

## ~ Traditional Catholic Prayers ~

### **Sign of the Cross**

In the name of the Father  
and of the Son  
and of the Holy Spirit.  
Amen.

### **Our Father (Lord's Prayer)**

Our Father who art in heaven,  
hallowed be thy name.  
Thy kingdom come.  
Thy will be done on earth, as it is in heaven.  
Give us this day our daily bread,  
and forgive us our trespasses,  
as we forgive those who trespass against us,  
and lead us not into temptation,  
but deliver us from evil.

### **Hail Mary**

Hail, Mary, full of grace,  
the Lord is with thee.  
Blessed art thou among women  
and blessed is the fruit of thy womb, Jesus.  
Holy Mary, Mother of God,  
pray for us sinners,  
now and at the hour of our death. Amen.

### **Glory Be**

Glory be to the Father  
and to the Son  
and to the Holy Spirit,  
as it was in the beginning  
is now, and ever shall be  
world without end. Amen.

### **Act of Contrition**

O my God, I am heartily sorry for having offended Thee, and I detest all my sins because of thy just punishments, but most of all because they offend Thee, my God, who art all good and deserving of all my love. I firmly resolve with the help of Thy grace to sin no more and to avoid the near occasion of sin. Amen.

## ~ Oraciones Tradicionales Católicas ~

### **Señal de la Cruz**

En el nombre del Padre,  
y del Hijo,  
y del Espíritu Santo.  
Amén.

### **Padre Nuestro**

Padre nuestro que estás en el cielo,  
santificado sea tu Nombre;  
venga a nosotros tu reino;  
hágase tu voluntad,  
en la tierra como en el cielo.  
Danos hoy nuestro pan de cada día;  
perdona nuestras ofensas,  
como también nosotros perdonamos  
a los que nos ofenden;  
no nos dejes caer en la tentación,  
y líbranos del mal. Amén.

### **Ave María**

Dios te salve, María, llena eres de gracia;  
el Señor es contigo.  
Bendita Tú eres entre todas las mujeres,  
y bendito es el fruto de tu vientre, Jesús.  
Santa María, Madre de Dios,  
ruega por nosotros, pecadores,  
ahora y en la hora de nuestra muerte. Amén.

### **Gloria al Padre**

Gloria al Padre,  
y al Hijo,  
y al Espíritu Santo.  
Como era en el principio,  
ahora y siempre,  
por los siglos de los siglos. Amén.

### **Acto de Contrición**

Dios mío, me arrepiento de todo corazón de todos mis pecados y los aborrezco, porque al pecar, no sólo merezco las penas establecidas por ti justamente, sino principalmente porque te ofendí, a ti sumo Bien y digno de amor por encima de todas las cosas. Por eso propongo firmemente, con ayuda de tu gracia, no pecar más en adelante y huir de toda ocasión de pecado. Amén.

### **The Nicene Creed**

I believe in one God, the Father almighty, maker of heaven and earth, of all things visible and invisible.

I believe in one Lord Jesus Christ, the Only Begotten Son of God, born of the Father before all ages. God from God, Light from Light, true God from true God, begotten, not made, consubstantial with the Father; through him all things were made. For us men and for our salvation he came down from heaven, and by the Holy Spirit was incarnate of the Virgin Mary, and became man.

For our sake he was crucified under Pontius Pilate, he suffered death and was buried, and rose again on the third day in accordance with the Scriptures.

He ascended into heaven and is seated at the right hand of the Father. He will come again in glory to judge the living and the dead and his kingdom will have no end.

I believe in the Holy Spirit, the Lord, the giver of life, who proceeds from the Father and the Son, who with the Father and the Son is adored and glorified, who has spoken through the prophets.

I believe in one, holy, catholic and apostolic Church.

I confess one Baptism for the forgiveness of sins and I look forward to the resurrection of the dead and the life of the world to come. Amen.

### **El Credo (Credo de Nicea-Constantinopla)**

Creo en un solo Dios, Padre Todopoderoso, Creador del cielo y de la tierra, de todo lo visible y lo invisible.

Creo en un solo Señor, Jesucristo, Hijo único de Dios, nacido del Padre antes de todos los siglos: Dios de Dios, Luz de Luz, Dios verdadero de Dios verdadero, engendrado, no creado, de la misma naturaleza del Padre, por quien todo fue hecho; que por nosotros, los hombres, y por nuestra salvación bajó del cielo, y por obra del Espíritu Santo se encarnó de María, la Virgen, y se hizo hombre;

y por nuestra causa fue crucificado en tiempos de Poncio Pilato; padeció y fue sepultado, y resucitó al tercer día, según las Escrituras, y subió al cielo, y está sentado a la derecha del Padre; y de nuevo vendrá con gloria para juzgar a vivos y muertos, y su reino no tendrá fin.

Creo en el Espíritu Santo, Señor y dador de vida, que procede del Padre y del Hijo, que con el Padre y el Hijo recibe una misma adoración y gloria, y que habló por los profetas.

Creo en la Iglesia, que es una, santa, católica y apostólica.

Confieso que hay un solo Bautismo para el perdón de los pecados. Espero la resurrección de los muertos y la vida del mundo futuro. Amén.

## **~ Traditions/Teachings of the Catholic Church You Should Know ~**

### **Seven Sacraments**

Baptism  
Eucharist  
Reconciliation  
Confirmation  
Marriage  
Holy Orders  
Anointing of the Sick

### **Ten Commandments**

1. I am the Lord your God: you shall not have strange Gods before me.
2. You shall not take the name of the Lord your God in vain.
3. Remember to keep holy the Lord's Day.
4. Honor your father and your mother.
5. You shall not kill.
6. You shall not commit adultery.
7. You shall not steal.
8. You shall not bear false witness against your neighbor.
9. You shall not covet your neighbor's spouse.
10. You shall not covet your neighbor's goods.

## **~ Tradiciones / Enseñanzas de la Iglesia Católica que deberías saber ~**

### **Siete Sacramentos**

Bautismo  
Eucaristía  
Confesión/Penitencia  
Confirmación  
Matrimonio  
Orden Sacerdotal  
Unción de los enfermos

### **Diez Mandamientos**

1. Amarás a Dios sobre todas las cosas.
2. No tomarás el nombre de Dios en vano.
3. Santificarás las fiestas.
4. Honrarás a tu padre y tu madre.
5. No matarás.
6. No cometerás actos impuros.
7. No robarás.
8. No dirás falso testimonio ni mentirás.
9. No consentirás pensamientos ni deseos impuros.
10. No codiciarás los bienes ajenos.