



Een zorgeloze start met de "ThroughConversation™ methode" - Doorbreek zelf opgelegde beperkingen -

De gerenommeerde Canadese personal coach, Jean-Paul Gravel, een toonaangevend expert op het gebied van het doorbreken van beperkende gedachten, nodigt geïnteresseerden uit om deel te nemen aan zijn *Emotional Freedom Retreats*, waarbij persoonlijke ontwikkeling en emotionele vrijheid centraal staan.

Deze unieke programma's combineren eeuwenoude wijsheden met moderne technieken en zijn in staat binnen een relatief kort tijdsbestek een groot aantal positieve veranderingen te realiseren. De *Emotional Freedom Retreats* zijn gebaseerd op de ThroughConversation methode, die door Gravel is ontwikkeld. Door momenten van verhelderend inzicht te creëren, maakt de ThroughConversation methode het mogelijk om ongewenste denkpatronen te doorbreken en de deelnemers te inspireren om meer authenticiteit en voldoening in hun leven te brengen. De programma's zijn uitermate geschikt voor zowel een deelname alleen als met een levenspartner en hebben als doel om emotionele stress weg te nemen.

De ThroughConversation™ methode:

De methode beoogt op een snelle manier een gezonde emotionele mindset met de bijbehorende dagelijkse denkpatronen op te bouwen. Met als resultaat een betere geestelijke en lichamelijke gezondheid. Vanuit zijn praktijk in Vancouver heeft Gravel al honderden mensen met succes geholpen om weer controle over hun leven, werk, relaties en gezondheid te krijgen.

Gravel legt uit: "Als mens zijn wij ingesteld om te denken in beperkingen. Zonder dat we ons ervan bewust zijn creëren we voor onszelf tastbare en denkbeeldige obstakels, die niet noodzakelijkerwijs voortkomen uit onze vrije keuze. Wie we eigenlijk zijn, raakt ondergesneeuwd en we spelen alleen nog een rol. Ons doel is om mensen te helpen om deze obstakels, die we gedurende ons leven voor onszelf hebben opgeworpen, uit de weg te ruimen."

Naast de groepsessies biedt het ThroughConversation programma ook een serie vervolgesprekken. Het programma is erop gericht mensen te helpen een nieuwe mindset te vinden en de talloze oorzaken van emotionele stress te verslaan, waarbij zowel in geestelijk als in lichamelijk opzicht de kwaliteit van leven significant toeneemt. Door gebruik te maken van verbale en non-verbale communicatie, zet het programma veranderingen in gang in ons bewustzijn en in ons onderbewustzijn, waardoor we op een betere manier kunnen denken, voelen en handelen.

Waarom ThroughConversation™?

De meeste deelnemers willen hun emotionele en lichamelijke gezondheid verbeteren om evenwichtiger en positiever in het leven te staan. Sommigen willen van emotionele problemen als depressie, angst of woede afkomen, anderen willen dat bepaalde lichamelijke problemen als migraine, slapeloosheid of huidaandoeningen verdwijnen, weer anderen willen betere relaties opbouwen en hun sociale vaardigheden ontwikkelen of willen misschien zelfs wel een nieuwe draai aan hun leven geven.

Om mee te doen:

Gravel organiseert zijn *Emotional Freedom Retreats* in:

- Lage Vuursche, **Nederland** van 13 tot 16 augustus 2015 en
- Vesseax, **Frankrijk** van 24 tot 28 augustus 2015.

Kijk voor meer informatie en ervaringen van deelnemers op:

www.throughconversation.com & www.emotionalfreedomretreats.com

NOOT VOOR DE REDACTIE

Voor beeldmateriaal en extra informatie:

Mike Bulten | mike.bulten@fuse-communication.com | T: 020 622 8998 - M: 06 836 99 882
FUUSE Communication, Beethovenstraat 184, 1077 JX Amsterdam

Carefree start with the ThroughConversation™ method - Put an end to self-imposed limitations -

The renowned Canadian personal coach and a leading expert in dissolving limiting beliefs, Jean-Paul Gravel, invites those interested in personal development to participate in his Emotional Freedom Retreats.

These unique programs combine ancient wisdom with modern techniques and can bring about many positive changes within a relatively short timeframe. The Emotional Freedom Retreats are based on the ThroughConversation method, developed by Gravel. By creating enlightening moments for the participants, ThroughConversation helps break unhealthy thought patterns and inspire the participants to live a more authentic and fulfilling life. The programs are perfect for individuals or couples who are aiming to take away emotional stress.

The ThroughConversation™ method:

The method aims at rapidly building a healthy emotional mind with the corresponding daily thought patterns, resulting in better emotional and physical health. Gravel, from his practice in Vancouver, has helped hundreds of people regain control of their lives, their work, relationships and health.

Gravel explains: " As people, we are conditioned to "Restrictive" thinking. We unknowingly impose tangible and intangible barriers on ourselves that are not necessarily of our own choosing. Our true "self" is repressed and a façade will be in its place. Our goal is to help people let go of self-imposed barriers that have been formed over a lifetime."

In addition to group retreats, ThroughConversation offers a program that consists of a series of sequential conversations. It is designed to help people retrain their minds and overcome many causes of emotional stress, thereby significantly improving the quality of life, both in a mental and physical sense. Using verbal and non-verbal communication it creates changes in the conscious and subconscious mind, resulting in an improved way of thinking, feeling and acting.

Why ThroughConversation™?

Most participants are looking for better emotional and physical health, in order to be more balanced and positive in life. Some want to get rid of emotional problems such as depression, anxiety or anger; some want certain physical problems, such as migraines, insomnia or skin problems to disappear, and others want healthier relationships, better social skills, or perhaps even to start a new chapter in their lives.

To join the retreats:

Gravel will hold the Emotional Freedom retreats:

- Lage Vuursche, **Netherlands** 13-16 August 2015 and,
- Vesseax, **France** 24-28 August 2015.

For more information and testimonials:

www.throughconversation.com & www.emotionalfreedomretreats.com

NOTE TO EDITORS

For images and additional information:

Mike Bulten | mike.bulten@fuse-communication.com | T: 020 622 8998 - M: 06 836 99 882
FUSE Communication, Beethovenstraat 184, 1077 JX Amsterdam