



SAINTMAKER DAILY

Spiritual Journal



A MESSAGE FROM ALL OF US AT THE SAINTMAKER

Use these printable pages to get to know all of the spiritual routines of The Saintmaker and enjoy seeing the good fruits of gratitude journaling, living with your Daily Cross, meditation, and and Evening Examen.

You'll find all of the prompts and excercises here included in The Saintmaker planner.

Enjoy the challenge and adventure of beginning to intergrate these powerful routines in more conscientious way starting today!

ATE:	/	/	FEAST / EVENT:	

GRATII	ATITUDE																					What	are y	ou gr	ateful	to G	od for	.?	
DAILY	C P (• • • • • • • •									• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •				at ch	alloni			"offer			
																							aueng 	ge can		ojjer 	ир то		
											M	EDI'	ГАТІ	ON	JOU	RNA	L												
REFLEC	TIC	N													Spe	nd ai	t leasi	t ten 1	ninu	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject i	and r	eflect	belou	7.
•••••																													
•••••																													
•••••																													
•••••																													
RESOL	OLUTION														М	ake a	spiri	tual 1	resolu	tion l	based	on yo	our m	editai	tion ti	hat yo	ou wil	ll keej	٥.
•							******			*******		EVE	NIN	GEZ	X A M	EN		*******											••
BLESSI	NG	S																			In w	hat w	vays d	lid Go	od ble:	ss you	r life	today	1?
1 2																													
3				• • • • • • • •	• • • • • • •	• • • • • • • •	******		• • • • • • • •				•••••	•••••	• • • • • • •		•••••		•••••	•••••	• • • • • • •			*****	• • • • • • • •		•••••	• • • • • • •	
EXAME	N																		<i>V</i>	Vas yo	ur he	art w	vith G	God to	day?	Why	or wh	y noi	.?
••••••	•••••			• • • • • • •	• • • • • • •	•••••	•••••	******	• • • • • • • •	•••••	•••••	•••••	•••••	•••••		• • • • • • •	•••••	•••••	• • • • • • •	• • • • • • • •				• • • • • • • • •	*****	•••••	• • • • • • • •	•••••	
RESOL	UTI	ON		• • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	•••••	•••••		• • • • • • • •			• • • • • • • •		•••••		• • • • • • • •		Wha	t is a	pract	ical si	tep yo	u can	ı take	to im	prove	tome	orrou	,?
••••••				• • • • • •		•••••			• • • • • • • •				N	 OTE	······						• • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • •		• • • • • • •		• • • • • • •		
										٠							•		•					٠					
																									•			•	
													•							•									

DATE:	/	/	FEAST / EVENT:

GRA	ATI'	ATITUDE)	What	t are y	vou gr	atefui	! to G	od fo	r?	
DAI	LY	C R	089	5																		Wk	at ch	allenį	ge car	г уои	"offer	up" te	o Goo	d?
*******	• • • • • •			******		• • • • • • • •		******	*****			М	EDI	TATI	ON	JOU	RNA	L								• • • • • • • •				•••
REF	LEC	стіс	ИС													Spe	nd ai	t leasi	t ten r	ninu 	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject .	and r	eflect	beloi	w.
RES	OL	UTI	ON													<i>M</i>	ake a	spiri	tual r	esolu	tion (based	on yo	our m	edita	tion t	hat y	ou wi	ll kee	р.
													EVE	ENIN	G E	X A M	EN													
B L E :	S S I	NG	; S	• • • • • • • •	• • • • • •										*****			*****		• • • • • •		In w	hat u	ays a	lid Go	od ble.	ss you	r life	toda <u>.</u>	y?
3																														
EXA	MI	N	*****	•••••		•••••		•••••	•••••	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •		• • • • • • •	• • • • • • • •		•••••			• • • • • • • •	V	Vas yo	our he	art u	ith C	God to	oday?	Why	or wh	by no	<i>t?</i>
RES																			W/b a	tic a		sical c	tat wa			to im	otwood.	a tom		
				•••••	•••••	*****		*****	• • • • • • •	•••••		•••••				• • • • • • • •		•••••				s								
														N	OTE	S														
					٠				٠	٠	٠	٠		٠			٠	٠		٠		٠						٠	٠	
								٠	٠																			٠		
			٠		٠	٠	٠	٠	٠						٠		٠	٠	٠	٠			٠	٠			•	٠	٠	٠
		•	•	•	•	*	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠	٠	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠

ATE:	/	/	FEAST / EVENT:	

GRATII	ATITUDE																					What	are y	ou gr	ateful	to G	od for	.?	
DAILY	C P (• • • • • • • •									• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •				at ch	alloni			"offer			
																							aueng 	ge can		ojjer 	ир то		
											M	EDI'	ГАТІ	ON	JOU	RNA	L												
REFLEC	TIC	N													Spe	nd ai	t leasi	t ten 1	ninu	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject i	and r	eflect	belou	7.
•••••																													
•••••																													
•••••																													
•••••																													
RESOL	OLUTION														М	ake a	spiri	tual 1	resolu	tion l	based	on yo	our m	editai	tion ti	hat yo	ou wil	ll keej	٥.
•							******			*******		EVE	NIN	GEZ	X A M	EN		*******											••
BLESSI	NG	S																			In w	hat w	vays d	lid Go	od ble:	ss you	r life	today	1?
1 2																													
3				• • • • • • • •	• • • • • • •	• • • • • • • •	******		• • • • • • • •						• • • • • • •		•••••		•••••	•••••	• • • • • • •	•••••		*****	• • • • • • • •			• • • • • • •	
EXAME	N																		<i>V</i>	Vas yo	ur he	art w	vith G	God to	day?	Why	or wh	y noi	.?
••••••	•••••			• • • • • • •	• • • • • • •	•••••	•••••	******		•••••	•••••	•••••	•••••	•••••		• • • • • • •	•••••	•••••	• • • • • • •	• • • • • • • •				• • • • • • • • •	*****	•••••	• • • • • • • •	•••••	
RESOL	UTI	ON		• • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	•••••	•••••		• • • • • • • •			• • • • • • • •		•••••		• • • • • • • •		Wha	t is a	pract	ical si	tep yo	u can	ı take	to im	prove	tome	orrou	,?
••••••				• • • • • •		•••••	*****		• • • • • • • •				N	 OTE	······						• • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • •		• • • • • • •		• • • • • • •		
										٠		٠					•		•										
																									•			•	
													•							•									

DATE:	/	/	FEAST / EVENT:

GRA	ATI'	ATITUDE)	What	t are y	vou gr	atefui	! to G	od fo	r?	
DAI	LY	C R	089	5																		Wk	at ch	allenį	ge car	г уои	"offer	up" te	o Goo	d?
*******	• • • • • •			******		• • • • • • • •		******	*****			М	EDI	TATI	ON	JOU	RNA	L								• • • • • • • •				•••
REF	LEC	стіс	ИС													Spe	nd ai	t leasi	t ten r	ninu 	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject .	and r	eflect	beloi	w.
RES	OL	UTI	ON													<i>M</i>	ake a	spiri	tual r	esolu	tion (based	on yo	our m	edita	tion t	hat y	ou wi	ll kee	р.
													EVE	ENIN	G E	X A M	EN													
B L E :	S S I	NG	; S	• • • • • • • •	• • • • • •										*****			*****		• • • • • •		In w	hat u	ays a	lid Go	od ble.	ss you	r life	toda <u>.</u>	y?
3																														
EXA	MI	N	*****	•••••		•••••		•••••	•••••	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •		• • • • • • •	• • • • • • • •		• • • • • • • •			• • • • • • • •	V	Vas yo	our he	art u	ith C	God to	oday?	Why	or wh	by no	<i>t?</i>
RES																			W/b a	tic a		sical c	tat wa			to im	otwood.	a tom		
				•••••	•••••	*****		*****	• • • • • • •	•••••		•••••				• • • • • • • •		•••••				s								
														N	OTE	S														
					٠				٠	٠	٠	٠		٠			٠	٠		٠		٠						٠	٠	
								٠	٠																			٠		
			٠		٠	٠	٠	٠	٠						٠		٠	٠	٠	٠			٠	٠			•	٠	٠	٠
		•	•	•	•	*	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠	٠	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠

