

# Hipnoterapia al rescate

*Esta técnica ayuda a sanar estados de ánimo pesimistas transformándolos en mentes positivas y dispuestas a salir adelante.*

“La ansiedad existencial es un malestar constante que no deja vivir ni disfrutar la vida, es un constante descontento, una sensación de no pertenecer a ningún lugar, a ninguna persona, es una experiencia de rechazo hacia uno mismo y a todo, que puede ir en aumento...”, afirma Tibor Zsámboki, hipnoterapeuta certificado. La sensación de vacío, explica, es la causante de depresiones y ansiedades existenciales: “Estas personas tienen una fijación inconsciente en el pasado que no les deja disfrutar del presente. Por lo general tienen baja autoestima y cuando alguien los ama, tampoco lo valoran”.

Uno de los remedios, que no tiene efectos negativos, es analizar la historia del individuo, tratarla y sanarla utilizando la hipnoterapia, que emplea la psicología profunda o del subconsciente y la dirige al origen del problema para superarlo de raíz. Se trabaja a través de regresio-

nes, bajo hipnosis (en el que el paciente se encuentra consciente, pero se logra extraer la información necesaria desde su inconsciente). Tibor argumenta que esta terapia ayuda a la gente a través de sesiones semanales, en las que se retrocede año por año en la historia de vida del paciente. Durante el tratamiento, el individuo habla de su pasado sintiéndose aliviado de recuerdos duros que llevan una carga emocional pesada en su vida presente, reconciliando de esa forma sucesos traumáticos con su realidad actual. Aplicando la psicología profunda se llega a comprender y aceptar los hechos que marcaron su vida y así los patrones repetitivos negativos ya no vuelven, los registros patológicos se sanan y se borran reemplazándose por registros sanos que se van descubriendo a lo largo de la terapia. Un claro ejemplo lo constituyen las sesiones de concepción, donde el paciente “usualmente,

Durante el tratamiento, el individuo habla de su pasado, sintiéndose aliviado de recuerdos duros que llevan una carga emocional pesada en su vida presente.

Por Carla de Patiño. Fotos: Segundo Espín



**Tibor Zsámboki, hipnoterapeuta, asegura que esta terapia permite sanar heridas del pasado para vivir mejor el presente.**

bajo hipnosis, revive su nacimiento, los meses dentro del vientre materno y puede identificar la negativa transmitida por su madre, bloquearla y realzar lo positivo. En estas sesiones de concepción el paciente descubre que está donde quiere estar y tiene clara su misión, tomando autorresponsabilidad de su vida, dejando de culpar al resto por su malestar”.

A lo largo de la terapia, explica el terapeuta, “todo comienza a cambiar y a mejorar de manera natural. Primero el entorno notará la diferencia y luego la persona tratada. Un bienestar general, un estado de felicidad comenzará a manifestarse en la vida del paciente. El 'yo' se fortalece, la capacidad de tomar decisiones aumenta y la espiritualidad se enriquece...”.

Asesoría: Centro de Hipnoterapia y Regresiones.  
Av. Amércia N36-191 y Naciones Unidas. 5to. Piso,  
Edif. Izurieta Hnos. Teléfono 224-0227. Quito.