



REDE KIDS - 1º ENSINO DO MÊS DE ABRIL – 2025

O JEJUM PARA CRIANÇAS: formando pequenos santos

Olá queridas crianças! Estamos vivendo o período da quaresma, quarenta dias de oração, jejum e a esmola aonde a Igreja se une aos mistérios que Jesus viveu no deserto lutando contra o demônio.

Algumas crianças perguntam o que é quaresma e quando ela surgiu?

A origem da quaresma vem desde os primeiros cristãos. Todos aqueles que desejavam se tornar cristãos tinham que passar por um período de preparação antes do seu Batismo. Nesse período de preparação era praticado a penitência e o comprometimento com a vida cristã.

Atualmente a Quaresma é um tempo em que todos os batizados são chamados a renovar seu compromisso batismal. Somos chamados não só a nos afastarmos do pecado durante a Quaresma, mas para uma verdadeira conversão de nossos corações e mentes como seguidores de Cristo.

Em outras palavras a Quaresma é um tempo para lembrarmos do nosso Batismo, de nos afastarmos do pecado e fazermos o bem no nosso dia a dia.

Para que possamos sair do nosso egoísmo, ficar mais próximo de Jesus e dizer “não” ao pecado, a Igreja nos pede para vivermos três práticas na quaresma: esmola (Mt 6, 2-4), oração (Mt 6, 5-15) e jejum (Mt 6, 16-18). Vamos ler essas três passagens.

Das três práticas, neste ensino vamos conhecer mais sobre o jejum para as crianças.

O jejum e a penitência são as práticas de abrir mão de algo (por exemplo, comida ou carne) para nos afastarmos do pecado e nos aproximarmos de Deus. É uma disciplina espiritual que nos ajuda a criar espaço para Deus, fortalecer nossa vontade, nos preparar para a nossa missão e abrir o nosso coração em solidariedade com os sofrimentos de Cristo e as pessoas que sofrem ao redor do mundo.

O jejum nos ajuda a frear e controlar nossas fraquezas do egoísmo (“Tudo é meu! Preciso ter aquele celular, aquela roupa..”), do prazer (“Preciso comer sempre o que gosto, passear aonde eu quero, brincar em vez de estudar ou ajudar os pais em casa..”) e do poder (“Ninguém manda em mim, faço o que eu quero, durmo e acordo na hora que eu quero...”). Sem o jejum não avançamos na santidade, ele nos torna fortes para dizermos “não” ao pecado e “sim” ao amor por Jesus e para o próximo.

A Quaresma é um tempo propício para meditarmos a Paixão de Cristo! Jesus sofreu e morreu na cruz por causa de todos os nossos pecados. O único remédio para nos libertar do pecado e da morte eterna foi a morte de Jesus Cristo na Cruz. Então, cada vez que pecamos, fazemos Jesus passar por todo aquele sofrimento e perdemos a chance de ir para o céu.

Por isso, que desde a idade de cinco ou seis anos, as crianças podem ser estimuladas a “fazer algum sacrifício” ou adotar uma prática positiva, como uma forma de entrarem no espírito da Quaresma e já aprenderem o caminho de santidade.

O discípulo deve seguir os passos de seu mestre. Jesus é o nosso mestre! Vamos amá-LO e segui-LO!

Organizado por: Priscila Rímoli de Almeida– membro permanente da Com. Católica Boa Nova.

Referência: Movimento Apostólico de Schoenstatt. O jejum para crianças: formando pequenos santos. Disponível em: <https://schoenstatt.org.br/2020/02/27/o-jejum-para-criancas-formando-pequenos-santos>.

Para partilhar: Você escolheu alguma penitência para quaresma? Se ainda não escolheu, ainda dá tempo de você fazer um pequeno sacrifício para reparar as dores de Jesus na Cruz e controlar o seu impulso para o pecado. Partilhe com seus irmãos como tem sido a experiência de fazer penitência por amor a Jesus.

Paz e bem!