ATE:	/	/	FEAST / EVENT:	

GRATII	ATITUDE																					What	are y	ou gr	ateful	to G	od for	.?	
DAILY	C P (• • • • • • • •									• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •				at ch	alloni			"offer			
																							aueng 	ge can		ojjer 	ир то		
											M	EDI'	ГАТІ	ON	JOU	RNA	L												
REFLEC	TIC	N													Spe	nd ai	t leasi	t ten 1	ninu	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject i	and r	eflect	belou	7.
•••••																													
•••••																													
•••••																													
•••••																													
RESOL	OLUTION														М	ake a	spiri	tual 1	resolu	tion l	based	on yo	our m	editai	tion ti	hat yo	ou wil	ll keej	٥.
•							*******			*******		EVE	NIN	GEZ	X A M	EN		*******											••
BLESSI	NG	S																			In w	hat w	vays d	lid Go	od ble:	ss you	r life	today	1?
1 2																													
3				• • • • • • •	• • • • • • •	• • • • • • • •	******		• • • • • • • •				•••••		• • • • • • •		•••••		•••••		• • • • • • •			*****	• • • • • • • •			• • • • • • •	
EXAME	N																		<i>V</i>	Vas yo	ur he	art w	vith G	God to	day?	Why	or wh	y noi	.?
••••••	•••••			• • • • • • •	• • • • • • •	•••••	•••••	******		•••••	•••••	•••••		•••••		• • • • • • •	•••••	•••••	• • • • • • •	• • • • • • • •				• • • • • • • • •	*****	• • • • • • •	• • • • • • • •	•••••	
RESOL	UTI	ON		• • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •	•••••		• • • • • • • •			• • • • • • • •		•••••		• • • • • • • •		Wha	t is a	pract	ical si	tep yo	u can	ı take	to im	prove	tome	orrou	,?
••••••				• • • • • •		•••••	*****		• • • • • • • •				N	 OTE	······						• • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • •		• • • • • • •		• • • • • • •		
																										٠			
										٠		٠					•		•										
																									•			•	
													•							•									

DATE:	/	/	FEAST / EVENT:

GRA	ATI'	TUE	E	MEDITATION JO N S EVENING EXA)	What	t are y	vou gr	atefui	! to G	od fo	r?
DAI	LY	C R	089	5																		Wk	at ch	allenį	ge car	г уои	"offer	up" te	o Goo	d?
*******	• • • • • •			******		• • • • • • • •		******	*****			М	EDI	TATI	ON	JOU	RNA	L								• • • • • • • •				•••
REF	LEC	стіс	ИС													Spe	nd ai	t leasi	t ten r	ninu 	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject .	and r	eflect	beloi	w.
RES	OL	UTI	ON													<i>M</i>	ake a	spiri	tual r	esolu	tion (based	on yo	our m	edita	tion t	hat y	ou wi	ll kee	р.
													EVE	ENIN	G E	X A M	EN													
B L E :	S S I	NG	; S	• • • • • • • •	• • • • • •										*****			*****		• • • • • •		In w	hat u	ays a	lid Go	od ble.	ss you	r life	toda <u>.</u>	y?
3																														
EXA	MI	N	*****	•••••		•••••		•••••	•••••	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •		• • • • • • •	• • • • • • • •		• • • • • • • •			• • • • • • • •	V	Vas yo	our he	art u	ith C	God to	oday?	Why	or wh	by no	<i>t?</i>
RES																			W/b a	tic a		sical c	tat wa			to im	otwood	a tom		
				•••••	•••••	*****		*****	• • • • • • •	•••••		•••••				• • • • • • • •		•••••				s								
														N	OTE	S														
					٠				٠	٠	٠	٠		٠			٠	٠		٠		٠						٠	٠	
								٠	٠																			٠		
			٠		٠	٠	٠	٠	٠						٠		٠	٠	٠	٠			٠	٠			•	٠	٠	٠
		•	•	•	•	*	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠	٠	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠

ATE:	/	/	FEAST / EVENT:	

GRATII	[UD	E	MEDITATION JOUR N Spen																				What	are y	ou gr	ateful	to G	od for	.?
DAILY	C P (• • • • • • • •									• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •				at ch	alloni			"offer			
																							aueng 	ge can		ojjer 	ир то		
											M	EDI'	ГАТІ	ON	JOU	RNA	L												
REFLEC	TIC	N													Spe	nd ai	t leasi	t ten 1	ninu	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject i	and r	eflect	belou	7.
•••••																													
•••••																													
•••••																													
•••••																													
RESOL	UTI	ON													М	ake a	spiri	tual 1	resolu	tion l	based	on yo	our m	editai	tion ti	hat yo	ou wil	ll keej	٥.
•							******			*******		EVE	NIN	GEZ	X A M	EN		*******											••
BLESSI	NG	S																			In w	hat w	vays d	lid Go	od ble:	ss you	r life	today	1.2
1 2																													
3					• • • • • • •	• • • • • • • •	******		• • • • • • • •						• • • • • • •		•••••		•••••	•••••	• • • • • • •			*****	• • • • • • • •			• • • • • • •	
EXAME	N																		<i>V</i>	Vas yo	ur he	art w	vith G	God to	day?	Why	or wh	y noi	.?
••••••	•••••			• • • • • • •	• • • • • • •	•••••	•••••	******		•••••	•••••	•••••	•••••	•••••		• • • • • • •	• • • • • • • •	•••••	• • • • • • •	• • • • • • • •				• • • • • • • • •	*****	•••••	• • • • • • • •	•••••	
RESOL	UTI	ON		• • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	•••••	•••••		• • • • • • • •			• • • • • • • •		•••••		• • • • • • • •		Wha	t is a	pract	ical si	tep yo	u can	ı take	to im	prove	tome	orrou	,?
••••••				• • • • • • •		•••••	*****		• • • • • • • •				N	 OTE	······						• • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • •		• • • • • • •		• • • • • • •		
										٠		٠					•		•										
																									•			•	
													•							•									

DATE:	/	/	FEAST / EVENT:

GRA	ATI'	TUE	E	MEDITATION JO N S EVENING EXA)	What	t are y	vou gr	atefui	! to G	od fo	r?
DAI	LY	C R	089	5																		Wk	at ch	allenį	ge car	г уои	"offer	up" te	o Goo	d?
*******	• • • • • •			******		• • • • • • • •		******	*****			М	EDI	TATI	ON	JOU	RNA	L								• • • • • • • •				•••
REF	LEC	стіс	ИС													Spe	nd ai	t leasi	t ten r	ninu 	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject .	and r	eflect	beloi	w.
RES	OL	UTI	ON													<i>M</i>	ake a	spiri	tual r	esolu	tion (based	on yo	our m	edita	tion t	hat y	ou wi	ll kee	р.
													EVE	ENIN	G E	X A M	EN													
B L E :	S S I	NG	; S	• • • • • • • •	• • • • • •										*****			*****		• • • • • •		In w	hat u	ays a	lid Go	od ble.	ss you	r life	toda <u>.</u>	y?
3																														
EXA	MI	N	*****	•••••		•••••		•••••	•••••	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •		• • • • • • •	• • • • • • • •		•••••			• • • • • • • •	V	Vas yo	our he	art u	ith C	God to	oday?	Why	or wh	by no	<i>t?</i>
RES																			W/b a	tic a		sical c	tat wa			to im	otwood	a tom		
				•••••	•••••	*****		*****	• • • • • • •	•••••		•••••				• • • • • • • •		•••••				s								
														N	OTE	S														
					٠				٠	٠	٠	٠		٠			٠	٠		٠		٠						٠	٠	
								٠	٠																			٠		
			٠		٠	٠	٠	٠	٠						٠		٠	٠	٠	٠			٠	٠			•	٠	٠	٠
		•	•	•	•	*	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠	٠	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠

