

incommodes qu'elles affectent de prendre évidemment sans mauvaise intention.

Qu'on lise bien les recommandations que voici :

1. Tenez la tête droite, rejetée légèrement en arrière. Nous disons *légèrement*, car il y en a qui la rejettent tellement en arrière, qu'ils semblent vouloir se dérober à l'atteinte du prêtre.

2. Ouvrez bien la bouche et sortez la langue assez pour que l'hostie toute entière, et non pas seulement une partie, puisse y trouver place, afin que le prêtre n'ait qu'à la déposer, sans être contraint de l'introduire péniblement dans la bouche.

3. Ne tendez pas la langue dans le vide et, défaut opposé, ne la faites pas descendre nerveusement jusqu'au menton. Non, appuyez-la doucement, sans nervosité, sur la lèvre inférieure. Alors, si vous avez la tête convenablement placée, votre langue sera quasi horizontale et, de la sorte, bien disposée pour recevoir commodément la sainte hostie.

4. Quand celle-ci est déposée, évitez de retirer brusquement la langue et de fermer la bouche au risque de happer le ponce du prêtre et de l'humecter de votre salive. Outre les inconvénients pour les voisins du point de vue de l'hygiène, il en résulte une incommodité pour le prêtre, car au ponce humide s'attachent ensuite les autres hosties.

5. Au moment de recevoir la communion, soyez recueilli, baissez les yeux, oui, mais pas au point d'être sourd et aveugle quand le prêtre approche pour vous donner la communion. Ainsi, vous saurez le moment précis où il faut tendre la langue. Vous n'aurez pas à attendre et... lui non plus.

6. Ne vous mettez pas la bouche et le nez dans la nappe de communion; elle n'est pas destinée à cet usage.

7. Tenez la nappe à une faible distance de votre menton, disposée non en cône ou en mamelon, mais de manière à ce qu'elle puisse recevoir les parcelles qui tombent et, parfois, l'hostie elle-même, au cas où il se produirait un accident.