

Préface

Dans ce livre, Chrissie Astell vous présente un programme complet pour développer votre relation avec les anges. Elle place le phénomène de la connexion humaine au royaume angélique dans un large contexte spirituel, et fournit de nombreuses recettes pour rendre cette connexion consciente. Comme pour toutes les bonnes recettes, celles-ci vous laissent la latitude nécessaire pour les accommoder à votre convenance personnelle.

Il vous faut toutefois comprendre que cette convenance personnelle va évoluer au fil des ajustements auxquels vous procéderez. Les sept archanges invoqués dans cet ouvrage ne sont pas de simples références sur une page. Il s'agit de puissantes énergies. Ces énergies imprègnent le livre et vous imprègneront au moment même de votre lecture. Si vous deviez les inviter à se connecter à vous de manière plus directe, elles le feront d'une manière qui, parfois, ne manquera pas de vous sidérer.

Pour ceux qui effectuent leurs premiers pas dans ce type d'ouvrage, *Dans la lumière de votre ange gardien* vous guidera doucement à mesure que vous ouvrirez votre conscience personnelle pour développer une perspective spirituelle plus vaste. Si vous avez déjà pris conscience de

l'essence de votre nature spirituelle et cherchez à vous y ancrer plus profondément, ce livre vous fournira des techniques pour vous aider à atteindre cet objectif.

Il est naturel de vivre des expériences intenses à mesure que la connexion s'approfondit. L'auteure reconnaît qu'il est indispensable de guérir des effets résiduels d'anciennes blessures collant à votre constitution énergétique. Elle explique clairement qu'il n'est pas toujours facile de « faire revenir l'amour dans notre vie et d'entamer le long chemin du pardon et de la réconciliation ». La confiance à accorder aux archanges pour vous soutenir dans cette voie est tout simplement primordiale et inestimable.

Dans la lumière de votre ange gardien est l'œuvre d'une personne qui a consacré sa vie à l'exploration de la connexion aux anges. Chrissie s'est dédiée à ce lien et l'a incarné comme un service à rendre pour éveiller la conscience humaine. Avec ce livre, elle partage avec vous sa sagesse et son expérience de manière pratique et accessible.

Si vous suivez les instructions délivrées ici, les anges deviendront vos professeurs de chaque jour. Comme le dit Chrissie, ils « vous aideront à suivre votre potentiel spirituel et à découvrir la raison d'être de votre âme ».

Dr Altazar Rossiter
Auteur de *Developing Spiritual Intelligence*

Introduction

Entrer dans la lumière divine

intérieure et extérieure

*« Quand vous êtes inspiré par un grand objectif,
un projet extraordinaire, toutes vos pensées rompent
leurs liens : votre esprit transcende les limites,
votre conscience s'étend dans toutes les directions,
et vous vous retrouvez dans un monde nouveau,
immense et merveilleux. »*

LES YOGA SUTRAS DE PATANJALI

Nous vivons dans un monde où la communication est instantanée, où il est possible de voyager d'un bout à l'autre de la planète en moins d'une journée, et où nous avons accès à une quantité infinie d'informations en un clic. Et pourtant, en dépit (ou peut-être à cause) de cet environnement ultraconnecté technologiquement, nous vivons aussi dans un monde où des tas de gens se sentent plus isolés que jamais. Il est possible que, ayant tourné le dos à la religion en place et aux enseignements de notre jeunesse qui ne paraissent plus d'actualité, de plus en plus de personnes cherchent aujourd'hui quelque chose « de plus » pour cette raison. Étymologiquement, le mot latin *religare* (racine de religion)

signifie reconnecter, relier (*re* pour la répétition et *ligare*, lier, connecter). Quelles que soient votre foi ou votre culture d'origine, le principal élan que tant d'entre nous éprouvent consiste donc à chercher à se reconnecter à ce que nous pouvons appeler « la Lumière divine ».