ATE:	/	/	FEAST / EVENT:	

GRATII	[UD	E	MEDITATION JOUR N Spen																				What	are y	ou gr	ateful	to G	od for	.?
DAILY	C P (• • • • • • • •									• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •				at ch	alloni			"offer			
																							aueng 	ge can		ojjer 	ир то		
											M	EDI'	ГАТІ	ON	JOU	RNA	L												
REFLEC	TIC	N													Spe	nd ai	t leasi	t ten 1	ninu	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject i	and r	eflect	belou	7.
•••••																													
•••••																													
•••••																													
•••••																													
RESOL	UTI	ON													М	ake a	spiri	tual 1	resolu	tion l	based	on yo	our m	editai	tion ti	hat yo	ou wil	ll keej	٥.
•							******			*******		EVE	NIN	GEZ	X A M	EN		*******											••
BLESSI	NG	S																			In w	hat w	vays d	lid Go	od ble:	ss you	r life	today	1.2
1 2																													
3				• • • • • • •	• • • • • • •	• • • • • • • •	******		• • • • • • • •				•••••	•••••	• • • • • • •		•••••		•••••		• • • • • • •			*****	• • • • • • • •			• • • • • • •	
EXAME	N																		<i>V</i>	Vas yo	ur he	art w	vith G	God to	day?	Why	or wh	y noi	.?
••••••	•••••			• • • • • • •	• • • • • • •	•••••	•••••	******		•••••	•••••	•••••		•••••		• • • • • • •	• • • • • • • •	•••••	• • • • • • •	• • • • • • • •				• • • • • • • • •	*****	• • • • • • •	• • • • • • • •	•••••	
RESOL	UTI	ON		• • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	•••••	•••••		• • • • • • • •			• • • • • • • •		•••••		• • • • • • • •		Wha	t is a	pract	ical si	tep yo	u can	ı take	to im	prove	tome	orrou	,?
••••••				• • • • • • •		•••••			• • • • • • • •				N	 OTE	······						• • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • •		• • • • • • •		• • • • • • •		
																										٠			
										٠							•		•										
																									•			•	
													•							•									

DATE:	/	/	FEAST / EVENT:

GRA	ATI'	TUE	E	MEDITATION JO N S EVENING EXA)	What	t are y	vou gr	atefui	! to G	od fo	r?
DAI	LY	C R	089	5																		Wk	at ch	allenį	ge car	г уои	"offer	up" te	o Goo	d?
*******	• • • • • •			******		• • • • • • • •		******	*****			М	EDI	TATI	ON	JOU	RNA	L								• • • • • • • •				•••
REF	LEC	стіс	NC													Spe	nd ai	t leasi	t ten r	ninu 	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject .	and r	eflect	beloi	w.
RES	OL	UTI	ON													<i>M</i>	ake a	spiri	tual r	esolu	tion (based	on yo	our m	edita	tion t	hat y	ou wi	ll kee	р.
													EVE	ENIN	G E	X A M	EN													
B L E :	S S I	NG	; S	• • • • • • • •	• • • • • •										*****			*****		• • • • • •		In w	hat u	ays a	lid Go	od ble.	ss you	r life	toda <u>.</u>	y?
3																														
EXA	MI	N	*****	•••••		•••••		•••••	•••••	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •		• • • • • • •	• • • • • • • •		•••••			• • • • • • • •	V	Vas yo	our he	art u	ith C	God to	oday?	Why	or wh	by no 	<i>t?</i>
RES																			W/b a	tic a		sical c	tat wa			to im	otwood	a tom		
				•••••	•••••	*****		*****	• • • • • • •	•••••		•••••				• • • • • • • •		•••••				s								
														N	OTE	S														
					٠				٠	٠	٠	٠		٠			٠	٠		٠		٠						٠	٠	
								٠	٠																			٠		
			٠		٠	٠	٠	٠	٠						٠		٠	٠	٠	٠			٠	٠			•	٠	٠	٠
		•	•	•	•	*	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠	٠	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠

ATE:	/	/	FEAST / EVENT:	

GRATII	[UD	E	MEDITATION JOUR N Spen																				What	are y	ou gr	ateful	to G	od for	.?
DAILY	C P (• • • • • • • •									• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •				at ch	alloni			"offer			
																							aueng 	ge can		ojjer 	ир то		
											M	EDI'	ГАТІ	ON	JOU	RNA	L												
REFLEC	TIC	N													Spe	nd ai	t leasi	t ten 1	ninu	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject i	and r	eflect	belou	7.
•••••																													
•••••																													
•••••																													
•••••																													
RESOL	UTI	ON													М	ake a	spiri	tual 1	resolu	tion l	based	on yo	our m	editai	tion ti	hat yo	ou wil	ll keej	٥.
•							******			*******		EVE	NIN	GEZ	X A M	EN		*******											••
BLESSI	NG	S																			In w	hat w	vays d	lid Go	od ble:	ss you	r life	today	1.2
1 2																													
3				• • • • • • •	• • • • • • •	• • • • • • • •	******		• • • • • • • •				•••••		• • • • • • •		•••••		•••••	•••••	• • • • • • •	•••••		*****	• • • • • • • •			• • • • • • •	
EXAME	N																		<i>V</i>	Vas yo	ur he	art w	vith G	God to	day?	Why	or wh	y noi	.?
••••••	•••••			• • • • • • •	• • • • • • •	•••••	•••••	******		•••••	•••••	• • • • • • • •		•••••		• • • • • • •	•••••	•••••	• • • • • • •	• • • • • • • •				• • • • • • • • •	*****	• • • • • • •	• • • • • • • •	•••••	
RESOL	UTI	ON		• • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	•••••	•••••		• • • • • • • •			• • • • • • • •		•••••		• • • • • • • •		Wha	t is a	pract	ical si	tep yo	u can	ı take	to im	prove	tome	orrou	,?
••••••				• • • • • • •		•••••			• • • • • • • •				N	 OTE	······						• • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • •		• • • • • • •		• • • • • • •		
																										٠			
										٠							•		•										
																									•			•	
													•							•									

DATE:	/	/	FEAST / EVENT:

GRA	ATI'	TUE	E	MEDITATION JO N S EVENING EXA)	What	t are y	vou gr	atefui	! to G	od fo	r?
DAI	LY	C R	089	5																		Wk	at ch	allenį	ge car	г уои	"offer	up" te	o Goo	d?
*******	• • • • • •			******		• • • • • • • •		******	*****			М	EDI	TATI	ON	JOU	RNA	L								• • • • • • • •				•••
REF	LEC	стіс	NC													Spe	nd ai	t leasi	t ten r	ninu 	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject .	and r	eflect	beloi	w.
RES	OL	UTI	ON													<i>M</i>	ake a	spiri	tual r	esolu	tion (based	on yo	our m	edita	tion t	hat y	ou wi	ll kee	р.
													EVE	ENIN	G E	X A M	EN													
B L E :	S S I	NG	; S	• • • • • • • •	• • • • • •										*****			*****		• • • • • •		In w	hat u	ays a	lid Go	od ble.	ss you	r life	toda <u>.</u>	y?
3																														
EXA	MI	N	*****	•••••		•••••		•••••	•••••	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •		• • • • • • •	• • • • • • • •		• • • • • • • •			• • • • • • • •	V	Vas yo	our he	art u	ith C	God to	oday?	Why	or wh	by no 	<i>t?</i>
RES																			W/b a	tic a		sical c	tat wa			to im	otwood	a tom		
				•••••	•••••	*****		*****	• • • • • • •	•••••		•••••				• • • • • • • •		•••••				s								
														N	OTE	S														
					٠				٠	٠	٠	٠		٠			٠	٠		٠		٠						٠	٠	
								٠	٠																			٠		
			٠		٠	٠	٠	٠	٠						٠		٠	٠	٠	٠			٠	٠			•	٠	٠	٠
		•	•	•	•	*	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠	٠	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠

