



Comment savoir quand je suis assez âgé pour commencer à jeûner ?



Le dimanche de jeûne, habituellement nous ne mangeons pas et ne buvons pas pendant deux repas. De plus, nous donnons l'argent qu'auraient coûté nos repas pour aider les personnes qui en ont besoin. Ce don est appelé « offrande de jeûne ». Pendant que nous jeûnons, nous pouvons nous souvenir de nos bénédictions, prier pour des gens et nous sentir proches de notre Père céleste. Tu peux commencer à jeûner quand tes parents et toi pense que tu es prêt. Si tu ne peux pas jeûner en raison d'un problème de santé, tu peux néanmoins prier et ressentir le Saint-Esprit pendant que les autres jeûnent.



Jeûner n'est pas un problème quand on veut apporter des bénédictions aux autres et ressentir l'Esprit. Un bon moment pour commencer à jeûner serait après t'être fait baptiser.
Eddie O., neuf ans, Californie (États-Unis)



J'ai su que j'étais assez âgé pour commencer à jeûner quand j'ai senti que je voulais le faire, et le Saint-Esprit m'a dit que c'était une bonne décision. Quand j'ai commencé, je l'ai fait étape par étape. J'ai d'abord jeûné en sautant un repas. Puis j'ai essayé d'en sauter deux.
Anne D., neuf ans, Nevada (États-Unis)



Je saurais que je suis assez âgée parce que j'aurais un sentiment venant du Saint-Esprit qui me dira que c'est le bon moment pour jeûner. Ensuite je demanderais à ma mère et à mon père si ce sentiment est juste.

Brooklyn R., sept ans, Auckland (Nouvelle-Zélande)



Tu peux prier notre Père céleste pour savoir quand tu dois commencer à jeûner. Je sais que notre Père céleste peut répondre à tes prières.

Liam P., sept ans, Utah (États-Unis)



Quand je me ferai baptiser, je pense que je me sentirai prêt à commencer à jeûner. Je peux prier mon Père céleste pour lui demander de l'aide et lui demander quand et comment je dois commencer.

Brian K., sept ans, État de Washington (États-Unis)