



## 139252 - Acostumando as crianças ao jejum

---

### Pergunta

Eu tenho um filho de nove anos e gostaria de sua ajuda para me ensinar como posso fazer meu filho se acostumar a jejuar o Ramadan, insha'Allah, porque ele jejuou apenas 15 dias do Ramadan no ano passado.

### Resposta detalhada

Todos os louvores são para Allah.

Em primeiro lugar:

Estamos muito felizes em ver perguntas como esta, que é indicativo de grande cuidado e preocupação com as crianças, além do cuidado de se criá-las para adorar a Allah. Este é um bom cuidado para com aqueles a quem Allah confiou aos cuidados dos pais.

Em segundo lugar:

Um menino de nove anos de idade não é um daqueles que são responsáveis pelo jejum de acordo com a shari'ah (lei islâmica), porque ele ainda não atingiu a puberdade. Mas, Allah ordenou aos pais que criem seus filhos para praticarem atos de adoração. Allah ordena que ensinem a oração aos seus filhos quando tiverem sete anos de idade, e que lhes batam (levemente) se não rezarem aos dez anos de idade. Os Companheiros (que Allah esteja satisfeito com eles) costumavam fazer seus filhos jejuarem quando eram pequenos para que eles se acostumassem com este grande ato de adoração. Tudo isso é indicativo de grande preocupação em criar os filhos com o melhor dos atributos e ações.

Em relação à oração:

O Mensageiro de Allah (que a paz e as bênçãos de Allah estejam sobre ele) disse: "Ensinem vossos



filhos a rezar quando tiverem sete anos, batei neles se não rezarem aos dez anos, e separai-os em suas camas.” Narrado por Abu Dawud (495) e classificado como sahih por al-Albaani em Sahih Abi Dawud.

Em relação ao jejum:

Foi narrado que al-Rubayi' bint Mu'awwidh ibn 'Afra' (que Allah esteja satisfeito com ela) disse: Na manhã de 'ashura, o Mensageiro de Allah (que a paz e as bênçãos de Allah estejam sobre ele) enviou uma mensagem para as aldeias dos Ansaar ao redor de Madina, dizendo: “Quem quer que tenha começado o dia jejuando, que complete o seu jejum, e quem quer que tenha começado o dia sem jejuar, que complete o resto do dia (sem alimento).”

Depois disso, jejuávamos neste dia e fazíamos nossos filhos jejuarem também, mesmo os pequeninos, insha'Allah. Fazíamos brinquedos de lã para eles, e se um deles chorasse por comida, nós dávamos (aquele brinquedo) até a hora de quebrar o jejum.

Narrado por al-Bukhari (1960) e Muslim (1136).

'Umar (que Allah esteja satisfeito com ele) disse a alguém que estava bêbado durante o Ramadan: “Ai de ti! Até nossos filhos estão jejuando!” E bateu nele. Narrado por al-Bukhari em um relato mu'allaq, Bab Sawm al-Subiaan (Capítulo sobre o jejum das crianças).

A idade em que os pais devem começar a ensinar seus filhos a jejuar é a idade em que eles podem jejuar, que varia de acordo com a constituição física de cada criança, mas alguns estudiosos a definem como a idade de dez anos.

Em terceiro lugar:

No que diz respeito aos meios de ajudar as crianças a se acostumarem com o jejum, isso pode envolver várias coisas, como:

1. Contá-los sobre as virtudes do jejum e que é um dos meios mais importantes de se entrar no Paraíso, e que no Paraíso há um portão chamado ar-Raiaan através do qual aqueles que jejuam



entrarão.

2. Experiência anterior de se acostumar com o jejum, como jejuar alguns dias no mês de Sha'ban, para que o jejum no Ramadan não seja um choque para eles.
3. Jejuar parte do dia e aumentar o tempo gradualmente.
4. Atrasar o sahur (refeição antes do amanhecer) até a última parte da noite. Isso os ajudará a jejuar durante o dia.
5. Incentivá-los a jejuar, dando recompensas a cada dia ou a cada semana.
6. Elogiá-los na frente da família na hora do iftaar (quebra do jejum) e sahur, porque isso elevará o moral deles.
7. Inculcar um espírito de competição para quem tem mais de um filho, lembrando que é essencial não repreender quem estiver se esforçando.
8. Distrair aquele que fica com fome deixando-o dormir ou jogar jogos permitidos que não envolvam esforço, como os nobres Sahaabah (companheiros) costumavam fazer com seus filhos. Existem programas adequados para crianças e desenhos animados nos canais islâmicos confiáveis com os quais você pode distraí-los.
9. É preferível que o pai leve seu filho – especialmente depois do 'Asr – para atender às orações e lições, e ficar na mesquita para ler o Alcorão e lembrar de Allah.
10. Organizar visitas diurnas e noturnas às famílias cujos filhos pequenos também estão jejuando, de modo a incentivá-los a jejuar.
11. Recompensá-los com viagens e passeios permitidos após o iftaar, ou fazer os tipos de comida, doces, frutas e sucos que eles quiserem.

Deve-se notar que se a criança ficar muito exausta, você não deve insistir para que ela complete o jejum, para que isso não a faça odiar atos de adoração, nem a leve a mentir, nem a adoecer, já que



ela ainda não é um daqueles que são responsáveis. É importante prestar atenção a isso e não ser duro no que diz respeito ao incentivo do jejum da criança.

E Allah sabe melhor.