**JOHANN ZILLMANN | VERÄNDERE DEIN LEBEN**

Veränderung ist eine Tür, die nur von innen aufgeht. Die meisten von uns sehen Verbesserungsbedarf in bestimmten Lebensbereichen. Häufig fehlt uns jedoch die Inspiration, Willenskraft oder Disziplin, um ambitionierte Vorhaben in die Tat umzusetzen. Dabei ist es kinderleicht, neue Routinen zu kultivieren, sobald wir Klarheit über menschliche Verhaltensweisen, unsere Persönlichkeit und unsere individuellen Ziele erlangen.

**Johann Zillmann** nimmt den Leser mit auf eine Reise zu sich selbst. Die Erkenntnis, dass Leben an sich Veränderung bedeutet, bildet den Startpunkt. Zudem ist das Streben nach einer besseren Existenz urmenschlich und muss selbstverantwortlich angegangen werden. Dazu ist es erforderlich, zu wissen, woher man kommt, wer man ist und wohin man möchte. Der Vision folgt eine Planung und die eigentliche Ausführung. Zuletzt schließt sich der Kreis, indem wir begreifen, dass wir uns kontinuierlich wandeln müssen, unsere Ziele kritisch hinterfragen, Pläne anpassen und Handlungen entsprechend ausrichten. Sobald wir proaktiv Transformationsprozesse Anstoßen, werden wir der Kapitän unseres eigenen Schiffes und können flexibel navigieren.

**Verändere dein Leben** ist damit ein praktischer Leitfaden für jeden Menschen, der mehr erwartet als Mittelmässigkeit. Es ist eine Ode an das Leben und die schöpferische Kraft, die in uns allen schlummert.

**JOHANN ZILLMANN | CHANGE YOUR LIFE**

Transformation is a door, which can only be opened from the inside. Most of us see improvement potential in certain areas of life. Yet we often lack inspiration, willpower and resilience to realize our ambitious plans. In fact it is very easy to cultivate new routines once we obtained clarity about behavioral patterns, our personality and individual goals.

**Johann Zillmann** takes us on a journey to ourselves. The starting point is the insight that life itself means change. Also, striving for a better existence in primeval and has to be done in a self-responsible way. This implies that we know where we are from, who we are and where we want to go. Based on the vision we can develop plans and execute them. Finally the circle closes by acknowledging that we have to change continuously, challenge our objectives, adjust our plans and align our actions respectively. As soon as we proactively trigger transformational processes, we become the captain of our own ship and can navigate in an agile way.

**Change your Life** is thus a practical guide for everyone, who expects more than mediocracy. It is an ode to life and the creative forces within us.

Johann Zillmann, Verändere dein Leben, 180 S., ISBN 978-3-936172-46-1