



Missionário  
*sempre!*



## Promessa missionária

---

Jesus Cristo, que disseste aos seus discípulos:  
*«Ide por todo o mundo e proclamai o Evangelho»*  
acolhe o oferecimento que neste dia  
quero fazer como prova do meu grande amor por ti,  
e como resposta ao chamado de tantas almas que  
esperam a sua mensagem de salvação.

Prometo participar das missões  
de evangelização da Semana Santa do  
próximo ano.

Levar um familiar ou um amigo e aumentar  
assim o número de apóstolos  
da nova evangelização  
a qual o Papa nos chamou.

Peço à Santíssima Virgem de Guadalupe  
e a São Paulo Apóstolo  
que me ajude a alcançar as graças necessárias  
para cumprir fielmente  
este compromisso que livremente  
acabo de assumir diante de nosso Senhor  
Jesus Cristo.

## Oração do missionário



Pai, me chamastes para continuar a obra que o seu Filho Jesus inaugurou: Anunciar o Reino.

Junto com os profetas quero gritar:  
Veja, Senhor, sou apenas uma criança  
que não sabe falar.

Estou aqui para cumprir sua vontade e proclamar  
para todos que Tu é o Deus do amor.

Tu, Senhor, conheces bem toda minha vida, minhas  
dúvidas, fragilidades e meus passos vacilantes.

Não posso presumir nada.

Apenas quero propagar as maravilhas  
que fizestes desde o início, por nós,  
os homens.

Senhor, faça com que na minha comunidade cristã  
o seu nome seja proclamado e invocado;  
que os pais exerçam a responsabilidade de  
educadores na fé;

que os evangelizadores confirmem na fé  
nossos irmãos que Tu, Senhor, colocas no  
nosso caminho.

Façamos isso com profundidade  
e vivências evangélicas.

Senhor, que o seu Santo Espírito faça com que  
escutem minha palavra e fecunde os seus  
corações com a simplicidade de Maria.



“A missão de Cristo Redentor, confiada à Igreja, ainda está longe de se cumprir... Um olhar global à humanidade revela que esta missão ainda encontra-se no início e, portanto, devemos nos comprometer com todas as nossas energias ao seu serviço. É o Espírito Santo quem nos impulsiona a anunciar as Grandes obras de Deus: «Anunciar o Evangelho não é título de glória para mim; pelo contrário, é uma necessidade que me foi imposta: Ai de mim se eu não anunciar o Evangelho!» (I Cor 9, 16)”.

Sua Santidade João Paulo II, Carta Encíclica  
Redemptoris Missio



“Todos nós somos chamados,  
é nosso dever evangelizar,  
e esta missão frontal,  
comum para todos os cristãos,  
deve constituir um verdadeiro  
“estímulo” cotidiano  
e uma solicitude constante  
de nossa vida...”

*«A missão renova a Igreja,  
fortalece a fé e a identidade cristã,  
dá um novo entusiasmo e novas motivações.*

*A fé se fortalece dando-a!»*

Sua Santidade João Paulo II, Carta Encíclica,  
Redemptoris Missio, n, 2”.



## João Paulo II

Mensagem da jornada mundial das missões de 1991

Hoje, mais do que nunca, Cristo precisa de apóstolos convencidos, evangelizadores que queiram se colocar sem reservas à disposição desta grande missão da Igreja da qual todos os cristãos estão chamados.

Diante da grandiosa missão que temos pela frente não podemos permanecer indiferentes ou passivos. A única resposta válida é a de se colocar a caminho, de seguir evangelizando apesar do cansaço e de qualquer dificuldade externa ou interna que possa surgir. A missão evangelizadora não pode parar enquanto tiver um só homem que ainda não conheça Cristo ou que não o aceite em seu coração.

Você, missionário de Juventude e Família Missionária, é uma esperança viva da Igreja, como testemunha e artífice da sua missão universal e também um sinal crível e visível do amor de Deus, que chamou a todos nós.

Você pode levar Cristo ao mundo e ao coração das pessoas que encontrar no seu caminho!



Você pode trabalhar pela Nova Evangelização tão desejada pelo Papa João Paulo II, pode multiplicar as pessoas comprometidas com ela, você pode evangelizar o seu próprio ambiente.

