصيام بشكل كامل، فيجب عليهم عدم القيام بذلك على الإطلاق.
- يتم تناول السّلطات والمكسرات والخبز والفاكهة والخضروات وغيرها من الأطباق التي تتطلب الحد الأدنى من التجهيز، باعتبار ذلك جزءًا من طقوس الصيام.

صوم الطائفة الكاثوليكية:

تصوم الطائفة الكاثوليكية صيام الصمت⁽⁷⁴⁾، ويختلف الشعب عن الكهنة، فهو عند الشعب منوط بالرغبة وفي أيام قليلة محدودة والأمر فيه ميسر، حيث لا يتعارض مع العمل الذي يؤديه الفرد، أما عند رجال الدين فهو لازم ويرتبط بأيام لها أعياد ومناسبات دينية.

ولا يوجد لدى الطائفة الكاثوليكية إلا الصوم الكبير، الذي يبدأ من منتصف الليل إلى منتصف النهار، ثم يُسمح للصائم فيه بأكل أطعمة خالية من المنتجات الحيوانية، ويبدأ الالتزام بالصيام من بعد سن الخامسة عشرة، وينتهي الالتزام عند 60 عامًا للرجال، و50 عامًا للنساء.

أما الكنيسة الإنجيلية فيشبهه صيام أتباعها صيام المسلمين، ويكون بالانقطاع عن الطعام والشراب والشهوات، كما يكون الصيام سرّيًا؛ حيث يعتبر الصيام في الفكر الإنجيلي نوعًا من

التعبد السري لتحقيق أغراض خاصة بالتوبة وإعادة العلاقة مع الله، أما الكنيسة البروتستانتية، فقد قالت بعدم فرضية الصيام، وجعلته رغبة شخصية بعد تأكدها أنه عبادة سامية، فلم تحددها بموعد زمني معين ولا بعمر محدد، ولا امتناع عن أي نوع من أنواع الطعام. وفي الوقت الحاضر اختفى الصيام من الطقوس الكاثوليكية⁽⁷⁵⁾، كما اختفى بين الطوائف المسيحية الأخرى، مثل اللوثريين.

أنواع الصوم عند المسيحية:⁽⁷⁶⁾

- التوبة.
- الصوم يساعد على القيام بالصلوات.
- الخشوع والتذلل والانسحاق.
- العطاء والتجرد.
- الروح الواحدة (ربط الإنسان بجسد الجماعة وربط الاثنين بالله).
- الجهاد والتعصب.
- اقتناء الفضائل.
- الصوم الكبير غذاء للمعرفة وبناء للفكر.
- الصوم معرفة جديدة وعميقة لله (حب + صوم بانسحاق = معرفة الله)⁽⁷⁷⁾.
- الصوم وفكر الخضوع للمسيح.
- الصوم والفكر السماوي الأبدي، " رأيت السيد جالسا على عرش عال رفيع ورأيت البيت مملوءا من محده والسيرافيم قيام حوله" (أشعيا6- نبوءات الخميس الثاني)⁽⁷⁸⁾.

- الصوم والأدب المسيحي والحكمة، " (إن علاقة الحكمة بالمعرفة وحفظ العقل وطهارة الفكر (الثلاثاء الثالث) إذا دخلت الحكمة قلبك وذلت المعرفة نفسك فالعقل يحفظك والفكر الطاهر ينجيك فينقذك من طريق السوء" (أم2)⁽⁷⁹⁾.
- الصوم للتغلب على إغراءات المرء ومن ثم الانتقال إلى قوة الله.
- صوم يواجه تردي الفكر، أي "الصوم للحصول على دعم الله. يقول يوحنا كاسيان: حينما تمتلئ المعدة بكل أنواع الأطعمة فذلك يولد بذور الفسق، والعقل حينما يثقل بالطعام لا يقدر على توجيه الأفكار والسيطرة عليهما، إن الإسراف في كل أنواع المآكل يضعف العقل ويجعله مترددا ويسلبه كل قوته في التأمل النقي"⁽⁸⁰⁾.
- الصوم لفهم الوحي الإلهي.

