# DEUXIÈME PARTIE.

## DE LA BIENSÉANCE DANS LES ACTIONS COMMUNES ET ORDINAIRES.

### CHAPITRE I.

#### Du Lever et du Coucher.

Prolonger son sommeil au-delà de la nécessité, c'est s'exposer à contracter l habitude d'une vie molle, sensuelle, et s'exposer à tous les dangers qui peuvent en être la suite ; d'ailleurs l'homme, en quelque condition qu'il se trouve, doit se souvenir qu'il est né pour le travail, et que la lumière du jour ne reparaît que pour l'y appeler.

Environ sept heures de repos suffisent au délassement du corps, à moins qu'on n'ait été obligé de se livrer à un travail excessif.

Il faut donc se faire à soi-même une loi de se lever de grand matin, et d'y accoutumer les enfants dès qu'ils commencent à se former, s'ils n'ont point d'infirmités qui s'y opposent.

La première chose que l'on doit faire en s'éveillant, c'est de donner son cœur à Dieu par un acte d'amour, et le prier intérieurement avec foi et humilité.

Il faut ensuite sortir du lit avec la modestie convenable, mais surtout ne jamais y rester à tenir des conversations, ou vaquer à d'autres affaires sans nécessité ou incommodité.

Dès que les enfants sont levés et habillés on doit leur faire réciter, à genoux autant que cela se peut, les prières qui sont en usage, leur faisant observer que rien ne doit jamais dispenser un chrétien d'un devoir aussi saint et aussi essentiel. Il serait de la dernière indécence de souffrir que les enfants adressassent leurs prières au Seigneur tandis qu'on les habille ; ce n'est pas le mouvement des lèvres mais celui du cœur que Dieu demande de nous, et la grande idée que nous devons tous avoir de son infinie majesté, est la règle inva-