Não é possível só ficar contemplando tudo o que foi realizado até agora. É preciso olhar adiante, para o futuro, para os desafios que a situação atual da Igreja e dos homens do nosso tempo apresenta.

Você pode continuar dando seu tempo ao grande trabalho da Nova Evangelização... só assim, poderemos construir uma civilização de justiça.



## A espiritualidade de um missionário

---

Os missionários colocam a base de todo empenho e trabalho apostólicos em cinco grandes amores: o amor a Jesus Cristo, a Maria, a Igreja, ao Papa e aos Pastores da Igreja e o amor às almas.

Estes grandes amores, vividos com autenticidade, constituem as linhas fundamentais da pregação e do apostolado dos missionários de Juventude Missionária.

### Amor a Cristo

- Os missionários contemplam na pessoa de Jesus Cristo o Filho de Deus, Deus e homem verdadeiro. Fazem d'Ele o centro e o ideal de sua vida, o modelo em que devem se transformar e a meta de realização humana e cristã.
- Para os missionários o amor a Cristo consiste fundamentalmente na amizade com Ele,



no cumprimento amoroso dos seus mandamentos e na vivência do Evangelho, especialmente em tudo aquilo que se refere à caridade fraterna e ao mandamento missionário: «Ide por todo o mundo e pregai o Evangelho» (Mc 16, 15).

- O desejo de possuir um coração apaixonado e amado de Cristo leva os missionários a buscar o conhecimento e a intimidade com Ele, principalmente na vida de oração e na profunda vivência dos sacramentos, meios privilegiados de graça.
- Este amor a Cristo também leva os missionários à identificação com o pensamento, sentimentos e a vontade de Cristo, a atuação na vida prática dos ideais e os mandamentos do Evangelho com espírito de abnegação e de luta. Os missionários devem estar conscientes de que a santidade e a transformação em Cristo são ideais que dão sentido e plenitude a toda uma vida e devem reconhecer que são dons de Deus adquiridos com a oração e com a perseverança no esforço.



- Como meios privilegiados para esta imitação de Jesus Cristo, os missionários se esforçam principalmente em imitar Cristo pobre, casto e obediente, no seu próprio estado e condição de vida e fazem com que o sacrifício da sua própria entrega seja fecundo e também redentor de almas na vivência dedicada da caridade e no serviço às almas, especialmente dos mais necessitados.
- Os missionários sabem que a missão é uma vocação ao apostolado que por ele sua vida é introduzida no movimento que de Deus vai para Cristo e de Cristo à humanidade. Por isso, o único caminho de santidade é fazer de Cristo o centro, o critério e o modelo de vida. Isto faz com que imitem a Cristo no seu ponto mais característico: o desejo de glorificar ao Pai e o amor pelas almas.
- Crescer no amor a Deus e a Jesus Cristo é o primeiro dos mandamentos e constitui a medula espinhal da vida de cada missionário como cristão e como apóstolo; amar a Deus com todo o coração, com toda a alma, com toda a mente, com todas as forças.



## Amor a Maria

- O amor à Maria, à Mãe de Deus e à Rainha dos apóstolos, é o distintivo de todo verdadeiro apóstolo missionário de Juventude e Família Missionária.
- Os missionários amam à Santíssima Virgem com um amor terno e filial, imitando-a nas suas virtudes, especialmente a caridade, a humildade, a pureza e a obediência, pedindo o fervor e a perseverança no esforço de santificação e invocando sua ajuda como Mãe.
- Os missionários vivem este amor à Maria não como uma manifestação de sentimentalismo, mas como imitação das virtudes daquela mulher que soube dizer «sim» à vontade de Deus e soube manter esse «sim» durante toda sua vida.
- Este amor à Maria leva todos os missionários a aceitar, acolher, buscar a vontade de Deus com alegria em sua própria vida, é um estímulo para dedicar suas forças e talentos para que todos os



homens encontrem também no cumprimento da vontade de Deus o caminho da própria realização humana e cristã.

- Os missionários manifestam seu amor e devoção à Maria mediante a prática de alguns atos de piedade mariana ajudando cada dia mais na formação das virtudes da «cheia de graça» (Lc 1, 28). Recorrem sempre com confiança à Mãe da Igreja, encomendando a Ela todos os trabalhos e necessidades, e especialmente o anúncio da mensagem evangélica.
- Os missionários buscam fomentar o amor à Santíssima Virgem como um dos meios mais privilegiados e eficazes para que as almas se aproximem de Jesus Cristo da plena comunhão com Ele.



