

de marcher, de vous asseoir, de vous tenir debout, dans toute votre personne, et dans toutes vos habitudes extérieures rien qui ne convienne à la sainteté de votre âme et à l'édification que vous devez au prochain. Saint Ambroise ajoute que tout cela doit se faire sans affectation, sans artifice, sans y apporter trop de soin.

Enfin, n'oublions pas que la modestie est fondée sur la pensée de la présence de Dieu. *Dominus prope est*, le Seigneur est proche, disait l'apôtre, et voilà pourquoi il faut que votre modestie éclate aux yeux de tous les hommes. Soyez donc modestes, filles de l'Immaculée-Conception, vous avez à y gagner sous tous les rapports.

CHAPITRE V.

Sur le Luxe et les Parures.

Deux plaies nous dévorent, nous ruinent et menacent de nous conduire dans tous les malheurs. Ces deux plaies, ou plutôt ces deux fléaux, ce sont l'usage immodéré des boissons fortes et le luxe, l'amour excessif des parures. Où allons-nous, filles chrétiennes, où allons-nous ? Jetez un regard sur ce qui se passe autour de nous ! Voyez les jeunes hommes, les pères de famille ! grand Dieu ! C'est peut-être un père, un frère, un parent qui vit dans un