

“Hay que decidirse.
Si nuestro afán de santidad es sincero,
si tenemos la docilidad de ponernos en las manos de Dios, todo irá bien.
Porque Él está siempre dispuesto a darnos su Gracia,
y, especialmente en este tiempo, la Gracia para una nueva conversión,
para una mejora de nuestra vida de cristianos.”

San Josemaría, Es Cristo que pasa 59

CR40

CUARESMA 2026 >> 40 RETOS

CR40 CUARENTA DÍAS CUARENTA RETOS

CR40 CUARESMA

SERCRISTODIAADIA.COM

Nunca te desalientes, porque el Señor está siempre dispuesto a darte la Gracia necesaria para esa nueva conversión que necesitas, para esa ascensión en el terreno sobrenatural (San Josemaría, Forja 237)

HACEDLO TODO POR AMOR Y LIBREMENTE

San Josemaría,
Amigos de Dios, 68

CR01 MIÉ 18/02 MIÉRCOLES DE CENIZA Que te impongan la ceniza y cuida la abstinencia	CR02 JUE 19/02 SONRÍE Y que tengas ilusión por arrancar sonrisas	CR03 VIE 20/02 AYUNO Y LIMOSNA No meriendes y dale dinero a alguien necesitado	CR04 SÁB 21/02 DESPRÉNDETE Hoy no uses redes sociales y comparte tu tiempo offline	CR05 DOM 22/02 SIRVE Procura que tu familia disfrute y descansa hoy
CR06 LUN 23/02 SIUUU!!! Visita al Señor en el Sagrario y acompáñale	CR07 MAR 24/02 CONVERSIÓN Haz un buen examen de conciencia y confiéstate	CR08 MIÉ 25/02 ESFUÉZDATE Algo que te cueste mucho, porque le quieres, ofrécéselo a Jesús	CR09 JUE 26/02 HORAS DE CLASES Ofrece cada clase por personas por quienes quieres rezar	CR10 VIE 27/02 SANTA MISA Vivela recordando que estás en el Calvario a los pies de la Cruz
CR11 SÁB 28/02 ÁNGELUS Trata la Virgen con cariño. Cuidala. Es tu Madre.	CR12 DOM 01/03 ENTRÉGATE Haz un plan que le guste a los demás	CR13 LUN 02/03 REFRÉSCATE Dúchate con agua fría y ofrécelo por Amor	CR14 MAR 03/03 HASTA EL FINAL Empieza a estudiar y acaba a la hora que te hayas propuesto	CR15 MIÉ 04/03 REPARA POR LOS PECADOS Desagravia y consuela al Señor por las ofensas que recibe
CR16 JUE 05/03 OFFLINE 100% SERÁS + SMART Hoy no veas el móvil en 24 horas... experimentalo.	CR17 VIE 06/03 DETRÁS DE TI VENDRÁ ALGUIEN Por donde pases, que quede bien ordenado. Piensa en los demás.	CR18 SÁB 07/03 AYUNA DE PANTALLAS Sustitúyelo por planes con familia, amigas...	CR19 DOM 08/03 ACCIÓN DE GRACIAS Después de comulgar, saborea tener a Dios contigo	CR20 LUN 09/03 SÍ, SE PUEDE Contra pereza: diligencia. ¡Levántate a la primera!
CR21 MAR 10/03 ADORA A TU DIOS Búscalo en el Sagrario y haz muy bien la genuflexión. Te espera.	CR22 MIÉ 11/03 PRESENCIA DE DIOS Descubre cómo está presente Él hoy en tu día (estudio, familia...)	CR23 JUE 12/03 VER A CRISTO EN LOS DEMÁS En tu padre, en tu madre, en tu hermano/a, en tus amigas...	CR24 VIE 13/03 AYUNA DE JUICIOS, CHISMES... Procura rezar más por todos, no hables mal de nadie...	CR25 SÁB 14/03 ALÉGRATE Y AGRADECE Con Dios y los demás. Fíjate en todo lo que hacen por ti
CR26 DOM 15/03 REZA POR LOS ENFERMOS Reza un misterio del Rosario por los enfermos	CR27 LUN 16/03 NIÉGATE A TI MISMO Algún capricho o algo que te apetezca mucho	CR28 MAR 17/03 MEDITA EL EVANGELIO DE HOY ¿Y tú... qué parálisis tienes en tu corazón? Él quiere curarte.	CR29 MIÉ 18/03 CRUCIFIJO Bésalo y dale gracias por cuánto te quiere: sí, hasta la muerte.	CR30 JUE 19/03 - SAN JOSÉ NO TE QUEJES = NO SEAS 'CANSINA' Como San José, evita a los demás tus quejas. Reza x las vocaciones.
CR31 VIE 20/03 REGALA TU TIEMPO A LOS DEMÁS Ve a un comedor social, visita a un enfermo, a tus abuelos...	CR32 SÁB 21/03 LIBÉRATE HOY De microadicciones. Acostúmbrate a decir "NO"	CR33 DOM 22/03 NO TE COMPARES, NO ENVIDIES Disfruta de verdad por los éxitos y cosas de los demás	CR34 LUN 23/03 CONFESIÓN = ALEGRÍA Cuida muy bien los 5 pasos y recibe el abrazo de Dios	CR35 MAR 24/03 ORA DELANTE DEL SAGRARIO Cuéntale tus alegrías, tristezas... ¡Háblale y escúchale! Déjate mirar
CR36 MIÉ 25/03 SÉ PACIENTE Piensa antes de actuar. ¿Reaccionas con paciencia?	CR37 JUE 26/03 PIDE PERDÓN y PERDONA Reconcíliate con alguien con quien tengas rencor o resentimiento	CR38 VIE 27/03 VIERNES DE DOLORES Escribe en un papel cómo vivir cerca de Dios la Semana Santa	CR39 SÁB 28/03 LLÉNATE DE ESPERANZA Sí, de un optimismo esperanzado. Cristo resucitará. Siempre vence.	CR40 DOM 29/03 DOMINGO DE RAMOS Participa activamente en la celebración de hoy.

Que estos días de oración, ayuno y limosna sean una fuente de fortaleza en nuestro esfuerzo diario por tomar nuestra cruz y seguir a Cristo (Papa León XIV)