

ANNE GIVAUDAN

# Tradizioni essene per una nuova Terra

Edizioni



AMRITA

---

## Ritrovare l'essenza degli insegnamenti

Molti sono coloro che mi chiedono di ridare vita a tradizioni rituali e meditazioni praticate al tempo degli Esseni, maestri nell'arte di gestire anche le situazioni più complesse con amore e serenità.

È chiaro, oggi, che è diffusa la sgradevole sensazione di trovarsi in un vicolo cieco da cui non si sa come uscire, e d'altronde noi esseri umani ci siamo tagliati fuori da soli per decenni da tutto ciò che ci avrebbe permesso di rigenerarci, o anche solo di vivere in armonia e nel momento presente, per cui ora sopravviviamo come possiamo, rinchiusi in una nostra bolla che ci separa dal resto, allontanandoci da tutti i regni visibili e invisibili di questa nostra Terra e di altrove.

Non abbiamo più alcun contatto con gli esseri della Natura, dei quali abbiamo persino dimenticato l'esistenza; sfruttiamo gli animali; facciamo man bassa sulle risorse del pianeta fino a spossarlo, mentre andiamo cercando la salute e l'eterna giovinezza. Il Cosmo sorride di questa nostra ingenuità, e noi continuiamo a tenerci stretta questa pesante cappa di piombo anche quando siamo consapevoli che ci basterebbe poco per liberarcene.

Ma siccome, come ben sappiamo, non vi è liberazione che non sia interiore, ora siamo pronti per il prossi-

mo passo: concretizzare ciò che abbiamo imparato e, si spera, compreso!

Sorgono tuttavia alcuni interrogativi:

- I riti tradizionali sono ancora necessari oggi?
- Di quale utilità possono essere per noi?
- Che cosa possono apportare che non abbiamo già?
- Non sarà come fare un passo indietro?

Tutte domande che ci frullano per il capo senza che si possa davvero trovare una risposta concludente. Ognuno di noi è così diverso, per cultura, convinzioni e forme-pensiero, che è impensabile stabilire norme immutabili, definitive; tuttavia direi che la ragione per cui oggi molti riti hanno perso forza e sono inadeguati ai tempi, è che perlopiù chi li esegue ha dimenticato il significato delle parole e dei gesti su cui, in altri tempi, essi si fondavano.

E questi “altri tempi” sono così lontani da noi che se ne sono smarrite le tracce, per cui non possiamo prendercela se altri ne hanno perduto il ricordo.

Vi invito dunque a considerare il termine “rito” in senso lato: il sacro legame con la parte migliore di noi, il riconoscimento delle forze in cui siamo immersi e con le quali riprendiamo contatto nei momenti importanti della vita.

Ciò che propongo qui, è di riappropriarsi di riti tradizionali e meditazioni che erano praticati dagli Esseni duemila anni fa, ma che hanno mantenuto un’attualità straordinaria, quasi “avveniristica”; alcuni erano stati incorporati nell’*Agenda Essénien*<sup>1</sup>, altri vengono qui consegnati alle pagine di un libro per la prima volta. In ogni caso, sono queste meditazioni e questi riti a rendere il libro che avete in mano uno “strumento” consono a

1 *Agenda del 2009* pubblicata da Editions S.O.I.S. in francese, non tradotta in italiano.

questa nostra epoca di transizione fra due mondi.

Vi sono leggi cosmiche immutabili su cui il passar del tempo non ha alcuna influenza, e che non sono soggette alle contingenze umane: vivere in armonia con esse non andava bene nel passato soltanto... Anzi, per riuscirci anche oggi bisognerà spazzar via certe credenze obsolete e altri costrutti creati di sana pianta da alcuni uomini per dominare gli altri.

Il mio obiettivo è che possiate, attraverso la conoscenza essena, ritrovare l'essenza degli insegnamenti con il sostegno di semplici riti tradizionali in grado di mettervi in contatto non con "delle verità" ma più semplicemente con la Vita.

L'uomo è un artista nel complicarsi l'esistenza, rendendola più pesante del necessario, ma il tempo in cui ci troviamo ora è cruciale per recuperare la semplicità, la quale nulla ha a che fare con la povertà o l'ingenuità. È giunto il momento di andare al nocciolo, sbarazzandoci di tutto il ciarpane accumulato nel corso dei secoli.

La vita umana è scandita da momenti intensi, durante i quali non ci basta più condividere un pasto con l'altro: vogliamo un contatto da anima ad anima. E poi ci sono i momenti in cui abbiamo bisogno di fare il punto su di noi e su ciò che viviamo, o su coloro che ci sono accanto. Anche qui, si rivela necessaria una pausa per corpo, anima e spirito.

In questa nostra esistenza in cui pare che tutto vada sempre più veloce, in cui l'agitazione sembra meritare maggiori riconoscimenti della capacità di sognare o di essere semplicemente presenti, le meditazioni quotidiane che troverete fra queste pagine vi offriranno un efficace sostegno per ricentrarvi.

Un consiglio: fatele solo se ne avete davvero voglia. Non sono inderogabili, e se non le mettete in pratica

non andrete all'“inferno”... Siano dunque qualcosa di rilassante e piacevole, qualcosa che vi farà sentire nuovamente in contatto con l'energia gioiosa e sacra che è in voi da sempre, anche se non fate appello ad essa abbastanza sovente.

