



Versuche,  
nie mehr als drei Dinge  
gleichzeitig zu tun

Katzenweisheiten



Verlag am Eschbach

1. In der Ruhe  
liegt die Kraft



## CATMOSPHERE

Ruhe  
ist eine Insel

um eine Katze,  
die schläft.

*Andreas Noga*

## MEIN FAULTIER

Manchmal regt sich das Faultier in mir.  
Hab' dann nur am süßen Nichtstun Pläsier.  
Ich grunze ganz laut vor Gemütlichkeit,  
fühle mich vom Leben da draußen befreit!  
Rufe niemanden an, schreib keinen Brief,  
vergrab' mich im eigenen Stall ganz tief,  
will keinen Stress oder sonstige Plagen.  
Hab' zu keinem Thema etwas zu sagen,  
mag einfach nur essen, trinken und liegen  
und in Gedanken den Erdball umfliegen,  
will mich möglichst nicht bewegen dabei,  
alles Schlechte und Schlimme ist mir einerlei!  
Manchmal muss ich einfach ein Faultier sein!

Und dann stürz ich mich wieder ins Leben hinein!

*Hermine Geißler*

## SIESTA

Siesta ist die Kunst im Leben,  
den Augenblicken Raum zu geben,  
die uns die Lebenskraft erhalten,  
danach den Alltag zu gestalten.

Klaus Huber



## WAS ICH VON MEINER KATZE GELERNNT HABE

Suche  
die Sonnenflecken,  
die wandernden  
Wärmeinseln,  
auf den Teppich getupft.  
Suche die Sonnenflecken,  
solange sie da sind,  
und strecke dich aus.  
Mach die Augen zu  
und räkle dich  
gemütlich  
in den Boden hinein,  
schnurr dir ein Lied  
aus purer Wohligkeit,  
für dich in Ruhe  
und ganz allein.

Isabella Schneider

## AUF ALLEN VIEREN

in der sonne sitzen  
nahrhaftes stibitzen  
keine probleme lösen  
sondern seelenruhig  
döszen  
  
wärme speichern  
die seele  
mit optimismus anreichern  
umgeben von blühenden bäumen  
schrankenlos träumen  
  
die augen schließen  
das dasein zelebrieren  
genießen  
auf allen vieren!

Sabine Heuser

## DIE SCHLAFLOSE KÖNIGIN

Es war einmal eine Königin, die wälzte sich schlaflos in ihrem Bett herum. Es mangelte ihr keineswegs an klugen Ratschlägen. Angefangen von Baldrian, warmer Milch mit Honig über tibetanische Mantras und klassischer Musik bis hin zu Algendiät und Kopfstand probierte sie alles aus, doch nichts half. Die Königin hatte schon dunkle Ringe unter den Augen, und tagsüber entfielen ihr die Gedanken, die sie zum Regieren brauchte. Sie war nur noch ein Schatten ihrer selbst. Wenn sie auch diese Nacht keinen Schlaf fände, musste sie zurücktreten.

Unglücklich stieg sie in ihr Himmelbett. Da sah sie einen Schatten auf ihrem Kissen und erschrak. Sie sah genauer hin. Vor ihr saß ein seltsames Wesen mit schwarzem Fell und blickte sie aus bernsteingelben Augen an.

Nanu, wer bist du denn, fragte die Königin.

Ich bin eine Katze, sagte das Tier, stand auf und machte einen Buckel. Das sah komisch aus, und die Königin kicherte wider Willen.

Die Katze nahm es zur Kenntnis, streckte sich und gähnte dabei so herhaft, dass die Königin ganz neidisch wurde.

Ich habe gehört, du leidest an Schlaflosigkeit, sagte die Katze.

Woher weißt du das, fragte die Königin.

Katzen sind klug, sie wissen mehr als die meisten Menschen, sagte die Katze und schnurrte. Die Königin dachte über die Worte nach, und ehe sie es sich versah, glitt sie in das Land der Träume.

Als sie am nächsten Morgen erwachte, fühlte sie sich frisch und ausgeruht wie lange nicht.

Die Katze saß am Fenster und putzte ihr Fell. Die Königin überhäufte sie mit Zärtlichkeit und Leckereien. So kamen die Katzen in die Betten der Menschen. Und dort schnurren sie noch heute.