Je l'ai éprouvé, moi aussi, ce désir ardent pour une chose que je ne pouvais pas nommer. Jusqu'à ce que je réalise qu'il s'agissait du désir le plus naturel de tous : un élan spirituel qui me ramenait vers mon moi le plus intime, au fin fond de mon cœur et de mon âme. Peut-être êtes-vous en recherche, vous aussi, en quête de moyens de vous reconnecter ? Si tel est le cas, j'espère que *Dans la lumière de votre ange gardien* vous donnera le coup de pouce nécessaire pour vous permettre d'accéder à un niveau plus profond d'accomplissement, à trouver ce que l'on pourrait appeler la « raison d'être de votre âme » en écoutant enfin la petite voix qui murmure en vous : « Il doit bien y avoir quelque chose de plus, dans la vie ? »

Ma quête personnelle m'a conduite à suivre mon cœur, où je me suis découvert une passion pour le travail avec la puissante énergie des anges. J'appelle cette énergie « la Lumière angélique ». J'espère qu'en entrant dans cette Lumière avec moi au fil des pages qui suivent, vous découvrirez et enrichirez également votre propre Lumière, votre rayonnement intérieur et extérieur. En vous engageant sur la voie de votre propre élan spirituel, vous aurez la capacité de vivre de manière plus authentique, plus holistique et pleine de sens, que ce soit au travail, à la maison ou dans le cadre d'une communauté plus large.

En tant que protecteurs et messagers, les anges sont liés à l'humanité depuis des siècles. Ils ont joué un rôle dans toutes les religions du monde depuis l'Égypte antique, et ont été représentés dans l'art pariétal bien avant cela. Peut-être

est-ce la raison pour laquelle nous sommes si nombreux à être attirés par eux. Même ceux qui déclarent ne pas croire aux anges reconnaissent souvent avoir senti une présence ou une forme d'esprit pour les guider au cours de leur vie, sans qu'ils puissent se l'expliquer.

Il est fréquent que cette connexion intuitive aux anges se manifeste à la suite d'un traumatisme ou d'une crise qui vous met à l'épreuve jusqu'à ce que vous touchiez le fond. Parfois, ce peut aussi être une expérience mystique qui change votre vie pour toujours, comme une vision, une expérience de mort approchée ou une guérison miraculeuse, dont vous sortez avec l'impression d'avoir désormais un « objectif » plus profond à atteindre dans votre existence. Quelle que soit la raison pour laquelle vous avez ce livre entre les mains, quelle que soit votre foi (ou votre absence de foi), je vous souhaite la bienvenue. La Lumière des anges vous attend.

Ma quête spirituelle de Lumière

Dans mon enfance, il y avait beaucoup de place pour les fées, la magie, la diversité et la spiritualité. Mon père était un mystique guérisseur, et ma mère et lui ont choisi de prendre des chemins séparés pour avancer chacun dans leur propre quête spirituelle. J'ai eu la chance d'être élevée par une grand-mère qui croyait aux vies antérieures, à la chiromancie, à la tasséomancie et à Jésus – lequel voulait que je sois « un rayon de soleil », m'a-t-on dit. Elle avait raison, bien entendu ! Et cette éducation non orthodoxe m'a appris l'indépendance et la confiance, qualités qui allaient se révéler d'une valeur inestimable pour mon avenir.

Il est difficile de cerner précisément le moment où j'ai commencé à travailler avec les anges, car j'ai senti leur

présence toute ma vie. Pour tout dire, j'ai fait tellement de rencontres et d'expériences mystiques que j'en ai rempli un livre entier (*Les Cadeaux des anges*), incluant mes récits personnels sur les anges ainsi que ceux d'autres personnes. Pourtant, même si j'avais toujours eu foi en Dieu et dans le Divin, il devint évident à mes yeux que je m'étais coupée de ma spiritualité pendant des années, que je ne vivais pas ma propre vérité, que je manquais d'authenticité.

