

Frischer Wind für die Dülkener Familienbibliothek Mitmachlesung mit Petra Stolle

Lange war es ein zähes Ringen um die Zukunft der Bibliothek Dülken gewesen. Doch dann hatte das Team der Albert-Vigoleis-Thelen-Stadtbibliothek mit einem außergewöhnlichen Nutzungskonzept der Familienbibliothek die zukunftsweisende und zündende Idee: sich auf den Kern unserer Gesellschaft, die Familie, zu konzentrieren und alles Lesens- und Wissenswerte für jeden zur Verfügung zu stellen.

Nun wartete die Familienbibliothek mit einer außergewöhnlichen Buchlesung mit der Autorin und Heilpraktikerin Petra Stolle zum Thema Familiengesundheit auf – einer Mitmachlesung aus ihrem Buch „Selbstheilung durch Qi Gong“. Eine Lesung, in der nicht nur Informationen aus dem Buch gehört werden sollten, sondern in der Petra Stolle die Zuhörer auch einlud, das Gehörte zu erleben. Sowohl das neue Bibliothekskonzept als auch die außergewöhnliche Lesung scheinen die Bedürfnisse der Zeit zu treffen: Die Liste der Voranmeldungen füllte sich schnell - und alle kamen sie, die Frauen, Mütter und Omas, der „Kitt“ unserer Familien. Und sie alle nahmen sich ihre ganz persönliche Tu-Dir-Gut-Zeit.



Das Publikum hörte. Das Publikum spürte. Das Erleben der im Buch beschriebenen Übungsfolgen machte Petra Stolle's Lesung zu etwas ganz Besonderem. Was kann medizinisches Qi Gong für den Lebensalltag bedeuten? – Nach dem Spüren der Übungen hatten viele durchaus eine kleine Ahnung davon.



Schon kleine Qi-Gong-Übungen mit bewusster Atmung bedeuten Erholung pur: Ob Sie nun persönlich engagiert im Berufsleben stehen, Hausfrau und Mutter sind oder im Ruhestand leben. Jeder kann sich zwischendurch eine Auszeit nehmen und durch wirksame kleine Übungen spüren, wie die ernährenden, aufbauenden und regenerativen Kräfte im Körper zirkulieren.

Alle waren begeistert von den Informationen, den heilgymnastischen Übungen und ihrem Bezug zur Gesundheit und der einfachen praktischen Anwendbarkeit. Und viele wünschten sich zum Schluss der Veranstaltung, dass es eine solche noch mal gäbe.

„Selbsteilung durch Qi Gong“ kann natürlich in den Albert-Vigoleis-Bibliotheken ausgeliehen werden. Und wer so richtig auf den Geschmack gekommen ist, kann es natürlich auch im Fachhandel oder bei [Petra Stolle](#) kaufen. Lesen, lernen und spüren, was gesund macht- eine gewinnbringende Chance für ein gesundes Stück Zukunft!