



José,

Ce portrait n'est pas un diagnostic médical ou psy.

C'est une mise en lumière bienveillante de ce que tu vis à l'intérieur, pour t'aider à mieux te comprendre et à t'accompagner dans ton changement.

C'est moi, Katia, qui m'occupe de ta Résonance Subconsciente.

### **1. Ce que tu traverses aujourd'hui**

En ce moment, tu as l'impression de vivre un blocage généralisé dans le travail. Tu as le sentiment que tout ce que tu entreprends bloque, comme si une force invisible venait systématiquement freiner ou annuler ce que tu mets en place. Cette sensation de blocage est très forte pour toi : tu la ressens à 10/10 dans ton quotidien.

Tu parles de fatigue émotionnelle, d'un décalage avec les autres, et d'une difficulté à te prioriser.

Tu dis aussi :

« Je n'arrive pas à dire non, donc je ne me priorise pas. »

C'est comme si tu étais constamment en train de t'adapter, de te plier, de te rendre disponible, au point de t'effacer toi-même.

### **2. La pression de devoir prouver ta valeur**

Tu ressens fortement l'impression de devoir toujours prouver ta valeur. Ce n'est pas juste une envie de bien faire : c'est comme un fond permanent, une pression intérieure qui te pousse à devoir montrer que tu mérites ta place, ton rôle, ta réussite.

Cela peut t'amener à :

en faire trop pour les autres

accepter des choses que tu ne voudrais pas

t'épuiser à force de dire oui quand tu aurais besoin de dire non

te sentir en décalage, comme si tu ne fonctionnais pas tout à fait comme tout le monde

Cette pression permanente finit par vider ton énergie, au point que tu te sens émotionnellement épuisé.



### **3. La douleur cachée derrière la phrase choc**

Quand ça ne va pas, la phrase qui revient dans ta tête, c'est :

« J'ai envie que cette vie s'arrête. »

Cette phrase montre l'intensité de ta souffrance et de ton ras-le-bol. Elle ne signifie pas forcément que tu veux disparaître, mais elle dit à quel point tu es fatigué de vivre comme ça, de te battre, de te cogner à des blocages sans en voir le sens.

C'est une phrase de détresse mais aussi, paradoxalement, une phrase d'appel au changement : quelque chose en toi sait que tu ne peux plus continuer de cette manière, que tu as besoin d'autre chose, d'un autre rapport à toi, au travail, à ta valeur.

### **4. Les blessures anciennes qui résonnent encore**

Tu indiques plusieurs expériences qui ont marqué ton histoire :

t'être souvent senti rejeté ou mis de côté

un manque d'affection, de douceur, de présence

des parents très exigeants ou critiques

avoir dû être fort très tôt

avoir vécu des trahisons ou mensonges importants

avoir été rabaissé ou souvent comparé aux autres

Ces éléments construisent un terrain intérieur particulier.

Ils peuvent amener :

le besoin de prouver en permanence que tu es à la hauteur

la difficulté à recevoir de la douceur sans méfiance

la tendance à porter beaucoup sur les épaules, très tôt

la peur d'être à nouveau rejeté, trahi, rabaissé

la croyance que tu dois faire toujours plus pour être accepté

Dans ce contexte, le travail devient parfois le lieu où tu essaies de réparer quelque chose : montrer ta valeur, trouver ta place, faire tes preuves.

Mais quand les choses bloquent, ça vient toucher directement ton sentiment de valeur personnelle.

## **5. Ce que tu aimerais vraiment vivre**

Malgré tout ce que tu traverses, ton désir est très clair.

Dans l'idéal, tu voudrais te sentir épanoui dans ton travail.

Tu te vois heureux, épanoui, dans le don de soi, dans quelque chose qui a du sens pour toi.

La phrase positive que tu voudrais vraiment pouvoir croire un jour, au fond de toi, c'est :

« J'ai réussi. »

Réussir ici n'est pas seulement une question d'argent ou de statut.

C'est réussir à :

te sentir aligné avec ce que tu fais

sentir que tu es à ta juste place

ne plus vivre chaque projet comme un blocage, mais comme un terrain d'expression

ne plus t'épuiser à prouver ta valeur, parce que tu la sens en toi

## **6. Ce que la Méthode Résonance Subconsciente va travailler pour toi**

Avec la Méthode Résonance Subconsciente, l'intention est de t'aider à :

dissoudre les blocages inconscients qui se rejouent dans ton travail

relâcher la pression de devoir sans cesse prouver ta valeur

transformer ta difficulté à dire non, pour que tu puisses te prioriser davantage sans culpabilité

apaiser la fatigue émotionnelle et le sentiment de décalage

remettre à leur place les anciennes voix critiques (parents exigeants, comparaisons, rabaissements)

L'audio va parler directement à la partie de toi qui en a marre de se cogner à des murs invisibles,

pour lui redonner :

de l'espace

du souffle

la permission d'exister autrement dans le travail

Peu à peu, il s'agira de passer de

« Tout ce que j'entreprends bloque »

à

« Ce que j'entreprends peut avancer, à mon rythme, parce que j'ai ma place. »

Et de transformer progressivement

« J'ai envie que cette vie s'arrête »

en une sensation beaucoup plus profonde :

« Cette vie m'appartient, et je peux la construire à mon image. »



## **7. Vers la version de toi qui a réussi**

La version de toi qui a dépassé ce blocage, tu la vois :

heureuse

épanouie

capable de donner de toi sans te sacrifier

en paix avec ton parcours

fier de dire « J'ai réussi », parce que tu sens que tu as trouvé ta place

Le travail de Résonance Subconsciente ne va pas "magiquement" tout

régler en un jour,

mais il vient changer la base intérieure sur laquelle tu te tiens.

Il vient t'aider à ne plus te définir uniquement par les blocages,

mais par la personne que tu es en train de devenir :

un homme qui a traversé beaucoup de choses,

qui a porté beaucoup trop,

et qui commence maintenant à se donner le droit de réussir autrement,

sans s'épuiser, sans se perdre.

Katia