

**COMMUNIQUE DE PRESSE**

**CHRISTOPHE DE RUBROUCK**



LES ÉDITIONS  
SYDNEY LAURENT

# CHRISTOPHE DE RUBROUCK

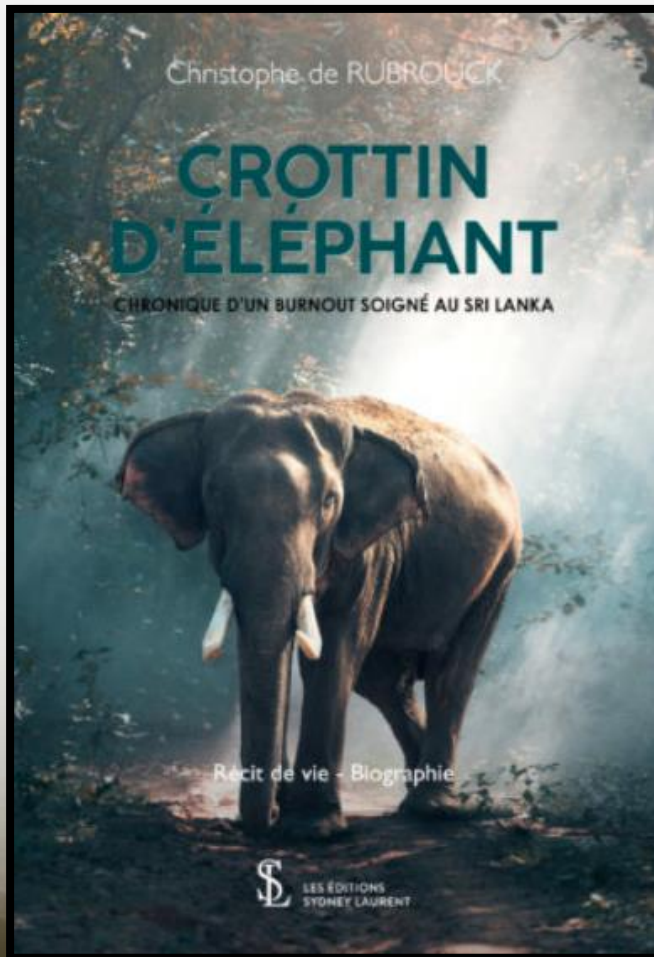
## A PROPOS DE L' AUTEUR



Christophe de Rubrouck est le pseudonyme d'un universitaire qui a changé de vie. Après vingt-cinq ans à enseigner à la fac, à écrire des livres et des articles dits scientifiques, il atteint son point de rupture de façon brutale lors d'une profonde dépression. Alors même qu'il n'a jamais connu le moindre arrêt maladie, il séjourne près de deux mois en hôpital psychiatrique pour soigner cette horrible maladie qu'est la dépression. Profitant ensuite du dispositif de congé sabbatique, Christophe de Rubrouck quitte presque tout pour partir dans l'inconnu de la jungle Sri Lankaise s'occuper d'éléphants. Ce voyage à caractère initiatique est l'occasion pour lui de renouer avec ses origines, la vie à la campagne, le contact avec la terre, le travail manuel, l'effort physique, les réalisations concrètes. Tout le contraire de sa vie d'intellectuel universitaire.

