

# „4x schneller an Dein Ziel“

Olsberger Helmut Schmücker schreibt Buch über Lebenstipps

VON JÖRG LESKE

**Olsberg** – „Hast du Träume, die du in der nächsten Zeit verwirklichen willst? Hast du Wünsche, die noch auf deiner Wunschliste stehen? Hast du Ziele, die nur noch darauf warten umgesetzt zu werden?“, fragt der Olsberger Helmut Schmücker in seinem neuesten Buch.

## Beachtung der vier Lebenssäulen

Der Autor blickt auf viele Erfolge zurück, wie seinen Goldenen Meisterbrief im Friseur-Handwerk, das Engagement als stellvertretender Obermeister in der Innung, 50 Jahre aktive Musikerjahre, davon 21 Jahre als erster Dirigent des Musikvereins Eintracht Olsberg, sein Engagement in der Kommunalpolitik als CDU-Ratsmitglied, als Erster Vorsitzender der Fachwelt Olsberg und als Initiator der Kneippfiguren und nicht zu vergessen auf seine gute Gesundheit. Wie ist das zu schaffen? Der 71-jährige führt das auf die Lebensgestaltung unter Beachtung der vier Lebenssäulen, Denken, Ernährung, Bewegung und Genießen, zurück. Die Überlegung zu dem jetzt überall im Handel erhältlichen Buch wuchs aus der Idee, alles aufzuschreiben, was er in seinem Leben gemacht hat. Da Schmücker sein eigenes Le-

ben und seine Ernährung im Alter von 40 Jahren umstellte, war der erste Ansatz ein Buch über Ernährung. Nach sehr viel Recherchearbeit, zahlreichen gelesenen Büchern und Coaching-Seminaren unter anderem von Bodo Schäfer, einem deutschen Autor, Redner und Money-Coach, entstand das 346-seitige Werk „4x schneller an Dein Ziel“.

Seine Tage starten heute mit morgendlicher Selbstmotivation vor dem Spiegel und schließen mit einem positiven Tages-Resümee, welches er in fünf Punkten notiert. Mit dem Romeon Verlag, der sich überwiegend auf Erst-

lings-Autoren spezialisiert hat, fand Helmut Schmücker einen guten Partner. 20 andere Verlage hatten eine Veröffentlichung abgesagt oder erst gar nicht geantwortet. Jetzt steht die Vermarktung im Vordergrund, auch hier sprudelt Helmut Schmücker vor Ideen. Eine E-Book Version wird ebenfalls in Kürze zum Download bereitstehen.

Jetzt im letzten Lebensdrittel, Helmut Schmücker hat das Ziel gesund und fit 105 Jahre zu werden, möchte der aktive Unternehmer noch einmal richtig Gas geben.

## Infos im Internet

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



„4x schneller an Dein Ziel“ lautet der Buchtitel des Autors Helmut Schmücker über die vier Säulen des Lebens. FOTO: LESKE