



REGNUM CHRISTI

Seg	Ter	Qua	Qui	Sex	Sáb	Dom					
13/02		14/02		15/02		16/02		17/02		18/02	
		Conversando com Deus, decidirei do que me abster durante esta Quaresma	Farei jejum, abstinência de carne, e irei à Missa de Quarta-feira de Cinzas	Farei uma Visita Eucarística e a oferecerei pela Igreja e pelo Papa	Rezarei a Via Sacra. Se possível, com a minha paróquia, amigos ou familiares	Pedirei a Deus a graça de refletir a face de Cristo para as pessoas que eu encontrar hoje	Participarei da Santa Missa com a minha família				
19/02	20/02	21/02	22/02	23/02	24/02	25/02					
Refletirei sobre as minhas fraquezas e as entregarei a Deus	Prepararei um bom exame de consciência e me confessarei o mais breve possível	Farei um sacrifício e o oferecerei pela santificação dos membros da Igreja	Farei uma Visita Eucarística e a oferecerei pelo clero e pelas vocações	Vou me abster de um alimento que gosto muito por amor a Jesus	Imitarei a Santíssima Virgem em pelo menos um ato ao longo do meu dia	Participarei da Santa Missa e convidarei um amigo para ir comigo					
26/02	27/02	28/02	01/03	02/03	03/03	04/03					
Em tudo o que fizer hoje, pedirei que o Espírito Santo me inspire e me ilumine	Rezarei ao menos um terço hoje, contemplando com devoção os mistérios	Farei a meditação do evangelho de hoje (Mt 20, 17-28)	Farei uma Visita Eucarística e a oferecerei em reparação pelas ofensas que sofrem Jesus e Maria	Vou separar roupas para doação e levá-las para um local de doação quando possível	Refletirei sobre um trecho do Catecismo que fale sobre os Leigos (do nº 897 ao 913)	Participarei da Santa Missa e pedirei um maior amor por Maria					
05/03	06/03	07/03	08/03	09/03	10/03	11/03					
Falarei de algum trecho da palavra de Deus para pelo menos uma pessoa que encontrar	Realizarei pequenos agradecimentos ao longo do dia pelas graças concedidas por Deus	Rezarei ao menos um terço hoje, contemplando com devoção os mistérios	Farei uma Visita Eucarística e a oferecerei pelas almas do purgatório	Cumprirei uma obra de misericórdia corporal	Gastarei pelo menos uma hora a menos no celular e no computador e rezarei um pouco mais	Participarei da Santa Missa com devoção e depois meditarei sozinho sobre o Evangelho do dia (Jo 3,14-21)					
12/03	13/03	14/03	15/03	16/03	17/03	18/03					
Buscarei a reconciliação com alguém que feri ou que me feriu	Irei pessoalmente doar algum alimento a quem tem fome	Visitarei um doente e falarei para ele do amor de Deus	Farei uma Visita Eucarística e a oferecerei pela conversão dos pecadores	Rezarei a Via Sacra. Se possível, com a minha paróquia, amigos ou familiares	Conversarei pacientemente com um familiar com quem tenho pouco contato ou afinidade	Participarei da Santa Missa com um amigo que há muito tempo não vejo e conversarei sobre o amor de Deus					
19/03	20/03	21/03	22/03	23/03	24/03	25/03					
Rezarei ao menos um terço hoje, contemplando com devoção os mistérios	Rezarei a minha oração favorita e pensarei em como posso auxiliar melhor na minha paróquia	Serei hoje um meio de reaproximação para alguém que eu conheço que está longe da Igreja	Farei uma Visita Eucarística e a oferecerei pela santificação dos leigos	Farei uma penitência gastronômica	Demonstrarei de forma concreta o meu amor por aqueles mais próximos	Participarei da Santa Missa e da Procissão de Ramos com devoção					
26/03	27/03	28/03	29/03	30/03	31/03	01/04					
Irei silenciar-me, buscar autoconhecimento e aprofundar-me na minha espiritualidade e na minha missão	Conversarei com alguém sobre o real sentido da Semana Santa	Farei a meditação do evangelho de hoje (Mt 26, 14-45)	Participarei da Santa Missa de Lava-pés e também da Adoração ao Santíssimo	Farei uma meditação sobre a Paixão do Senhor e participarei da Celebração Litúrgica de hoje	Silenciarei e reservarei mais tempo para a oração e, se possível, irei para a Vigília Pascal	Participarei alegremente da Santa Missa de Páscoa com a minha família					

"Este Rosto tem os olhos fechados - é o rosto de um defunto - e todavia, misteriosamente, olha-nos e, no silêncio, fala-nos. Como é possível? Por que motivo quer o povo fiel, como vós, deter-se diante deste Ícone de um Homem flagelado e crucificado? Porque o Homem do Sudário nos convida a contemplar Jesus de Nazaré. Esta imagem - impressa no lençol - fala ao nosso coração e impele-nos a subir o Monte do Calvário, a olhar o madeiro da Cruz, a mergulhar-nos no silêncio eloquente do amor"

Papa Francisco, 30/03/2013

2 • 0 • I • 8
CALENDÁRIO QUARESMAL