

A photograph of Anne Givaudan, a woman with reddish-brown hair, smiling warmly. She is wearing a vibrant, patterned dress with floral and leaf motifs in shades of orange, red, and black. She stands behind a wooden table where a large, white ceramic vase is filled with a bouquet of colorful flowers, including pink, yellow, and white blooms. The background is softly blurred, showing an indoor setting with greenery.

Les êtres de la nature existent.

Voici comment les retrouver, avec

Anne Givaudan

“

Je me considère
un peu comme
une journaliste
des mondes
subtils. Je vis des
expériences, je les
décris, et après ça
parle ou pas



Une nuit, un être est venu la chercher

Tout a commencé quand Anne a été interpellée une nuit par un être de la nature, entre lutin et elfe, qui souhaitait lui servir de guide. Cette rencontre, directe et inattendue, allait orienter son œuvre.

Journaliste des mondes subtils, elle est là pour témoigner de ce qu'elle observe et expérimente, que les êtres de la nature ont toujours été présents aux côtés de l'humanité. Platon mentionnait, déjà à son époque, un petit être sur son épaule avec lequel il conversait régulièrement.

Anne évoque le Moyen Âge, quand l'Église a commencé à assimiler tout contact avec ces êtres à un pacte diabolique. Ceux qui entendaient des voix, préparaient des élixirs ou

communiquaient avec la nature étaient torturés, brûlés. Alors, la peur s'est installée et les êtres de la nature ont cessé de rejoindre les humains. « *On a perdu le fait de pouvoir les voir et les entendre sans se faire passer pour un fou.* » Cet aveuglement collectif a duré des siècles.

Qui sont-ils, et que font-ils ?

Les êtres de la nature ont chacun une fonction précise en rapport avec la vie terrestre des plantes et des animaux. Les gnomes s'occupent des racines

Vous êtes-vous déjà senti accompagné en vous promenant en forêt, ou inexplicablement apaisé au bord d'une source ? Anne Givaudan, auteure et co-auteure de trente livres traduits dans de nombreux pays, ne croit pas au hasard de ces sensations. Pionnière dans l'exploration des mondes invisibles à une époque où ces sujets n'étaient abordés que dans des cercles restreints, elle a consacré une partie de son œuvre aux êtres de la nature, des entités coexistant avec nous. Tiré d'un atelier dans le Canal de l'âme, voici ce qu'elle nous en dit.

des arbres et des plantes, les elfes travaillent les couleurs et les parfums, les ondines veillent sur l'eau, les êtres du feu gèrent les transformations et les régénérations. Leur efficacité est liée à notre attention. *« Lorsque nous reconnaissons leur existence ils vont davantage être présents, et pour eux, ça leur donne aussi de la force. »* À l'inverse, quand on les ignore, leur énergie s'affaiblit. Cette relation est vivante, réciproque, et demande à être entretenue.

Ces êtres participent également à notre constitution. Avant le vingt-et-unième jour suivant la conception, ils construisent le corps éthérique du fœtus humain. Les êtres de l'eau forment les organes correspondant à l'eau en médecine chinoise, ceux de la terre forment la rate et le pancréas, et ainsi de suite. *« Nous avons tous un peu d'être de la nature en nous »*, ajoute Anne.

Ils ne partagent pas nos émotions ni notre sens du bien et du mal. Les petits êtres peuvent s'amuser de nos contrariétés du matin, faire disparaître nos clés ou nous faire renverser notre café, non par malice, mais par jeu. Ils vivent dans l'instant présent, sans la constance ni la linéarité qui structurent notre rapport au temps. Les fées peuvent vivre très longtemps et ne se réincarnent pas. Il est indispensable de connaître leur loi avant de les approcher.

