

**Méthode facile pour faire l'heure
d'Adoration
devant le T. S. Sacrement.**

On divise l'heure en quatre parties.

A chaque quart d'heure on honore Notre-Seigneur par une des quatre fins du Sacrifice qui sont le résumé parfait de toute la religion, savoir: l'Adoration, l'Action de grâces, la Propitiation et la Supplication.

ACTE PRÉPARATOIRE.

O mon Dieu, je vous crois ici substantiellement présent dans le Sacrement de votre amour. Que vous êtes bon, Seigneur, Jésus, de me permettre de m'approcher de votre divine personne et de passer une heure sainte à vos pieds!—Recueille-toi, ô mon âme! Garde bien tes sens; chasse les distractions et les préoccupations, et sache écouter le divin Roi caché, mais vivant dans l'adorable Hostie. O Esprit-Saint, éclairez mon esprit, échauffez mon cœur! O Vierge immaculée, sainte Mère de Jésus et ma si douce Mère, prêtez-moi votre cœur pour aimer votre divin Fils! Mon bon Ange gardien, veillez sur moi! Mon saint Patron, priez pour moi!

Un instant s'arrêter, former une intention spéciale et offrir l'indulgence pour les âmes du Purgatoire.