

الصوم

قال تعالى : ﴿يَا أَيُّهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا كُتِبَ عَلَيْكُمُ الصِّيَامُ كَمَا كُتِبَ عَلَى الَّذِينَ مِن قَبْلِكُمْ لَعَلَّكُمْ تَتَّقُونَ﴾^١

تعريف الصوم :

الصَّوْمُ في اللغة : تَرْكُ الطعامِ وَالشَّرَابِ وَالنَّكَاحِ والكلام^٢

الصوم اصطلاحاً : وهو الامساك عما يأتي من المفطرات بقصد القربة^٣.

أو هو التوطين والحبس أي حفظ النفس عن المفطرات المعينة في الشرع^٤

لقد فرض الله تعالى وجوب الصوم على عباده في خصوص شهر رمضان لتطهير النفس من الآثام والموبقات التي تكدست في نفس الإنسان خلال احد عشر شهراً حتى تعيده في كل سنة خلقاً جديداً متطهراً منها مما تسهل عليها التقرب إلى الله تعالى بالطاعات .

ثمرة الصوم

هي تعلم الصبر على تحمل الجوع والعطش والشعور

١ سورة البقرة ١٨٣

٢ لسان العرب ج ١٢ ص ٣٥٠

٣ العروة الوثقى كتاب الصوم ج ٢، ص ١٦٦

٤ جواهر الكلام ج ١٦، ص ١٨٤

بما يعيشه الفقير من الحرمان لذا فيكون هذا الشهر فيه مواسات لهم ويتواضع الغني على مستوى الفقير ويرتفع الفقير إلى مستوى الغني فهو شهر محبة ومد يد العون فيما بين المؤمنين

علة وجوب الصوم

سأل هشام بن الحكم الإمام الصادق (عليه السلام) عن علة الصيام، فقال : إنما فرض الصيام، ليستوي به الغني و الفقير، وذلك ان الغني لم يكن ليجد مس الجوع، فيرحم الفقير، لان الغني كلما أراد شيئاً قدر عليه، فأراد الله تعالى: أن يسوي بين خلقه، وأن يذيق الغني مس الجوع، والألم، ليُرَّقَّ على الضعيف، ويرحم الجائع^٥.

وعن فاطمة الزهراء (عليها السلام) : ((فرض الله الصيام تثبيتاً للإخلاص))^٦.

حقيقة الصوم

ترتكز حقيقة الصوم بأن المراد منه ليس الابتعاد عن المفطرات واجتنابها، فإن ذلك ظاهر الصوم، وأما باطنه وحقيقته التي يجب أن نطلبها بأدائنا لهذه الفريضة فهي صلاح الباطن. فعن الإمام عليّ (عليه السلام) : «صيام القلب عن الفكر في الآثام، أفضل من صيام البطن عن الطعام»^٧.

٥ من لا يحضره الفقيه ج ٢ ، ص ٧٣

٦ ميزان الحكمة ، ص ٤٦٦

٧ عيون الحكم والمواعظ، ص ٣٠٢،

روايات في الصوم

١- قال رسول الله (ﷺ) : ((من صام شهر رمضان فاجتنب فيه الحرام والبهتان رضي الله عنه، وأوجب له الجنان))^٨.

٢- قال الإمام الباقر (عليه السلام) : ((ان الله تبارك وتعالى ملائكة موكلين بالصائمين يستغفرون لهم في كل يوم شهر رمضان إلى آخره، وينادون الصائمين كل ليلة عند إفطارهم ابشروا عباد الله فقد غفر الله لكم ذنوبكم وقبل توبتكم فانظروا كيف تكونون فيما تستأنفون))^٩.

٣- قال الإمام الصادق (عليه السلام) : ((إن الله تبارك وتعالى يقول: الصوم لي وأنا أجزي عليه))^{١٠}

الفوائد الصحية للصوم

لا تقتصر فائدة الصوم على الجانب الروحي فحسب بل على الجانب البدني لما له فائدة طبية أيضا فيما يخص صحة الإنسان وسلامة بدنه فوائده كثيرة جدا

منها ما يتعلق بالحالة النفسية للصائم وانعكاسها على صحته، حيث أن الصوم يساهم مساهمة فعالة في علاج الاضطرابات النفسية والعاطفية وفي هذا المجال كتب الطبيب السويسري (بارسيلوس) «إن فائدة الجوع قد

٨ بحار الأنوار : ج ٩٣ ، ص ٣٤٦

٩ أمالي الصدوق ص ٣٣

١٠ مدارك الأحكام : ج ٦، ص ١٠



مركز الإمام علي
وحدة الدراسات والبحوث القرآنية

فضائل الصوم



تفوق بمرات استخدام الأدوية»، أما الدكتور (فيليب) فكان يمنع مرضاه من الطعام لبضعة أيام، ثم يقدم لهم بعدها وجبات غذائية خفيفة.

وبشكل عام فإن الصوم يساهم في هدم الأنسجة المتداعية وقت الجوع، ثم إعادة ترميمها من جديد عند تناول الطعام، والنبى محمد (ﷺ) أكد على فائدة الصوم قبل ألف وأربعمائة سنة بقوله: «صوموا تصحوا»^{١١}.

مركز القرآن الكريم

في العتبة العلوية المقدسة

- f quran.imamali
- quranalnajaf
- quranimamali
- quran_imamali

www.quran.imamali.net

المصادر:

- ١- أمالي الصدوق
- ٢- بحار الأنوار
- ٣- جواهر الكلام
- ٤- العروة الوثقى
- ٥- عيون الحكم والمواعظ
- ٦- لسان العرب
- ٧- مدارك الأحكام
- ٨- من لا يحضره الفقيه
- ٩- ميزان الحكمة