## Amor ao Papa e aos Pastores

- Todos os missionários buscam amar com devoção e respeito filial o Papa, Vigário de Cristo, sucessor de Pedro e cabeça visível da Igreja.
- Trabalham a virtude da fé, sabendo e acreditando na prática que o Romano Pontífice, Vigário de Cristo na terra, goza da especial assistência do Espírito Santo. Por isso, é dado total acatamento e obediência amorosa a todas suas normas e desígnios como vindos do próprio Jesus Cristo.
- Manifestam o seu amor a pessoa do Romano Pontífice, estudando os documentos da Santa Sé e defendendo nobremente sua pessoa e sua missão diante daqueles que por ignorância ou não, desacreditem dele ou de sua obra.
- Veneram com espírito de fé os Bispos que ensinam em comunhão com o Romano Pontífice, como Sucessores dos Apóstolos e testemunhas da verdade Divina e Católica.



## Amor à Igreja e às almas

- Os missionários esforçam-se em amar a Igreja com o mesmo amor com que Cristo a ama colaborando generosamente na sua missão de estender o Reino de Cristo. Para isso, dedicam seu tempo e fazem render seus talentos com eficácia de modo que através dos seus apóstolos Jesus Cristo seja conhecido e amado pelo maior número de pessoas possível.
- Amam apaixonadamente a Igreja, continuadora da missão de Cristo e princípio do seu Reino na terra. Esforçam-se em ser membros ativos e operantes no seu seio. Entregam-se a ela com espírito de serviço e vivem profundamente a consciência da sua missão dentro dela.
- Valorizam todo o amor que Cristo tem para com cada alma e a seu exemplo não medem nenhum esforço nem sacrifício a fim de ganhar almas para a causa do Reino, estando dispostos a dar a vida pela salvação de uma só alma.



- Os missionários entendem que é impossível amar a Cristo e não amar os homens. Por isso, buscam fazer com que o amor a Cristo se concretize em uma entrega real e abnegada ao serviço dos irmãos, sempre sabendo que a maior caridade é levar os homens ao conhecimento de Deus e à plena comunhão com Ele.



## A mística de um missionário

- O missionário busca conhecer Jesus Cristo e as verdades da fé católica cada dia mais e melhor, para assim amá-los mais e poder defendê-los fazendo com que sejam conhecidos com crescente ardor.
- O missionário é um homem apaixonado pela salvação das almas. Sua preocupação dominante é a extensão do Reino de Cristo, levando a mensagem evangélica ao maior número possível de pessoas através dos meios mais eficazes, pregando-o a todos aqueles que encontrar no seu caminho.
- O missionário é portador da mensagem de Cristo, a única Boa Nova, que sacia a sede de esperança e felicidade pelas quais os homens aspiram. Por isso, é um elo indispensável na cadeia redentora de Cristo estando disposto a dar a vida pela missão encomendada.
- Sente a missão que Deus lhe confia como parte do seu ser e como aquilo que dá sentido a sua vida, por isso em todo momento, circunstância e lugar, é um apóstolo aproveitando toda ocasião para levar



adiante o trabalho da evangelização. É o apóstolo tomado e concentrado na missão, que sabe orientar tudo para o anúncio do Reino de Deus.

- O missionário é o homem-líder: um guia para os seus irmãos, o pastor que conhece as pessoas com quem trabalha, convence, conquista, entrega-se por elas; cristão autêntico, sobrenatural em suas aspirações, organizador, eficaz no seu trabalho, forte de espírito, lutador infatigável e responsável no cumprimento dos seus compromissos; homem que faz uso dos meios mais eficazes para anunciar o Evangelho e a salvação a todos os homens.
- É consciente de que o tempo para cumprir a missão é curto e a única coisa que conta nesta vida é o que se faz por Deus e pelos homens esforçando-se com um sentido de urgência inconstante em realizar o trabalho confiado.
- É zeloso promotor de novos apóstolos que querem fazer parte da nova evangelização. Cada missionário conquista pelo menos um novo missionário por ano.



