



Harald Koisser  
**Die Kunst, sich zu verändern**  
Format 13,5 x 21,5 cm | 160 Seiten  
Hardcover, Schutzumschlag  
ISBN 978-3-7015-0589-0  
€ (A, D) 19,90 | Orac  
Auch als E-Book erhältlich  
ET: Anfang September 2016

### **Wie drückt man den Reset-Knopf seines Lebens?**

Lebensstil und Gewohnheiten sind kein Schicksal. Sie sind selbst gewählt. Und sie lassen sich verändern. Harald Koisser zeigt, wie es geht. Denn Veränderung ist eine Kunst, die jeder beherrschen kann. Er nimmt die LeserInnen bei der Hand, geht mit ihnen den „direkten Umweg zum Ziel“ und führt sie durch die Tore der Veränderung – etwa das Tor der Stille, das Tor der Liebe, das Tor der Spiritualität. Zu jedem Kapitel gibt es Übungen, die den Blick auf die Welt verändern, neue Perspektiven eröffnen, Lebenslust, Begeisterung und Freude wecken. So lässt sich ein Zukunftsbild des Lebens entwerfen, das all das enthält, was bisher nur Wunschtraum war.

#### **Die wichtigsten Schritte auf dem Weg zur Veränderung**

*Visionen zulassen – Werthaltungen hinterfragen – Vergangenes hinter sich lassen – eingefahrene Gewohnheiten über Bord werfen – Neues wagen – an sich glauben – das Neue leben*

### **Der Autor**

**Harald Koisser**, Philosoph, Kommunikationsberater, Coach, Autor philosophischer Bücher und Theaterstücke, Fastenbegleiter, Liebeskultur-Trainer. Er kennt die Angst und die Euphorie, die mit dem Wandel einhergehen, als Begleiter von Veränderungsprozessen und aus eigener Anschauung. Harald Koisser lebt und arbeitet auf Schloss Eschelberg (Oberösterreich), wo er auch Seminare zu den Themen Leben, Lieben, Regenerieren anbietet. [www.koisser.at](http://www.koisser.at)