

# Mon premier JEÛNE

Par Emma G., sept ans,  
Rhénanie-Palatinat (Allemagne)



La semaine après Noël, mon père et ma mère m'ont parlé du jeûne pour la première fois. Mon père m'a expliqué que nous jeûnons pour demander à notre Père céleste une

aide supplémentaire ou pour lui exprimer notre grande reconnaissance. J'ai décidé de jeûner pour que mon petit frère aille mieux parce qu'il faisait ses dents et que ça le faisait souffrir.

La veille du dimanche de jeûne, mon père m'a aidée à commencer mon jeûne. Au début, j'étais nerveuse, mais il m'a aidée à savoir quoi dire dans ma prière. Mon père m'a dit de prêter attention aux sentiments que j'éprouvais pendant mon jeûne. Je me sentais très bien avant d'aller me coucher.

Le lendemain matin, j'ai commencé à avoir faim. Mais j'avais promis de ne pas manger, alors j'ai tenu ma promesse du mieux que j'ai pu. J'ai fait beaucoup d'efforts pour ne pas me plaindre. Et j'ai fait des activités pour apprendre à connaître Jésus afin de ne pas simplement penser à la nourriture. Mon père a jeûné avec moi et cela m'a beaucoup aidée.

Plus tard, j'ai eu vraiment faim et j'ai dû terminer mon jeûne plus tôt que prévu. J'étais triste mais mes parents m'ont dit que notre Père céleste nous demandait simplement d'essayer de faire de notre mieux. Je sais qu'il nous aime et qu'il est heureux quand je m'efforce de faire de mon mieux. ●

