

Frases inspiradoras

Día 1

Hoy pide tener el corazón de Dios latiendo en tu pecho

“El amanecer más bello, el paisaje más hermoso, sólo puede ser profunda y plenamente disfrutado si en el corazón de quien lo contempla habita Dios. Que a lo largo de cada día, hora, minuto y segundo de este año la bendición de Dios te acompañe para que puedas verlo todo a través de sus ojos”

Salmo 63, 8: *“Porque tú Señor eres mi auxilio y a la sombra de tus alas me recreo”*

Día 2

Hoy pide a Dios el don del buen humor

“¡Es tan importante el buen humor! Es lo opuesto a la ironía, a la amargura y al enojo. Con el buen humor, los males se minimizan y predisponemos a Dios para que derrame su bendición en nuestras vidas. Con el santo sacerdote jesuita Alberto Hurtado, en cada dificultad podemos decir: “Contento, Señor, contento”

Proverbios 17, 22: *“El corazón alegre, es un excelente remedio; un espíritu abatido seca los huesos”.*

Día 3

Hoy tienes derecho a ser feliz

“Fuiste creado para la felicidad, fuiste creado para vivir en plenitud tu paso por la tierra, fuiste creado para Dios, para esta vida y para toda la eternidad”

Eclesiastés 9,7-8: *“Anda, come tu pan con alegría y bebe con alegre corazón tu vino, porque ya se complace Dios en tu obra. Lleva en todo tiempo vestidos blancos, y que el perfume no falte sobre tu cabeza.*

Día 4

Hoy Dios tiene un sueño para tu vida

“Si alineas tus sueños con los sueños de Dios, entonces tus ojos verán surgir nuevas y grandes bendiciones”

Salmo 63, 9: *“Señor, me abrazo a Ti con toda el alma, y tu diestra me sostiene”.*

Día 5

Hoy entrega a Dios la rebeldía

“Cuando te encapriches con algo que Dios no quiere para tu vida, por más bueno que sea o que parezca, no esperes que Dios bendiga y haga prosperar lo que tan sólo es tu propio gusto y voluntad”

Proverbios 14, 33 ***“La sabiduría habita en los hombres de buen criterio, la necedad se encuentra entre los insensatos”***.

Día 6

Hoy pídele a Dios sed de más

“No le pongas un techo a la fe que Dios quiere volcar en ti;

No le pongas un límite a la esperanza;

No le pongas un tope al amor.

Los techos, los límites y los topes están sólo en tu mente.

Deja que Dios te conduzca a nuevas fronteras de crecimiento espiritual”

Salmos 91, 1-2: ***“Tú que vives bajo la protección del Dios altísimo y moras a la sombra del Dios omnipotente, di al Señor: «Eres mi fortaleza y mi refugio, eres mi Dios, en quien confío”***

Día 7

Hoy entrega al Espíritu de Dios el caos interior

“Hay quienes cada mañana al despertar deben enfrentarse a un caos interior. Pero si desde el primer momento elevas a Dios tu pensamiento, abres a Él tu corazón y entregas ese caos interior, entonces el Espíritu Santo recreará la faz de tu alma y te dará una jornada colmada de sentido, de energía y de paz”.

Génesis 1, 1-2 “Al principio Dios creó el cielo y la tierra. La tierra era soledad y caos, y las tinieblas cubrían el abismo; y el Espíritu de Dios aleteaba sobre las aguas.”

Día 8

Hoy pídele a Dios una personalidad equilibrada

Cuando las cosas salgan bien, no creas ser mejor que los demás. Cuando lo que haces te salga mal, tampoco creas que eres el peor.

No te creas más, ni te creas menos, ni tampoco te compares con los otros, pues eres único e irrepetible. Sólo cree en Dios, pues Él cree en ti. Que la confianza que Él te tiene te vaya transformando en la persona que Él sabe, puedes llegar a ser.

Juan 11, 40: *“Jesús le dijo: No te he dicho que si crees verás la gloria de Dios”*

Día 9

Hoy pídele a Dios que sane la confianza en ti mismo

“Si Dios confía en ti y cree que puedes ser transformado y crecer en santidad... ¿por qué entonces tú no le crees?”

Juan 1, 50: *“¿Porque te he dicho que te vi debajo de la higuera crees? Cosas mayores que estas verás”*

Día 10

Hoy pídele a Dios descubrir la luz que brilla en ti

“Hay una luz en ti que los otros no llegan a ver; quizás porque tú mismo aun no la has descubierto.

