

# Souffle sain pour vent toxique (1)

[blog souffle](#)

En ce temps où personnellement j'ai du mal à faire jaillir une créativité et où, au contraire, je n'arrive qu'à écouter l'invisible en moi, j'ai tendance à faire jaillir ce qui existe, ce qui est présent depuis longtemps déjà. Ce sont des lectures saines qui n'ont rien de particulier, et c'est pour cela qu'elles sont saines.

Erit Baret écrit dans "De l'abandon":

"Être agressé est votre cadeau pour ne pas vous endormir. C'est facile de se croire tranquille, de faire du yoga, d'être sage. Mais soudainement, on vous agresse, on vous déteste, on vous hait. Cela vous permet de vous éveiller à votre résonance. Cela déclenche-t-il en vous l'amour? la haine?... Vous découvrez votre propre fonctionnement. C'est cela le yoga. Ce n'est pas de rester assis comme un piquet, mais d'observer comment on fait face à l'instant. Vous découvrirez que les agressions sont les cadeaux les plus profonds de la vie, car plus on vous agresse, plus votre maturité se développe. Les vies sans agression sont des vies misérables - et heureusement cela n'existe pas. Soyez disponible, n'essayez pas d'arranger les choses, de moins réagir, d'être plus sage. Ressentez votre folie lorsque vous êtes mis en question. Prenez votre émotion comme objet de contemplation, d'étude, avec affection et patience. Ne rien attendre, ne rien demander, tout se fait."

From:

<http://www.lavoiesix.com/> - **la voie six**

Permanent link:

[http://www.lavoiesix.com/billets/2021/1207souffle\\_sain\\_pour\\_vent\\_toxique\\_1](http://www.lavoiesix.com/billets/2021/1207souffle_sain_pour_vent_toxique_1)

Last update: **08/12/2021 07:04**