Sauter le pas pour apprendre à vivre une existence plus fondée sur la spiritualité a constitué un vrai tournant dans ma vie. Je m'étais toujours posé de grandes questions, comme le pourquoi de mon existence, mais, passée la trentaine, je vivais dans la tourmente. J'avais le sentiment d'avoir un rôle différent et plus important à jouer, sans parvenir pour autant à savoir de quoi il s'agissait. À cette époque, je ne comprenais pas que j'avais créé ce dilemme en ignorant mon cœur et mon intuition. Je faisais un travail que je n'aimais pas et j'étais malheureuse dans mon couple. Après dix ans de réflexion, j'ai pris conscience que la seule manière de satisfaire ce désir de quelque chose « de plus » était de mettre fin à mon mariage et de me lancer dans la quête d'un objectif plus profond. C'est alors seulement que j'ai commencé à tenir compte de ce que me disait mon cœur, et à me sentir appelée à travailler avec les royaumes angéliques.

Après cela, une série de rencontres déterminantes, de synchronicités et de coïncidences mystérieuses ont affiné ma compréhension des choses. Cela a commencé en 1997, lorsque ma mère m'a invitée à participer à une retraite de quatre jours organisée par des gens qui se nommaient les Nouveaux esséniens (1). C'est là que j'ai appris une nouvelle manière de communier avec la nature et les anges. Chaque jour m'a emmenée plus loin dans une pratique spirituelle que

je pourrais uniquement décrire comme une « entrée » dans la Lumière des anges – dans le sens où j’ai découvert mon Moi supérieur : ma propre Lumière angélique. C’est à partir de là que j’ai pu identifier ma vocation et y répondre.

Ma nouvelle vie a commencé à prendre forme dès que j’ai décidé de me fier à mon intuition et de développer mes dons de guérisseuse. Une de mes rencontres angéliques m’a guidée vers une soirée où j’ai remarqué une artiste qui peignait les anges exactement dans le même style que ma mère. Lorsque j’ai découvert que cette artiste enseignait aussi la « guérison angélique », je me suis empressée de m’inscrire à ses cours et, très vite, nous avons travaillé ensemble. Les anges m’encourageaient aussi à écrire et à donner mes propres ateliers d’enseignement. À ce moment-là, j’étais redevenue célibataire et travaillais comme infirmière pour gagner ma vie, si bien que je pouvais me consacrer à ma vocation et suivre l’inspiration divine là où elle m’emmenait. De nouvelles coïncidences et synchronicités m’ont menée à l’université où j’ai rencontré des personnes formidables ; de nouvelles portes interconnectées se sont alors ouvertes.

Aujourd’hui encore, quand je suis envoyée dans des lieux me paraissant obscurs, je sais qu’il y a toujours une raison à cela – que ma mission consiste à purifier un endroit, à guérir une personne, ou simplement à apporter la Lumière dans une communauté. J’ai également quelque chose à apprendre, à chaque fois. Où que l’on m’envoie, les anges ont une liste d’actes d’amour à accomplir et de services à rendre auxquels j’ai ma contribution à apporter.

Aujourd’hui, vingt ans plus tard, j’ai rencontré dans mes ateliers des centaines de gens qui ressentent le même besoin de trouver un sens plus profond à leur existence.

Qu'ils choisissent ou non de faire appel aux anges pour trouver leur raison d'être, tous se sont « éveillés » et sont conscients de leur désir d'une vie plus épanouie tenant compte de leur parcours personnel. Dans mon rôle de facilitatrice spirituelle et de professeure, c'est en reliant des personnes de toutes les obédiences et de tous les milieux avec la Lumière et la sagesse des royaumes angéliques que je prends le plus de plaisir. Pour moi, les anges sont faits de particules de lumière possédant une vibration ou une fréquence plus pure et plus haute que la nôtre : une immense expression énergétique de l'esprit du Divin – Dieu, le créateur, la source, quel que soit le terme que vous préférez employer pour décrire l'incommensurable énergie universelle qui était présente à la création de l'univers, de notre planète et de nos êtres.

Cette Lumière angélique divine, pure et aimante, se trouve en nous comme autour de nous, et est disponible pour tout le monde. En invitant les forces angéliques de l'amour le plus pur et le plus absolu à se rapprocher – et en comprenant comment nous pouvons communiquer et travailler avec ces puissantes énergies –, nous élevons littéralement notre propre vibration et améliorons clairement notre expérience de vie.

