Acto de Contrición

Dios mío, con todo mi corazón me arrepiento de todo el mal que he hecho
y de todo el bueno que he dejado de hacer.
Al pecar, te he ofendido a ti, que eres el Supremo Bien y digno de ser amado sobre todas las cosas.
Propongo firmemente, con la ayuda de tu gracia, hacer penitencia, no volver a pecar y huir de las ocasiones de pecado.
Señor, por los méritos de la pasión de nuestro Salvador, Jesucristo, apiádate de mí.

(*Rito de la Penitencia, España*)

Cómo Confesarse

Entras el confesionario (o el saloncito de Reconciliación), te pones de rodillas o te sientas y haces la Señal de la Cruz diciendo: En el nombre del Padre y del Hijo y del Espíritu Santo. Amén.

El padre pudiera decir: "Ave Maria Purísimo" y tu respuesta es: "Sin pecado concebida."

El padre te pregunta: "¿Cuándo fue su última confesión?"

El padre te invitará a confesarte. Ese es el momento en que puedes confesar tus pecados.

Cuando has cumplido con tu confesión, el padre puede aconsejarte brevemente, y te dará una penitencia. Frecuentemente esta penitencia consiste en algunas oraciones u obras caritativas.

El padre te pedirá recitar el Acto de Contrición. Esta forma se puede hallar al otro lado de esta tarjeta.

El padre dice una oración y en nombre del Señor Jesucristo te absuelve de tus pecados confesados.

¡Es todo! El padre va a despedirte con una oración de agradecimiento, alegría y paz. Cuando tú salgas del confesionario, harás tu penitencia lo más pronto posible y disfruta el sentido de ser sanado, limpiado y elevado.

Adaptado del *Rito de la Penitencia*
Por un penitente

www.johnpaul2center.org