

29 Juillet  
Ste Marthe, Patronne  
des cuisinières, des maîtresses de maison

**Adhère, aujourd'hui,  
Au réel  
A travers toutes tes actions,  
Sans jugement,  
Surtout sans condamnation,  
Sans justification.  
Ne donne pas en toi  
Le pouvoir au mental  
Mais à la conscience d'être.  
Tu n'es pas uniquement  
La continuation d'hier.  
Pourtant, demain est, en partie,  
La prolongation du maintenant.**