Le grand échange d'énergie

Si les maîtres de la sagesse ancienne ainsi que nos grands chefs spirituels connaissent ce phénomène de transmission de lumière (sous la forme de prière et de communication avec les anges) depuis des milliers d'années, les scientifiques contemporains commencent tout juste à rattraper leur retard, et c'est par la physique quantique qu'ils valident

ce genre d'enseignements mystiques. Des études – particulièrement en Allemagne, en Autriche et en Suisse – ont montré que les particules quantiques de lumière sont stockées puis relâchées quotidiennement par notre ADN (2). Cette lumière cellulaire peut être mesurée avec un matériel d'imagerie spécialisé, et illustre ainsi l'interaction dynamique de ce réseau d'échange de lumière qui entoure toute chose. Une lumière violette émise par les cellules indique une vibration supérieure, mais cette vibration décroît à mesure que les particules de lumière se perdent. Il est intéressant de noter que lorsque aucune lumière n'est émise (autrement dit, que la lumière est retenue pour une quelconque raison), le même matériel d'imagerie montre que le processus de réabsorption crée de la chaleur dans la cellule, ce qui fait baisser la vibration énergétique.

En termes spirituels, nous voyons ce phénomène se produire également dans nos vies. Lorsque nous étouffons notre Lumière, ou notre véritable soi, cela nous perturbe au plan cellulaire et fait baisser notre vibration énergétique. Ce qui impacte inéluctablement notre humeur, notre santé et notre bien-être global. Je pense que nous avons presque tous ressenti un jour cette baisse d'énergie vibratoire : nous nous sentons mous, loin de notre être vibrant habituel. Nous savons aussi que nous pouvons transmettre aux autres la façon dont nous nous sentons – en faisant plaisir à quelqu'un par un sourire, par exemple. Par conséquent, même si notre Lumière ne peut être mesurée facilement ou vue à l'œil nu, nous savons qu'elle existe.

Tout concourt donc à prouver la nature fondamentale de cet échange d'énergie de la lumière – dans tous les processus de la vie. Si vous y réfléchissez, même le concept de la prière comme forme de lumière n'est pas aussi absurde qu'il

pourrait paraître. Notre univers est entièrement constitué de particules contenant cette même lumière. Et nous autres, humains, faisons intrinsèquement partie de l'univers, comme les montagnes ou les étoiles, et nous échangeons réellement de l'information avec tout cela par la lumière émise et reçue par nos cellules. Ce qui signifie que nos pensées, nos paroles, les actes et les émotions émanant de nos corps sont de l'énergie de lumière également.

Tout comme vous avez pu faire l'expérience de la lumière d'amour émanant des yeux de quelqu'un, sans un mot, cette énergie peut donc être envoyée dans l'univers et captée par les êtres angéliques en une transmission instantanée.

Dans ce livre, vous apprendrez à vous connecter à sept de ces anges de Lumière bienfaisants – des archanges – et à communiquer avec eux. Ils vous aideront à augmenter votre vibration énergétique.

D'innombrables récits de rencontres avec des anges ont vu le jour à travers les âges. Cela dit, les anges apparaissent rarement sous forme d'entité physique, humaine, comme on les représente si souvent dans l'art. Ils ont plutôt tendance à manifester leur présence par l'intermédiaire de nos sens extrêmement sophistiqués.

Personnellement, je perçois les anges comme d'immenses bandes de lumière colorée et vibrante qui vivent dans l'atmosphère terrestre. Et même s'il peut paraître bizarre, de nos jours, d'imaginer le ciel comme un véritable endroit au-dessus des nuages, où le Divin est assis sur un trône entouré d'anges, nous savons maintenant qu'il existe certainement un « champ » énergétique invisible. Pour ma part, je crois que dans cet endroit céleste il n'y a qu'amour, lumière et paix. Et que c'est là que résident ces êtres d'énergie que nous appelons les anges.

