selle. Pour ne pas vous exposer à une précipitation sans dignité, vous direz les diverses parties de l'Office aux heures fixes ; vous ne commencerez jamais cette prière sans avoir pris au moins quelques instants pour recueillir votre foi, redresser vos intentions et secouer la poussière des agitations terrestres.

f) Vous apporterez une grande exactitude à vous acquitter des autres exercices de piété consacrés par les traditions sacerdotales, moyens précieux pour entretenir la vie intérieure qui, faute de cet aliment, s'affaiblirait progressivement et pourrait finir par disparaître.

Parmi les exhortations de saint Paul à son bien-aimé disciple, il y a celle-ci : *Attende lectioni*, tout d'abord à la lecture des Livres saints, puis à la lecture des livres spirituels, aux vies des saints qui prêchent la sainteté tant par les leçons qu'ils contiennent que par les exemples qu'ils proposent à notre imitation.

La lecture spirituelle est l'aliment de l'âme parce qu'elle lui inspire de saintes pensées, de pieux désirs, de vives impulsions au bien.

Un bon livre nous éclaire, nous exhorte ; c'est un discret moniteur qui nous reprend en secret et sans nous blesser ; c'est un ami aimé et dont on ne peut soupçonner l'impartialité, ni accuser la fidélité et la sincérité. Il nous dit la vérité sans faiblesse comme sans flatterie.

Un bon livre édifie. Au contact des grandes âmes telles que sont toutes les âmes des saints, nous nous sentons bon gré mal gré animés à faire quelques efforts pour les imiter, encore que ce soit de loin.

C'est la lecture d'une sainte et belle page qui a fait de saint Augustin une lumière de l'Eglise ; c'est la lecture du Livre par excellence, de la sainte Ecriture, qui a conduit saint Justin à la foi et au martyre ; c'est la lecture des ouvrages de Cassien qui a préparé saint Dominique au bon combat dont le midi