

A fine novembre la famosa scrittrice e conferenziera francese sarà nel Locarnese

# Anne Givaudan e le «nuove» antiche terapie essene

*Vi è già capitato di vivere un'esperienza fuori dal comune, talmente strana da non riuscire a capirla? E di non osare parlarne con nessuno, per paura di essere considerato pazzo?*

*Questo è ciò che successe diversi anni fa (per la precisione nel 1971) ad Anne Givaudan, allora studentessa universitaria, oggi famosa scrittrice, conferenziera di fama internazionale e insegnante di terapie essene, in una scuola terapeutica da lei fondata. Abbiamo avuto l'occasione di incontrarla personalmente, lo scorso mese di agosto, nella regione della Francia dove risiede e di porle alcune domande. Sappiamo che Anne Givaudan ha ricevuto un invito da Paola Ruggeri (una terapeuta che lavora in Ticino) e che verrà per la prima volta nella Svizzera italiana a fine novembre, per condividere alcuni dei suoi insegnamenti. Abbiamo quindi espresso il desiderio di conoscerla meglio, in modo da poterla presentare ai lettori della Rivista. Ecco il riassunto di uno scambio ricco di sorprese su un tema che, ci rendiamo conto, può suscitare qualche legittima riserva, ma che ci piace comunque proporre a titolo di informazione sul vasto mondo – tra l'altro oggi molto frequentato – degli approcci alternativi alle cure e alle terapie classiche.*

Anne Givaudan è nata il 5 agosto 1951 a Montpellier, in Francia. È autrice e co-autrice (assieme all'ex-marito Daniel Merrois e all'attuale marito Antoine Achram) di 19 libri, tradotti in dodici lingue. È conosciuta per la sua pratica del «viaggio fuori dal corpo» o «viaggio astrale». I suoi libri trattano di soggetti legati alla vita dopo la morte e a temi esistenziali e permettono ai lettori di familiarizzarsi con universi poco conosciuti. L'autrice dichiara che le conoscenze trasmesse nei suoi libri provengono dai suoi viaggi astrali. Da anni insegna le terapie essene in diversi paesi (Francia, Italia, Belgio, Canada).

Il «viaggio astrale» o «viaggio fuori dal corpo» viene descritto su Wikipedia come l'impressione che lo spirito si dissocia dal corpo fisico per vivere un'esistenza autonoma e esplorare liberamente lo spazio circostante. Esistono diversi sinonimi di questa espressione, come «de corporazio-

ne», «escursione psichica», «esperienza fuori dal corpo». Abbiamo chiesto ad Anne Givaudan di presentarsi al pubblico ticinese e si è subito messa a raccontarci la sua straordinaria storia. Di quando, giovane studentessa universitaria, e senza l'uso di droghe o altre sostanze, visse un'esperienza di cui non parlava nessuno all'epoca. Un giorno, mentre era distesa sul letto, in uno stato di rilassamento profondo, si trovò d'un tratto fuori dal suo corpo fisico. Aveva delle percezioni molto intense. L'esperienza è durata solo qualche secondo, abbastanza comunque per spingerla a porsi molte domande in seguito. Non aveva infatti



Anne Givaudan.

la più pallida idea di cosa si trattasse. Si era addirittura chiesta se questa fosse la morte. Si mise quindi alla ricerca, nella biblioteca dell'università, fino a quando finalmente trovò un libro nel quale erano descritte esperienze simili alla sua e che le permisero di darle un nome: «viaggio astrale». L'esperienza si ripeté. Anne scoprì che poteva viaggiare alla velocità del pensiero; le bastava pensare a un luogo per ritrovarci immediatamente. Sentiva i suoni a chilometri di distanza e poteva vedere a 360 gradi.... Era molto meglio di quanto poteva percepire grazie al suo corpo fisico.

Anne ci ha raccontato anche aneddoti divertenti, dato che agli inizi voleva capire se queste esperienze fossero vere e quindi le metteva alla prova. Una volta si spostò astralmente negli USA e andò al cinema a vedere un film che non era ancora uscito in Francia (all'epoca non c'era ancora internet). Il giorno dopo raccontò il film nei minimi dettagli ai suoi amici francesi. Quando finalmente il film uscì in Francia, a distanza di qualche mese, gli amici furono stupiti del fatto che era esattamente come Anne lo aveva raccontato loro.

Altre volte si recava astralmente in un luogo non conosciuto, poi vi si recava di persona e ogni volta poteva constatare che il luogo era esattamente come lei lo aveva visto durante il suo viaggio. Anne dice di non aver provato paura dato che le esperienze erano piacevoli.

Ma come ha potuto, partendo da un'esperienza personale assai particolare,

## L'agenda

### LA CONFERENZA:

Quarta e quinta dimensione:  
il loro significato,  
come entrarvi serenamente  
**giovedì 21 novembre ore 20.30**  
al Palazzetto FEVI di Locarno  
Contributo: fr. 15  
È raccomandata la prenotazione.

### IL SEMINARIO «FORME PENSIERO»

Venerdì 22 sabato 23  
e domenica 24 novembre,  
ore 9.00 – 18.00  
Hotel Della Valle a Brione s/Minusio

Un gran numero di forme-pensiero gravitano e ristagnano intorno a noi, paralizzando le nostre scelte, attivando le nostre collere e le nostre impulsività, rinforzando le nostre paure. Non esiste una ricetta né un metodo miracoloso.

