

TEST D'ALIGNEMENT

Êtes-vous

vraiment alignée ?

Avec la vie que vous vivez

aujourd'hui.

UN GUIDE PAR

Denise Mehielle

Coach thérapeute · Médium · Astrologue



Vous avancez... mais quelque chose ne suit plus.

Comme un décalage intérieur que vous n'arrivez plus à ignorer.

Vous sentez peut-être que vous avez envie de plus. Plus de sens, plus de clarté, plus de vous.

Comme une fatigue intérieure. Le sentiment que votre vie pourrait être différente — plus juste, plus vivante, plus alignée avec qui vous êtes vraiment.

“
*Et si votre boussole intérieure vous parlait depuis longtemps...
mais que vous ne l'écoutez plus ?*

Ce test va simplement vous aider à faire le point. Sans jugement. Juste voir où vous en êtes aujourd'hui.

Les 12 questions

Répondez spontanément, sans trop réfléchir. A = 1 pt · B = 2 pts · C = 3 pts · D = 4 pts

01 Faites-vous des choix pour faire plaisir aux autres ?

A. Très souvent · B. Souvent · C. Parfois · D. Rarement

02 Vous sentez-vous à votre place dans votre vie ?

A. Pas du tout · B. Pas vraiment · C. En partie · D. Oui

03 Avez-vous du mal à dire ce que vous pensez vraiment ?

A. Très souvent · B. Souvent · C. Parfois · D. Rarement

04 Que faites-vous face à une émotion difficile ?

A. Je la fuis · B. Je suis submergée · C. J'essaie de comprendre · D. Je l'accueille

05 Vous sentez-vous perdue face à vos choix ?

A. Très souvent · B. Souvent · C. Parfois · D. Rarement

06 Votre vie vous ressemble-t-elle ?

A. Pas du tout · B. Pas vraiment · C. En partie · D. Oui

07 Doutez-vous de vous malgré votre ressenti intérieur ?

A. Très souvent · B. Souvent · C. Parfois · D. Rarement

08 Êtes-vous connectée à votre intuition ?

A. Pas du tout · B. Peu · C. Par moments · D. Oui

09 Réfléchissez-vous trop avant d'agir ?

A. Tout le temps · B. Souvent · C. Parfois · D. Rarement

10 Ressentez-vous une fatigue intérieure ?

A. Très souvent · B. Souvent · C. Parfois · D. Rarement

11 Répétez-vous les mêmes schémas ?

A. Oui constamment · B. Souvent · C. Parfois · D. Non

12 Vous sentez-vous en accord avec vous-même ?

A. Pas du tout · B. Pas vraiment · C. Plutôt oui · D. Oui

Additionnez vos points

Quatre niveaux de lecture, sans jugement.

12 – 21 Désalignement profond

Vous êtes en décalage avec vous-même. Fatigue, confusion, perte de repères : quelque chose ne suit plus. Ce n'est pas un manque de volonté — c'est un manque de connexion à ce qui est juste pour vous. Vous avez besoin de revenir à vous, doucement.

22 – 30 Décalage intérieur

Vous sentez que quelque chose doit changer, mais vous bloquez encore. Vous comprenez beaucoup, mais vous n'arrivez pas à passer un cap. Il y a un tiraillement entre ce que vous ressentez et ce que vous faites. Vous êtes déjà en chemin.

31 – 39 En chemin

Vous avez déjà fait un travail sur vous. Vous vous écoutez plus, mais c'est encore instable. Par moments vous êtes alignée, puis le doute revient. C'est normal — vous êtes en train de construire quelque chose de plus juste.

40 – 48 Alignée

Vous êtes connectée à vous-même. Vous vous écoutez et faites des choix plus justes. Mais l'alignement s'entretient — il évolue avec vous. Vous pouvez encore aller plus loin dans votre vérité.

Vous n'êtes pas bloquée. Vous évoluez.

- *On passe tous par ces moments où quelque chose doit changer.*
- *Souvent ce n'est pas qu'on ne sait pas — c'est qu'on n'ose pas encore.*
- *Ou qu'on a besoin d'y voir plus clair, sans pression.*
- *Mais seule, on tourne souvent en rond.*

Ce test n'est pas un verdict. C'est un point de départ.

Quel que soit votre résultat, vous n'êtes pas seule. Et quelque chose en vous est déjà en train de bouger, même si ce n'est pas encore clair.

Trois questions pour écouter ce qui bouge.

Prenez un carnet. Écrivez sans réfléchir.

1

Qu'est-ce qui ne me va plus dans ma vie aujourd'hui ?

2

À quel moment je me sens vraiment moi — alignée, vivante, légère ?

3

Si je m'écoutais vraiment, qu'est-ce que je changerais en premier ?

Sans censure. Pour faire de la place à ce que vous ressentez.

Je m'appelle *Denise Mehielle.*

COACH THÉRAPEUTE · MÉDIUM · ASTROLOGUE

Depuis plus de 28 ans, j'accompagne des personnes à se reconnecter à elles-mêmes et à retrouver leur alignement intérieur, même lorsqu'elles sont submergées par le stress, l'anxiété ou le doute.

**Je sais ce que c'est
que de se sentir à côté de sa vie.
*Je l'ai vécu.***

Pendant des années, j'ai enchaîné les boulots avec ce vide intérieur, ce sentiment de ne jamais être vraiment à ma place. Je sentais qu'il y avait autre chose pour moi... sans réussir à y accéder.



Puis j'ai commencé à écouter cette petite voix.

Cette boussole douce, mais insistante. Contre l'avis de tous, j'ai osé me lancer dans la voyance et l'astrologie. Et pour la première fois... je me suis sentie profondément à ma place.

Plus tard, j'ai encore suivi cette voix et repris des études pour devenir thérapeute. Depuis, c'est elle qui me guide. Dans mes choix, dans ma vie, et dans la manière dont j'accompagne aujourd'hui.

J'aide à sortir du brouillard, à apaiser ce qui s'agite à l'intérieur, à se libérer de ce qui bloque, pour avancer avec clarté, sérénité et joie.

Parce qu'au fond, votre boussole intérieure sait déjà. Mon rôle, c'est de vous aider à vous y reconnecter, à lui faire confiance, et à ne plus avoir peur de la suivre.

Pour avancer alignée et en paix.

Si ce test vous a parlé...

c'est peut-être le moment de revenir à vous.

“

Quel que soit votre résultat, vous n'êtes pas seule. Mais seule, on tourne souvent en rond.

Un échange offert de 30 minutes.

Un espace pour faire le point, déposer ce que vous vivez, ou avancer plus concrètement. On en parle, tranquillement. Sans pression. Sans engagement.

Réserver mon échange offert →

**Si vous avez fait ce test,
ce n'est pas un hasard.**
C'est le moment de revenir à vous.

De vous écouter un peu plus, sans vous juger.

Même si ce n'est pas encore clair, quelque chose en vous est déjà en train de bouger. C'est exactement comme ça que ça commence.

Vous n'avez pas besoin que ce soit parfait. Juste de faire un pas.

CE QUE DISENT MES CLIENTES · AVIS VÉRIFIABLES SUR GOOGLE

“ Ça m'a vraiment aidée à avancer.

— LÉA

“ Une personne vraiment dans l'écoute, qui aide à aller de l'avant avec bienveillance. Je la recommande.

— SABRINA

“ Grâce à Denise, j'ai pu prendre conscience de mes croyances limitantes et avoir une meilleure confiance en moi.

— CATHERINE

Prenez soin de vous.

Denise Mehielle