

40 días de renovación

- ◆ Plante un árbol, un arbusto o una pradera ◆ Haga reír a alguien
- ◆ Diga “Lo siento” con sinceridad
- ◆ Trate de no desperdiciar nada por todo un día ◆ Participe con sus vecinos en una actividad de limpieza
- ◆ Comparta con alguien su forma de orar
- ◆ Ruegue a Dios hacer lo que sea mejor para una persona pública a la que usted detesta ◆ Envíe flores a alguien con

- quien esté enemistado ◆ Fortalezca una amistad ◆ Sea paciente con la gente ◆ Llame a alguien que se siente solo ◆ Ayude sin que se lo pidan ◆ Resista ser el centro de atención ◆ Permita a la gente que le cuente sus problemas ◆ Vaya a una charla, escuche un concierto, presencie una obra de teatro ◆ En la Cuaresma lea *Half the Sky* ◆ Niéguese a chismear ◆ Niéguese a quejarse
- ◆ Perdone sin demora a alguien que lo haya lastimado ◆ Sorpréndase a si mismo
- ◆ Defienda asuntos de carácter social como viviendas económicas ◆ Si usted ama a alguien, hágaselo saber ◆ Haga inversiones financieras que sean responsables beneficien a la sociedad ◆ Agradezca a Dios por el don de la vida ◆ Ore por un amigo ◆ Ore por un enemigo
- ◆ Visite una iglesia por la cual pasa regularmente ◆ Visite a una persona imposibilitada de salir de su casa ◆ Regale todas las cosas que ya no necesite ◆ Escuche atentamente para entender el punto de vista de los demás ◆ Averigüe lo que un dólar compraría en Perú o Zambia

- ◆ Reconozca la verdad sobre si mismo—no importa lo buena que sea
- ◆ Sea un pacificador en su trabajo
- ◆ Pase tiempo solo y en silencio
- ◆ Reafirme el trabajo de sus colegas
- ◆ Rehúse a juzgar o a desmerecer a los demás ◆ Ame un poco más
- ◆ Imagine la paz ◆ Examine su consciencia

Cuaresma 2019