المبحث الثالث: مقارنة الصيام بين الديانات، وفوائد الصيام

مقارنة الصيام بين الديانات اليهودية والمسيحية والإسلام:

بعض المتوازيات والتباينات:

بعد المناقشة أعلاه، يصبح من الممكن رسم بعض أوجه التشابه والتباين فيما يتعلق بمفهوم وأهمية الصوم في التقاليد الدينية الثلاثة المختارة:

ترتبط فترات الصيام العامة الرئيسية في التقاليد المختارة بأحداث ذات أهمية دينية استثنائية للمجتمعات المعنية، فعلى سبيل المثال، يرتبط يوم الغفران عند اليهود باستقبال الشريعة الإلهية من قبل النبي موسى، كما ترتبط فترة الصوم في المسيحية بالصلب المفترض، وصيام رمضان في الإسلام مرتبط بإعلان القرآن⁽⁸¹⁾.

1. أيام الأسبوع المفضلة للصيام التطوعي في كل من الأديان الثلاثة

- الاثنين والخميس في اليهودية.

- الأربعاء والجمعة في المسيحية.
- الاثنين والخميس في الإسلام.
2. يصاحب الصيام في التقاليد الدينية المختارة الأعياد والمهرجانات؛ ما يدل على الأهمية الاجتماعية لطقوس الصوم؛ فالصوم في اليهودية يتبعه عيد بوريم، والصوم في المسيحية يليه عيد الفصح، ويتبع صيام رمضان عيد الفطر في الإسلام.
3. يصاحب الصوم في كل هذه التقاليد الدينية صلاة خاصة
- الصوم من الشعائر المركزية في الإسلام، فهو أحد أركان الدين الخمسة. فهذه المركزية تجعل الصوم في الإسلام حدثاً مهماً للغاية، وهذا غير موجود في اليهودية والمسيحية على السواء.
4. تم إضفاء الطابع العقائدي على الصوم في اليهودية والإسلام مع أنماط متشابهة إلى حد ما، على عكس المسيحية⁽⁸²⁾.
5. في كل من اليهودية والإسلام تم تنظيم ممارسة الصوم بشكل تفصيلي في الكتب الدينية، وخلال الصيام يجب على الشخص الامتناع عن كل الأكل والشرب والألفة الجنسية.
6. ليس هناك مفهوم للصوم "الجزئي" في الإسلام واليهودية، ولكنه يوجد في المسيحية.
7. تختلف التفاصيل المتعلقة بموعد بدء وكسر الصيام في الديانات موضوع البحث. مثل: يوم الغفران في اليهودية يمتد لمدة أطول من أي صيام آخر في الديانات الأخرى⁽⁸³⁾.
8. تجمع الديانات جميعها على أن الصيام يجب أن يؤدي إلى التهذيب الأخلاقي والروحي العملي في سلوك الصائم، في نفسه ومع الآخرين. وعدم تحقيق ذلك يعني وجود خلل في صيام الشخص.

9. من أغراض الصيام المشتركة بين الأديان الثلاثة: السعي وراء رضا الله، والتكفير عن بعض الخطايا، وترويض الرغبات الأساسية.

10. من الأغراض المعلنة للصيام في اليهودية الحداد، وهذا غير موجود في أهداف وغايات الصوم في الإسلام والمسيحية.

إن ما يجعل الصوم متشابكا بشكل جوهري مع الأعياد والمهرجانات، هو ما أكدته دراسة "الصيام في اليهودية والمسيحية والإسلام"، إذ نصت على العلاقة الهيكلية بين الصيام والولائم والمهرجانات، فجميع فترات الصيام العامة المهمة في التقاليد الدينية المختارة -تقريبا- تلمها الأعياد والمهرجانات، وأشهر مثال على ذلك هو صوم "أستير".

إن هذا الترابط بين الصيام والولائم والمهرجانات لا يقتصر على الأديان السماوية فقط، فالصيام والولائم مترابطان في الأديان غير السماوية أيضاً، ومن الواضح أن الروابط الهيكلية للصيام والأعياد والمهرجانات تعني الاستيراد الاجتماعي لطقوس الصوم، وبعبارة أخرى، فإن ارتباط ظاهرة المهرجانات بفترات الصيام المختلفة يدل على أن الغرض النهائي من طقوس الصيام ليس الانسحاب من المجتمع، بل يمكن أن يؤدي إلى زيادة المشاركة الاجتماعية، من خلال إقامة مثل هذه الأعياد والمهرجانات.