ATE:	/	/	FEAST / EVENT:	

GRATII	[UD	E	MEDITATION JOUR N Spen																				What	are y	ou gr	ateful	to G	od for	.?
DAILY	C P (• • • • • • • •									• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •				at ch	alloni			"offer			
																							aueng 	ge can		ojjer 	ир то		
											M	EDI'	ГАТІ	ON	JOU	RNA	L												
REFLEC	TIC	N													Spe	nd ai	t leasi	t ten 1	ninu	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject i	and r	eflect	belou	7.
•••••																													
•••••																													
•••••																													
•••••																													
RESOL	UTI	ON													М	ake a	spiri	tual 1	resolu	tion l	based	on yo	our m	editai	tion ti	hat yo	ou wil	ll keej	٥.
•							******			*******		EVE	NIN	GEZ	X A M	EN		*******											••
BLESSI	NG	S																			In w	hat w	vays d	lid Go	od ble:	ss you	r life	today	1.2
1 2																													
3				• • • • • • •	• • • • • • •	• • • • • • • •	******		• • • • • • • •				•••••		• • • • • • •		•••••		•••••	•••••	• • • • • • •			*****	• • • • • • • •		•••••	• • • • • • •	
EXAME	N																		<i>V</i>	Vas yo	ur he	art w	vith G	God to	day?	Why	or wh	y noi	.?
••••••	•••••			• • • • • • •	• • • • • • •	•••••	•••••	******		•••••	•••••	• • • • • • • •	•••••	•••••		• • • • • • •	• • • • • • • •	•••••	• • • • • • •	• • • • • • • •				• • • • • • • • •	*****	•••••	• • • • • • • •	•••••	
RESOL	UTI	ON		• • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •	•••••		• • • • • • • •			• • • • • • • •		•••••		• • • • • • • •		Wha	t is a	pract	ical si	tep yo	u can	ı take	to im	prove	tome	orrou	,?
••••••				• • • • • • •		•••••	*****		• • • • • • • •				N	 OTE	······						• • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • •		• • • • • • •		• • • • • • •		
																										٠			
										٠							•		•										
																									•			•	
													•							•									

DATE:	/	/	FEAST / EVENT:

GRA	ATI'	TUE	E	MEDITATION JO N S EVENING EXA)	What	t are y	vou gr	atefui	! to G	od fo	r?
DAI	LY	C R	089	5																		Wk	at ch	allenį	ge car	г уои	"offer	up" te	o Goo	d?
*******	• • • • • •			******		• • • • • • • •		******	*****			М	EDI	TATI	ON	JOU	RNA	L								• • • • • • • •				•••
REF	LEC	стіс	NC													Spe	nd ai	t leasi	t ten r	ninu 	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject .	and r	eflect	beloi	w.
RES	OL	UTI	ON													<i>M</i>	ake a	spiri	tual r	esolu	tion (based	on yo	our m	edita	tion t	hat y	ou wi	ll kee	p.
													EVE	ENIN	G E	X A M	EN													
B L E :	S S I	NG	; S	• • • • • • • •	• • • • • •										*****			*****		• • • • • •		In w	hat u	ays a	lid Go	od ble.	ss you	r life	toda <u>.</u>	y?
3																														
EXA	MI	N	*****	•••••		•••••		•••••	•••••	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •		• • • • • • •	• • • • • • • •		• • • • • • • •			• • • • • • • •	V	Vas yo	our he	art u	ith C	God to	oday?	Why	or wh	by no 	<i>t?</i>
RES																			W/b a	tic a		sical c	tat wa			to im	otwood	a tom		
				•••••	•••••	*****		*****	• • • • • • •	•••••		•••••				• • • • • • • •		•••••				s								
														N	OTE	S														
					٠				٠	٠	٠	٠		٠			٠	٠		٠		٠						٠	٠	
									٠																			٠		
			٠		٠	٠	٠	٠	٠						٠		٠	٠	٠	٠			٠	٠			•	٠	٠	٠
		•	•	•	•	*	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠	٠	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠

ATE:	/	/	FEAST / EVENT:	

GRATII	[UD	E	MEDITATION JOUR N Spen																				What	are y	ou gr	ateful	to G	od for	.?
DAILY	C P (• • • • • • • •									• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •				at ch	alloni			"offer			
																							aueng 	ge can		ojjer 	ир то		
											M	EDI'	ГАТІ	ON	JOU	RNA	L												
REFLEC	TIC	N													Spe	nd ai	t leasi	t ten 1	ninu	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject i	and r	eflect	belou	7.
•••••																													
•••••																													
•••••																													
•••••																													
RESOL	UTI	ON													М	ake a	spiri	tual 1	resolu	tion l	based	on yo	our m	editai	tion ti	hat yo	ou wil	ll keej	٥.
•							******			*******		EVE	NIN	GEZ	X A M	EN		*******											••
BLESSI	NG	S																			In w	hat w	vays d	lid Go	od ble:	ss you	r life	today	1.2
1 2																													
3				• • • • • • •	• • • • • • •	• • • • • • • •	******		• • • • • • • •				•••••		• • • • • • •		•••••		•••••		• • • • • • •			*****	• • • • • • • •			• • • • • • •	
EXAME	N																		<i>V</i>	Vas yo	ur he	art w	vith G	God to	day?	Why	or wh	y noi	.?
••••••	•••••			• • • • • • •	• • • • • • •	•••••	•••••	******		•••••	•••••	• • • • • • • •	•••••	•••••		• • • • • • •	• • • • • • • •	•••••	• • • • • • •	• • • • • • • •				• • • • • • • • •	*****	•••••	• • • • • • • •	•••••	
RESOL	UTI	ON		• • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •	•••••		• • • • • • • •			• • • • • • • •		•••••		• • • • • • • •		Wha	t is a	pract	ical si	tep yo	u can	ı take	to im	prove	tome	orrou	,?
••••••				• • • • • • •		•••••	*****		• • • • • • • •				N	 OTE	······						• • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • •		• • • • • • •		• • • • • • •		
																										٠			
										٠							•		•										
																									•			•	
													•							•									

DATE:	/	/	FEAST / EVENT:

GRA	ATI'	TUE	E	MEDITATION JO N S EVENING EXA)	What	t are y	vou gr	atefui	! to G	od fo	r?
DAI	LY	C R	089	5																		Wk	at ch	allenį	ge car	г уои	"offer	up" te	o Goo	d?
*******	• • • • • •			******		• • • • • • • •		******	*****			М	EDI	TATI	ON	JOU	RNA	L								• • • • • • • •				•••
REF	LEC	стіс	NC													Spe	nd ai	t leasi	t ten r	ninu 	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject .	and r	eflect	beloi	w.
RES	OL	UTI	ON													<i>M</i>	ake a	spiri	tual r	esolu	tion (based	on yo	our m	edita	tion t	hat y	ou wi	ll kee	p.
													EVE	ENIN	G E	X A M	EN													
B L E :	S S I	NG	; S	• • • • • • • •	• • • • • •										*****			*****		• • • • • •		In w	hat u	ays a	lid Go	od ble.	ss you	r life	toda <u>.</u>	y?
3																														
EXA	MI	N	*****	•••••		•••••		•••••	•••••	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •		• • • • • • •	• • • • • • • •		• • • • • • • •			• • • • • • • •	V	Vas yo	our he	art u	ith C	God to	oday?	Why	or wh	by no 	<i>t?</i>
RES																			W/b a	tic a		sical c	tat wa			to im	otwood	a tom		
				•••••	•••••	*****		*****	• • • • • • •	•••••		•••••				• • • • • • • •		•••••				s								
														N	OTE	S														
			٠		٠				٠	٠	٠	٠		٠			٠	٠				٠						٠		
									٠																			٠		
			٠		٠	٠	٠	٠	٠						٠		٠	٠	٠	٠			٠	٠			•	٠	٠	٠
		•	•	•	•	*	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠	٠	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠

