

tion de jeûner tous les jours du Carême, excepté les dimanches.

Les jours de jeûne on ne doit prendre qu'un seul repas principal, auquel il est permis d'ajouter une légère collation. A cette légère collation, qui est généralement le repas du soir, il est permis de prendre huit onces de nourriture, à part le thé, le café, l'eau, et les autres liquides, qui ne comptent pas avec les huit onces. Il est aussi permis, le matin, de prendre deux onces de pain, avec une tasse de thé, de café ou de chocolat. On peut intervertir l'ordre, s'il est plus commode de prendre le repas principal le soir, et la collation le midi.

Dans le Carême, aux jours où le gras est permis, il est défendu de faire usage de poisson ou d'huîtres et de viande au même repas.

D'après l'indult du 7 juillet 1844, permission est accordée, pour tous les jours d'abstinence dans l'année, de substituer la graisse ou le saindoux au beurre ou à l'huile, dans la friture, la cuisson ou la préparation des aliments maigres; mais cette permission ne comporte pas celle de manger de la soupe grasse.

Il est certain que ceux qui sont en âge de jeûner commettent un péché mortel lorsqu'ils ne jeûnent pas chacun des jours qui sont marqués pour être des jours de jeûne, et qu'ils réitèrent ce péché autant de fois qu'ils manquent au jeûne, à moins qu'ils n'en soient excusés par une cause légitime; et que c'est violer la loi du jeûne que de faire de la collation un repas entier.

Bien qu'ils n'y soient pas tenus, le jeûne peut être pratiqué, en tout ou en partie, par ceux qui ont moins de 21 ans ou plus de 60, quand ils ont assez de force pour le faire, la mortification chrétienne étant un devoir de religion qui oblige à tout âge.

Sont dispensés du jeûne ceux qui n'ont pas encore 21 ans ou qui ont plus de 60 ans, les nourrices, les femmes enceintes, les convalescents, les valétudinaires; ceux à qui l'infirmité, la caducité, la débilité ou un travail rude et pénible ne permettent pas de le faire; ceux encore qui sont obligés de faire de longs et pénibles voyages; enfin ceux qui ne peuvent jeûner sans altérer notablement leur santé ou qui, en jeûnant, ne peuvent s'acquitter de leur emploi. Si on craint de s'abuser, si on doute, on doit dans ce cas consulter son confesseur.

Les jours du Carême, où par dispense, on peut manger gras, sont: les dimanches, excepté celui des Rameaux; les lundis, mardis et jeudis, excepté le jeudi qui suit le mercredi des Cen-