

il porte en lui le germe, le malade s'abstient de beaucoup de choses qu'il prendrait sans inconvénient s'il était en santé. Il sait que ces privations sont pour lui une condition de vie. Ainsi fait le chrétien pénitent ; il s'abstient de mille choses agréables, qui compromettraient sa vie spirituelle en fournissant un aliment excessif à sa vie corporelle. Il arrive par là à dominer sa nature trop inclinée du côté du bien être, et ce régime profite à la fois au corps et à l'âme : au corps, que l'excès de nourriture alourdit et qu'une diète raisonnable rend mieux portant, à l'âme qui, au lieu de se plier aux instincts inférieurs de la chair, apprend à les dominer et même à leur faire opposition.

*Mentem elevas*, l'élévation de l'âme, dans la mesure où elle se dégage de la servitude du corps et se rapproche de Dieu. Ce rapprochement est une ascension dont la prière est le moyen. Le Carême est un temps de prière. " Ecoutez, très bon Créateur, les prières que nous répandons avec nos larmes pendant cette quarantaine ", nous fait chanter l'Eglise aux vêpres de ce temps. Il s'agit en effet de restaurer en nous la vie surnaturelle. A cette restauration, le concours de la grâce divine est essentiel et cette grâce n'est accordée qu'à celui qui la demande avec instance et confiance.

*Virtutem largiris*, le don de la force surnaturelle, de la vertu sous toutes ses formes. Cette vertu n'est pas donnée toute faite ; elle est le fruit de deux causes concordantes, la grâce de Dieu et l'effort de l'homme. Quand ces deux causes entrent en action, le vice disparaît et cède la place à la vertu ; les bonnes habitudes succèdent aux mauvaises, la ferveur à la tiédeur, la vie vraiment chrétienne à la vie d'indifférence et de négligence. Le Carême devient ainsi une véritable retraite, dans laquelle l'âme se retrempe, pour en sortir meilleure, plus généreuse et plus ferme.

*Et præmia*, les mérites en ce monde, la récompense en l'autre. Tous les efforts, tous les sacrifices sont comptés par la justice de Dieu. Ils servent à satisfaire pour les fautes passées et à gagner la récompense de l'avenir. Il serait inexact de les considérer comme une réserve dans laquelle on puisera à son gré pour compenser les fautes futures, comme si la pénitence quadragésimale constituait une autorisation de reprendre la vie défectueuse d'autrefois. Mais, en considération des efforts faits pendant le Carême,