I momenti più importanti della mia vita essena, avvenuta duemila anni or sono, erano accompagnati da azioni rituali; oggi, la loro attualità sta nel fatto che moltissime persone non vogliono rinunciare a celebrare i grandi “momenti di passaggio” della vita, anche se non intendono avallare per questo ciò che professano le religioni ufficiali.

Ai tempi degli Esseni, l'officiante non aveva nessun bisogno d'essere nominato da una gerarchia riconosciuta: i riti potevano essere celebrati da chiunque, senza che si dovesse ricoprire un'apposita carica. Gli Esseni avevano infatti un atteggiamento molto chiaro rispetto a qualsiasi forma di rigidità o di gerarchia stabilita, giacché riconoscevano un maestro dalle qualità interiori che ne emanavano, e non dai titoli o dalle conoscenze di cui faceva sfoggio. L'“apriti sesamo” in grado di dischiudere tutte le porte era il cuore soltanto.

È questa la dimensione che vi suggerisco di ritrovare ora, non per commemorare un passato ma per entrare in comunione con la Vita!

Che questo piccolo libro possa far nascere in voi il desiderio di compiere certi gesti non per superstizione o per guadagnarvi un posto in paradiso, ma semplicemente per rientrare in contatto con le energie di tutti i regni di questa Terra e di Altrove, godendo perciò della complicità con ogni altra forma di vita: un vantaggio del quale oggi non possiamo più fare a meno, in questo nostro mondo in via di trasformazione.

A chi dovesse obiettare che il mondo nuovo non sa che farsene dei riti, perché sarebbe come consegnare ancora

una volta il nostro potere ad istanze esterne, rispondo che è ben lungi da me l'idea di rimettere il potere nelle mani di chicchessia, cosa che avviene anche troppo spesso al giorno d'oggi. Ci sono tuttavia momenti essenziali nella nostra vita in cui proviamo l'intenso desiderio di sentirci uniti a tutti coloro che amiamo, indipendentemente dal fatto che essi appartengano al mondo visibile o invisibile, e così come il fatto di riunire gli amici non conferisce loro per questo un particolare ascendente su di noi, celebrare la vita o le stagioni non dà per questo più potere alle stagioni o agli esseri della natura che ad esse presiedono. Onorare chi amiamo non ci toglie alcun potere decisionale, alcuna libertà, e non è mai accaduto che le nostre capacità di autogestione siano state minate dall'essere colmi di amore o riconoscenza.

Smettiamo dunque di temere di perdere l'autonomia, altrimenti corriamo il rischio di vederla sparire sul serio, non essendovi peggior prigionia della paura.

«Ciò che non è compreso suscita il terrore, il fanatismo o una devozione che rende aridi»<sup>2</sup>; e siccome non è questo che vogliamo ci accada, occorre saper conservare di ogni grande tradizione quanto ci sembra essere adeguato ancora oggi.

2 Anne e Daniel Meurois-Givaudan, *L'altro volto di Gesù. Memorie di un esseno*, Amrita, Torino 1986.

---

## Due parole sugli Esseni

Gli Esseni erano già presenti due o tre secoli prima di Cristo, e le basi del loro insegnamento vennero riattivate nei luoghi segreti del tempio sotterraneo e inverso di Luxor, in Egitto.

I princìpi fondamentali che reggevano questa comunità erano addirittura già noti nel continente sommerso di Atlantide, fra i cui grandi governatori si contava colui che sarebbe poi stato conosciuto, 2000 anni fa, con il nome di Gesù. Ma i dati principali riguardo alla salute, fra i quali la longevità e la sacralità di ogni forma di Vita, erano stati tramandati a quella civiltà da esseri che non appartenevano alla Terra.

Gli uomini di Atlantide sapevano che c'era vita sugli altri pianeti, e anzi le comunicazioni con queste forme di vita erano frequenti. Durante le mie esperienze fuori dal corpo, entrando in contatto con esseri di quei pianeti, ho potuto rendermi conto di come gli insegnamenti che riguardavano le terapie erano antichi come la notte dei tempi, e potenti per qualità e profondità olistica.

Gli Esseni onoravano il pianeta Venere che chiamavano “Luna-Sole”, pianeta per cui provavano un affetto particolare. Il venerdì era dunque un giorno favorevole per cominciare un'attività spirituale, o per organizzare una riunione. Non erano tuttavia legati in modo rigido a

dei dogmi, e il loro modo di vivere era improntato all'elasticità e alla capacità di adattamento.

Godevano di una salute e di una longevità poco comuni, a quel tempo, e spesso vivevano lontano dall'agitazione delle città. Erano noti soprattutto per l'arte di utilizzare le piante, e per aver sviluppato eccellenti capacità di rigenerazione. Le chiavi di volta della loro vita erano l'amore e la creatività, e accadeva loro di vivere anche più di centoventi anni, rimanendo in ottima forma su ogni piano: mentale, energetico o fisico.

L'astronomia e la medicina svolgevano un ruolo essenziale nei loro studi, da tutti considerati, all'epoca, di gran lunga superiori alla media.

In questo libro, troverete approfondimenti dei molti modi di cogliere la vita che venivano praticati nelle comunità di Essania.