



# Dominio de sí

La entrega y recepción de este documento son estrictamente confidenciales y están amparadas por el sigilo sacramental.

## Lea en su Biblia

- *Eclesiástico 5, 9-15; 19, 1-3; Gálatas 5, 22-23* → ¿Qué me pide Dios?

## Consejos para mejorar su vida espiritual

1. Pida el don de la Templanza (don del autocontrol y autodomínio). Lo da el Espíritu Santo. Pídale todos los días.
2. Cultive las relaciones humanas esforzándose en el buen trato. Ello lo (la) llevará a tener buenas relaciones en la casa, en el trabajo con todas las personas. Será apreciado(a) y estimado(a).

## Bibliografía aconsejada

- *“Ira”* → Adalberto Piovano (Editorial San Pablo)

## Material de apoyo

- <https://recetasparaelalma.org/5rys>
- <https://recetasparaelalma.org/7n8p>