

amour ! Pendant le cours de l'heure, ils tâchent de penser un peu plus souvent à Notre-Seigneur, font au moins *un acte d'amour*, et, s'ils le peuvent, un *léger sacrifice*. Mais aucune prière, aucune méthode, aucun exercice spécial n'est prescrit ou exigé.

N'apportant ainsi ni interruption ni dérangement dans les occupations ordinaires, mais s'excitant seulement à remplir, avec toute la perfection possible, le *devoir actuel*, imposé à chacun, ce saint exercice se trouve, par là même, accessible à tous. L'expérience a démontré qu'on ne le pratique pas longtemps sans en recueillir bientôt les fruits les plus précieux, et sans éprouver la salutaire influence qu'il répand sur les autres instants de la journée. Comment en effet celui, qui pendant une heure, s'est tenu en la présence du Seigneur Jésus, s'efforçant de lui prouver son amour, tantôt par une effusion du cœur, tantôt par un acte de dévoue-