الخاتمة:

أولاً: النتائج:

بعد الانتهاء من البحث، توصلت الباحثة إلى عدد من النتائج التي يمكن استعراضها على

النحو الآتي:

- يعد الصيام من أقدم العبادات التي عرفها البشر في الأديان السماوية، والمعتقدات

الإنسانية، وكان معروفاً في معظم الحضارات المختلفة وعلى مر التاريخ.

- كان للصوم العديد من الصور، فمنه صيام الفرض، وصيام التطوع، والصيام الجماعي،

والصيام الفردي، وغير ذلك.

- تعددت أغراض الصوم وأهدافه في المجتمعات البشرية المختلفة، فقد استُخدم وسيلة للرقى بالروح والسمو بالذات، واستخدم أيضا للعلاج النفسي، والبدني في كثير من المجالات الطبية، فقد أكد العديد من الأبحاث والمراجع الطبية والعلمية الحديثة على العلاقة الوطيدة بين الصوم والصحة النفسية والبدنية والمناعية لجسم الإنسان؛ وهو ما جعل الأطباء والمختصين يحثون عليه، ويرغبون الناس فيه.

- من خلال تعرفنا على أنماط الصوم في الديانات المختلفة، وإجراء مقارنات ومقاربات بينها، نجد أن الصوم عبارة عن طقوس وعقيدة دينية مشتركة بين الديانات السماوية وغير السماوية، ومع هذا التشابه فإن بينها اختلافات من حيث النمط أو الوظيفة أو الأهمية.

- بالرغم من اختلاف مفاهيم الصيام ودوافعه وصوره فإنه وجد في العموم بمعنى الامتناع والإمساك عن الشيء بشكل تام أو جزئي، فنجد أنه في بعض الشرائع يعني الامتناع عن الطعام والشراب كليا في أوقات محددة كما في الشريعة الإسلامية، أو الامتناع عن أصناف محددة فقط من الطعام كما في المسيحية، وفي أخرى الامتناع عن الكلام مع الآخرين والإمساك عن شهوات الجسد ورغباته.

- الصوم في الدين الإسلامي وُجد بمفهوم أعمق وأشمل ومن منظور أوسع من أي دين آخر أو معتقد، حيث إنه الدين الذي لا دين بعده والشريعة التي ارتضاها الله تعالى لعباده.

- أتى الصيام في هذه الأديان لإحياء ذكرى بعض الأحداث ذات الأهمية الدينية خلال أيام معينة من السنة، فالصيام في الإسلام -مثلا- يكون في شهر رمضان الذي يرتبط بنزول القرآن الكريم.

- ارتبط الصيام في الديانات الثلاث بالأعياد والمهرجانات والاحتفالات التي تحدث قبل أو بعد فترات الصيام المختلفة، وهو ما يؤكد الأهمية الدينية للصوم، والأهمية الاجتماعية لتلك الأعياد والمهرجانات.

ثانياً: التوصيات

- نشر ثقافة الصيام في وسائل الإعلام المختلفة لتعريف المجتمعات أهميته في تقويم السلوك الإنساني، والتراحم بين الناس، من خلال شعور الغني بما يعاني منه الفقير والمسكين.
- نشر ثقافة الاستشفاء والتطبيب بالصوم، وفتح عيادات خاصة في المستشفيات والمراكز الصحية المختلفة لمعالجة المرضى بالصوم، عملاً بالأثر القائل: "المعدة بيت الداء، والحمية رأس الدواء".

الهوامش والإحالات:

- (1) دار الإفتاء، الصوم، النشرة الدورية لدار الإفتاء العام، المملكة الأردنية الهاشمية، العدد 37 رمضان 1440هـ - أيار 2019م: 2.
- (2) سورة البقرة. آية: (183).
- (3) علي خازم، من آداب الصوم بين الإسلام والمسيحية، تصنيف مناسبات الأشهر، تم أخذ المادة بتاريخ: 20، 9، 2020: <http://alsheikhalik hazem.blogspot.com/2014/03>.
- (4) القمص بيشوي وديع، الصوم الكبير، الكنيسة الملتية، مكتبة كاتدرائية الشهيد مارجرس، طنطا، ط2، 1995: 137.
- (5) محمد رمضان محمد سليمان، الصوم في الديانات السماوية الثلاث، جامعة الزقازيق، معهد الدراسات والبحوث الآسيوية، قسم الديانات، 2014م: 3، 4، 215.
- (6) أشجان محمد عبد الرحيم يوسف، أحكام معاصرة في الصيام من الناحية الطبية، جامعة النجاح الوطنية، كلية الدراسات العليا، 2009م: 2-3-122-123.
- (7) سورة مريم، آية: (26).
- (8) ينظر: محمد بن مكرم بن علي بن منظور، لسان العرب، دار إحياء التراث العربي، بيروت، 1999: 350/12-351.
- (9) علاء الدين المرادوي، الإنصاف في معرفة الراجح من الخلاف، مطبعة السنة المحمدية، القاهرة، د.ط، 1956: 323/7.

