

Propósitos Espirituais (Anual/Mensal) – Ano _____

“A mortificação é a ponte levadiça, que nos permite a entrada no castelo da oração.”
Sulco, 467

Vícios a combater:

1. _____
2. _____
3. _____

Virtudes a conquistar:

1. _____
2. _____
3. _____

Propósitos para o Mês de: _____

- 1º _____
- 2º _____
- 3º _____
- 4º _____

(Reserve o 4º propósito para crescer em práticas básicas de espiritualidade cristã. Ex.: Rezar o terço todos os dias; Confessar-se e ir à Santa Missa com mais frequência; Ler e meditar as sagradas escrituras diariamente; Ler livros de espiritualidade Católica; Ler e estudar a doutrina Católica, etc.)

Propósitos/Mortificações* Semanais

Dia	<i>Segunda</i>	<i>Terça</i>	<i>Quarta</i>	<i>Quinta</i>	<i>Sexta</i>	<i>Sábado</i>
Propósito/ Mortificação*						
Intenção (Ofereça a Deus a mortificação deste dia por alguma intenção especial)						

* “O que significa **mortificação**? A Mortificação é um meio cristão que nos aproxima de Jesus Cristo, que por amor aos homens padeceu e morreu na Cruz. Consiste em realizar, por amor a Deus, atos que pressupõem pequenas renúncias - interiores ou exteriores -, para pormos de lado o que nos afasta de Deus e unirmo-nos à Paixão de Jesus. É, pois, uma maneira de participar na morte do Senhor pela salvação de todos.”

<https://opusdei.org/pt-br/article/mortificacao-por-amor/>