





# Der Weg entsteht beim Gehen

Ein kleiner Mutmacher





## VON DER SEHNSUCHT BEWEGT

das Licht  
der Morgensonne  
weckt  
Sehnsucht  
ruft heraus  
am Strand  
menschenleere  
Stille  
ich halte inne  
atme durch  
setze erste  
frische Spuren  
in den Sand  
und  
mache mich auf  
den Weg  
ins Leben

*Maria Kaminski*



# Bewegt

---

## HERZ UND HAND

Nimm dein Herz in die Hand  
Setz den Fuß auf dein Land  
Es erwartet dich schon  
Und dein Mut wird dir Lohn

Dein Weg ist wunderschön  
Niemand sonst kann ihn gehn  
Mach es dir nicht so schwer  
Gehst du nicht, bleibt er leer

Deine Sprache, dein Blick  
Dein Gesang, dein Geschick  
Deine Angst, deine Ruh  
Sind so einzig wie du

Nimm nichts mit, nackt und bloß  
Mach dich auf und geh los  
Setz den Fuß auf dein Land  
Nimm dein Herz in die Hand

*Doris Bewernitz*

### Mit Texten von:

**Doris Bewernitz:** S. 3, 6, 18 © bei der Autorin. **Hilde Domin:** S. 5, aus: dies., Sämtliche Gedichte, hrsg. von Nikola Herweg und Melanie Reinhold, © S. Fischer Verlag GmbH, Frankfurt a. M. 2009, S. 47. **Frank Greubel:** S. 9 © beim Autor. **Sabrina Gundert:** S. 13 © bei der Autorin. **Jörn Heller:** S. 7 © beim Autor. **Klaus Huber:** S. 8 © beim Autor. **Maria Kaminski:** S. 2 © bei der Autorin. **Marcel Proust (1871–1922):** S. 14. **Jasna Rauschert:** S. 19 © bei der Autorin. **Maria Sassin:** S. 10, aus: dies., Seelenvorrat für die Jahreszeiten des Lebens © Vier-Türme-GmbH, Verlag, Münsterschwarzach, 2015. **Peter Schiestl:** S. 11, 15 © beim Autor, [www.peterschiestl.de](http://www.peterschiestl.de). **Oscar Wilde (1854–1900):** S. 12. **Tina Willms:** S. 4, aus: dies., Zwischen Stern und Stall. Ein Begleiter durch die Advents- und Weihnachtszeit, 4., überarbeitete und erweiterte Auflage, Neukirchener Verlagsgesellschaft 2020. © bei der Autorin.



Dieser Baum steht für umweltschonende  
Ressourcenverwendung, individuelle Handarbeit  
und sorgfältige Herstellung.

ISBN 978-3-86917-845-5

© 2021 Verlag am Eschbach

Verlagsgruppe Patmos

in der Schwabenverlag AG, Ostfildern

Im Alten Rathaus/Hauptstraße 37

D-79427 Eschbach/Markgräflerland

Alle Rechte vorbehalten.

[www.verlag-am-eschbach.de](http://www.verlag-am-eschbach.de)

Textredaktion: Kathrin Clausing, Verlag am Eschbach  
Gestaltung und Satz: Angelika Kraut, Verlag am Eschbach  
Einbandmotiv: billnoll, johnwoodcock, blackred / alle  
iStock

Kalligrafie: Ulli Wunsch, Wehr

Herstellung: Holzer Druck und Medien Druckerei  
und Zeitungsverlag GmbH + Co. KG, Weiler im Allgäu  
Hergestellt in Deutschland



**Klimaneutral**

Druckprodukt

[ClimatePartner.com/14549-2003-1001](https://ClimatePartner.com/14549-2003-1001)