Cuando comiences a prestar atención vislumbrarás la luz de Dios que hay en tu interior; entonces la cuidarás, la alentarás, Dios la hará crecer y ella iluminará a quienes te rodean”

Mateo 5, 14: *“Ustedes son la luz del mundo:
¿cómo se puede esconder una ciudad
asentada sobre un monte?”*

Día 11

*Hoy pídele a Dios que te guíe en la
formación de tu vida espiritual*

*“Hay fuegos fatuos y hay luces verdaderas,
no te conformes con imitaciones de santidad,
ni con espiritualidades de hojalata, deja que
el Señor te guíe y la luz que hay en Él
colmará toda tu vida”*

Proverbios 4, 18: *“El camino de los justos es
como la luz de la aurora: su resplandor
va aumentando hasta el mediodía”.*

Día 12

*Hoy pídele a Dios que te ayude a
plasmear la santidad según tu propia
identidad*

*“El Espíritu de Dios, quien mora en tu
interior no quiere hacer de ti una simple
imitación de un fundador o de un santo
determinado, Él quiere recrear con su
Presencia todo tu ser y plasmar tu vida en
una santidad única e irrepetible. Él quiere*

guiarte a concretar toda la potencialidad que subyace en ti”

Levítico 10, 3: "Esto es lo que Yahvé había declarado: Daré a conocer mi santidad a través de los que se allegan a mí, y a vista de todo el pueblo seré glorificado."

Día 13

Hoy pídele a Dios que modele tu carácter

“Si tu carácter te supera y lastimas a los demás, entonces no lo niegues. Habla sobre ello con Dios, pídele que te muestre el origen y las causas de esas reacciones; también clama cada día por su gracia sanadora y entonces tanto tú como los demás verán que el cambio es posible”.

Eclesiástico 8, 10-11: “No incites al pecador: podrías quemarte en sus llamas. No impacientes a un hombre de mal carácter: falsearía tus palabras y de allí sacaría pretexto.”

Día 14

Hoy pídele a Dios el discernimiento de cómo obrar ante cada tentación

“Cuando viene la tentación, no te asustes, no te desanimes, lucha con las fuerzas del Señor y clama a Él, pues ha llegado el momento de regar con oración la propia debilidad”

2 Corintios 12, 9: ***“El Señor... me dijo: "Te basta mi gracia, mi mayor fuerza se manifiesta en la debilidad".***

Con mucho gusto, pues, me preciaré de mis debilidades, para que me cubra la fuerza de Cristo.”

Día 15

Hoy pídele a Dios la aceptación del prójimo con sus fragilidades

“No te asombres, ni te escandalices por la fragilidad de tu hermano, pues Dios no se escandaliza de la tuya, ni deja de amarte cuando caes. Dale a ese hermano tu amor, tu perdón y también en el momento y del modo oportuno la corrección... y entonces Dios tendrá misericordia de tu fragilidad y te ofrecerá la gracia de una más profunda conversión”

2 Corintios 13, 3 -4: ***“Cristo... no se muestra débil con ustedes, sino que más bien actúa***

con poder. Si bien su debilidad lo llevó a la cruz, ahora vive por la fuerza de Dios. Así también nosotros compartimos su debilidad, pero viviremos con él por el poder de Dios que actúa en ustedes.

Día 16

Hoy pídele a Dios que te ayude a orientar las fuerzas que hay en tu interior

“Las pulsiones de tu naturaleza concupiscente pueden llevarte nuevamente al caos interior, a la infidelidad y al pecado; pero cuando esas mismas pulsiones son conversadas con Dios, entregadas a Él, sublimadas en su gracia, entonces podrán ser transformadas en una fuerza imparable, para la realización del bien”

Romanos 5, 20-21: *“Donde abundó el pecado, sobreabundó la gracia. Y del mismo modo que el pecado estableció su reinado de muerte, así también debía reinar la gracia y, después de restablecernos en la amistad con Dios, nos llevará a la vida eterna por medio de Cristo Jesús, nuestro Señor.”*

Día 17

Hoy pídele a Dios el espíritu de penitencia ante los pequeños o los grandes sufrimientos

“Cuando de un modo u otro el ridículo o la humillación te produzcan un profundo dolor, recuerda que Jesús los padeció antes que tú.

