

plaies, sa mort . . . Pardonnez—nous, ô Esprit-Saint, touchez mon cœur et par votre onction divine procurez à mon âme la grâce et le bonheur de pleurer mes péchés! . . .

PRATIQUE.—Faire des actes de contrition, de ferme propos et d'amour.—S'unir au Cœur de Jésus et faire une amende honorable.

PRIERE.—Le Ps. 50: *Miserere mei, Deus.* et ajouter : *fois Parce, Domine, parce populo tuo; ne in æternum irascaris nobis.*

ORAISON JACULATOIRE.—O mon Jésus, miséricorde!

• VERTUS. — Humilité, mortification, amour pénitent.

LECTURES.—*Imitation de Jésus-Christ*, liv. Ier, ch. II, XXII. Liv. III, ch. XXX, LV, Liv. IV, ch. VII, IX.

4e quart d'heure — ACTE DE SUPPLICATION

O mon Dieu, avec confiance je m'approche de votre trône de grâce et de miséricorde et je vous prie de m'accorder les grâces dont j'ai si grand besoin dans l'ordre naturel et dans l'ordre surnaturel. O divin Jésus, accordez-moi la grâce d'une vie bien chrétienne, la force de briser mes passions et la persévérance finale qui doit m'introduire au ciel: surtout, Seigneur, donnez-moi la grâce d'une foi vive et d'un amour fort généreux et désintéressé pour vous