Publicado en Ciudad de México el 29/06/2022

# [El método Xpand encuentra la fuente que originó algún bloqueo emocional para desactivarlo](http://www.notasdeprensa.es)

## Por sus características, la terapia psicoespiritual está indicada para casi cualquier persona, pero especialmente para aquellas personas cuya vida no fluya adecuadamente por alguna enfermedad física, emocional, o por cualquier otra situación que limite su vida. También para aquellas que quieran entrar en un profundo proceso de crecimiento personal y quieran recordar sus distintos dones, cualidades, habilidades y propósitos de vida

 La terapia psicoespiritual ayuda a la persona a conseguir un estado acrecentado de consciencia para identificar las situaciones “enterradas” en su mente. Mediante la relajación profunda o hipnosis, se guía a la persona a regresar a la edad temprana, la infancia, adolescencia, vientre materno o más atrás, para revivir hechos que pudieron provocar el impacto emocional causante de comportamientos y problemas actuales. Con la terapia psicoespiritual se desactivan del cuerpo lo que se conoce como memorias ancladas al conectar con las emociones reprimidas, darles un espacio y liberarlas, para producir la sanación física o emocional. Los beneficios de esta metodología son evidentes para las personas que quieren superar una situación traumática del pasado, que les ha dejado algún tipo de síntoma en su estado emocional actual a través de su vida sentimental, familiar o laboral y que no consiguen averiguar la causa. También para aquellos individuos que únicamente quieren aprender de sí mismos y buscan un camino de crecimiento personal, a través del autoconocimiento y prefieren ser acompañados de un profesional que les mostrará sus fortalezas y debilidades a través de esta técnica. La terapia psicoespiritual es un camino de autodescubrimiento, donde se explora más allá de los recuerdos, al entrar en lo que se conoce como vidas pasadas, la persona afirma recordar vivencias acontecidas así misma, en otra vida. Esta experiencia es altamente esclarecedora porque al conocer las fortalezas y debilidades pasadas, explican el comportamiento actual. La simbología que despliega el inconsciente al crear imágenes de una “vida pasada” se conecta con los acontecimientos del presente. Las personas pueden profundizar con la terapia psicoespiritual como herramienta para detenerse y afrontar el estrés o los bloqueos emocionales que interrumpen el flujo de sus vidas. Esta metodología es muy efectiva en el ámbito profesional porque se trabajan aspectos como la asertividad, comunicación, trabajo en equipo, delineación de metas, creatividad, gestión del tiempo y de ventas. ​​Si lo que se busca son cambios en el desempeño del capital humano, estos deben empezar en el interior del propio capital humano y el mejor lugar para empezar es descubriendo cómo conseguir un estado mental de alto rendimiento. La confianza entre los diferentes grupos se construye, clarificando las metas individuales y de la empresa para hacerlas congruentes con los mismos valores individuales y de la empresa. Al igual que identificar creencias limitantes para apoyar a los participantes para ir más allá de sus miedos y resistencias, se logra que estos se empoderen y se motiven hacia lo que quieren conseguir. Alfredo García Suárez, fundador de XPAND, el camino del autoconocimiento, ofrece en su plataforma www.expand.org.mx, una agenda de horas disponibles para sesiones individuales y meditaciones prácticas para sanar o equilibrar diversos aspectos de la vida. Alfredo cuenta con más de 25 años de experiencia, ha ayudado a miles de personas a retomar ese equilibrio que se creía perdido desde ese proceso de sanación a través de la vanguardista terapia psicoespiritual.

**Datos de contacto:**

Yvonne Franco Ortega

+525511263474

Nota de prensa publicada en: [https://www.mexicopress.com.mx/el-metodo-xpand-encuentra-la-fuente-que](http://www.notasdeprensa.es/educalivecom-disfruta-de-cursos-presenciales-y-clases-particulares-a-traves-de-internet)

Categorías: Sociedad Medicina alternativa Estado de México Ciudad de México



[**http://www.mexicopress.com.mx**](http://www.notasdeprensa.es)