

jusqu'à Pâques, excepté les Dimanches ; le premier repas se prend à onze heures ou onze heures et demie, selon les jours : le second, fixé à 6 heures du soir, n'est pas proprement un repas, c'est une simple collation fort légère, plus propre quelquefois à aiguïser l'appétit qu'à le satisfaire. Pendant le reste de l'année, l'abstinence est la même, mais le jeûne s'observe seulement le vendredi et certains jours prévus par les règlements, lesquels reviennent assez fréquemment. Beaucoup d'autres exercices de pénitence sont familiers et presque journaliers aux Religieuses qui, cependant conservent une bonne santé, pour l'ordinaire, et soutiennent pendant de longues années quelquefois 40 ou 50 ans, l'entière observance de ces jeûnes et de ces abstinences. Elles les pratiquent aussi facilement en Canada qu'en France, sans que la rigueur du climat les oblige à rien relâcher ou omettre.

Les jeunes canadiennes, admises, parmi elles, s'habituent sans difficulté à ce régime sévère : elles sont étonnées du bien-être physique qu'elles éprouvent au Carmel, et s'affectionnent chaque jour davantage à la pratique des vertus austères qu'elles y trouvent en vigueur. Ces chères enfants comprennent qu'une grande mission est confiée à leur zèle, celle de prier, de souffrir, de s'immoler pour leurs frères : elles voudraient pouvoir payer devant Dieu la dette immense que tant de pauvres âmes ont contractée envers sa justice et contrebalancer, par la pratique des plus héroïques vertus, le nombre presque infini de péchés énormes, qui se commettent chaque jour, contre son adorable Majesté.

Pour réparer le luxe, la recherche excessive des aïses et du bien-être, elles aiment à se faire pauvres,