

„Wohlfühlwunder Zauberzeit“

Grit Morgner veröffentlicht ihr erstes Buch

Von Anne Schmidtke

BR.-VILSEN ■ „Schreiben ist toll. Ich kann dabei entspannen und runterfahren“, sagt Grit Morgner aus Bruchhausen-Vilsen. Die 43-Jährige hat gerade ihr erstes Buch veröffentlicht. Es heißt „Wohlfühlwunder Zauberzeit im Frühling“ und richtet sich an Kinder im Vor- und Grundschulalter, Eltern sowie Pädagogen.

Das Werk enthält für jeden Tag in den Monaten März, April und Mai ein Kapitel. Jedes beginnt mit einer kinesiologischen, einer Yoga-, einer Qigong- oder einer Fünf-Tibeter-Übung. „Die Übungen fördern die Eigenwahrnehmung und Konzentration. Sie erleichtern es den Kindern, anzukommen, ruhiger zu werden und sich auf die Erlebnisse der ‚Zauberzeit‘ einzulassen“, erklärt Morgner.

Geschichten von Kräutern und Planeten

Es folgen Geschichten der kleinen Hexe Fritzi zum Beispiel zum Mitmachen oder Entspannen. Fritzi nimmt den Leser beziehungsweise beim Vorlesen den Zuhörer mit auf eine Zauberreise durch den Frühling und begegnet dabei Feen, Kobolden, Elfen und anderen magischen Wesen. Sie erfährt viel über die Wirkung von Kräutern, Heilsteinen und Bachblüten. Zudem lernt sie Sternzeichen und Planeten kennen. Die Hexe spürt, was ihr gut tut und wie intensiv der Mensch in die Natur und den Jahresrhythmus eingebunden ist.

„Damit die Mädchen und jungen die Eindrücke verarbeiten können, bietet das Buch Anleitungen unter anderem zum Malen, Kochen, Basteln, Backen, Musizieren und Turnen“, berichtet Morgner. Die Vorlagen, Rezepte und Übungen hat sie sich selbst ausgedacht. „Da ist auf jeden Fall für jeden etwas da“



Grit Morgner mit ihrem Erstlingswerk „Wohlfühlwunder Zauberzeit im Frühling“.

■ Foto: Anne Schmidtke

bei“, verspricht die Autorin, die als Erzieherin im Kindergarten Schwarme tätig ist.

Nebenberuflich arbeitet sie als Beraterin für Klopfakupressur und als Reiki-Lehrerin. In letzt genannter Funktion hat sie schon zahlreiche Seminare für Kinder und Erzieher angeboten, in denen es unter anderem um Fantasiereisen und Entspannungstechniken ging. „Ich habe für jedes Seminar ein Skript angefertigt. Irgendwann kam mir die Idee, meine Notizen zu einem Buch zusammenzufassen“, sagt die Schriftstellerin. Sie hat nicht nur das Cover mit Herzblut gestaltet, sondern auch viel Liebe in den Text und die Bilder auf den 324 Seiten gesteckt.

Grit Morgner möchte zu jeder Jahreszeit ein Werk veröffentlichen. „Die drei weiteren Teile sind bereits jeweils zur Hälfte fertig“, informiert Morgner. „Es ist eine tolle Sache, etwas zu Ende zu bringen, an dem man jahrelang gearbeitet hat.“

„Wohlfühlwunder Zauberzeit im Frühling“ ist im Buchhandel erhältlich. ISBN: 978-3-86460-340-2. Interessierte können das Buch auch direkt bei der Autorin bestellen, Telefon 04252/9099706 und 01525/6900581.

Kreiszeitung

Landkreise Diepholz und Nienburg • Hoyaeer Wochenblatt

www.kreiszeitung.de

Donnerstag, 24. März 2016

1 - 1,40 €

Feuerwehrhaus:

Sanierung in Startfläche