



Woher weiß ich, ob ich alt genug bin, um zu fasten?



Am Fastsonntag verzichten wir normalerweise auf zwei Mahlzeiten und trinken in dieser Zeit auch nichts. Außerdem spenden wir das Geld, das wir für Essen und Trinken ausgegeben hätten, und helfen damit Leuten, die nicht so viel haben. Das bezeichnen wir als „Fastopfer“. Wenn wir fasten, denken wir an unsere Segnungen, beten für andere und fühlen uns dem Vater im Himmel nahe. Du kannst mit dem Fasten beginnen, wenn du und deine Eltern der Meinung seid, dass du dafür bereit bist. Wenn du aus gesundheitlichen Gründen nicht fasten kannst, kannst du dennoch beten und den Heiligen Geist verspüren, während andere fasten.



Du kannst fasten, damit andere gesegnet werden und damit du den Geist verspürst. Nach der Taufe ist ein guter Zeitpunkt, mit dem Fasten zu beginnen.

Eddie O., 9, Kalifornien, USA



Ich wusste, dass ich für das Fasten alt genug war, als ich den Wunsch dazu hatte. Der Heilige Geist hat mir gesagt, dass ich das Richtige tue. Ich habe Schritt für Schritt damit angefangen. Zuerst habe ich eine Mahlzeit ausgelassen. Dann habe ich versucht, zwei auszulassen.

Anne D., 9, Nevada, USA



Ich weiß, dass ich jetzt alt genug bin, denn der Heilige Geist hat mir das Gefühl gegeben, dass ich mit dem Fasten anfangen soll. Und ich habe meine Eltern gefragt, ob das Gefühl auch richtig ist.

Brooklyn R., 7, Auckland, Neuseeland



Du kannst zum Vater im Himmel beten und herausfinden, wann du mit dem Fasten beginnen sollst. Ich weiß, dass der Vater im Himmel uns Antwort aufs Gebet gibt.

Liam P., 7, Utah, USA



Ich glaube, dass ich nach meiner Taufe bereit bin, mit dem Fasten zu beginnen. Ich kann den Vater im Himmel um seine Hilfe bitten und ihn fragen, wann und wie ich beginnen soll.

Brian K., 7, Washington, USA