

WERDE SCHNELL WIEDER GESUND!

Wenn ich könnte
würde ich dir Wolken pflücken
damit du weich liegen kannst
ich würde dir Sonnenstrahlen schenken
damit es dir warm wird ums Herz
ich würde dir Himmelsmedizin holen
die dich stärkt und heilt
doch was ich kann
ist dir gute Besserung zu wünschen
wolkenweich
sonnenwarm
himmelheil

Anna Tomczyk

ZUSPRUCH

Bist du müde, ruh dich aus
Komme in dir selbst nach Haus
Gib getrost der einen Kraft
Raum in dir, die Heilung schafft

Doris Bewernitz

AUFLADESTATION

Was der Schlaf für den Körper,
ist die Freude für den Geist:
Zufuhr neuer Lebenskraft.

Rudolf von Ihering

ZU GUTER LETZT

Freue dich, trinke ein Glas,
betrachte die Gegenwart als dein Eigentum,
alles andere überlasse dem Schicksal.

Euripides



Quellennachweis:

Doris Bewernitz: S. 4, 17 © bei der Autorin. **Jörn Heller:** S. 6f, aus: ders., Ab heute: gut drauf! Gedichte zum Losleben, © 2024 Verlag am Eschbach.
Maria Sassin: S. 9 © Verlag am Eschbach. **Cornelia Elke Schray:** S. 8, 13 © Verlag am Eschbach. **Anna Tomczyk:** S. 3, 14 © bei der Autorin.
Sabine Ulrich: S. 16 © Verlag am Eschbach. **Tina Willms:** S. 18 © Verlag am Eschbach.

Bildnachweis:

iStock/Sofya Ivanova

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

Textredaktion: Ilka Osenberg-van Vugt, Verlag am Eschbach

Gestaltung und Satz: Angelika Kraut, Verlag am Eschbach

Kalligrafie: Ulli Wunsch, Wehr

Druck: Umweltdruckerei Lokay e.K., Reinheim

Hergestellt in Deutschland

ISBN 978-3-98700-221-2

Dieses Produkt entspricht den Regeln der EU-Verordnung zur allgemeinen Produktsicherheit (GPSR). Näheres dazu auf unserer Website

www.verlagsgruppe-patmos.de/produktsicherheit.

Bei Fragen zur Produktsicherheit wenden Sie sich bitte an

produktsicherheit@verlagsgruppe-patmos.de



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