

Évitez de l'humeur les inégalités,
Et d'un juste milieu les deux extrémités :
Sans faire l'esprit fort, sans être trop crédule,
Ayez un esprit juste et libre de scrupule.

Faut-il prendre parti pour quelque sentiment ?
Évitez la rigueur et le relâchement ;
Fidèle à tous les points de la foi Catholique,
D'une saine morale embrassez la pratique.

Calmez vos passions, et vivez sobrement ;
En jouant ne cherchez que le délassement :
Regardez certains Jeux, le Cabaret, la Danse,
Comme un funeste écueil où périt l'innocence.

Mortifiez les sens de votre corps mortel,
Domptez de votre cœur le penchant criminel :
Veillez, priez toujours, comptez peu sur vos forces ;
Parez de l'ennemi les plus faibles amorces.

Jugez de chaque chose avec un bon esprit ;
Défiez-vous du vôtre au moment qu'il s'aigrit :
Ne vous troublez jamais d'avoir fait quelque chute ;
Mais pleurant vos péchés, évitez la rechute.

Ne précipitez rien, soyez toujours discret,
Ne vous vantez jamais, gardez votre secret :
Fuyez surtout l'orgueil, l'avarice et l'ivresse,
L'ire, l'impureté, l'envie et la paresse.

Évitez constamment jusqu'au moindre péché ;
De tout Être créé soyez bien détaché :
 Craignez l'hypocrisie et la fausse justice,
Les appas dangereux, l'ombre même du vice.

Des modes de ce Siècle et du respect humain,
Ne regardez les Lois qu'avec un grand dédain ;
A l'Évangile seul conformez votre vie,
Et que de votre exemple un chacun s'édifie,

Si votre dignité n'exige un certain rang,
Cédez le premier pas au petit comme au grand :
Gardez-vous d'affecter un air de suffisance,
Et de suivre au Palais un droit de préférence;