Nel corso del seminario saranno presentati quegli elementi che possono far scattare l'auto-guarigione.

### INFORMAZIONI ED ISCRIZIONI

[aurasois.italia@gmail.com](mailto:aurasois.italia@gmail.com)  
[pruggeri71@gmail.com](mailto:pruggeri71@gmail.com)  
078 912 64 74

diventare una scrittrice e conferenziera famosa? Anne ci ha spiegato che ha visto il tunnel del quale parlano le persone che vivono la morte clinica (vedi R. Moody, *La vita oltre la vita*). Al di là del tunnel c'erano delle guide spirituali, che hanno proposto a lei e al suo ex-marito di scrivere libri in modo da far conoscere queste dimensioni a più persone. È così che con Daniel Merois iniziò a scrivere le prime opere.

Ci è venuto spontaneo chiederle quali siano state le reazioni del pubblico. Anne ci ha confidato che sono state positive sin dall'inizio. È stata lanciata da due importanti emissioni televisive in Francia e con l'ex-marito è stata invitata a un telegiornale (1975). In seguito ha iniziato a dare conferenze. Con sua sorpresa, alla fine delle stesse molte persone l'avvicinavano per raccontarle di aver vissuto esperienze simili, di cui non avevano mai osato parla-

re a nessuno, per paura del giudizio altrui.

Dato che Anne ha fondato una scuola di terapie essene, le abbiamo chiesto di parlarcene. Ci ha così spiegato che anche queste terapie le sono state insegnate durante i viaggi astrali. Si chiamano «terapie essene» perché trasmesse dagli esseni, un movimento spirituale legato al giudaismo, vissuto all'epoca di Gesù. Essi vivevano nella regione del Mar Morto. Quasi tutti gli esseni erano terapeuti. Le terapie essene sono futuriste, in quanto olistiche – tengono conto del corpo fisico, del corpo mentale, dell'anima, dello spirito di tutte le parti del nostro essere – e nel contempo antiche, dato che gli esseni le praticavano 2000 anni fa. Secondo gli esseni la malattia non viene dall'esterno, non è qualcosa che «si prende...», ma che proviene dal nostro funzionamento interno, da una disarmonia tra le nostre parole, i nostri pensieri, le nostre azioni, o tra la nostra

anima, il nostro spirito e il corpo fisico. Se l'armonia interiore viene ritrovata, la malattia può sparire. Quello che distingue queste terapie da molte altre, è il fatto che i terapeuti esseni non curano solo il corpo fisico, ma ogni livello dell'essere. Anne ci ha spiegato che dispensa questi insegnamenti perché al giorno d'oggi è diventata necessaria la pratica, in modo da permettere alle persone di liberarsi, di guarire. Per farlo, i terapeuti usano le mani, gli oli essenziali, la luce.

Sul sito [www.sois.fr](http://www.sois.fr) si trova una tv internet, una rubrica delle «buone notizie» e una «le notizie del mese». Si tratta di notizie belle, di cui non si parla di solito nei giornali. Sul sito si trovano anche informazioni sugli stage organizzati da Anne e Antoine e gli indirizzi dei vari terapeuti nei diversi paesi. Il sito è tradotto in italiano.

Annamaria Dadò

## Nuova divisa per i Samaritani della bassa Vallemaggia

Alla presenza del vicepresidente della Federazione svizzera dei Samaritani (FSS) Renato Lampert, del presidente cantonale Andrea Rusconi, del presidente della Commissione cantonale dei Quadri Mirko Unkeler, della rappresentanza del Comune di Avegno Gordevio, di diverse associazioni locali, della Sezione Samaritani di Ascona, del fornitore e di circa una trentina di soci attivi, si è svolta martedì 10 ottobre scorso presso la sede Samaritani Bassa Vallemaggia in Gordevio l'inaugurazione ufficiale della nuova uniforme.

Il presidente della Sezione Denis Tasinato, dopo aver ringraziato i numerosi presenti, intervenuti malgrado il brutto tempo, ha sottolineato il motivo che ha indotto la Sezione a compiere l'importante passo «che – ha detto – ha comportato uno sforzo finanziario non indifferente. L'intento di base, comunque, è proprio quello di mostrarsi in pubblico e verso l'esterno con una divisa unitaria che ci identifichi come personale di soccorso. L'inaugurazione della divisa fa seguito anche ad un'altra importante novità: è stata infatti colta l'occasione del cambiamento a livello nazionale del logo della Federazione svizzera FSS per cambiare anche il nostro, datato 1975, e che ora con l'espansione della Sezione a tutta la Bassa Vallemaggia (con l'aiuto sostanziale dei Comuni) necessitava assolutamente di un cambiamento».

Nel corso della breve manifestazione di inaugurazione sono intervenuti i diversi rappresentanti citati in precedenza che hanno espresso parole di elogio e apprezzamento per il lavoro svolto dai samaritani e per la loro assidua presenza. Ci sono state anche parole di incoraggiamento per le attività future. Tutti hanno evidenziato l'importanza per i Samaritani di essere ben visibili e riconoscibili sul campo, obiettivo ora raggiunto con la nuova divisa ufficiale.



*I samaritani della bassa Vallemaggia con la nuova divisa. Da sinistra, Renato Lampert vicepresidente FSS, Giovanni Maddalena vice presidente ASSTM sezione bassa Vallemaggia, Andrea Rusconi presidente cantonale ASSTM, Denis Tasinato presidente della Sezione, Mirko Unkeler presidente commissione Quadri cantonale.*