

CUARESMA CON CORAZÓN

Millennials & Saints

CALENDARIO CUARESMA 2022

Millennials and Saints

¡Porque los Millennials también queremos ser santos!

DOMINGO

LUNES

MARTES

MIÉRCOLES

JUEVES

VIERNES

SÁBADO

2 POLVO

Ofrece tu ayuno por la paz en el mundo y por todos los que sufren, Especialmente por Ucrania.

3 REGRESO

Descubre, a lo largo del día, 3 detalles en los que Dios te ha dicho que te quiere. Dale las gracias.

4 ELEGIR

Hoy, antes de tomar alguna decisión importante, pregúntate: ¿qué haría Jesús?

5 PRESENCIA

Escribe en un post it "Estoy aquí" y ponlo en tu lugar de estudio o trabajo. Cuando lo veas, díselo a Jesús desde el corazón.

6 1ER DOMINGO

Deja que hoy, sea Jesús el que ponga el propósito del día. Siempre tiene buenas ideas 😊.

7 CALMA

Busca un momento del día en el que puedas estar en calma con Jesús. Puede ayudarte escuchar alguna canción que te hable de Él

8 LUZ

Lleva la luz de la alegría a las personas con las que te encuentres. Lo primero es una sonrisa, lo demás vendrá después

9 VER

Intenta ver a los demás como Dios los ve, son buenos pero están heridos. Todos lo estamos. Trátalos sabiendo esto.

10 PEDIR

Pide a Dios eso que no te habías atrevido a pedir. Le hace mucha ilusión escuchar de nuevo tu voz

11 PALABRAS

Intenta, con tus palabras, que los que se encuentren contigo, se vayan más felices que como llegaron.

12 ABBA

Reza un Padrenuestro por la noche poniendo todo el cariño de tu corazón en la primera palabra... "Padre".

13 2º DOMINGO

Deja que hoy, sea Jesús el que ponga el propósito del día. Siempre tiene buenas ideas 😊.

14 PAN

Lee, reza o escucha algo que te inspire. Eso es lo que realmente alimenta tu corazón.

15 AGUA

Busca saciar la sed de amor de alguien, con una palabra de aliento, con una sonrisa sincera o un acto de servicio.

16 TIEMPO

Ofrece tu tiempo a alguien que necesite tu ayuda (también pueden ser tus padres a la hora de vaciar la máquina de platos 😊)

17 PACIFICAR

Pide a Jesús que te regale su paz y llévala allí a donde vayas: en tu familia, en tu universidad, en tu trabajo...

18 MUNDO

Hoy intenta ver el mundo como Dios lo ve. Bueno, bello y digno de ser salvado. Si puedes, haz una oración por aquella persona que más lo necesita.

19 TESORO

Comparte con alguien algo que sea valioso para ti (no tiene por qué ser solo algo material... sé creativo 😊)

20 3ER DOMINGO

Deja que hoy, sea Jesús el que ponga el propósito del día. Siempre tiene buenas ideas 😊.

21 ESCUCHAR

Intenta escuchar con paciencia y atención a las personas con las que te encuentres.

22 POBRE

Ayuda a alguien que necesite de ti. Hay muchos más tipos de pobreza de los que crees. Descúbrelos.

23 PERDÓN

Intenta pedir perdón, con sencillez, a alguien a quien lastimes el día de hoy (tranquilo, a todos nos pasa 😊).

24 PAZ

Hoy, haz las paces contigo. No pasa nada que no puedas, que no quieras, que no tengas... eres valioso y eso es basta..

25 DESCANSO

Busca hacer algo que te descansen: pinta, corre, dibuja... e invita a Jesús a pasar ese momento contigo 🏃.

26 LLANTO

Consuela a alguien que esté triste o agobiado. Si estás atento, te encontrarás a más de uno.

Conócenos



CUARESMA CON CORAZÓN

Millennials & Saints

CALENDARIO CUARESMA 2022

Millennials and Saints
¡Porque los Millennials también queremos ser santos!