- O missionário é um homem de oração e busca crescer sempre em santidade, não como um estado de tranqüilidade e bem-estar espiritual, mas como o caminho para uma maior entrega e fecundidade apostólicas, consciente de que as graças recebidas de Deus não são somente para o próprio proveito, ao contrário, para o de todos os homens, pois «Deus quer que todos os homens se salvem e cheguem ao pleno conhecimento da verdade» (I Tm 2,4), que é Cristo.
- Portanto, está sempre cheio de iniciativas, de grandes projetos e realizações efetivas. O conformismo, o espírito de comodidade, a preguiça, a fuga do sacrifício e da abnegação não têm sentido num verdadeiro apóstolo de Juventude Missionária que está chamado a colaborar com Jesus Cristo no anúncio do seu Reino com verdadeira paixão, sabendo que «a vida é curta e se vive apenas uma vez».
- Para o missionário a luta pela extensão do Reino de Cristo tem uma característica particular: a militância,



que nasce da urgência de anunciar o Reino de Deus a todos os homens que não o conhecem ou não o aceitam. Este espírito leva-o a fazer uma entrega total, plena, com audácia e intrepidez, sem medir esforços, dificuldades ou obstáculos. Dando seu sangue e toda sua vida para conseguir que o maior número de pessoas alcance a salvação em Cristo Jesus.

- O missionário é o homem convencido da missão, trabalha com método, disciplina e um desejo de superação constante; é o apóstolo que sabe aproveitar o tempo nas tarefas pendentes, organizando-se com um programa, uma agenda e um calendário.
- O missionário fundamenta sua fé na Ressurreição de Cristo. Acredita que Deus triunfará através do seu trabalho apesar das poucas qualidades e muitas deficiências sabendo que onde há debilidade, pobreza, fé e amor é onde a força de Deus mais se mostra.



- O testemunho de alegria deve ser um dos argumentos mais convincentes de que vale a pena acreditar e confiar em Cristo. Deve ser uma alegria nascida da paz da alma onde Deus se faz presente, da descoberta da mão providente e amorosa do Pai em sua própria vida, da satisfação que a entrega generosa produz aos outros; uma alegria vivida em meio à dor e aos fracassos humanos, sabendo que Deus nunca nos abandona.
- O missionário é consciente que a fé é o que dá valor a vida, aos sofrimentos, às dificuldades, em tudo; e que sem ela a vida é triste e a felicidade é impossível; por isto, o missionário é dedicado no trabalho de cuidar da fé católica dos seus irmãos como o tesouro mais precioso e luta para aumentar a fé na sua própria vida.
- O missionário é magnânimo, pois tem um grande coração onde há lugar para todo o mundo, se preocupa pelas necessidades, misérias e dores dos homens. Sente a Igreja, o mundo e a vida dos demais como terra fecunda do próprio trabalho. Seu espírito



está sempre à altura da missão encomendada. Tem grandes aspirações e desejos de luta, de entrega e de amar.

- O missionário é tenaz, forte e perseverante. O missionário é tenaz para não desistir do esforço; forte para combater sem cair até o final; perseverante para não se deixar vencer pela injustiça e inconstância.
- O missionário é realista; pois, vê com clareza a situação real do lugar a ser evangelizado. É consciente das próprias possibilidades e limitações, e também dos fatores externos e internos que influenciam seu apostolado. Sabe que os grandes edifícios são feitos de pequenas pedras. Sabe unir o realismo com uma grande confiança em Deus e uma visão sobrenatural.
- O missionário está atento às oportunidades e não perde nenhuma oportunidade para fazer o bem e difundir a mensagem de Cristo. Tem a mentalidade do vendedor que aproveita qualquer ocasião para oferecer seus produtos. Sabe que a oportunidade de estender o Reino pode ser apresentada a qualquer



instante e a qualquer momento pode «roubar» o céu para os homens.

- O missionário é sobrenatural em suas aspirações. Não basta-lhe a visão humana da realidade. Sabe perceber a presença misteriosa de Deus que o convida sempre a se lançar além daquilo que parecia humanamente aconselhável. Empreende obras de envergadura com base na convicção de que Deus lhe dará as graças para realizá-las. Suas aspirações e critérios não são os deste mundo, são os do Evangelho.



Você pode evangelizar através:

## Da oração

- A oração deve acompanhar o caminho e a obra dos missionários para que a graça divina faça fecundo o anúncio do Evangelho. A oração tudo alcança! A oração pode mudar o mundo.

