

کتاب مقدس درباره روزه مسیحی چه می گوید؟



کتاب مقدس به مسیحیان دستور نمی دهد که روزه بگیرند. خداوند دستوری برای روزه گرفتن مسیحیان صادر نکرده و انجام آن را نیز از مسیحیان نخواستہ است. درعین حال، کتاب مقدس روزه را خوب، سودمند و مفید معرفی می کند. در کتاب اعمال رسولان نوشته شده است که ایمانداران قبل از هر تصمیم مهمی، روزه می گرفتند (اعمال رسولان فصل ۱۳ آیه ۲ ، فصل ۱۴ آیه ۲۳). روزه و دعا اغلب با هم در ارتباط هستند (لوقا فصل ۲ آیه ۳۷، فصل ۵ آیه ۳۳). اغلب مواقع، تمرکز روزه بر این است که چیزی خورده نشود. در حالیکه، هدف روزه باید این باشد که چشم خود را از دنیا برداشته و کاملاً بر روی خدا تمرکز کنیم. روزه راهی است که به خدا و خودمان نشان می دهیم که در رابطه با خدا جدی هستیم. روزه به ما کمک می کند که دید جدیدی داشته باشیم و اتکا و اطمینان خود به خدا را تمديد کنیم.

اگر چه روزه در کلام خدا تقریباً همیشه اجتناب کردن از خوردن غذاست، اما راههای دیگری هم برای روزه وجود دارند. هر چیزی را که بطور موقت کنار بگذاریم تا تمرکز و توجه مان روی خدا باشد روزه بحساب می آید (اول قرنطیان فصل ۷ آیه های ۱ تا ۵). روزه باید محدود به یک مدت زمان باشد، بخصوص وقتی مربوط به نخوردن غذاست. غذا نخوردن بمدت طولانی ممکن است به سلامتی شخص صدمه بزند. روزه نباید "یک راه برای رژیم غذایی" تلقی شود. هدف روزه بر اساس تعالیم کتاب مقدس، لاغر شدن نیست، بلکه معاشرت عمیق تر با خدا می باشد. هر کسی می تواند روزه بگیرد، در حالیکه بعضی ممکن است نتوانند از غذا روزه بگیرند (مثلاً کسانی که بیماری قند دارند). هر کسی می تواند بطور موقت چیزی را کنار بگذارد تا به خدا نزدیک شود.

با برداشتن تمرکزمان از امور این دنیا، بهتر می توانیم بر روی خدا تمرکز کنیم. روزه این نیست که خدا را مجبور کنیم چیزی را که می خواهیم به ما بدهد. روزه قرار است که ما را عوض کند، نه خدا را. روزه

برای این هم نیست که خود را روحانی تر از دیگران نشان دهیم. روزه باید با فروتنی و شادی انجام شود. متی فصل ۶ آیه های ۱۶ تا ۱۸ می گوید “و اما درباره روزه. وقتی روزه می گیرید، مانند ریاکاران خود را افسرده و ناتوان نشان ندهید. ایشان با این کار می خواهند به مردم بفهمانند که روزه گرفته اند. مطمئن باشید که ایشان تمام اجر خود را به همین صورت از مردم می گیرند. اما تو وقتی روزه می گیری، سر و صورت خود را تمیز و مرتب کن، تا کسی متوجه نشود روزه گرفته ای. آنگاه پدر آسمانی تو که از همه چیز آگاه است، تو را اجر خواهد داد”.