

Je le veux, j'en fais la promesse; jamais je ne toucherai à la boisson. Je fuirai les buveurs et les endroits où l'on est exposé à boire et à contracter de mauvaises habitudes. Je refuserai la boisson que l'on m'offrira. Sobre, honnête et fier je serai toute ma vie !

Sainte Vierge Marie, Saint-Jean Baptiste, recevez ma promesse, aidez-moi à y demeurer fidèle toute ma vie !

Jésus, abreuvé de fiel et de vinaigre, ayez pitié de moi !!

LA CIGARETTE.

Vous avez renoncé aux liqueurs alcooliques, enfant, parce que votre intérêt l'exige; pour le même motif, renoncez à l'usage du tabac, et particulièrement de la cigarette, aussi longtemps que vous ne serez pas homme.

Vous croyez que fumer la cigarette vous donne l'air d'un homme? Loin de là, cette funeste habitude vous empêche de devenir un homme, sain de corps et d'esprit.

Le tabac, à cause de la nicotine qu'il

contient, est un poison.

Il agit sur le système nerveux et provoque des troubles graves.