## Do sacrifício:

- O sacrifício aceito com fé e sofrido junto a Cristo, tem valor salvífico. Todo aquele que sofre no espírito e no corpo pode chegar a ser missionário, é oferecido com Jesus ao Pai, os próprios sofrimentos.

## Do testemunho:

- O testemunho de vida cristã é uma pregação silenciosa, mas eficaz da palavra de Deus. Os homens de hoje, aparentemente indiferentes à busca de Deus,



experimentam na realidade sua necessidade e sentem-se atraídos e impressionados pelos santos que revelam Deus com a sua própria vida. Nunca se esqueça: “As palavras convencem, mas o testemunho arrasta”.

### Da ação apostólica:

- A ação apostólica realizada com generosidade e espírito de doação.



Você poderá escolher uma ou mais sugestões para evangelizar:

### Oração

#### a. Pela manhã

- Oferecer o dia a Deus, rezando um Pai Nosso, uma Ave Maria e o oferecimento de obras.
- Se possível, meditar por 10 minutos algum texto do Evangelho.
- Se possível, fazer uma visita à Eucaristia e pedir pelas necessidades da Igreja, do Santo Padre e dos jovens.

#### b. À tarde

- Rezar um mistério do Santo Rosário ou o Rosário completo e oferecê-lo:
  - **Segunda-feira:** por todos os enfermos e por aqueles que sofrem.
  - **Terça-feira:** por todos os que não conhecem Deus.
  - **Quarta-feira:** pelas almas do purgatório.



- **Quinta-feira:** pela Igreja, pelo Papa, pelos sacerdotes e almas consagradas.
- **Sexta-feira:** pela paz no mundo.
- **Sábado:** pelas famílias e crianças do mundo inteiro.
- **Domingo:** pelos jovens.

### c. À noite

- Agradecimento e balanço do dia, observando como posso agradecer a Deus e ver o que devo melhorar no dia seguinte.

## Sacrifícios

### Durante o dia

- Deixar de comer algo que gosto e oferecer pelos que passam fome.
- Controlar meu caráter.
- Vencer a moleza para cumprir minhas responsabilidades e oferecer a Deus pelos que sofrem.
- Levantar de manhã e oferecer o sacrifício pelos pobres.



- Evitar pensamentos impuros.
- Dar o melhor de mim e evitar o conformismo e a mediocridade.
- Não desperdiçar alimentos e comer até aquilo que não gosto, oferecendo a Deus pelas necessidades da Igreja.
- Ser obediente.
- Cumprir os compromissos adquiridos.

## Testemunho

### Durante o dia

- Ser paciente com todos.
- Dizer somente a verdade... não dizer mentiras.
- Obedecer às autoridades e não ter atos corruptos.
- Ser otimista e contagiar os outros com espírito positivo.
- Controlar meu caráter.
- Escutar os outros e não impor minhas idéias.
- Evitar pensamentos impuros.
- Não reclamar.
- Perdoar quem me ofendeu, machucou ou humilhou.



- Pedir perdão aos que ofendi, machuquei ou humilhei.
- Sorrir para todas as pessoas.
- Evitar qualquer tipo de discussão.
- Falar bem dos outros e evitar a crítica.
- Defender a Igreja quando for atacada.
- Ajudar alguém com necessidades.
- Escutar os outros, sem interrompê-los enquanto falam.
- Reconhecer minhas próprias limitações e valorizar o que tenho.
- Propor a felicidade do outro antes que a minha própria felicidade.
- Tolerar quem não me agrada.
- Tratar todos com apreço, respeito, bondade e simplicidade.



## Apostolado

### Durante o dia

- Oferecer ajuda em minha casa com os afazeres do lar.
- Ser serviçal com os outros, ajudando e colaborando.
- Buscar fazer aquilo que agrada os outros.
- Escutar aqueles que precisam ser escutados.
- Demonstrar carinho e agradecimento aos meus pais.
- Chamar por telefone um familiar ou amigo para cumprimentá-lo e saber como está.
- Comprometer-me num apostolado concreto.



