

Résolution pour l'année : *Quare tristis incedo dum affligit me inimicus* (Ps 42 2).

Examen particulier : éloigner toute inquiétude.

Examen hebdomadaire : deux ou trois roupillons. Panique du 29. Papier peint.

Confession générale quand le temps est compté

Messe dominicale.
Actes solitaires ou non.
Adultères ; liaisons.
Conversations ; lectures ; regards ; rêveries.
Tenues immodestes.
Scandales.
Sacrilèges.
Vols, fraudes.
Mensonges.
Colères ; coups. Excès dans le boire et le manger.
Paresse.

- *In cunctis rerum angustiis, hoc cogita : « Dominus est ». Et Deus erit tibi adiutor fortis.*
- *Force d'âme.*
- *Ne souffrons pas que notre esprit s'agite ni s'inquiète pour quelque chose que ce soit. Vous discernerez les pensées que vous devez entretenir ou bannir, par la confiance ou la défiance en la miséricorde de Dieu. Si elles vous parlent d'augmenter toujours de plus en plus cette amoureuse confiance, vous devez les recevoir comme des messagères du ciel, en faire vos entretiens et vos délices. Mais vous devez bannir et rejeter comme des inspirations du démon celles qui tendront à vous donner de la défiance.*
- *Delectare in Domino et dabit tibi petitiones cordis tui. Revela Domino viam tuam, et spera in eum, et ipse faciet* (Ps 36 4-5 Vg).
- *Ubi enim seipsum aliquis quaerit, ibi ab amore cadit.*
- *L'espérance, l'espérance toujours, l'espérance quand même.*
- *Mandata ejus gravia non sunt* (1 Jn 5 3).
- *Non sitiet iterum* (cf. Jn 4 13).
- *In caritate perpetua dilexi te* (Jr 31 3).
- *Exsultent et laetentur in te omnes qui quaerunt te, et dicant semper : magnificetur Dominus, qui diligunt salutare tuum* (Ps 39 17 Vg).
- *Dicite justo quoniam bene* (Is 3 10).
- *Fruere Deo tuo* (Imit.). [*Imitation de Jésus-Christ*]
- *Laetamini in Domino et exsultate justi, et gloriamini omnes recti corde* (Ps 31 11).