- (10) سعيد بن علي القحطاني، الصيام في الإسلام على ضوء الكتاب والسنة، مكتبة الملك فهد الوطنية، الرياض، 2007: 8.
- (11) وديع، الصوم الكبير: 218.
- (12) راشد سعد العليبي، الصيام سؤال وجواب، مراجعة: بدر عبد الله البدر، سلسلة فقه العبادات، مكتبة الملك فهد الوطنية، الرياض، ط2، 2011: 11.
- (13) حمد بن علي الصفيان، الريان في مفهوم الصيام بين الأديان حقائق صحية علمية طبية ورؤى نفسية حول الصيام، الرياض، دار العبيكان للنشر، 2018م: 21.
- (14) المرجع نفسه: 22.
- (15) المرجع نفسه: 23.
- (16) المرجع نفسه: 38.
- (17) المرجع نفسه: 37.
- (18) محمد فتحي عبد العال، تأملات بين العلم والدين والحضارة، دار الميدان للنشر والتوزيع، مصر، 2019م: 30.
- (19) الصفيان، الريان في مفهوم الصيام: 39.
- (20) المرجع نفسه: 42.
- (21) سورة هود، آية: (48).
- (22) العليبي، الصيام سؤال وجواب: 25.
- (23) محمد رشيد رضا، تفسير المنار، دار المنار، القاهرة، ط2، 1947: 116/2.
- (24) سمية حجاج، المشترك الديني بين الأديان السماوية والعالمية دراسة مقارنة، دار الكتب العلمية، بيروت، 1971: 279.
- (25) الصفيان، الريان في مفهوم الصيام: 27.
- (26) محمد صلاح المنجد، 70 مسألة في الصيام، مجموعة زاد للنشر، الرياض، ط1، 2014: 6.
- (27) عبد الرحمن بن ناصر السعدي، منهج السالكين وتوضيح الفقه في الدين، الرياض، ط2، 2002: 75.
- (28) محمد الهواري، الصوم في اليهودية- دراسة مقارنة، دار الهاني للدراسات والنشر والتوزيع، القاهرة، 1988م: 19.
- (29) الصفيان، الريان في مفهوم الصيام: 24.
- (30) علوي بن عبد القادر، ملخص فقه الصوم من الموسوعة الفقهية، الدرر السنوية، 2014: 5.
- (31) الصفيان، الريان في مفهوم الصيام: 23-40.
- (32) سورة مريم، آية: (10).
- (33) حجاج، المشترك الديني بين الأديان: 281.