Ilka Haederle

Der Hund mag wundervolle Prosa sein,  
aber nur die Katze ist Poesie.

*Aus Frankreich*



#### **Quellennachweis:**

**Doris Bewernitz:** S. 10, 14, 39, 45 © bei der Autorin; S. 47 aus: dies., Der kleine Herr Lu Chi. Geschichten von der Weisheit des Lebens, © 2021 Verlag am Eschbach. **Michaela Deichl:** S. 9 © bei der Autorin. **Max Feigenwinter:** S. 18 © aus: ders., Jeder Tag ist dir geschenkt. Dankbar leben, © 2023 Verlag am Eschbach. **Hermine Geißler:** S. 3 © bei der Autorin. **Annedore Großkinsky:** S. 23 © bei der Autorin. **Ilka Haederle:** S. 5, 8, 29, 43, 48f © bei der Autorin. **Elke Heidenreich:** S. 54, aus: dies., Nero Corleone. Eine Katzengeschichte, mit freundlicher Genehmigung © 1995 Carl Hanser Verlag GmbH & Co. KG, München. **Jörn Heller:** S. 35 © beim Autor; S. 36 aus: ders., Tierisch gute Laune ... auf null bis vierzehn Beinen, © 2023 Verlag am Eschbach; S. 37, 45 aus: ders., Ab heute: gut drauf! Gedichte zum Losleben, © 2024 Verlag am Eschbach. **Sabine Heuser:** S. 4 © bei der Autorin. **Klaus Huber:** S. 4 © beim Autor. **Bernd Kebelmann:** S. 44 © beim Autor. **Elke Langstein-Jäger:** S. 34 © bei der Autorin. **Gundela Leenen:** S. 34 © bei der Autorin. **Manuela Pfann:** S. 16f aus: Anstöße SWR1 BW / Morgengedanken SWR4 BW 30. April 2025 © bei der Autorin. **Andreas Noga:** S. 3, 12, 25, 27, 36, 44 © beim Autor. **Gisela Rieger:** S. 41 © bei der Autorin. **Maria Sassin:** S. 6, 9, 27, 34 © bei der Autorin. **Marion Schmickler-Weber:** S. 12, 39 © bei der Autorin. **Isabella Schneider:** S. 4, 19, 21 © bei der Autorin. **Cornelia Elke Schray:** S. 10, 14, 21, 26, 30, 31, 32, 48, 50 © bei der Autorin. **Werner Sprenger:** S. 12 © Uwe Baumann. **Anne Steinwart:** S. 27 © bei der Autorin. **Gary Thorp:** S. 22 aus: ders., ZEN oder die Kunst, den Mond abzugstauben, 2003 Verlag Herder GmbH, Freiburg i. Br., © beim Autor. **Carola Vahldiek:** S. 40f © bei der Autorin. **Marion von Vlahovits:** S. 32 © bei der Autorin. **Tina Willms:** S. 13 © bei der Autorin. **Angelika Wolff:** S. 52f © bei der Autorin.

Trotz sorgfältiger Recherche war es uns leider nicht in allen Fällen möglich, die jeweiligen Rechteinhaber ausfindig zu machen. Für Hinweise sind wir dankbar.

#### **Bildnachweis:**

Katzenabbildungen: iStock/Alina Maksimova, iStock/asmakar, iStock/benoitb, iStock/CatLane, iStock/clu, iStock/Grafissimo, iStock/mubai, mauritius images / Quagga Media / Alamy / Alamy Stock Photos, shutterstock/Art tori, shutterstock/MaKars.  
Sonstige Abbildungen von AdobeStock, iStock, shutterstock.

Alle Rechte vorbehalten  
© 2026 Verlag am Eschbach,  
Verlagsgruppe Patmos in der Schwabenverlag AG, Ostfildern  
Im Alten Rathaus/Hauptstraße 37  
D-79427 Eschbach/Markgräflerland

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

Konzept und Redaktion: Ilka Osenberg-van Vugt, Verlag am Eschbach  
Gestaltung und Satz: Angelika Kraut, Verlag am Eschbach  
Kalligrafie: Ulli Wunsch, Wehr  
Druck: Grafisches Centrum Cuno GmbH & Co. KG, Calbe  
Hergestellt in Deutschland  
ISBN 978-3-98700-207-6