

dure, c'est-à-dire sur une paillasse faite en forme de matelas. On prend son repos non dans un dortoir commun, mais dans des cellules ou alcoves séparés.

REPAS.— Les jeûnes et les privations étaient très en honneur chez les anciens moines. Saint Benoit a fixé lui-même des heures qui paraissent bien tardives aux estomacs modernes, on a dû faire sur ce point quelques concessions à notre faiblesse. Le repas principal n'est jamais retardé au delà de midi, même en carême. Selon la saison, le soir on sert le souper ou simple collation. Il est permis de donner quelque chose, le matin, à ceux qui en ont besoin. Les jeunes gens au-dessous de 21 ans ont droit à des adoucissements que la Règle elle-même a prévus.

Le Saint Siège en approuvant les Constitutions a lui-même dans sa sagesse, imposé la modification de l'horaire de Saint Benoit pour les repas. En diminuant les jeûnes et les privations que les santés ne peuvent plus supporter aujourd'hui avec autant de rigueur qu'autrefois, il a voulu ouvrir l'entrée de notre Ordre à un plus grand nombre d'âmes qui ressentent pour lui un doux et puissant attrait.

La nourriture commune consiste en légumes de toute sorte, fruits, laitage, fromage. On peut servir des œufs, en communauté, mais comme plat supplémentaire, accordé à des besoins particuliers. On assaisonne les aliments soit à l'huile, soit au beurre. La Règle permet l'usage de la viande aux malades, aux santés faibles et à tous ceux qui en ont besoin pour réparer leurs forces. Comme boisson, on sert celle en usage dans la Contrée et qui paraît la plus économique en même temps que la plus hygiénique.

VIE COMMUNE — L'austérité de la vie Cistercienne consiste surtout dans la fidélité aux exercices communs. Les pénitences ou macérations corporelles sont choses secondaires permises ou imposées avec la plus grande discrétion. Essentiellement monastique cette vie s'attache aux pratiques et aux vertus solides. Et tout en laissant le champ libre à la piété individuelle bien inspirée, elle n'admet en communauté qu'avec réserve et sobriété les exercices de dévotions d'origine moderne.

SILENCE — Un des moyens de pénitence et de mortification imposé par la Règle c'est le silence perpétuelle. Ce silence revêt un caractère particulier chez nous puisqu'il supprime l'u-