

BURN-OUT

Le symptôme de ceux qui (sur)performent



**Comment sortir
la tête de l'eau?**”

Au lieu de se sacrifier corps et âme

☎ 079 874 77 86

✉ info@christophe-ferrari.com

🌐 www.christophe-ferrari.com/burn-out

LE BURN-OUT

Durant plus de 40 ans j'étais, sans le savoir, dans une insatiable quête de reconnaissance extérieure. Aucun diplôme, titre ni médaille ne me suffisait. Il m'en fallait toujours davantage! Plus de salaire, de bravos et de mercis pour la qualité de mon travail. Bref plus de reconnaissance de qui **JE SUIS!**

Faute d'avoir su écouter les nombreux signaux d'alarme du corps, je me suis écroulé. Epuisement général, perte de sens totale, démotivation et doutes m'ont alors submergé comme j'étais inconscient d'être **coupé de MOI-MÊME**. J'étais totalement sourd à ma propre souffrance intérieure!

En bon petit soldat j'avais appris l'efficacité et l'efficacité du «FAIRE vite et bien» mais pas les **besoins vitaux de l'ÊTRE!**

Comment composer avec sa nature profonde et ses aspirations réelles, préserver son énergie et nourrir les besoins de son âme quand on ne nous l'a pas appris?

Un cri de détresse de l'âme?

Le Burn-Out guette surtout les personnes volontaires, ambitieuses et ultra-compétentes. Souvent elles se coupent de leur corps émotionnel pour «mieux performer». Mais ce «mode robot» insensible et sans âme les éloigne surtout davantage de leur **ÊTRE Véritable** et de ce qui les nourrit pleinement.

Mon vécu résonne avec ce qui vous arrive en ce moment?

Christophe Ferrari
Révélateur de talent

**Alors
contactez-moi!**

079 874 77 86
info@christophe-ferrari.com

