

Anne Givaudan

Pratiques esséniennes
pour une nouvelle Terre

ÉDITIONS S.O.I.S.

Introduction

Lorsque les êtres de Lumière avec lesquels je suis en contact m'ont proposé de mettre à disposition du plus grand nombre des éléments qui pourraient aider :

à retrouver un sens à la vie
et à élever le niveau vibratoire de chacun
et par conséquent de la terre,

j'ai pensé aux Esséniens dont le sens de l'harmonie permettait de vivre les moments les plus difficiles avec le maximum de sérénité.

Cependant, loin de moi l'idée de recréer un mouvement essénien des temps modernes.

Le principe essénien n'a guère besoin de robe blanche en lin. Notre époque demande à réveiller un principe intérieur qui vit en chacun de nous. C'est de cela dont nous avons besoin aujourd'hui.

Je vous propose donc ce petit livre – d'autres suivront, ainsi que des CD –, afin que vous ayez à votre disposition des outils simples mais d'une efficacité certaine dont l'objectif premier sera de nous reconnecter avec nous-mêmes.



• Objectifs

Nombreux sont ceux et celles qui me demandent les rituels et les méditations pratiqués à l'époque des Esséniens, maîtres dans l'art de gérer les situations les plus complexes avec Amour et Sérénité.

Il est tout à fait clair qu'aujourd'hui, beaucoup d'entre nous ont cette sensation désagréable de se trouver dans une impasse dont ils ne savent comment sortir.

Depuis des décennies, nous nous sommes, en tant qu'humains, coupés de tout ce qui nous permettrait de nous régénérer ou tout simplement de vivre harmonieusement et dans l'instant.

Nous survivons comme nous le pouvons dans notre bulle séparatrice qui nous a éloignés de tous les règnes visibles et invisibles, de la Terre et d'ailleurs.

Nous n'avons plus de contact avec les êtres de la Nature dont nous avons même oublié l'existence. Nous nous servons des animaux et nous épuisons la Terre tout en cherchant la Santé et la jeunesse éternelle.

Le Cosmos sourit devant tant de naïveté de notre part mais nous, nous sentons une chape de plomb peser sur nos épaules, tout en sachant qu'il nous suffirait de peu pour nous en libérer.

Toute Libération ne peut être qu'intérieure, nous en sommes conscients; voilà pourquoi nous sommes aujourd'hui prêts à l'étape suivante: celle de la concrétisation de ce que nous avons appris et espérons-le, compris!

Plusieurs questions se posent cependant :

- Les rituels sont-ils encore nécessaires à notre époque?

- En quoi peuvent-ils nous aider?

- Que nous apportent-ils que nous n'ayons déjà?

- N'est-ce pas là un retour en arrière?

Voilà de nombreuses interrogations qui nous préoccupent sans que toutefois nous puissions y apporter de réponse définitive.

Chacun d'entre nous diverge, de par son éducation, ses croyances, ses formes-pensées, à tel point qu'il n'est pas pensable d'établir de règles immuables, définitives.

Je dirais qu'aujourd'hui de nombreux « rituels » ont perdu de leur force et ne sont plus adaptés à notre époque, notamment parce qu'une grande majorité de ceux qui les pratiquent ont partiellement oublié le sens des gestes et des paroles

qui sont à la base de ces cérémonies d'autrefois. Cet « autrefois » est tellement lointain que nous en avons même oublié la trace et ne pouvons reprocher à d'autres de ne plus en avoir le souvenir !

Voilà pourquoi je souhaite ici que le mot « rituel » soit pris dans le sens large d'un lien sacré avec la plus belle partie de nous, d'une reconnaissance des forces qui nous entourent et que nous recontactons lors des moments importants de notre vie.

À travers ce petit livre, je propose au lecteur de retrouver des « rituels » et des « méditations » pratiqués par les Esséniens d'il y a deux mille ans – et cependant toujours d'actualité, je dirais même « futuristes ».

Vous retrouverez quelques rituels et méditations que j'avais consignés dans l'Agenda essénien, ainsi que d'autres éléments qui font de ce livre un « outil pratique » pour notre époque actuelle qui est un moment de transition entre deux mondes.

Il est des lois cosmiques immuables et qui se rient du temps qui passe. Elles ne sont pas soumises aux contingences humaines et le fait d'être en harmonie avec elles n'est pas une histoire du

passé... bien au contraire, il s'agit là de dépoussiérer tout ce qui a été créé par certains humains pour en dominer d'autres, à travers des croyances qui s'avèrent aujourd'hui obsolètes.

