

**Brandon Bays, Kevin Billett**

**Goodbye Depression**

**Mit der JOURNEY®-Methode in Freiheit und Freude leben**

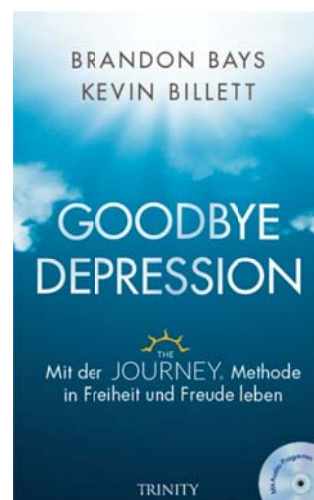
296 Seiten, **Trinity Verlag**

13,5 x 21,5 cm, Klappenbroschur mit MP3-CD,

Laufzeit: 257 Minuten

19,99 € (D) / 20,60 € (A)

ISBN 978-3-95550-212-6



**Erscheinungstermin: Oktober 2016**

## Endlich frei

Die Depression ist eine Krankheit, die insbesondere in der westlichen Welt immer mehr Menschen fest im Griff hat: rund 360 Millionen Menschen sollen weltweit an dieser Erkrankung leiden. Das Autorenpaar **Brandon Bays** und **Kevin Billett** weiß aus eigener Erfahrung, wie lähmend die Depression sein kann und kennt das Gefühl tiefster Verzweiflung und Hoffnungslosigkeit. Und ebenso weiß das Paar, das seit 15 Jahren zusammenarbeitet, dass es einen Weg gibt, diese erdrückenden Fesseln zu sprengen.

Brandon Bays entwickelte THE JOURNEY® in Folge einer Tumorerkrankung: Es ist eine Heilmethode, die sich gleichermaßen mit Körper und Geist befasst und inzwischen als ein Klassiker der Lebenshilfe gilt. Einfach anwendbar und mit unmittelbarer Wirkung zeigt diese Technik Wege auf, blockierte Emotionen zuzulassen und selbst gestellte Hindernisse zu überwinden. Kevin Billett schaffte es, sich in nur einer Journey-Sitzung von einer über 30 Jahre andauernden Depression zu befreien – eine Erfahrung, die er in **Goodbye Depression** teilt, um andere Betroffene bei ihrem Heilungsprozess zu unterstützen.

Das Buch gliedert sich in elf Kapitel, die schrittweise die verschiedenen Stadien der Depression, ihre Ursachen und Auswirkungen thematisieren und parallel leicht nachvollziehbare Lösungsvorschläge anbieten. *Goodbye Depression* macht sich behutsam auf die Suche nach dem Kern der Krankheit und legt diesen frei. Die Autoren legen dabei stets Wert auf einen gleichermaßen sensiblen wie auch ehrlichen Umgang mit der Erkrankung. Das Buch von Bays und Billets ist ein unterstützender Ratgeber, der dem Betroffenen das Gefühl vermittelt, nicht allein und vor allem stark genug zu sein. Die Übungen helfen bei einer Neuorientierung und motivieren den Leser, seine Heilung selbst in die Hand zu nehmen und Frieden zu schließen mit den eigenen Ängsten und Blockaden.



© privat

## Brandon Bays und Kevin Billett

Brandon Bays arbeitete mehr als zehn Jahre lang mit Anthony Robbins und leitete Seminare in den Bereichen ganzheitlicher Gesundheit und Bewusstseinsentwicklung, bevor sie den JOURNEY®-Prozess entwickelte. Ihr Mann Kevin Billett bietet in Zusammenarbeit mit Brandon Bays seit mehr als 15 Jahren Seminare im Bereich Persönlichkeitsentwicklung an. Beide leben heute in England und reisen durch die ganze Welt, um THE JOURNEY allen Menschen nahezubringen.

[www.journeyseminare.de](http://www.journeyseminare.de)