



# *Où êtes-vous bloqués aujourd'hui ?*

**22 QUESTIONS POUR COMPRENDRE CE QUI  
FREINE VOTRE ÉVOLUTION**

*PAR ANNE BISSON CLEMENT*

Nous avons tous un domaine de notre vie que nous aimerions voir évoluer.

Et pourtant, malgré tous nos efforts, nous avons parfois l'impression de tourner en rond.

Avec le temps, j'ai compris une chose : la plupart des blocages ne sont pas des échecs.

Ils correspondent souvent à une étape précise du changement.

Autrement dit, vous n'êtes peut-être pas bloqué. Vous êtes peut-être simplement à une étape que vous n'avez pas encore identifiée.

Ce guide a été conçu pour vous aider à comprendre où vous en êtes aujourd'hui.

### **1. Revenir à soi**

Blocage potentiel : Vous vivez davantage dans votre mental que dans votre réalité intérieure.

Question : Savez-vous réellement ce que vous ressentez aujourd'hui ou seulement ce que vous pensez ?

### **2. Apprendre à s'arrêter**

Blocage potentiel : Vous êtes constamment occupé et ne laissez jamais d'espace à l'observation.

Question : Êtes-vous capable de rester seul avec vous-même sans distraction pendant quelques minutes ?

### **3. Reprendre son pouvoir personnel**

Blocage potentiel : Vous attendez qu'un changement extérieur vienne résoudre votre situation.

Question : Quelle action concrète connaissez-vous déjà mais repoussez-vous depuis plusieurs semaines ?

### **4. Construire des fondations solides**

Blocage potentiel : Vous cherchez à changer votre vie sans avoir clarifié ce qui est réellement important pour vous.

Question : Quelles sont aujourd'hui les trois valeurs que vous refusez de sacrifier ?

### **5. Se reconnecter à sa direction intérieure**

Blocage potentiel : Vous poursuivez des objectifs sans être certain qu'ils vous correspondent réellement.

Question : Si personne ne vous jugeait, que choisiriez-vous vraiment ?

### **6. Identifier ce qui vous éloigne de vous-même**

Blocage potentiel : Vous continuez à reproduire des schémas qui ne vous conviennent plus.

Question : Quel comportement revenez-vous répéter malgré votre envie de changer ?

### **7. Avancer malgré la peur**

Blocage potentiel : Vous confondez prudence et immobilité.

Question : Qu'essayez-vous d'éviter en restant exactement là où vous êtes ?

## 8. Assumer pleinement ses choix

Blocage potentiel : Vous cherchez encore la validation ou l'autorisation des autres.

Question : Quelle décision prendriez-vous immédiatement si vous n'aviez besoin de l'accord de personne ?

## 9. Développer son propre discernement

Blocage potentiel : Vous cherchez constamment des réponses à l'extérieur.

Question : Faites-vous davantage confiance à votre intuition ou à l'opinion des autres ?

## 10. Faire confiance au temps

Blocage potentiel : Vous voulez des résultats immédiats et doutez trop vite du processus.

Question : Avez-vous tendance à abandonner avant d'avoir laissé suffisamment de temps aux choses pour grandir ?

## 11. Persévérer sans se trahir

Blocage potentiel : Vous alternez entre surinvestissement et abandon.

Question : Savez-vous avancer régulièrement sans vous épuiser ?

## 12. Changer de perspective

Blocage potentiel : Vous êtes enfermé dans une seule lecture de votre situation.

Question : Et si votre principal problème contenait aussi une opportunité que vous ne voyez pas encore ?

## 13. Laisser partir ce qui est terminé

Blocage potentiel : Vous restez attaché à quelque chose qui a déjà terminé son cycle.

Question : Qu'avez-vous du mal à laisser partir malgré l'évidence ?

## 14. Réconcilier les différentes parties de soi

Blocage potentiel : Une partie de vous veut avancer tandis qu'une autre résiste.

Question : Quel conflit intérieur revient régulièrement dans votre vie ?

## 15. Ouvrir la cage

Blocage potentiel : Vous vous sentez limité alors qu'une partie de la porte est déjà ouverte.

Question : Quelle peur continue à vous faire croire que vous n'avez pas le choix ?

## 16. Traverser les bouleversements

Blocage potentiel : Vous résistez à un changement que la vie cherche à mettre en place.

Question : Que se passerait-il si vous arrêtiez de lutter contre ce qui est déjà en train de changer ?

## 17. Retrouver son étoile intérieure

Blocage potentiel : Vous avez perdu le contact avec ce qui vous inspire profondément.

Question : Qu'est-ce qui vous faisait vibrer que vous avez progressivement abandonné ?

## 18. Marcher malgré l'incertitude

Blocage potentiel : Vous attendez d'être certain avant d'agir.

Question : Quelle serait la prochaine étape si vous n'aviez pas besoin de connaître tout le chemin ?

## 19. Prendre pleinement sa place

Blocage potentiel : Vous minimisez votre valeur ou votre lumière.

Question : Dans quel domaine de votre vie êtes-vous encore en train de vous cacher ?

## 20. Répondre à l'appel de sa vie

Blocage potentiel : Vous entendez un appel intérieur mais continuez à l'ignorer.

Question : Quelle envie revient régulièrement depuis plusieurs années sans que vous lui donniez réellement sa place ?

## 21. Intégrer le chemin parcouru

Blocage potentiel : Vous regardez davantage ce qui manque que tout ce que vous avez déjà construit.

Question : Reconnaissez-vous réellement le chemin parcouru jusqu'à aujourd'hui ?

## 22. Devenir le créateur conscient de sa vie

Blocage potentiel : Vous attendez encore que la vie change avant de changer votre manière d'y répondre.

Question : Si vous étiez pleinement responsable de votre évolution, quelle serait votre prochaine décision ?

## Et maintenant ?

Si certaines de ces questions vous ont interpellé, c'est probablement qu'une partie de vous sait déjà où se situe le prochain travail à accomplir.

La bonne nouvelle, c'est qu'un blocage n'est pas une fatalité.

Il est souvent le signe qu'une étape demande simplement davantage d'attention, de compréhension ou de mise en action.

C'est précisément pour accompagner ce cheminement que j'ai créé **Manifestation Alignée**.

Une formation complète en 22 étapes pour vous aider à mieux vous connaître, sortir du mode survie, dépasser vos freins, retrouver votre direction et construire une vie qui vous ressemble réellement.

À travers des exercices, des méditations guidées et des outils concrets, vous avancerez pas à pas dans un parcours conçu pour transformer durablement votre relation à vous-même et à votre vie.

👉 Découvrez **Manifestation Alignée** ici : [Manifestation Alignée | Formation pour créer une vie qui vous ressemble](#)

Parce que parfois, il ne manque pas plus de volonté, il manque simplement la bonne étape.



*On ne manifeste pas seulement des projets.  
On accouche aussi de nouvelles versions de  
soi-même.*

*Anne B.C.*

SUIVEZ-MOI