ÉNERGIES FÉMININE ET MASCULINE

La Bible ainsi que d'autres textes anciens décrivent les anges en termes masculins, mais cette façon de faire a changé à l'ère victorienne, lorsqu'on a commencé à qualifier d'« anges » les femmes gentilles, charitables et compatissantes. Ce n'est pourtant pas le genre qui importe concernant leur aspect féminin ou masculin, mais la nature de l'énergie de chaque ange. Lorsque vous vous connecterez à l'essence d'un ange, ou si vous avez la chance d'avoir une vision ou une visite, vous ressentirez très probablement une forte impression de masculinité ou de féminité, mais c'est la perception subtile des qualités énergétiques de l'ange qui sera déterminante, bien plus que son genre.

Vous aussi êtes un être de Lumière vivant une expérience humaine dans un corps physique. Et c'est dans le mélange d'énergie entre votre corps physique et la présence de la Lumière angélique que vous sentirez leur présence divine.

Si un ange devait se présenter sous une forme humaine, d'étincelles ou de boule de lumière, par exemple, ce que nous sentirions ne serait qu'une infime particule de l'essence de l'ange. Non l'être intégral, comme pourraient le croire certains. La Lumière d'un ange serait bien trop forte, trop vive, trop puissante pour que nous puissions la recevoir. Mais une fois connue (quelle qu'en soit la raison), l'essence de cet ange demeure en permanence avec nous, pour nous guider et nous entourer d'amour. Ceux-là sont nos « anges gardiens » ;

il ne nous reste plus qu'à apprendre à être conscients de leurs conseils bienveillants.

Les sept étapes

Dans cet ouvrage, vous allez travailler avec la Lumière de sept archanges. Ces êtres angéliques représentent sept grands types de lumière ou de qualités divines dont on pourrait dire qu'ils constituent l'univers. Je travaille avec l'influence divine de ces anges depuis que j'ai été appelée à consacrer ma vie à ce sujet. En combinant un travail avec les Sept rayons sacrés dans l'étude de la théosophie (4) et les sept archanges associés, puis en étudiant les croyances et pratiques spirituelles des esséniens, j'ai trouvé ma vocation spirituelle. J'ai écrit d'autres livres sur les archanges, notamment *Découvrir les anges*, *Conseils des anges* et *Cadeaux des anges*, en plus de mon coffret de cartes d'oracle angélique, mais dans celui-ci, j'ai souhaité fournir une approche différente ; un parcours guidé, personnel, pour vous aider à intensifier votre lien avec les royaumes angéliques et à découvrir votre propre chemin spirituel. Les sept étapes suivantes m'ont été d'une aide immense dans ma vie, et je m'en sers également lors de mes ateliers et cours à domicile, « Éduquer le cœur et l'âme ».

Apprendre à élever sa vibration énergétique et à s'accorder à cette lumière céleste est un peu comme régler un poste de radio : on peut sentir la présence de l'amour, entendre des messages rassurants et des conseils, ou recevoir une guérison.

Chacune des sept étapes correspond à un archange spécifique qui vous aidera à progresser sur le chemin allant de

l'éveil à un plus grand accomplissement spirituel en passant par la découverte personnelle. Chaque archange possède une couleur, une résonance vibratoire et une incommensurable énergie d'amour, appelée « flamme » par la Société théosophique. Les théosophes ont relié ces vibrations lumineuses à ce que l'on appelle les « Sept rayons » ou « flammes » – des divisions, ou émanations de lumière issues de la Lumière absolue du Divin. Chacune correspond à un jour de la semaine, à une couleur du spectre et à un aspect de la nature humaine.

Il est difficile d'imaginer les dimensions de ces énergies divines, qui parcourent tout l'univers telles les strates d'un arc-en-ciel géant. Elles sont partout et, lorsqu'on les sollicite, elles peuvent se manifester sous une forme que nous pouvons parfois voir ou éprouver comme une présence, un être de Lumière.