ATE:	/	/	FEAST / EVENT:	

GRATII	[UD	E	MEDITATION JOUR N Spen																				What	are y	ou gr	ateful	to G	od for	.?
DAILY	C P (• • • • • • • •									• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •				at ch	alloni			"offer			
																							aueng 	ge can		ojjer 	ир то		
											M	EDI'	ГАТІ	ON	JOU	RNA	L												
REFLEC	TIC	N													Spe	nd ai	t leasi	t ten 1	ninu	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject i	and r	eflect	belou	7.
•••••																													
•••••																													
•••••																													
•••••																													
RESOL	UTI	ON													М	ake a	spiri	tual 1	resolu	tion l	based	on yo	our m	editai	tion ti	hat yo	ou wil	ll keej	٥.
•							*******			*******		EVE	NIN	GEZ	X A M	EN		*******											••
BLESSI	NG	S																			In w	hat w	vays d	lid Go	od ble:	ss you	r life	today	1.2
1 2																													
3				• • • • • • • •	• • • • • • •	• • • • • • • •	******		• • • • • • • •				•••••		• • • • • • •		•••••		•••••	•••••	• • • • • • •			*****	• • • • • • • •		•••••	• • • • • • •	
EXAME	N																		<i>V</i>	Vas yo	ur he	art w	vith G	God to	day?	Why	or wh	y noi	.?
••••••	•••••			• • • • • • •	• • • • • • •	•••••	•••••	******		•••••	•••••	• • • • • • • •		•••••		• • • • • • •	• • • • • • • •	•••••	• • • • • • •	• • • • • • • •				• • • • • • • • •	*****	• • • • • • •	• • • • • • • •	•••••	
RESOL	UTI	ON		• • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •	•••••		• • • • • • • •			• • • • • • • •		•••••		• • • • • • • •		Wha	t is a	pract	ical si	tep yo	u can	ı take	to im	prove	tome	orrou	,?
••••••				• • • • • • •		•••••			• • • • • • • •				N	 OTE	······						• • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • •		• • • • • • •		• • • • • • •		
																										٠			
																	•		•										
																									•			•	
													•							•									

DATE:	/	/	FEAST / EVENT:

GRA	ATI'	TUE	E	MEDITATION JO N S EVENING EXA)	What	t are y	vou gr	atefui	! to G	od fo	r?
DAI	LY	C R	089	5																		Wk	at ch	allenį	ge car	г уои	"offer	up" te	o Goo	d?
*******	• • • • • •			******		• • • • • • • •		******	*****			М	EDI	TATI	ON	JOU	RNA	L								• • • • • • • •				•••
REF	LEC	стіс	NC													Spe	nd ai	t leasi	t ten r	ninu 	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject .	and r	eflect	beloi	w.
RES	OL	UTI	ON													<i>M</i>	ake a	spiri	tual r	esolu	tion (based	on yo	our m	edita	tion t	hat y	ou wi	ll kee	p.
													EVE	ENIN	G E	X A M	EN													
B L E :	S S I	NG	; S	• • • • • • • •	• • • • • •										*****			*****		• • • • • •		In w	hat u	ays a	lid Go	od ble.	ss you	r life	toda <u>.</u>	y?
3																														
EXA	MI	N	*****	•••••		•••••		•••••	•••••	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •		• • • • • • •	• • • • • • • •		• • • • • • • •			• • • • • • • •	V	Vas yo	our he	art u	ith C	God to	oday?	Why	or wh	by no 	<i>t?</i>
RES																			W/b a	tic a		sical c	tat wa			to im	otwood	a tom		
				•••••	•••••	*****		*****	• • • • • • •	•••••		•••••				• • • • • • • •		•••••				s								
														N	OTE	S														
			٠		٠	٠			٠	٠	٠	٠		٠			٠	٠				٠						٠		
									٠																			٠		
			٠		٠	٠	٠	٠	٠						٠		٠	٠	٠	٠			٠	٠			•	٠	٠	٠
		•	•	•	•	*	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠	٠	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠

ATE:	/	/	FEAST / EVENT:	

GRATII	[UD	E	MEDITATION JOUR N Spen																				What	are y	ou gr	ateful	to G	od for	.?
DAILY	C P (• • • • • • • •									• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •				at ch	alloni			"offer			
																							aueng 	ge can		ojjer 	ир то		
											M	EDI'	ГАТІ	ON	JOU	RNA	L												
REFLEC	TIC	N													Spe	nd ai	t leasi	t ten 1	ninu	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject i	and r	eflect	belou	7.
•••••																													
•••••																													
•••••																													
•••••																													
RESOL	UTI	ON													М	ake a	spiri	tual 1	resolu	tion l	based	on yo	our m	editai	tion ti	hat yo	ou wil	ll keej	٥.
•							******			*******		EVE	NIN	GEZ	X A M	EN		*******											••
BLESSI	NG	S																			In w	hat w	vays d	lid Go	od ble:	ss you	r life	today	1.2
1 2																													
3				• • • • • • •	• • • • • • •	• • • • • • • •	******		• • • • • • • •				•••••	•••••	• • • • • • •		•••••		•••••	•••••	• • • • • • •	•••••		*****	• • • • • • • •		•••••	• • • • • • •	
EXAME	N																		<i>V</i>	Vas yo	ur he	art w	vith G	God to	day?	Why	or wh	y noi	.?
••••••	•••••			• • • • • • •	• • • • • • •	•••••	•••••	******		•••••	•••••	• • • • • • • •	•••••	•••••		• • • • • • •	• • • • • • • •	•••••	• • • • • • •	• • • • • • • •				• • • • • • • • •	*****	•••••	• • • • • • • •	•••••	
RESOL	UTI	ON		• • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •	•••••		• • • • • • • •			• • • • • • • •		•••••		• • • • • • • •		Wha	t is a	pract	ical si	tep yo	u can	ı take	to im	prove	tome	orrou	,?
••••••				• • • • • •		•••••			• • • • • • • •				N	 OTE	······						• • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • •		• • • • • • •		• • • • • • •		
																										٠			
						٠											•		•										
																									•			•	
													•							•									

DATE:	/	/	FEAST / EVENT:

GRA	ATI'	TUE	E	MEDITATION JO N S EVENING EXA)	What	t are y	vou gr	atefui	! to G	od fo	r?
DAI	LY	C R	089	5																		Wk	at ch	allenį	ge car	г уои	"offer	up" te	o Goo	d?
*******	• • • • • •			******		• • • • • • • •		******	*****			М	EDI	TATI	ON	JOU	RNA	L								• • • • • • • •				•••
REF	LEC	стіс	ИС													Spe	nd ai	t leasi	t ten r	ninu 	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject .	and r	eflect	beloi	w.
RES	OL	UTI	ON													<i>M</i>	ake a	spiri	tual r	esolu	tion (based	on yo	our m	edita	tion t	hat y	ou wi	ll kee	p.
													EVE	ENIN	G E	X A M	EN													
B L E :	S S I	NG	; S	• • • • • • • • •	• • • • • •										*****			*****		• • • • • •		In w	hat u	ays a	lid Go	od ble.	ss you	r life	toda <u>.</u>	y?
3																														
EXA	MI	N	*****	•••••		•••••		•••••	•••••	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •		• • • • • • •	• • • • • • • •		• • • • • • • •			• • • • • • • •	V	Vas yo	our he	art u	ith C	God to	oday?	Why	or wh	by no 	<i>t?</i>
RES																			W/b a	tic a		sical c	tat wa			to im	otwood	a tom		
				•••••	•••••	*****		*****	• • • • • • •	•••••		•••••				• • • • • • • •		•••••				s								
														N	OTE	S														
			٠		٠	٠			٠	٠	٠	٠		٠			٠	٠				٠						٠		
									٠																			٠		
			٠		٠	٠	٠	٠	٠						٠		٠	٠	٠	٠			٠	٠			•	٠	٠	٠
		•	•	•	•	*	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠	٠	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠

ATE:	/	/	FEAST / EVENT:	

GRATII	[UD	E	MEDITATION JOUR N Spen																				What	are y	ou gr	ateful	to G	od for	.?
DAILY	C P (• • • • • • • •									• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •				at ch	alloni			"offer			
																							aueng 	ge can		ojjer 	ир то		
											M	EDI'	ГАТІ	ON	JOU	RNA	L												
REFLEC	TIC	N													Spe	nd ai	t leasi	t ten 1	ninu	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject i	and r	eflect	belou	7.
•••••																													
•••••																													
•••••																													
•••••																													
RESOL	UTI	ON													М	ake a	spiri	tual 1	resolu	tion l	based	on yo	our m	editai	tion ti	hat yo	ou wil	ll keej	٥.
•							******			*******		EVE	NIN	GEZ	X A M	EN		*******											••
BLESSI	NG	S																			In w	hat w	vays d	lid Go	od ble:	ss you	r life	today	1.2
1 2																													
3				• • • • • • •	• • • • • • •	• • • • • • • •	******		• • • • • • • •				•••••		• • • • • • •		•••••		•••••	•••••	• • • • • • •	•••••		*****	• • • • • • • •		•••••	• • • • • • •	
EXAME	N																		<i>V</i>	Vas yo	ur he	art w	vith G	God to	day?	Why	or wh	y noi	.?
••••••	•••••			• • • • • • •	• • • • • • •	•••••	•••••	******		•••••	•••••	•••••	•••••	•••••		• • • • • • •	•••••	•••••	• • • • • • •	• • • • • • • •				• • • • • • • • •	*****	•••••	• • • • • • • •	•••••	
RESOL	UTI	ON		• • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •	•••••		• • • • • • • •			• • • • • • • •		•••••		• • • • • • • •		Wha	t is a	pract	ical si	tep yo	u can	ı take	to im	prove	tome	orrou	,?
••••••				• • • • • •		•••••			• • • • • • • •				N	 OTE	······						• • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • •		• • • • • • •		• • • • • • •		
																										٠			
						٠											•		•										
																									•			•	
													•							•									

DATE:	/	/	FEAST / EVENT:

GRA	ATI'	TUE	E	MEDITATION JO N S EVENING EXA)	What	t are y	vou gr	atefui	! to G	od fo	r?
DAI	LY	C R	089	5																		Wk	at ch	allenį	ge car	г уои	"offer	up" te	o Goo	d?
*******	• • • • • •			******		• • • • • • • •		******	*****			М	EDI	TATI	ON	JOU	RNA	L								• • • • • • • •				•••
REF	LEC	стіс	ИС													Spe	nd ai	t leasi	t ten r	ninu 	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject .	and r	eflect	beloi	w.
RES	OL	UTI	ON													<i>M</i>	ake a	spiri	tual r	esolu	tion (based	on yo	our m	edita	tion t	hat y	ou wi	ll kee	p.
													EVE	ENIN	G E	X A M	EN													
B L E :	S S I	NG	; S	• • • • • • • •	• • • • • •										*****			*****		• • • • • •		In w	hat u	ays a	lid Go	od ble.	ss you	r life	toda <u>.</u>	y?
3																														
EXA	MI	N	*****	•••••		•••••		•••••	•••••	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •		• • • • • • •	• • • • • • • •		• • • • • • • •			• • • • • • • •	V	Vas yo	our he	art u	ith C	God to	oday?	Why	or wh	by no	<i>t?</i>
RES																			W/b a	tic a		sical c	tat wa			to im	otwood	a tom		
				•••••	•••••	*****		*****	• • • • • • •	•••••		•••••				• • • • • • • •		•••••				s								
														N	OTE	S														
			٠		٠	٠			٠	٠	٠	٠		٠			٠	٠				٠						٠		
									٠																			٠		
			٠		٠	٠	٠	٠	٠						٠		٠	٠	٠	٠			٠	٠			•	٠	٠	٠
		•	•	•	•	*	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠	٠	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠

ATE:	/	/	FEAST / EVENT:	

GRATII	[UD	E	MEDITATION JOUR N Spen																				What	are y	ou gr	ateful	to G	od for	.?
DAILY	C P (• • • • • • • •									• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •				at ch	alloni			"offer			
																							aueng 	ge can		ojjer 	ир то		
											M	EDI'	ГАТІ	ON	JOU	RNA	L												
REFLEC	TIC	N													Spe	nd ai	t leasi	t ten 1	ninu	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject i	and r	eflect	belou	7.
•••••																													
•••••																													
•••••																													
•••••																													
RESOL	UTI	ON													М	ake a	spiri	tual 1	resolu	tion l	based	on yo	our m	editai	tion ti	hat yo	ou wil	ll keej	٥.
•							******			*******		EVE	NIN	GEZ	X A M	EN		*******											••
BLESSI	NG	S																			In w	hat w	vays d	lid Go	od ble:	ss you	r life	today	1.2
1 2																													
3				• • • • • • •	• • • • • • •	• • • • • • • •	******		• • • • • • • •				•••••		• • • • • • •		•••••		•••••		• • • • • • •			*****	• • • • • • • •			• • • • • • •	
EXAME	N																		<i>V</i>	Vas yo	ur he	art w	vith G	God to	day?	Why	or wh	y noi	.?
••••••	•••••			• • • • • • •	• • • • • • •	•••••	•••••	******		•••••	•••••	•••••	•••••	•••••		• • • • • • •	• • • • • • • •	•••••	• • • • • • •	• • • • • • • •				• • • • • • • • •	*****	•••••	• • • • • • • •	•••••	
RESOL	UTI	ON		• • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •	•••••		• • • • • • • •			• • • • • • • •		•••••		• • • • • • • •		Wha	t is a	pract	ical si	tep yo	u can	ı take	to im	prove	tome	orrou	,?
••••••				• • • • • •		•••••			• • • • • • • •				N	 OTE	······						• • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • •		• • • • • • •		• • • • • • •		
																										٠			
						٠											•		•										
																									•			•	
													•							•									

DATE:	/	/	FEAST / EVENT:

GRA	ATI'	TUE	E	MEDITATION JO N S EVENING EXA)	What	t are y	vou gr	atefui	! to G	od fo	r?
DAI	LY	C R	089	5																		Wk	at ch	allenį	ge car	г уои	"offer	up" te	o Goo	d?
*******	• • • • • •			******		• • • • • • • •		******	*****			М	EDI	TATI	ON	JOU	RNA	L								• • • • • • • •				•••
REF	LEC	стіс	ИС													Spe	nd ai	t leasi	t ten r	ninu 	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject .	and r	eflect	beloi	w.
RES	OL	UTI	ON													<i>M</i>	ake a	spiri	tual r	esolu	tion (based	on yo	our m	edita	tion t	hat y	ou wi	ll kee	p.
													EVE	ENIN	G E	X A M	EN													
B L E :	S S I	NG	; S	• • • • • • • •	• • • • • •										*****			*****		• • • • • •		In w	hat u	ays a	lid Go	od ble.	ss you	r life	toda <u>.</u>	y?
3																														
EXA	MI	N	*****	•••••		•••••		•••••	•••••	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •		• • • • • • •	• • • • • • • •		• • • • • • • •			• • • • • • • •	V	Vas yo	our he	art u	ith C	God to	oday?	Why	or wh	by no	<i>t?</i>
RES																			W/b a	tic a		sical c	tat wa			to im	otwood	a tom		
				•••••	•••••	*****		*****	• • • • • • •	•••••		•••••				• • • • • • • •		•••••				s								
														N	OTE	S														
			٠		٠	٠			٠	٠	٠	٠		٠			٠	٠				٠						٠		
									٠																			٠		
			٠		٠	٠	٠	٠	٠						٠		٠	٠	٠	٠			٠	٠			•	٠	٠	٠
		•	•	•	•	*	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠	٠	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠

ATE:	/	/	FEAST / EVENT:	

GRATII	[UD	E	MEDITATION JOUR N Spen																				What	are y	ou gr	ateful	to G	od for	.?
DAILY	C P (• • • • • • • •									• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •				at ch	alloni			"offer			
																							aueng 	ge can		ojjer 	ир то		
											M	EDI'	ГАТІ	ON	JOU	RNA	L												
REFLEC	TIC	N													Spe	nd ai	t leasi	t ten 1	ninu	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject i	and r	eflect	belou	7.
•••••																													
•••••																													
•••••																													
•••••																													
RESOL	UTI	ON													М	ake a	spiri	tual 1	resolu	tion l	based	on yo	our m	editai	tion ti	hat yo	ou wil	ll keej	٥.
•							*******			*******		EVE	NIN	GEZ	X A M	EN		*******											••
BLESSI	NG	S																			In w	hat w	vays d	lid Go	od ble:	ss you	r life	today	1.2
1 2																													
3					• • • • • • •	• • • • • • • •	******		• • • • • • • •				•••••		• • • • • • •		•••••		•••••	•••••	• • • • • • •	•••••		*****	• • • • • • • •		•••••	• • • • • • •	
EXAME	N																		<i>V</i>	Vas yo	ur he	art w	vith G	God to	day?	Why	or wh	y noi	.?
••••••	•••••			• • • • • • •	• • • • • • •	•••••	•••••	******		•••••	•••••	• • • • • • • •	•••••	•••••		• • • • • • •	• • • • • • • •	•••••	• • • • • • •	• • • • • • • •				• • • • • • • • •	*****	•••••	• • • • • • • •	•••••	
RESOL	UTI	ON		• • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •	•••••		• • • • • • • •			• • • • • • • •		•••••		• • • • • • • •		Wha	t is a	pract	ical si	tep yo	u can	ı take	to im	prove	tome	orrou	,?
••••••				• • • • • • •		•••••			• • • • • • • •				N	 OTE	······						• • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • •		• • • • • • •		• • • • • • •		
																										٠			
						٠											•		•										
																									•			•	
													•							•									

DATE:	/	/	FEAST / EVENT:

GRA	ATI'	TUE	E	MEDITATION JO N S EVENING EXA)	What	t are y	vou gr	atefui	! to G	od fo	r?
DAI	LY	C R	089	5																		Wk	at ch	allenį	ge car	г уои	"offer	up" te	o Goo	d?
*******	• • • • • •			******		• • • • • • • •		******	*****			М	EDI	TATI	ON	JOU	RNA	L								• • • • • • • •				•••
REF	LEC	стіс	ИС													Spe	nd ai	t leasi	t ten r	ninu 	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject .	and r	eflect	beloi	w.
RES	OL	UTI	ON													<i>M</i>	ake a	spiri	tual r	esolu	tion (based	on yo	our m	edita	tion t	hat y	ou wi	ll kee	p.
													EVE	ENIN	G E	X A M	EN													
B L E :	S S I	NG	; S	• • • • • • • •	• • • • • •										*****			*****		• • • • • •		In w	hat u	ays a	lid Go	od ble.	ss you	r life	toda <u>.</u>	y?
3																														
EXA	MI	N	*****	•••••		•••••		•••••	•••••	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •		• • • • • • •	• • • • • • • •		• • • • • • • •			• • • • • • • •	V	Vas yo	our he	art u	ith C	God to	oday?	Why	or wh	by no	<i>t?</i>
RES																			W/b a	tic a		sical c	tat wa			to im	otwood	a tom		
				•••••	•••••	*****		*****	• • • • • • •	•••••		•••••				• • • • • • • •		•••••				s								
														N	OTE	S														
			٠		٠	٠			٠	٠	٠	٠		٠			٠	٠				٠						٠		
									٠																			٠		
			٠		٠	٠	٠	٠	٠						٠		٠	٠	٠	٠			٠	٠			•	٠	٠	٠
		•	•	•	•	*	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠	٠	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠

ATE:	/	/	FEAST / EVENT:	

GRATII	[UD	E	MEDITATION JOUR N Spen																				What	are y	ou gr	ateful	to G	od for	.?
DAILY	C P (• • • • • • • •									• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •				at ch	alloni			"offer			
																							aueng 	ge can		ojjer 	ир то		
											M	EDI'	ГАТІ	ON	JOU	RNA	L												
REFLEC	TIC	N													Spe	nd ai	t leasi	t ten 1	ninu	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject i	and r	eflect	belou	7.
•••••																													
•••••																													
•••••																													
•••••																													
RESOL	UTI	ON													М	ake a	spiri	tual 1	resolu	tion l	based	on yo	our m	editai	tion ti	hat yo	ou wil	ll keej	٥.
•							******			*******		EVE	NIN	GEZ	X A M	EN		*******											••
BLESSI	NG	S																			In w	hat w	vays d	lid Go	od ble:	ss you	r life	today	1.2
1 2																													
3				• • • • • • •	• • • • • • •	• • • • • • • •	******		• • • • • • • •				•••••		• • • • • • •		•••••		•••••	•••••	• • • • • • •			*****	• • • • • • • •		•••••	• • • • • • •	
EXAME	N																		<i>V</i>	Vas yo	ur he	art w	vith G	God to	day?	Why	or wh	y noi	.?
••••••	•••••			• • • • • • •	• • • • • • •	•••••	•••••	******		•••••	•••••	• • • • • • • •		•••••		• • • • • • •	• • • • • • • •	•••••	• • • • • • •	• • • • • • • •				• • • • • • • • •	*****	• • • • • • •	• • • • • • • •	•••••	
RESOL	UTI	ON		• • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •	•••••		• • • • • • • •			• • • • • • • •		•••••		• • • • • • • •		Wha	t is a	pract	ical si	tep yo	u can	ı take	to im	prove	tome	orrou	,?
••••••				• • • • • • •		•••••			• • • • • • • •				N	 OTE	······						• • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • •		• • • • • • •		• • • • • • •		
																										٠			
						٠											•		•										
																									•			•	
													•							•									

DATE:	/	/	FEAST / EVENT:

GRA	ATI'	TUE	E	MEDITATION JO N S EVENING EXA)	What	t are y	vou gr	atefui	! to G	od fo	r?
DAI	LY	C R	089	5																		Wk	at ch	allenį	ge car	г уои	"offer	up" te	o Goo	d?
*******	• • • • • •			******		• • • • • • • •		******	*****			М	EDI	TATI	ON	JOU	RNA	L								• • • • • • • •				•••
REF	LEC	стіс	ИС													Spe	nd ai	t leasi	t ten r	ninu 	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject .	and r	eflect	beloi	w.
RES	OL	UTI	ON													<i>M</i>	ake a	spiri	tual r	esolu	tion (based	on yo	our m	edita	tion t	hat y	ou wi	ll kee	p.
													EVE	ENIN	G E	X A M	EN													
B L E :	S S I	NG	; S	• • • • • • • •	• • • • • •										*****			*****		• • • • • •		In w	hat u	ays a	lid Go	od ble.	ss you	r life	toda <u>.</u>	y?
3																														
EXA	MI	N	*****	•••••		•••••		•••••	•••••	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •		• • • • • • •	• • • • • • • •		• • • • • • • •			• • • • • • • •	V	Vas yo	our he	art u	ith C	God to	oday?	Why	or wh	by no	<i>t?</i>
RES																			W/b a	tic a		sical c	tat wa			to im	otwood.	a tom		
				•••••	•••••	*****		*****	• • • • • • •	•••••		•••••				• • • • • • • •		•••••				s								
														N	OTE	S														
			٠		٠	٠			٠	٠	٠	٠		٠			٠	٠				٠						٠		
									٠																			٠		
			٠		٠	٠	٠	٠	٠						٠		٠	٠	٠	٠			٠	٠			•	٠	٠	٠
		•	•	•	•	*	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠	٠	•	•	•	•	•	•	•	•	•	•	٠

