



*5 mars 1876*

## **Comment suppléer au jeûne pour sanctifier le carême**

Mes chères filles,

Il est à propos qu'on nous ait lu la règle de la mortification au moment où nous entrons dans le Carême. Il résulte de nos occupations, du travail à des fatigues de l'enseignement, que peu parmi nous peuvent observer tout le Carême. Il n'y a rien à faire à cela. Nous ne pouvons pas jeûner, mais nous devons y suppléer par d'autres pratiques, car enfin, le Carême est toujours *le jour favorable, le jour du salut*<sup>1</sup>. Que chacune d'entre vous cherche donc au-dedans d'elle-même ce qu'elle pourra faire pour remplacer les jeûnes qu'elle n'observe pas, les prescriptions de l'Église qu'elle ne suit pas entièrement.

Autrefois, M<sup>gr</sup> de la Bouillerie nous avait conseillé de faire plus fréquemment le chemin de la croix, de puiser plus souvent dans le trésor des souffrances de notre Seigneur afin que, dans une union plus étroite avec Jésus crucifié, dans une compassion plus tendre, dans une dévotion plus grande à ses douleurs, nous trouvions ce qui manque à notre propre pénitence.

J'ajoute que l'on pourrait s'imposer beaucoup de petites privations, sans nuire à la santé. Pour cela, j'aimerais bien que chacune d'entre vous fit une petite note qu'elle soumettrait à celle qui la dirige, afin de lui demander conseil sur ce qu'elle peut et doit faire à cet égard. Je vous indique une mortification assez légère : la privation volontaire de sucre au déjeuner. On peut se l'imposer pour remplacer le jeûne. Je ne dis pas qu'il faut le faire – pour quelques-unes, cela pourrait être nuisible à la santé – mais je dis qu'on peut le faire. Une autre mortification excellente est d'avoir toujours une très bonne tenue, d'éviter de se toucher la figure, de ne se permettre aucun laisser-aller.

En un mot, examinez quelles sont les petites choses dans lesquelles vous pouvez chacune faire consister votre pénitence de Carême. Ici, retenir une parole. Là, retrancher une petite curiosité, une petite satisfaction naturelle. Veiller davantage à garder en tout la modestie religieuse. Prendre en patience toutes les contrariétés. Supporter sans se plaindre toutes les difficultés d'humeurs, de caractères. Je vous assure, mes chères filles,

---

1. 2 Co 6, 2.

que si, pendant ce Carême, on supprimait toute plainte, ce serait plus utile à l'âme que si l'on retranchait le bouillon et le peu de viande que nous prenons le soir.

Cherchez donc ce que vous pouvez faire pour offrir à Dieu un petit tribut de mortifications et de sacrifices, afin que, par une prière plus continuelle, par une union plus étroite avec notre Seigneur, ce Carême soit pour toutes le *jour favorable, et le jour du salut* ; mais ne le décidez pas sans conseil, parce que sans nul doute plusieurs dépasseraient la mesure.