

## الصوم 2020

أ- متى؟ ابتداء من أربعاء الرماد (4/3) حتى فجر أحد القيامة (19/4)

ب- لماذا؟ 1- يسوع أوصى بذلك.

2- بالصوم قوة، ثبات على التجارب وقوى الشرّ واستجابة للصلوات.

ج- كيف؟ اقترح ما يلي:-

1- أربعاء الرماد 4/3/2020، والجمعة العظيمة 17/4 انقطاع كامل عن الطعام والشراب حتى السادسة مساءً (الصوم الكامل).

2- كل يوم أربعاء وجمعة غير المذكورتين في فترة الصوم هو انقطاع عن الطعام فقط لا الشراب حتى السادسة مساءً (الصوم العادي). من الممكن أن تختار يومين آخرين أو يومًا واحدًا فقط.

3- انقطاع عن (ثلاثة أمور) على الأقل مُحببة للنفس كثيرًا مثل الحلو، المكسرات، القهوة، التدخين، وأنواع طعام معينة أخرى الخ... (الصوم الجزئي). كل أيام الصوم، بدون استثناء، إلى صباح أحد القيامة. هذا يتعلق شخصيًا بكل واحد منا.

4- من الممكنان نصوم عن الزفر (اللحوم وكل منتجات الألبان) أيضًا.

د- هل هناك أمور أخرى؟

نعم فإن الصوم بدون صلاة كالعصفور بجناح واحد، فالأمور المطلوبة بالإضافة إلى المذكور أعلاه اقترح ما يلي:

1- الصلاة اليومية الصباحية أو المسائية أو الإثنتان معًا وقضاء وقت بالصلاة وقراءة كلمة الله لمدة ربع ساعة على الأقل. هناك برنامج شهري للصلوات والقراءات اليومية تُقدّمه الكنيسة وباستطاعتك الالتزام به خلال فترة الصوم. موجود في الكنيسة وعلى الموقع أيضًا.

2- حياة توبة يومية دائمة وطلب غفران ورحمة الله لأن الإلتضاع والتوبة هما جوهر الصوم.

3- التقدمة والعشوران نكون امناء في وزنة العطاء.

4- حضور الخدمات الأحذية وممارسة سرّ المناولة. هناك امكانية أيضًا للمناولة في جبل الصلاة.

- 5- حضور اجتماع واحد **لدرس الكتاب** للأخوة والأخوات المؤمنين والمؤمنات مرّة أو أكثر كل أسبوع على مدار فترة الصوم (أنظر أوقات النشاطات حسب البرنامج الشهري).
- 6- وضبط النفس وللسان وعدم استغابة الغير او **دينونة أحد** ومحاسبة النفس لا الآخرين. " ابدأ فيّ انا".
- 7- التّحلّي بصفات **وثمار الروح القدس** وخاصة المحبة والعفة (أنظر غلاطية 5 : 22 – 23).
- 8- ان نتسلح بسلاح الجندي المسيحي يوميًا. **نرفض الشيطان** وكل قوى الظلمة. (انظر أفسس 6: 10 - 20).  
لنمارس ايماننا بالكلمة المنطوقة.
- 9- ان طلب **حلول الروح القدس** وحياة التجديد اليوميّة وإرشاد الله لحياتنا.
- 10- **ترتيب أولوياتنا** حتى يكون يسوع المسيح هو الأول. ابدأ يومك بالشكر.
- 11- **مصالحة ومسامحة** حتى نُعيّد بفطير الإخلاص والحبّ.
- 12- ان نعمل على **حياة القداسة الشخصية** لنكون أواني طاهرة حتى يسكب الله روحه القدس فيها.
- ليباركنا الربّ وليرحمنا ويقبل صلواتنا وصومنا، خلاصًا لنفوسنا وللخراف الضالّة، انتعاشًا لكنائسنا،  
وحدة لعائلاتنا، وهداية لكل من ضلّ عن الطريق. آمين

مع محبتي وصلواتي

الراعي

القس بلال حبيبي