Mon objectif est que vous puissiez, à travers la connaissance essénienne, retrouver l'Essence des enseignements à l'aide de pratiques simples qui vous relient non pas à des « vérités » mais plus simplement à la Vie.

L'Être humain a l'art de compliquer son chemin et de le rendre plus lourd que nécessaire. Nous sommes aujourd'hui à un moment d'une extrême importance où nous pouvons retrouver une simplicité qui n'a rien à voir avec la pauvreté ou la naïveté. Il est plus que temps d'aller à l'Essentiel et de débarrasser notre vie de tous les « fatras » accumulés au fil des siècles passés.

La vie humaine est ponctuée de moments forts durant lesquels nous n'avons pas simplement envie de partager un repas mais aussi d'être reliés au niveau de notre âme. Il est d'autres instants où nous avons besoin de faire le point avec nous-mêmes et ce que nous vivons, ou avec ceux qui nous sont proches.

Là encore, une pause pour notre corps, notre âme et notre esprit, s'avère nécessaire.

Dans la vie d'aujourd'hui où tout doit aller de plus en plus vite, et dans laquelle s'agiter semble mériter plus de reconnaissance que de rêver ou d'être simplement présent, les méditations quotidiennes proposées offriront une aide efficace pour se recentrer.

Un conseil : ne faites ces « pratiques » que si vous en avez réellement envie. Il n'y a aucune nécessité à cela et vous n'irez pas en « enfer » si vous n'y souscrivez pas... Il est donc nécessaire que ce soit apaisant, plaisant et que vous sentiez qu'à travers elles, vous vous reconnectez avec une énergie joyeuse et sacrée qui est en vous depuis toujours mais à laquelle nous ne faisons plus assez appel.

Des « rituels » accompagnaient les moments les plus importants de ma vie d'Essénienne d'il y a deux mille ans. Ils sont d'autant plus d'actualité aujourd'hui que nombreux sont ceux qui ne souscrivent plus depuis longtemps à ce que les religions officielles professent, sans vouloir toutefois renoncer à célébrer les grands passages de la vie.

À l'époque essénienne, l'officiant n'avait nullement besoin d'être nommé par une hiérarchie

reconnue. Chacun pouvait célébrer, sans avoir un titre pour cela.

Les Esséniens avaient une attitude bien spécifique par rapport à toute forme de rigidité ou de hiérarchie établie. Ils reconnaissaient un enseignant par la qualité qui se dégageait de son être et non par les titres ou les connaissances qu'il présentait. Seul le cœur était le sésame capable d'ouvrir toutes les portes.

Je vous propose de retrouver cela aujourd'hui, non comme une commémoration d'un passé révolu mais comme une communion avec la Vie!

Puisse ce petit livre vous apporter l'envie d'accomplir certains gestes, non par superstition ni pour gagner une place au ciel, mais simplement pour vous relier aux énergies de tous les règnes de la Terre et d'Ailleurs, et bénéficier ainsi d'une complicité avec toute forme de vie, ce qui est aujourd'hui une nécessité pour notre monde en transformation.

Certains pourront objecter que le nouveau monde n'a pas besoin de « rituels » et que c'est encore déléguer son pouvoir à des instances extérieures. Je répondrai à ceux-là qu'il n'est pas dans mon intention de donner du pouvoir

à qui que ce soit ; cela pèse trop encore sur le monde actuel. Mais il est des moments essentiels dans notre vie, où nous avons l'intense désir d'être reliés à tous ceux que nous aimons, qu'ils appartiennent au monde visible ou invisible. Réunir autour de nous des amis ne leur procure pas un ascendant particulier sur nous, célébrer la vie ou les différentes saisons, ne donne pas un pouvoir aux saisons ni aux êtres de la nature qui y président. Honorer ceux que nous aimons ne nous enlève aucun pouvoir de décision, ni aucune liberté.

Avoir de l'Amour et de la reconnaissance n'a jamais amoindri notre capacité à gérer notre vie par nous-mêmes.

Cessons d'avoir peur de perdre notre autonomie au risque de la voir réellement disparaître, car la peur est l'une des plus grandes prisons qui soit.

« Ce qui n'est pas compris suscite la terreur, le fanatisme ou la dévotion desséchante » — De mémoire d'Essénien*.

Ne soyons pas de ceux-là et ne gardons de chaque grande tradition que ce qui semble nous correspondre encore aujourd'hui.

* Éditions Le Passe-Monde.

