

Selbsteilung durch Qi Gong *Heilpraktikerin Petra Stolle las im Dülkener Gesundheitshaus*

Eine Lesung der besonderen Art veranstalteten jetzt die Marcus-Apotheke und das Dülkener Büchereck: Die Viersener Heilpraktikerin und Autorin Petra Stolle trug aus ihrem Buch „Selbsteilung durch Qi Gong“ vor.



Im zweiten Teil des Treffens Im Dülkener Gesundheitshaus lernten die Besucher die von ihr entwickelten Qi Gong- Übungsfolgen ganz praktisch kennen.

Qi Gong besteht aus Bewegungs-, Atem- und Konzentrationsübungen. Damit könne der Mensch gezielt seine Lebensenergie, das Qi, mobilisieren und seine Selbstheilungskräfte aktivieren. Je nach Situation könne durch Qi Gong das Gleichgewicht alleine oder in Kombination mit anderen Maßnahmen wiederhergestellt werden. Als Beispiele für die Anwendung nannte Petra Stolle Beschwerden und Krankheiten wie Migräne, Heuschnupfen, Magengeschwür, chronische Rückenschmerzen, Krebs und Multiple Sklerose.



Die Autorin beließ es nicht bei vorgelesenen Ausschnitten aus ihrem Buch, sondern demonstrierte ihren Zuhörern einige Übungen zum Mit- und Nachmachen. Auch damit traf sie den Nerv ihres Publikums. Abschließend beantwortete Petra Stolle zahlreiche Fragen der meist weiblichen Gäste. Ganz wichtig sei es, Qi Gong regelmäßig zu praktizieren, betonte sie. Sie selbst stehe jeden Morgen früh auf und absolviere ihre Übungen.