ATE:	/	/	FEAST / EVENT:	

GRATII	[UD	E	MEDITATION JOUR N Spen																				What	are y	ou gr	ateful	to G	od for	.?
DAILY	C P (• • • • • • • •									• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •				at ch	alloni			"offer			
																							aueng 	ge can		ojjer 	ир то		
											M	EDI'	ГАТІ	ON	JOU	RNA	L												
REFLEC	TIC	N													Spe	nd ai	t leasi	t ten 1	ninu	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject i	and r	eflect	belou	7.
•••••																													
•••••																													
•••••																													
•••••																													
RESOL	UTI	ON													М	ake a	spiri	tual 1	resolu	tion l	based	on yo	our m	editai	tion ti	hat yo	ou wil	ll keej	٥.
•							******			*******		EVE	NIN	GEZ	X A M	EN		*******											••
BLESSI	NG	S																			In w	hat w	vays d	lid Go	od ble:	ss you	r life	today	1.2
1 2																													
3				• • • • • • • •	• • • • • • •	• • • • • • • •	******		• • • • • • • •				•••••		• • • • • • •		•••••		•••••		• • • • • • •			*****	• • • • • • • •			• • • • • • •	
EXAME	N																		<i>V</i>	Vas yo	ur he	art w	vith G	God to	day?	Why	or wh	y noi	.?
••••••	•••••			• • • • • • •	• • • • • • •	•••••	•••••	******		•••••	•••••	• • • • • • • •	•••••	•••••		• • • • • • •	• • • • • • • •	•••••	• • • • • • •	• • • • • • • •				• • • • • • • • •	*****	•••••	• • • • • • • •	•••••	
RESOL	UTI	ON		• • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • •	•••••		• • • • • • • •			• • • • • • • •		•••••		• • • • • • • •		Wha	t is a	pract	ical si	tep yo	u can	ı take	to im	prove	tome	orrou	,?
••••••				• • • • • • •		•••••			• • • • • • • •				N	 OTE	······						• • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • •		• • • • • • •		• • • • • • •		
																										٠			
						٠											•		•										
																									•			•	
													•							•									

DATE:	/	/	FEAST / EVENT:

GF	GRATITUDE)	What	t are y	you gr	atefu	l to G	od fo	r?		
D A	ATLY	CR	os:	5																		Wk	at ch	allenį	ge car	n you	"offer	up" t	o God	d?
****		******						******	• • • • • • •			М	EDI	TAT	ON	JOU	RNA	L		******							•••••	******		•••
RE	REFLECTION														Spe	end a	t leas	t ten 1	ninu	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	ıbject	and r	eflect	belo:	w. 	
R E	50	LUT	ION													<i>M</i>	ake a	spiri	itual r	esolu	tion (based	on yo	our m	edita	tion t	hat y	ou wi 	ll kee	p.
													EVI	ENIN	G E	X A M	EN													
B L 1 2	ESS		3 S										• • • • • • • •					*****		•••••		In w	hat u	vays a	lid Go	od ble	ss you	ır life	toda	y?
3																														
E X	AM	EN				• • • • • • • •		*****	•••••		• • • • • • • •			•••••	• • • • • • • •		• • • • • • • •				Vas yo	our he	eart u	oith (God to	oday? 	Why	or wi	by no	<i>t?</i>
																			1371.				4-4							
			10 N		•••••		•••••		• • • • • • • • •	•••••			• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •		•••••	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •		•••••	vv na 	t 15 a	praci	s	<i>тер уо</i> 	nu can		to im		? 10M	orroi	υ:
														N	OTE	S														
																	•			•										
									٠																	٠				
									٠																					
•	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	٠	•	٠	٠		•	٠	•		•		•	٠	٠	٠	٠	٠
		٠	٠		٠	٠	٠		٠	٠	٠			٠	٠	٠	٠		٠	٠	٠	٠		٠		٠		٠	٠	

DATE: /	/ FEAST / EVENT	:

GRAT	GRATITUDE																					What	are y	ou gra	ateful	to G	od for	.?	
DAII)	······································								• • • • • • • •									• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •				at ch	alloni			"offer			
	DAILY CROSS																						aueng 	ge can	: you 	ojjer 	ир то		
	MEDITATION J														JOU	RNA	L												
REFLE	СТІ	ON													Spe	nd ai	t leasi	t ten 1	ninu	tes m	editai	ting o	n a h	oly su	bject i	and r	eflect	belou	7.
RESO	LUT	ION													М	ake a	spiri	tual 1	resolu	tion l	based	on yo	our m	editai	tion ti	hat yo	ou wil	ll keej	٥.
		*******				******				*******		EVE	NIN	GEZ	X A M	EN		*******							******				••
BLESS	SINC	3 S																			In w	hat w	vays d	lid Go	d bles	ss you	r life	today	1.2
1 2																													
3	•••••	******	******	•••••	•••••	•••••	•••••	******	• • • • • • • • •	******	•••••	•••••	•••••	*****	•••••	******	******	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	•••••	•••••	•••••	*****	*****	*****	• • • • • • • • •	• • • • • • • •	*****	• • • • • • •	
EXAM	NEN																		И	Vas yo	ur he	art w	ith G	God to	day?	Why	or wh	y noi	.?
•••••	•••••	•••••	•••••	•••••	•••••	•••••	•••••	•••••	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	•••••	•••••	•••••	•••••	•••••	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	•••••	•••••	•••••	• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •		• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •		• • • • • • • • • • • • • • • • • • • •	•••••	•••••	•••••	•••••	••
RESO	LUT	ION		******	•••••	******	•		• • • • • • • •	*******	•••••	•••••	******	•		• • • • • • •		Wha	t is a	pract	ical si	tep yo	u can	ı take	to im	prove	tome	orrou	,?
•••••		•••••		•••••		•••••	• • • • • • • •		• • • • • • • •			•••••	N	 OTE		•••••	•••••		• • • • • • •	•••••	• • • • • • • •	• • • • • • • •	• • • • • • • •	•••••		•••••	• • • • • • • •		

DATE:	/ /	FEAST / EVENT:	

GRATITUDE														••••		•••••	*****				What	t are y	ou gra	ateful	! to G	od for:	2		
DAIL	Y C	ROS	s																		Wh	at ch	allenş	ge can	you '	"offer	up" to	God:	
REFL	ECT	ION							•		М	EDI	TAT	ION	JOU Spe			t ten 1	ninu	tes mi	editai	ting o	n a h	oly su	bject i	and r	eflect	below.	
RESC	 DLU1	101			••••••			••••••					•••••			ake a	spiri	tual r	······································	tion l	based	on yo	our m	edita	tion ti	 bat ye	ou wii	ll keep.	
**********				•••••	•••••		•••••		••••	•••••		EVI	ENIN	G E	X A M				•	••••••	••••••		•••••				••••••		
BLES 1 2	SIN	GS						••••••					••••••		••••••						In w	hat u	ays d	lid Go	od bles	ss you	r life	today:	
3	MEN	 																	V	Vas yo	ur he	 eart u	vith G	God to	day?	 Wby	or wh	ny not:	?
RESC) LU	ΓΙΟΝ	 		••••••													Wha	et is a	pract	ical s	tep yo	u can	ı take	to im	prove	tome	orrow:	
***************************************	• • • • • •			•••••		•••••			*****		• • • • • •	• • • • • • •	N	ОТЕ	S	*****		*******		• • • • • •	•••••		• • • • • • •				• • • • • • •		•
										٠																	٠	٠	
	•	•			•																						٠		٠
									٠											٠	٠	٠	٠			٠			
									٠																٠	٠			
																•	٠	•	•						•	•		•	۰