

**Prayer of the Penitent
(An Act of Contrition)**

My God,
I am sorry for my sins
with all my heart.
In choosing to do wrong
and failing to do good,
I have sinned against you
whom I should love
above all things.
I firmly intend, with your help,
to do penance, to sin no more,
and to avoid
whatever leads me to sin.
Our Savior Jesus Christ
suffered and died for us.
In his name, my God, have mercy.

**Oración del Penitente
(Un Acto de Contrición)**

Dios mío,
me arrepiento de todo corazón
de todo lo malo que he hecho
y de lo bueno
que he dejado de hacer,
porque pecando te he ofendido a ti,
que eres el sumo bien
y digno de ser amado
sobre todas las cosas.
Propongo firmemente, con tu gracia,
cumplir la penitencia,
no volver a pecar
y evitar las ocasiones de pecado.
Perdóname, Señor,
por los méritos de la pasión
de nuestro Salvador Jesucristo.