Contéplalo en la cruz y pídele beber ese trago amargo con paz y con esperanza; con la confianza de que si te abandonas en sus manos, una bendición muy grande habrá de llegar”

Mateo 11, 29-30: *“Carguen con mi yugo y aprendan de mí, que soy paciente y humilde de corazón, y sus almas encontrarán descanso. Pues mi yugo es suave y mi carga liviana.”*

Día 18

Hoy pídele a Dios saber leer tu propio interior

Cuando la pulsión de la ira te golpee, no permitas que por tu intermedio, ella golpee con palabras o con gestos a quienes están cerca de ti. Cuando la veas venir, retírate al interior del cuarto de tu corazón y allí si se lo pides, el Dios de la paz te serenará”

Eclesiástico 30, 24 y 25: “La envidia y la ira acortan la vida, las preocupaciones hacen envejecer antes de tiempo. El que tiene un corazón alegre tiene buen apetito; lo que come lo aprovecha.”

Día 19

Hoy pídele a Dios no apartarte nunca de su lado

Cuando alcances el éxito deseado, sino está Dios a lo largo del camino... Si incluso alcanzas un éxito aun mayor al que habías imaginado, pero no está Dios al final del camino, entonces todo te dejará sabor a insuficiente y gusto a nada, pues lo logrado hasta entonces será como agua que se escurre entre los dedos de tus manos”

Proverbios 16, 20-21: “El que reflexiona en los hechos tendrá éxito; ¡feliz el que confía en Yahvé!

El que tiene la sabiduría es el verdadero inteligente: las palabras acertadas atraen la adhesión.

Día 20

Hoy pídele a Dios el don de la generosidad

“Si Dios te ha bendecido con el éxito... Si él te ha bendecido con la inteligencia... si además te ha bendecido con la prosperidad, entonces no seas avaro, no tengas miedo, de darte a ti mismo y de dar, pues sólo así encontraras profunda paz y vida eterna”

Eclesiástico 14, 3.8-9: “A un hombre mezquino no le conviene la riqueza: ¿para qué le van a dar muchos bienes a un avaro?...”

El hombre que siempre está ambicionando es un malo; no le interesan las personas, desprecia a los demás. El hombre insaciable no está nunca satisfecho, la codicia le seca el corazón.”

Día 21

Hoy pídele a Dios el equilibrio que procede de la fe en Él

“Cuando confiamos a Dios nuestros sentimientos, nuestros pensamientos, nuestras palabras y nuestras obras, entonces podemos ver en todo el Equilibrio que procede de Dios”

Colosenses 2, 5-7: *“Aunque estoy corporalmente lejos, mi espíritu está con ustedes, y me alegro al ver el equilibrio y la solidez de su fe en Cristo.*

Han recibido a Cristo Jesús como el Señor; tomen, pues, su camino.

Permanezcan arraigados en Él y edificados sobre Él; estén firmes en la fe, tal como fueron instruidos, y siempre dando gracias.”

Día 22

Hoy pídele a Dios sentirte cobijado por su compañía

“Lo que te duele, lo que te enoja, lo que te entristece, convérsalo todas las veces que sea necesario con el Señor, como si lo hicieras con el mejor amigo. Entonces comprobarás cómo el dolor, el enojo, la tristeza disminuirán hasta desaparecer por completo”

Salmo 91, 4: *“El Señor te cobijará bajo sus alas y tú te refugiarás bajo sus plumas; su lealtad será para ti escudo y armadura”.*

Día 23

Hoy pídele a Dios ser libre de la sensación de culpabilidad

“Si de tu pecado ya te has arrepentido, si al sacramento de la Reconciliación te has acercado, si tu antigua conducta está tratando de cambiar, entonces por qué no te perdonas a ti mismo. Si Dios ya te ha perdonado, quién eres tú para no perdonarte”

Lucas 7, 47.50: ***“Por eso te digo que sus pecados, sus numerosos pecados, le quedan perdonados, por el mucho amor que ha manifestado. En cambio aquel al que se le perdona poco, demuestra poco amor”... “Tu fe te ha salvado, vete en paz”***

Día 24

Hoy pídele a Dios ser libre del infantilismo espiritual

“Hay quienes corren detrás de las apariciones de Jesús o de su Madre. Apariciones auténticas o no, si dedicaran ese tiempo para correr hacia el Sagrario, hacia el interior del propio corazón y hacia el hermano sufriente, entonces alcanzarían en poco tiempo la santidad y Dios mismo les concedería más gracias

que si Él mismo o su Madre Santa se les apareciese”

Lucas 17, 22-24: *“Jesús dijo además a sus discípulos: "Llegará un tiempo en que ustedes desearán ver alguna de las manifestaciones del Hijo del Hombre, pero no la verán. Entonces les dirán: "Está aquí, está allá." No vayan, no corran....”*

Día 25

Hoy pídele a Dios ser sanado de la ceguera de la indiferencia

“El Señor que curó a los ciegos, debe concedernos a todos los cristianos, particularmente en estos tiempos actuales, la curación de la ceguera que nos impide ver lo hermoso de la vida y descubrir al hermano que sufre y que quizás vive a nuestro lado”.

