

# AGOTAMIENTO (ASTENIA O BURNOUT)

**Definición:** Largo periodo de estrés en el organismo que degenera en fatiga crónica y de difícil recuperación.

**Técnico:** 4 a Etapa Embrionaria. Conflicto de huida emocional en un entorno laboral o de actividad.

**Sentido biológico:** Parada forzada de las máquinas. No puedo seguir perdiendo energía como lo hago y por eso el organismo se retrae.

**Conflicto:** Relacionado con la huida de una fuerte emoción vivida mayoritariamente en un entorno laboral o de actividad.

Haber olvidado de que la vida es un regalo y en ella todo está bien. Hemos cedido toda autoridad al respecto.

**Fatiga crónica:** Conflicto de dirección sumado a uno de impotencia, uno de desvalorización y un elemento oblicuo (movimiento, proyección geométrica...) sumado a un conflicto con los líquidos.

**Conflicto de culpabilidad:** Memoria de culpabilidad del superviviente que cree no merecerse vivir.

## ASTENIA NERVIOSA

**Definición:** Síntoma de debilidad y cansancio físico y psíquico producida a nivel mental, o sea sin esfuerzos físicos. Puede producir miedo, tristeza, remordimiento y amargura.

**Técnico:** 4 a Etapa Embrionaria.

**Vagotonía:** Fase de curación de un conflicto de desvalorización profunda. Conflicto de lucha/huida.

**Sentido biológico:** La función de la astenia nerviosa es la de detenerte ante los peligros que conlleva seguir realizando un esfuerzo en la misma dirección que llevamos. Se produce a nivel del sistema nervioso central y de la mente, por lo tanto, los peligros se viven también a un nivel mental.

**Conflicto:** Desvalorización profunda de mis capacidades de analizar, comprender y actuar ante los retos de la vida.

Conflictos de dirección + impotencia + desvalorización + conflicto de movimiento + un conflicto con líquidos

Conflicto de culpabilidad de aquel que logra sobrevivir frente al que murió  
(transgeneracional)