DOMINGO	LUNES	MARTES	MIÉRCOLES	JUEVES	VIERNES	SÁBADO
27 4º DOMINGO Deja que hoy, sea Jesús el que ponga el propósito del día. Siempre tiene buenas ideas 😊.	28 CRUZ Saca de tu cajón la cruz que tienes guardada (la de algún rosario, por ejemplo) y ponla en algún lugar visible. Cada que la veas, sonríe por el amor que grita un objeto tan pequeño.	29 CAMINO Vuelve a escribir la motivación para seguir viviendo esta cuaresma. Pon otro post it con alguna frase o algún wallpaper que te ayude a vivirlo todo con amor.	30 LIBRE Agradece a Dios por el don de tu libertad. Si quieres, acércate a la confesión alguno de estos días. Te sentirás aún más libre 😊.	31 PECADO En un minuto de oración, fija tu mirada en tu crucifijo. Es real, todos nuestros pecados ya están perdonados. Dale las gracias por eso.	1 ABRIL AMIGO ¿Qué detalle podrías tener hoy con Jesús? ¡Sorpréndelo! 😊😊	2 SERVIR Haz un acto escondido de servicio. Objetivo: que solo tú y el cielo entero lo vean.
3 5º DOMINGO Deja que hoy, sea Jesús el que ponga el propósito del día. Siempre tiene buenas ideas 😊.	4 RIQUEZA Comparte tus dones con libertad. Aporta ideas, soluciones, consejo, cariño... Recuerda que tú eres el don.	5 FIEL ¿Cómo podrías ser un mejor amigo de Jesús? ¿Cómo podrías mostrar al mundo que quieres serle fiel? Pide al Señor que te ayude a intentarlo.	6 TENTACIÓN Todos los tenemos. Lo primero: date cuenta de ella. Y cuando veas que llega, no hables con ella. Aléjate. La valentía está en saber alejarte en el momento correcto 😊.	7 ORAR Busca tener un momento un poco más largo para estar con Jesús. Si normalmente tienes un minuto con El, que hoy sean dos 😊. Cántale una canción. Tu voz le flipa.	8 VOLUNTAD Mañana, levántate en cuanto suene la alarma. No hay acto más grande para forjar tu voluntad. Secreto: ofrécelo por alguien, se hace un poco (solo pocoooo 😊) más fácil.	9 ACOGER Acoge con cariño a las personas que hoy se encuentren contigo. Todos tenemos momentos difíciles. Que se vayan un poco más felices después de haber estado contigo
10 DOMINGO DE RAMOS Intenta asistir a Misa para acompañar a Jesús con cariño. Empezamos la Semana Santa	11 TRANSFORMAR Vuelve a despertar ese deseo por acompañar con amor a Jesús en esta cuaresma. El cambio de nuestro corazón no es una meta, es un proceso. Un paso a la vez.	12 ABRAZAR Acoge con cariño todas las circunstancias que vivas hoy. Intenta encontrar el amor del Señor escondido incluso en las momentos difíciles.	13 TRAICIÓN En tu minuto de oración, pide perdón a Jesús por esos momentos en los que no has sido fiel a tu amistad con El. Y escucha cuando te dice que ya todo te lo ha perdonado.	14 GETSEMANÍ Busca un momento para estar en oración con Jesús. Acompáñalo. Te necesita.	15 MORIR A las 15:00, haz un stop. Detente. Respira. Agradece. El amigo ha dado la vida hasta el final. Haz una oración desde el corazón. Agradece Su amor por ti.	16 MADRE Intenta rezar un misterio del rosario (dura más o menos 3 minutos). Acompaña a María en su tristeza y en su dolor.
15 DOMINGO DE PASCUA Este propósito no es solo para hoy, sino para todos los días de tu vida. Se te ha devuelto la vida, ya no eres esclavo, ahora eres Hijo. Aprovecha la vida. Disfrútala. Llénala de sentido. Eres libre. ¡Viveeeee!	CUARESMA 2022					

Conócenos

