

les occasions. Mais en dehors des occasions prochaines il y a des manières de vivre ou de faire qui portent avec elles certains dangers. Quiconque veut sincèrement être chaste les évitera avec le plus grand soin. Deux surtout sont à craindre : l'oisiveté et la bonne chère. Si l'oisiveté enseigne le vice, le travail apprend la vertu. Soyez donc toujours occupés : le démon ne pourra jamais vous tenter. Au travail, joignez la tempérance. *Ne vous plongez pas dans le vin*, dit l'apôtre ; *c'est là que se trouve la luxure*. (Eph. v, 18.)

Malgré votre zèle à fuir les occasions, les tentations involontaires viendront vous assaillir. La vigilance exige que vous résistiez *au début même de l'attaque*. Ceci est très important. "Le triomphe est facile, dit l'*Imitation de Jésus-Christ*, si l'on résiste au démon dès qu'il se présente. Mais on s'affaiblit, si l'on met à le repousser du retard ou de la langueur." (*Lib. I, ch. XIII, 5*) "Le démon impur, dit saint Isidore, est comme le serpent : si vous lui laissez passer la tête, le reste suivra."

Enfin, si vous voulez avoir la force nécessaire pour fuir l'occasion et repousser la tentation, prenez l'habitude de vous mortifier. Se mortifier, c'est refuser à ses sens quelques-unes des choses permises, afin d'être plus fort quand il s'agit de leur refuser les choses défendues. Ne croyez pas que la mortification soit pour le chrétien chose facultative ! Jésus n'a cessé de nous la prêcher par ses leçons et par ses exemples. Vous n'êtes pas plus parfait que saint Paul. Eh bien ! saint Paul se croyait obligé, pour ne pas tomber en enfer, de châtier son corps et de le réduire en servitude (I Cor. ix, 27.).

A la vigilance, il faut joindre la *prière*. C'est le second moyen à employer pour fuir l'impureté. Réduit à ses seules forces, l'homme ne peut absolument pas demeurer pur. C'est l'enseignement même de l'Écriture : "*Impossible d'être chaste, si Dieu n'en donne la grâce*." (Sagesse : vii.). Mais, d'un autre côté, Dieu veut que nous obtenions régulièrement sa grâce par la prière. Si donc, vous voulez être chastes, priez, tous les jours. Priez surtout quand vient la tentation. Employez en ce moment les prières dont l'expérience des saints nous a révélé la spéciale efficacité : celles à Jésus crucifié et à Marie immaculée.

Par la prière, il ne faut pas seulement entendre ici les demandes qu'on adresse à Dieu, mais encore la réception des Sacrements de Pénitence et d'Eucharistie. Ces deux Sacrements sont