Marcos 10, 51-52: *“Jesús le preguntó: "¿Qué quieres que haga por ti?" El ciego respondió: "Maestro, que vea." Entonces Jesús le dijo: "Puedes irte, tu fe te ha salvado." Y al instante pudo ver y siguió a Jesús por el camino.”*

Día 26

Hoy pídele a Dios ser sanado de los miedos y aprehensiones

“Hay personas a las cuales los miedos les amargan la vida, hay personas a quienes los temores los bloquean, hay quienes una constante inquietud les impide disfrutar de lo que Dios les concede. Si tú eres uno de ellos, pregúntale al Señor cuál es la causa y pídele con confianza que te sane”

Salmo 91, 10-12: ***“A ti no te alcanzará la desgracia ni la plaga llegará a tu tienda, pues Él ordenó a sus santos ángeles que te guardaran en todos tus caminos; te llevarán en sus brazos para que tu pie no tropiece en piedra alguna”***

Día 27

Hoy pídele a Dios que Él sea tu Centro

“Qué difícil es descentrarnos de nosotros mismos para centrarnos en Dios y qué necesario es esto. Mientras que al menos no anhelemos con todas las fuerzas de nuestra alma luchar contra el egocentrismo para pasar al Cristocentrismo, no podemos creer que estamos avanzando”

Juan 6, 68: *“Señor, a quién iremos, sólo
Tú tienes palabra de vida eterna.
Nosotros creemos y sabemos que Tú eres
el Hijo de Dios”*

Día 28

*Hoy pídele a Dios ser liberado de tu
mal*

*“En una oportunidad sentí al Señor que
me traía el siguiente pensamiento: “me
pediste que te liberara de los peligros de
la calle, que te librara de la inseguridad,
que te librara de la enfermedad y de
tantas otras cosas... ¿Cómo aun no me
has pedido que te liberara de ti mismo?...
Es decir de cometer errores, de hablar lo
incorrecto, de reaccionar injustamente y
de tantas otras cosas”.*

Salmos 18, 2-3: *“Yo te amo, Señor, mi
fuerza, El Señor es mi roca y
mi fortaleza; es mi libertador y es mi
Dios, es la roca que me da
seguridad; es mi escudo y me da la
victoria.”*

Día 29

Hoy pídele a Dios ser liberado de todo peligro

“El Señor seguramente te ha librado de muchos males, de muchos peligros, de muchos pesares, algunos de ellos aun antes de sufrirlos. Dale gracias no sólo por aquello que ves, sino también por aquello que sin ver intuyes que Él ha hecho en tu vida y de lo cual te ha protegido y liberado”

***2 Samuel 22, 49-50: “Tú me libras de todos mis enemigos,
del agresor me haces el amo,
Tú me liberas de los violentos.
Por eso te alabo entre las naciones
y quiero cantar a tu Nombre.”***

Día 30

Hoy pídele a Dios ser sanado de todo complejo y trauma

“Si el Señor no sana el complejo de inferioridad que aun hay en ti y si no te libera de tus inseguridades, nada de lo que hagas, nada de lo que alcances te será suficiente”

Salmo 6, 3-5: *“Ten compasión de mí que estoy sin fuerzas; sáname pues no puedo sostenerme.*

Aquí estoy sumamente perturbado, y tú, Señor, ¿hasta cuándo?...

Vuélvete a mí, Señor, salva mi vida, y líbrame por tu gran compasión.”

Día 31

Hoy pídele a Dios recorrer caminos de autentica santidad

“En todos los hombres y mujeres que a lo largo de la historia alcanzaron altos grados de santidad ha habido cinco grandes constantes: su amor a Jesús Eucaristía, una gran amistad y una adecuada devoción a la Virgen Santísima, la fidelidad a la Iglesia y a su Magisterio, las obras de misericordia y el deseo de proclamar a Jesús, trabajando para la extensión de su Reino. Y tú, ¿Cómo andas en estos cinco puntos? ¿Cuál de ellos te pide Jesús que debes reforzar?

Levítico 10, 3: *“Entonces Moisés dijo a Aarón: "Esto es lo que Yahvé había declarado: Daré a conocer mi santidad a través de los que se allegan a mí, y a vista de todo el pueblo seré glorificado.”*

