

TONY COUTO



**POR DENTRO
DA MENTE**

OS BASTIDORES DA HIPNOTERAPIA

SOBRE O AUTOR

O caminho da alma

De empresário a hipnoterapeuta. De pai enlutado a curador de dores invisíveis. A jornada de Tony Couto é marcada não apenas por títulos ou formações, mas por uma verdade profunda: a alma sempre sabe o caminho.

Durante muitos anos, Tony viveu como tantos vivem — buscando o sucesso, superando desafios, vencendo batalhas diárias e construindo negócios. Mas tudo mudou quando sua vida foi atravessada pela dor mais profunda que um ser humano pode sentir: a perda de sua filha, Alice Thay.



Essa dor, que poderia tê-lo paralisado, tornou-se o catalisador de um novo propósito. Movido por um amor que ultrapassa os limites da matéria, Tony mergulhou no universo da mente, da alma e das emoções. Ele não buscava apenas respostas... ele buscava cura. E encontrou.

Formou-se pela renomada OMNI Hypnosis Training Center, incluindo a certificação em OMNI KIDS, especializou-se em TRI – Terapia de Reintegração Implícita, Decodificação Corpo e Mente, Hipnose Peroperatória e se tornou Terapeuta Comportamental pelo MTI – Método de Terapia Integrada. Uniu esse profundo conhecimento terapêutico à Nova Medicina Germânica, reconhecendo que por trás de cada sintoma físico, há um conflito emocional não resolvido.



Com essa bagagem, criou o Método BeLife — uma abordagem integrativa que promove a cura emocional profunda com base em ciência, hipnose e sabedoria ancestral.

Tony também é Palestrante Internacional e coautor de dois livros transformadores: o best-seller “Autoridade Inabalável” e a obra “Caminhos da Transformação”, onde compartilha mais sobre sua jornada pessoal e profissional.

Hoje, é referência em hipnoterapia transformacional, com atendimentos presenciais e on-line, programas terapêuticos como Libertação de Vícios, Coluna Livre, Mentalize: O Show, além de ser o fundador do Instituto Alice Thay, um espaço que honra a vida, transforma o luto em legado e ajuda milhares de pessoas a se reconectarem com seu verdadeiro propósito.



Sua missão é clara: curar pelo despertar da verdade interior, acolhendo dores, dissolvendo traumas e guiando almas de volta para casa — para dentro de si mesmas.



Este não é apenas um e-book. É uma extensão de sua missão. E se você chegou até aqui, talvez sua alma já esteja pronta para lembrar do caminho.



UMA NOVA MANEIRA DE VER SUA MENTE

Você está prestes a mergulhar nos bastidores de algo que pode mudar sua vida — de dentro para fora.

Não se trata de mágica. Nem de truques de palco. Aqui você vai descobrir como acessar a parte mais poderosa e esquecida da sua mente: o seu subconsciente.

Esse e-book foi criado para abrir portas. Para revelar como traumas, medos, inseguranças, compulsões e até sintomas físicos podem ter origem em emoções mal resolvidas, e como a hipnoterapia pode te ajudar a mudar isso... de forma natural, rápida e transformadora.



Ao longo das próximas páginas, você vai aprender como sua mente funciona, o que realmente é hipnose, por que tantas pessoas conseguem mudar em tão pouco tempo — e o que você pode fazer para dar esse passo também.

Se algo te tocou, é porque está na hora de mudar.



O QUE NÃO É HIPNOSE

HIPNOSE NÃO É CONTROLE MENTAL. É PERMISSÃO.

Durante muito tempo, o mundo confundiu hipnose com mágica.

E não dá pra culpar ninguém — afinal, quem nunca viu alguém no palco comendo cebola achando que era maçã?

Mas a verdade é simples: aquilo só acontece porque a pessoa permite.

Não existe hipnose sem permissão.

Não existe transformação sem entrega.



Na HIPNOSE DE PALCO o foco é o entretenimento.

Na HIPNOTERAPIA o foco é profundo: libertar você de padrões, dores, traumas e bloqueios.

