

18 de febrero

RECIBE LA CENIZA

como un signo libre con el que reconoces tus pecados; prepárate para renovar tu fe.

19 de febrero

TOMA TU CRUZ

Renuncia al egoísmo, platica con Dios y pídele que te ayude a reconocer tus defectos.

20 de febrero

AYUNA

Realiza solo una comida fuerte al día y si no te es posible, ofrece algún otro sacrificio a Dios.

21 de febrero

INCLUYE

en tus actividades a alguien con quien no compartes puntos de vista.

22 de febrero

PRIMER DOMINGO DE CUARESMA

"No solo de pan vive el hombre".
(Mateo 4, 1-11)

EVITA LA TECNOLOGÍA
Este día desconéctate de los dispositivos, escucha y medita la Palabra de Dios.

23 de febrero

DONA

ropa o alimentos a quien lo necesite.

24 de febrero

ORA

Busca un espacio del día para platicar con Dios y visita el sagrario.

25 de febrero

OFRECE

algún sacrificio a Dios (como dejar de comer algo) durante lo que resta de la Cuaresma.

26 de febrero

PIDE

Acude a misa y pide a Dios por quienes más sufren.

27 de febrero

RESPETA

Practica el respeto en la familia o el trabajo, evita las discusiones.

28 de febrero

ACÉRCATE

a quien te "caiga mal", salúdalo y dale una sonrisa.

1 de marzo

SEGUNDO DOMINGO DE CUARESMA

"Este es mi Hijo, escúchenlo".
(Mateo 17, 1-9)

ESCUCHA
a Jesús y déjalo actuar en tu vida, ayuda algún hermano.

2 de marzo

EVITA JUICIOS

Sé resiliente ante las acciones de los demás que no te gustan.

3 de marzo

SONRÍE

Brinda una sonrisa sincera a todos en tu camino de este día.

4 de marzo

SÉ HUMILDE

Actúa con sencillez y caridad en donde estés.

5 de marzo

HAZ UNA BUENA OBRA

Brinda tu ayuda al prójimo con amor.

6 de marzo

VALORA AL PRÓJIMO

Recuerda ver a Dios en todos los que te rodean y trátalos con afecto.

7 de marzo

PIDE Y DA PERDÓN

Confíesate, pide perdón a Dios y perdona a tus enemigos.

8 de marzo

TERCER DOMINGO DE CUARESMA

"El que beba del agua que yo le daré, nunca más tendrá sed".
(Juan 4, 5-42)

DA BUEN TESTIMONIO
Que lo que digas y hagas hoy refleje el amor de Dios.

9 de marzo

CONFÍA EN DIOS

y ofrécele tus acciones de este día.

10 de marzo

RECONCÍLIATE

con quien te hayas enojado, practica la tolerancia.

11 de marzo

ACTÚA CON JUSTICIA

Reconoce tus faltas y enmiéndalas.

12 de marzo

RENUNCIA

a algún vicio que te lleva a dañarte o dañar a los demás.

13 de marzo

AMA A LOS DEMÁS

Expresa tu amor a Dios y a quienes te rodean, con palabras y acciones.

14 de marzo

DA GRACIAS

a Dios por lo que no tienes y comparte algo con quien lo necesite.

15 de marzo

CUARTO DOMINGO DE CUARESMA

"Yo he venido a este mundo para que los ciegos vean..."
(Juan 9, 1-41)

CONFIÉSATE
Déjate sanar por la misericordia de Dios.

16 de marzo

DONA

ropa, alimentos o medicina a los enfermos.

17 de marzo

ATIENDE

a alguien que esté enfermo o solo.

18 de marzo

TRABAJA

por la paz, esfuérzate en lograr la armonía con el prójimo.

19 de marzo

CONSÁGRATE

Vive la Palabra de Dios en tu diario actuar.

20 de marzo

AYUNA

Puede ser de algún dispositivo electrónico.

21 de marzo

HABLA

con amabilidad a todas las personas.

22 de marzo

QUINTO DOMINGO DE CUARESMA

"Yo soy la resurrección y la vida, el que cree en mí, aunque haya muerto, vivirá".
(Juan 11, 1-45)

REZA
por tu conversión o la de tu prójimo.

23 de marzo

RENUNCIA

al pecado, acércate a la confesión.

24 de marzo

RESTAURA

la unidad con alguien con quien tengas diferencias.

25 de marzo

DEFIENDE LA VIDA

Ora por todos los niños que están por nacer.

26 de marzo

COMPROMÉTETE

a modificar tus errores y tratar de ser mejor.

27 de marzo

BRINDA

una palabra de aliento y un abrazo a quien lo necesite.

28 de marzo

UNE

a tu familia y oren juntos para vivir mejor la Pascua.

29 de marzo

DOMINGO DE RAMOS

"Dios mío, Dios mío, ¿por qué me has abandonado?"
(Mateo 26, 14-27, 66)

PREPARA
tu corazón para vivir esta Semana Santa.