

## **Text dokonalej ľútosti**

Úkon kajúcnosti môže byť urobený mnohými spôsobmi, podľa pocitov každého kajúcnika. Veľmi známy je aj tento: "Pane a Bože môj, z celého srdca ľutujem všetky svoje hriechy a v nenávisti ich mám, nie len preto, že zhrešiac zaslúžil som si od Teba spravodlivý trest, ale predovšetkým preto, že som urazil Teba, najvyššie Dobro, hodné byť nadovšetko milované. A preto si pevne zaumieňujem, že s pomocou Tvojej milosti viac nezhreším a blízkym príležitosťiam k hriechu sa budem vyhýbať.  
Amen"