Só muda quem aceita mudar. Só vai fundo quem permite o mergulho.
Não se trata de dominar a mente do outro.
Trata-se de libertar a sua.



MODELO DA MENTE

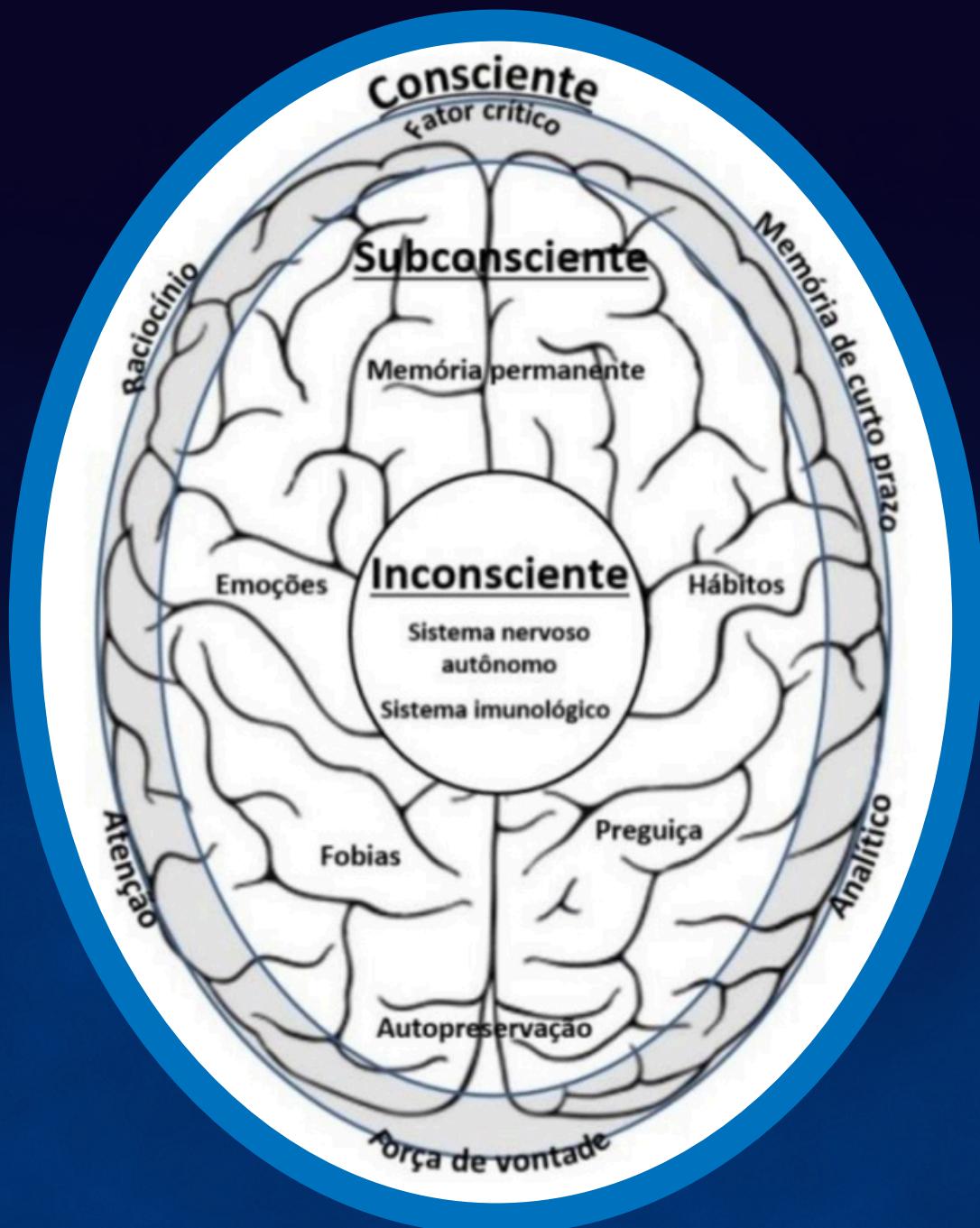
COMO SUA MENTE FUNCIONA — E POR QUE VOCÊ NÃO CONSEGUE MUDAR SÓ COM A FORÇA DE VONTADE