## Evangélizar no final de semana

---

Além das sugestões diárias:

### Oração

#### Domingo

- Ir à missa, levar sempre minha família, namorado(a) e amigos, ser sempre pontual.
- Prestar atenção na missa. Evitar as distrações e fazer da Eucaristia um verdadeiro encontro com Cristo.
- Comungar com fervor, agradecendo a Deus pelo maravilhoso dom da Eucaristia.
- Confessar, pelo menos uma vez ao mês.

### Sacrifícios

#### Durante o dia

- Arrumar o quarto.
- Deixar de ver um programa de TV preferido e oferecer a Deus esse sacrifício pela paz do mundo.
- Deixar de comer aquilo que tenho vontade, oferecer a Deus esse sacrifício pelo Papa.



## Testemunho

### Durante o dia

- Não participarei de fofocas e conversas que critiquem os outros.
- Evitarei o excesso de bebidas alcoólicas.
- Não consumirei drogas.
- Respeitarei meu namorado(a).
- Vestirei com dignidade.

## Apostolado

### Durante o fim de semana

- Visitar algum doente.
- Conviver um momento com minha família.
- Fazer minha doação na missa dominical.
- Falar para alguém do amor de Deus.
- Participar de alguma missão de evangelização de fim de semana com minha equipe de missões.



## Evangelizar nas férias

### FERIADO DE SEMANA SANTA

Além de todas as sugestões, você pode fazer também:

#### Oração

##### Dias santos:

- Participar dos acontecimentos da Semana Santa.
- Orar em família.
- Estar bem perto de Jesus e acompanhá-lo na sua dor e ressurreição.
- Acompanhar a Santíssima Virgem Maria na sua dor.
- Sexta e Sábado Santo, visitá-la na Igreja.
- Visitar Cristo na Eucaristia.
- Reunir minha família na Sexta-feira Santa e rezar com ela a Via Sacra para acompanhar Cristo no caminho para o Calvário.



## Sacrifícios

### Durante o dia:

- Cuidarei para viver com fervor e recolhimento a Semana Santa.
- Não sairei para festas na Quinta, Sexta e no Sábado Santo, em respeito a Cristo Crucificado.
- Respeitarei o jejum e a abstinência na Sexta-feira Santa.
- Evitarei a ociosidade.

## Testemunho

### Durante do dia

- Quando estiver em algum lugar turístico farei com que os outros se lembrem do verdadeiro sentido da Semana Santa com o meu testemunho.



## Apostolado

- Participar da Mega Missão de Semana Santa com minha equipe de missões.
- Organizar um rosário vivente com minha família.
- Levar minha família, amigos e namorado(a) para os acontecimentos da Semana Santa.
- Organizar uma Via Sacra com minha família e amigos.

## FÉRIAS DE JULHO

Além das sugestões, você poderá também:

- Comprometer-se com algum apostolado.
- Organizar seu guarda-roupa, separar aquilo que não usa mais e doar para alguém que precise.
- Participar das missões.
- Ir à missa durante a semana.
- Assistir TV com moderação.
- Evitar a preguiça.
- Ler um livro que possa enriquecer sua vida espiritual.



- Visitar diariamente Cristo na Eucaristia.
- Comportar com dignidade nas festas.
- Evitar o consumo excessivo de bebidas alcoólicas.
- Não consumir drogas. Respeitar meu namorado(a).
- Vestir com dignidade em todo momento.

## FÉRIAS DE NATAL

Além das sugestões diárias, você pode também:

- Organizar seu guarda-roupa, separar aquilo que não usa mais e doar para alguém que precise.
- Participar das missões de Natal.
- Ir à missa durante a semana.
- Assistir TV com moderação.
- Evitar a preguiça.
- Ler um livro que possa enriquecer sua vida espiritual.
- Visitar diariamente Cristo na Eucaristia.
- Arrecadar brinquedos com seus familiares e amigos e doá-los às crianças pobres.
- Arrumar um presépio.



- Fazer uma reflexão em família nos dias 24 e 25 de dezembro sobre o nascimento de Jesus e colocar o Menino Jesus no presépio.
- Transmitir para os outros o dom da Encarnação de Deus.
- Ir à missa com toda a família do dia 25 de dezembro e no dia 1 de janeiro.
- Comportar com dignidade nas festas.
- Evitar o consumo excessivo de bebidas alcoólicas.
- Não consumir drogas. Respeitar meu namorado(a).
- Vestir com dignidade em todo momento.

# Notas





## Notas

---

# Notas