Chaque étape des pages qui suivent se base sur la précédente. Vous pouvez vous représenter ce processus comme le fait de gravir une volée de marches dans un grand immeuble, où chaque étage symbolise une étape du cheminement. Nous commencerons au rez-de-chaussée pour monter progressivement vers les étages les plus élevés. Il est toujours possible de rester à un étage pendant un moment, ou de descendre pour revoir celui où nous sommes passés précédemment. Chaque étape est une brique de plus à l'édifice, ajoutant une dimension supplémentaire à ce que vous aurez déjà appris, et un puissant courant d'amour circule dans tout ce cheminement ; je suis sûre qu'il vous aidera à déployer vos ailes. La pratique spirituelle peut se révéler ardue, mais elle peut aussi être une véritable joie. Libre à vous d'aborder chaque étape avec ardeur ou légèreté.

Je ne vous promets pas qu'au terme des sept étapes vous atteindrez les hauteurs du Nirvana – un état d'épanouissement ou une ascension spirituelle absolue. J'ai toutefois la

conviction que le parcours lui-même éteindra votre soif d'une meilleure connaissance de soi, tout en ouvrant votre appétit d'en savoir encore davantage. Il vous apportera aussi une plus grande sagesse ainsi que des liens plus forts avec les énergies divines des royaumes angéliques.

Notre objectif, en entamant ce parcours, est d'élever notre vibration et d'allumer notre Lumière intérieure.

POURQUOI SEPT ÉTAPES ?

En numérologie (l'étude de la signification cachée des nombres), le sept est sacré et contient l'énergie des « mystiques anciens ». Le chiffre sept est très important dans de nombreux mythes et légendes, ainsi que dans des textes religieux comme le Coran, la Torah et la Bible. Dans l'Ancien Testament, par exemple, on nous dit que le monde a été créé en sept jours. Dans le zoroastrisme, le Seigneur de la Lumière a créé six autres aspects divins de lui-même pour l'entourer dans son œuvre de création. Dans le judaïsme, le peuple d'Israël a pleuré pendant sept jours, et en Égypte, le chiffre sept symbolise la vie éternelle. Dans le bouddhisme, la fleur sacrée de lotus du piédestal de Bouddha possède sept pétales principaux, et l'on compte sept chakras principaux dans le yoga (cf. *Clés pour votre parcours*, page 23). Le chiffre sept est aussi relié à la Grèce, à Babylone, à l'Iran (Perse) et à nombre d'autres civilisations anciennes, y compris les textes du *Rig-Veda* hindouiste, l'un des livres les plus anciens jamais écrits (environ 1500 à 1200 ans av. J.-C.).

Les sept étapes vous inspireront et vous aideront à :

- Développer votre sagesse et une meilleure connaissance de vous-même.
- Stimuler votre créativité.
- Développer un objectif de vie « supérieur » et plus épanouissant.
- Vous ouvrir pour attirer et partager l'amour pur et inconditionnel.
- Apprendre et utiliser des techniques de protection et d'ancrage.
- Transformer les sentiments négatifs en énergie positive.
- Reconnaître, honorer et respecter tous les parcours individuels.
- Ressentir davantage de bien-être et de paix intérieure.
- Encourager les autres à ouvrir leur cœur au pardon et à la guérison.
- Utiliser les énergies de guérison angélique pour élever la conscience.
- Gagner en compréhension des différents types de croyances mystiques et religieuses.

Les sept étapes forment ainsi une carte intuitive dont vous pouvez vous servir pour trouver la direction de votre cheminement spirituel, en vous permettant de réfléchir, revoir, remettre en cause ou ordonner vos pensées – et, ce faisant, d'ouvrir une porte sur une nouvelle perspective ou vous rappeler une sagesse oubliée qui viendra enrichir et revitaliser votre existence.

La vérité, c'est que vous n'avez jamais perdu votre connexion aux anges ou à leur Lumière ; en vous reconnectant à la vibration unique de la divine étincelle de Lumière,

vous allez donc redécouvrir la puissante divinité en vous-même – cette partie de vous qui s’anime et frémit de stupeur, de ravissement et d’émerveillement face à la beauté absolue de notre magnifique monde, que certaines personnes appellent leur âme.

Tel est l’objectif de *Dans la lumière de votre ange gardien* : vous aider à utiliser cette magie pour étendre votre conscience de qui vous êtes. Vous aider à suivre votre élan spirituel, découvrir la raison d’être de votre âme et vivre une vie plus pleine, plus connectée, plus heureuse.