Segundo o modelo de Gerald Kein, a mente é dividida em 3 partes:

1. Mente Consciente: lógica, racional, representa apenas 5% do nosso funcionamento.
2. Mente Subconsciente: 95% da mente. Aqui moram memórias, hábitos, traumas, emoções e programação automática.
3. Mente Inconsciente: controla o sistema nervoso, respiração, batimentos e nos mantém vivos.



É o subconsciente que comanda seu comportamento real.



O FATOR CRÍTICO

O GUARDA QUE IMPEDE A MUDANÇA

Imagine que existe um guarda na porta do seu subconsciente.

Ele avalia: “Isso já é familiar?”, “Está de acordo com sua programação?”

Se sim, deixa passar. Se não, bloqueia.

Por isso a força de vontade sozinha quase nunca funciona.

A hipnose cria uma brecha nesse filtro — e é por essa abertura que acessamos e reprogramamos o que te limita.



O QUE É HIPNOSE DE VERDADE?

Hipnose é atravessar o filtro do fator crítico e falar diretamente com o subconsciente.

É como abrir uma porta secreta para onde vivem emoções não resolvidas, memórias esquecidas e crenças limitantes.

Durante o transe, o hipnoterapeuta insere sugestões:

- Personalizadas: feitas sob medida para sua história.
- Aceitáveis: que fazem sentido para a sua mente.

E é por isso que funciona tão bem: você fala com a parte que realmente decide como você age, sente e reage.



O PREÇO DE NÃO MUDAR SEUS CONFLITOS EMOCIONAIS

O que começa com ansiedade vira vício.
O que parecia estresse vira dor crônica.
O que foi ignorado vira sabotagem.
O medo não enfrentado vira uma vida travada.

Você pode acabar vivendo:

- Insônia, vícios, compulsões
- Ansiedade, pânico
- Problemas de autoestima
- Doenças psicossomáticas
- Relacionamentos conturbados
- Sensação de viver no piloto automático

A boa notícia? Você pode mudar tudo isso. E rápido.



COMO FUNCIONA UMA SESSÃO DE HIPNOTERAPIA?

1. Antes da sessão:

Bate-papo, ficha, explicação, confiança e foco.

2. Durante a sessão:

Transe hipnótico, acesso ao subconsciente, regressão à causa, ressignificação.

3. Depois da sessão:

Orientações práticas e percepção dos resultados.

Em muitos casos, 1 a 3 sessões bastam.



O QUE PODE SER TRATADO COM A HIPNOTERAPIA?

- Ansiedade, estresse, procrastinação
- Compulsões, vícios, bloqueios
- Fobias, traumas, sabotagens
- Dores físicas sem causa definida
- Transtornos alimentares, insônia
- Emoções não resolvidas e padrões repetitivos

E A CIÊNCIA COMPROVA!

Montgomery (2000): Hipnose + eficaz contra dor.

Kirsch (1995): Redução de ansiedade superior à média.

Hammond (2010): Resultados acelerados em traumas e fobias.



CONVITE

Você não precisa mais viver com ansiedade, dores ou bloqueios.

A transformação começa com uma escolha. A sua.

Conheça meus serviços:

- Sessões de Hipnoterapia
- Áudios Terapêuticos
- Cursos e Eventos
- Palestras Transformadoras



+55 21 99823-5433



terapeuta@tonycouto.com.br



tonycouto.oficial



tonycouto.com.br



Av. das Américas, 500 - Bloco 13 - Sala 314



*A mente sente, o corpo reflete...
Mas a alma sempre sabe o caminho.*

*Quando você escuta sua verdade,
a cura começa.*

Não se traia! Simples assim.





TONY COUTO
Hipnoterapeuta