- (34) المرجع نفسه: 276-285.
- (35) أحمد بن عبد الحليم بن تيمية، شرح العمدة في الفقه: كتاب الصيام، دار الأنصار للنشر والتوزيع، الرياض، ط1، 1996: 1/24..
- (36) وديع، الصوم الكبير: 13.
- (37) الهواري، الصوم في اليهودية: 52.
- (38) حجاج، المشترك الديني بين الأديان: 172.
- (39) رواه الطبراني في المعجم الأوسط. (8/174)
- (40) الريان في مفهوم الصيام بين الأديان حقائق صحية علمية طبية ورؤى نفسية، مرجع سابق: 114.
- (41) حجاج، المشترك الديني بين الأديان: 282.
- (42) محمد بن إسماعيل البخاري، صحيح البخاري، تح: مصطفى ديب البغا، مكتبة الصفا، دار البيان الحديثة، ط1 1423/2003: 414/1، حديث رقم (1896).
- (43) المصدر نفسه: 27/2، حديث رقم (2840).
- (44) المصدر نفسه: 28/2، حديث رقم (2843).
- (45) المصدر نفسه: 149/3، حديث رقم (6057)، كتاب الأدب، باب قول الله تعالى: "واجتنبوا قول الزور"،
- (46) المصدر نفسه: 413/1، حديث رقم (1894)، كتاب الصوم، باب فضل الصوم.
- (47) القحطاني، الصيام في الإسلام: 43.
- (48) البخاري، صحيح البخاري: 416/1، حديث رقم (1909)، كتاب الصوم، باب قول النبي صلى الله عليه وسلم: "إذا رأيتم الهلال فصوموا وإذا رأيتموه فأفطروا".
- (49) محمد إسماعيل أبو الريش، الصيام في الفقه الإسلامي، مطبعة الأمانة، القاهرة، ط1، 1989م: 10-18.
- (50) سورة البقرة، آية: (183).
- (51) سورة البقرة، آية: (184).
- (52) سورة البقرة، آية: (185).
- (53) سورة البقرة، آية: (185).
- (54) سورة البقرة، آية: (186).
- (55) سورة البقرة، آية: (187).
- (56) البخاري، صحيح البخاري: 432/1، حديث رقم (1981)، كتاب الصوم، باب صيام أيام البيض.
- (57) المصدر نفسه: 435/1، حديث رقم (200)، كتاب الصوم، باب صيام العاشوراء.
- (58) محمد بن محمد الغزالي، إحياء علوم الدين، تخريج: زين الدين أبي الفضل العراقي، دار الحزم للطباعة والنشر والتوزيع، ب بيروت، 2005: 274.
- (59) البخاري، صحيح البخاري: 332/1، كتاب الزكاة، باب فرض صدقة الفطر.

- (60) وديع، الصوم الكبير: 54.
- (61) القمص تادرس يعقوب ملطي، سفر إشعيا، الإصحاح 58 (الصوم المرفوض) الآيات (6-12)، كنيسة الشهيد مار جرجس، باسبورتنج، شيكاغو 1988: 305، 307.
- (62) القس أنطونيوس فكري، إنجيل متى - إصحاح 16، آية 6، مصر، دت: 215.
- (63) حجاج، المشترك الديني بين الأديان: 279.
- (64) عبد الرزاق رحيم صلال الموحى، العبادات في الأديان السماوية، دار صفحات للدراسات والنشر، سوريا، 2012: 100.
- (65) علي الخطيب، الصيام من البداية حتى الإسلام، مجمع البحوث الإسلامية بجامعة الأزهر، القاهرة، 1980: 113.
- (66) عماد علي عبد السميع حسين، الإسلام واليهودية دراسة مقارنة من خلال سفر اللاوين، دار الكتب العلمية، بيروت، د. ت: 289، 291.
- (67) الهواري، الصوم في اليهودية: 30-40.
- (68) نجيب جرجس، سفر اللاوايين، الإصحاح السادس عشر، الآيات 29، 30، بيت مدارس الأحد، ط1، 1998: 173.
- (69) وديع، الصوم الكبير: 29.
- (70) وليد عبدالبار أحمد، جهود أحمد سوسة في اليهودية- مجلة كلية العلوم الإسلامية جامعة بغداد، العراق، العدد 57، 2019م: 2.
- (71) موشيه ديفيد هير، "الصيام والأيام السريعة"، في موسوعة يهودية، ط2، أد. فريد سكولنيك، فارمنجتون هيلز، طومسون جيل، السادس، 2007: 720-22.
- (72) أسعد السحمراني، البيان في مقارنة الأديان، دار النفائس، بيروت، ط1، 2001م: 87.
- (73) وديع، الصوم الكبير: 29.
- (74) حجاج، المشترك الديني بين الأديان: 282.
- (75) جوزيف مارتوس، الأسرار: دراسة متعددة التخصصات والتفاعلية، الصحافة الليتورجية، مينيسوتا، أمريكا، 2009: 80.
- (76) وديع، الصوم الكبير، مرجع سابق: 23-40.
- (77) المرجع نفسه: 26
- (78) المرجع نفسه: 29.
- (79) المرجع نفسه: 34.
- (80) المرجع نفسه: 27.
- (81) أحمد سوسة، العرب واليهود في التاريخ، دار الحرية، بغداد، 1972م: 172

- (82) ناصر الدين أبو الفتوح الكرمانى، الصوم فى القديم والحديث، مطبعة الكونكورء، القاهرة، دت: 36.
- (83) على عكاشة، شحاة الناطور، جميل بىضون، الأءىان فى العبادات السماوية، دار الأمل للنشر والتوزىع
. إربء . عمان، ط1، 1991م: 35.