# CROTTIN D ELEPHANT

## Chronique d'un burnout soigné au Sri Lanka

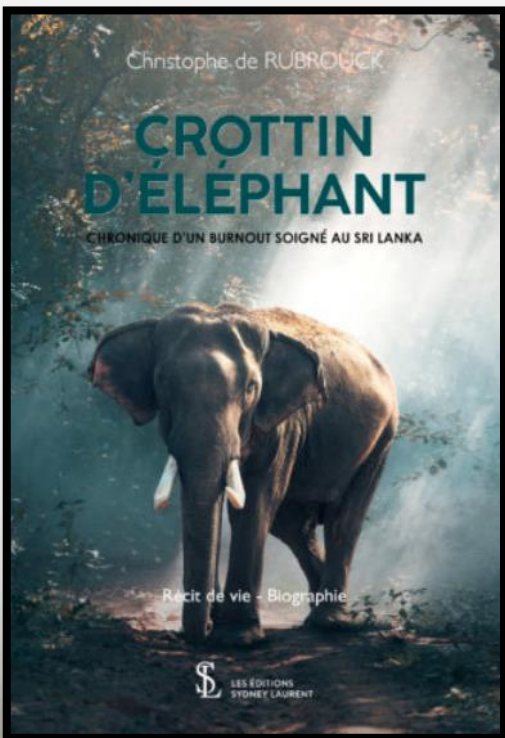


### RESUME DU LIVRE : Récit de vie - Biographie

Burnout, dépression, saturation, effondrement, séjour en hôpital psychiatrique. Ce livre évoque dans le détail la descente aux enfers qu'a connu un universitaire qui respectait en apparence tous les canons de la réussite sociale et professionnelle. Fin 2016 pourtant, un ras le bol professionnel combiné avec la rupture d'une histoire d'amour le conduisent au bord du précipice, autrement dit l'envie d'en finir. Sur les conseils d'amis, l'auteur accepte de faire soigner la douloureuse maladie qu'est la dépression. En guise de convalescence, l'auteur décide de changer de vie et de partir au Sri Lanka en tant que volontaire pour s'occuper d'éléphants. Lors de ce voyage dans l'inconnu, il réapprend les gestes et les activités qu'il réalisait pendant son enfance. Travail manuel, très physique, au contact d'animaux majestueux et potentiellement dangereux, il retrouve ainsi le goût de vivre.

# CROTTIN D'ÉLÉPHANT

## Chronique d'un burnout soigné au Sri Lanka



### CROTTIN D'ÉLÉPHANT

CHRONIQUE D'UN BURNOUT SOIGNÉ AU SRI LANKA

Burnout, dépression, saturation, effondrement, séjour en hôpital psychiatrique. Ce livre évoque dans le détail la descente aux enfers qu'a connu un universitaire qui respectait en apparence tous les canons de la réussite sociale et professionnelle. Fin 2016 pourtant, un ras le bol professionnel combiné avec la rupture d'une histoire d'amour le conduisent au bord du précipice, autrement dit l'enfer d'en finir. Sur les conseils d'amis, l'auteur accepte de faire soigner la douloureuse maladie qu'est la dépression. En guise de convalescence, l'auteur décide de changer de vie et de partir au Sri Lanka en tant que volontaire pour s'occuper d'éléphants. Lors de ce voyage dans l'inconnu, il réapprend les gestes et les activités qu'il réalisait pendant son enfance. Travail manuel, très physique, au contact d'animaux majestueux et potentiellement dangereux, il retrouve ainsi le goût de vivre.



*Christophe de Rubrouck est le pseudonyme d'un universitaire qui a changé de vie. Après vingt cinq ans à enseigner à la fac, à écrire des livres et des articles dits scientifiques, il atteint son point de rupture de façon brutale lors d'une profonde dépression.*

*Alors même qu'il n'a jamais connu le moindre arrêt maladie, il séjourne près de deux mois en hôpital psychiatrique pour soigner cette horrible maladie qu'est la dépression.*

*Profitant ensuite du dispositif de congé sabbatique, Christophe de Rubrouck quitte presque tout pour partir dans l'inconnu de la jungle Sri Lankaise s'occuper d'éléphants. Ce voyage à caractère initiatique est l'occasion pour lui de renouer avec ses origines, la vie à la campagne, le contact avec la terre, le travail manuel, l'effort physique, les réalisations concrètes. Tout le contraire de sa vie d'intellectuel universitaire.*

LES ÉDITIONS  
SYDNEY LAURENT

Crédits : Sasin Tipchai  
Graphisme : Proxima



### Informations sur le livre: Récit de vie – Biographie

#### Détails sur le produit :

Broché : 19.90€

Nombre de pages : 340

Editeur : EDITION SYDNEY LAURENT

Langue : Français

ISBN 97910326106002

# *Se procurer les ouvrages*

## **Professionnels**

Passez vos commandes via le logiciel Dilicom

## **Particuliers**

**Compta@editions-sl.fr**

**01 80 97 77 74**

# Contactez l'attachée de presse



LES ÉDITIONS  
SYDNEY LAURENT

**Service Presse Isabelle**

isabelle@editions-sl.fr

Téléphone : 01.80.977.773