

## Tuto pénitence

### Acte de contrition :

**Mon Dieu, j'ai un très grand regret** de vous avoir offensé parce que vous êtes infiniment bon, infiniment aimable, et que le péché vous déplaît.

Je prends la ferme résolution, avec le secours de votre sainte grâce de ne plus vous offenser et de faire pénitence.

### Prière d'action de grâce :

Gloire à toi, Jésus Christ mon Seigneur. Tu es mort pour moi sur la croix et tu es ressuscité des morts pour me réconcilier avec le Père. Je te remercie de ce pardon que tu m'as donné. Tu m'as libéré. Aujourd'hui je m'engage à changer ma vie. Je désire éviter tout ce qui mène au mal. Soutiens-moi dans ma faiblesse, aide-moi à vaincre les tentations et à ne plus t'offenser.

Marie, Mère de Dieu et tous les saints du ciel, priez pour moi.

Amen.