Reprendre contact, concrètement

Comment renouer avec eux ? Anne conseille de porter notre attention sur la qualité de nos pensées. Les êtres de la nature perçoivent l'émanation de notre aura, ce que nos pensées

et émotions projettent dans l'espace autour de nous. La colère, la rancœur, les jeux de pouvoir forment un écran qui les repousse. Les enfants, dont l'aura est encore pure, les voient et les entendent facilement.

Anne propose trois gestes simples pour les rencontrer.

1. **Demander leur permission avant d'entrer dans un lieu naturel ou sacré.** Avant de pénétrer dans une forêt, un jardin ou tout espace



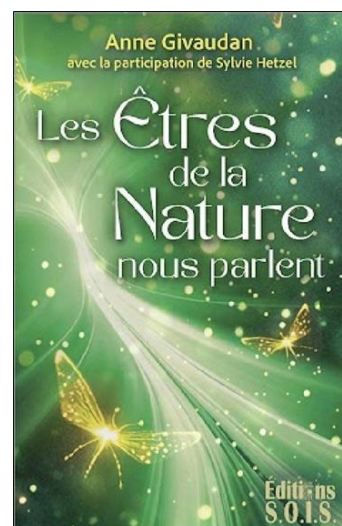
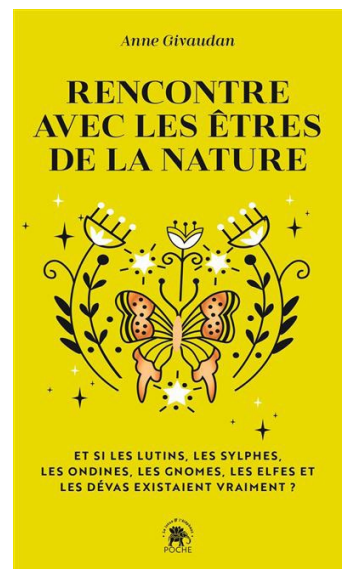
naturel, saluez intérieurement les êtres qui y vivent et demander 'autorisation d'entrer. Le geste de reconnaissance suffit à modifier la qualité de la relation. Pour Anne cette simple conscience change la qualité de la relation.

2. **Mettre de la conscience dans les gestes quotidiens.**

Boire de l'eau en y portant son attention, remercier la terre en y plantant une graine, accueillir notre nourriture avec intention. « *Ce n'est pas compliqué, dit Anne, simplement dire 'je t'accueille'. On n'est pas obligé de faire un cérémonial.* » Cette intention renforce les êtres concernés et ouvre un espace d'échange. Les fondateurs des jardins de Findhorn, en Écosse, l'ont expérimenté et ont obtenu des légumes extraordinaires sur des terres incultes en écoutant les conseils des êtres de la nature.

3. **Observer la qualité de nos pensées.** Observer notre état émotionnel. Est-ce de la colère, de la peur, de la rancœur, ou quelque chose d'apaisé ? Le simple fait de s'en rendre compte est déjà un premier pas. « *Ce qui va nous donner de la force à l'époque actuelle, c'est vraiment la qualité de nos pensées* », dit Anne. Ne plus être au service de son mental, mais faire en sorte que le mental soit à notre service.

Ce contact avec vivant, pour Anne Givaudan est une nécessité et une invitation à co-crée, ensemble. Relié à notre environnement nous pouvons faire des miracles en y mettant un peu de conscience.



Anne Givaudan

Écrivaine, thérapeute et conférencière, Anne Givaudan est l'auteure de plus de trente livres traduits dans de nombreuses langues, dont Rencontres avec les êtres de lumière, Les Enseignements des mondes d'outre-corps ou Les Soins esséniens.

Elle a fait découvrir au grand public la notion de voyage astral et les soins énergétiques inspirés de la tradition essénienne.

Elle partage aujourd'hui ses expériences à travers des stages, des vidéos et des rencontres partout dans le monde, avec un message central : « *Nous ne sommes pas des êtres humains en quête d'expérience spirituelle, mais des êtres spirituels venus vivre l'expérience humaine.* »