

MAGDALENA FOURNILLIER

# Geliebt



Die Suche des kleinen Hasen  
nach Wärme und Halt



# Inhalt

Prolog	.....	4
Herbst	Auf der Suche nach Antworten .....	7
Winter	Anderen den Weg leuchten .....	39
Frühling	Die schönsten Spuren sind unsichtbar .....	61
Sommer	Die Freude, zu werden, was wir sein können ...	85
Epilog	Liebe ist, was wir füreinander sind .....	115
Nachwort	.....	122
Dank	.....	124

# Prolog

Zu lieben und geliebt zu werden, ist uns ein tiefes Bedürfnis. Doch manchmal fühlt sich beides willkürlich oder sogar fremdbestimmt an. Besonders die Sehnsucht, geliebt zu werden, scheint manchmal so unerreichbar, vor allem, wenn wir traurig sind, uns nicht gesehen oder einsam fühlen. In solchen Momenten wirkt es dann, als hätten wir keinen Einfluss darauf. Doch die Liebe, die wir empfangen und weitergeben, ist auch eng mit dem Bild verknüpft, das wir von uns selbst haben.

Wenn wir tief in unserem Herzen glauben, nicht liebenswert zu sein, bleibt diese Sehnsucht unerfüllt. Erst wenn wir lernen, uns selbst zu mögen, können wir die Liebe um uns herum wirklich sehen und annehmen.

Der kleine Hase in dieser Geschichte scheint in einer ähnlichen Lage zu sein. Zwar weiß er nicht genau, was ihm fehlt, doch er spürt tief in sich ein Bedürfnis nach Verbundenheit, Nähe und Trost – und den Wunsch, all das auch selbst zu schenken.

Eines wird unserem Hasen immer mehr bewusst: Wir alle brauchen die Liebe. Wir brauchen sie, um Mut zu schöpfen, Kraft zu finden und Zuversicht zu bewahren. Sie hilft uns, das Unveränderliche erträglicher zu machen. Wie der Hase finden wir sie in den kleinen Gesten, Gesprächen und Hoffnungsschimmern: im goldenen Streifen des ersten Morgenlichts, in einer sanften Berüh-

rung, in einem warmen Lächeln. In all dem, was zwischen den Worten und in ihnen steckt. Manchmal denke ich, die Liebe ist wie das Licht. Sie ist da – in der Welt –, ohne greifbaren Körper, ohne feste Form. Und so fragen wir uns: Ist Liebe ein Konzept? Eine hormonelle Reaktion, etwas aus unserem Inneren? Oder existiert sie tatsächlich »da draußen« – unabhängig von uns? Denn wir nehmen sie auf, aber wir geben sie auch weiter. Vielleicht, denke ich manchmal, fehlt uns einfach noch ein Messgerät. Eines, das ihre feinen Schwingungen erfassen kann. Damit wir aufhören, an ihrer Wirklichkeit zu zweifeln – und beginnen, sie als das zu erkennen, was sie wirklich ist: eine stille, durchdringende Kraft in allem Lebendigen. Die Kunst, Liebe anzunehmen und weiterzugeben, ist ebenso bedeutungsvoll wie das Leben selbst – und sie beginnt in uns.





# Herbst

Auf der Suche  
nach Antworten

— [Herbst nach Antworten](#) —



Der kleine Hase saß unter seinem Lieblingsbaum.  
Ein kühler Windstoß und die tanzenden Blätter des  
Herbstes lösten ein unbekanntes Gefühl in ihm aus.

»Alles sieht aus wie immer – genau wie gestern«,  
murmelte der kleine Hase.  
»Aber in mir drin ist plötzlich alles anders.  
Ich spüre es, doch ich weiß nicht, warum.





Er sehnte sich danach, zu finden, was er suchte,  
zu verstehen, was in ihm widerhallte.  
Und so machte er sich auf den Weg –  
hinaus in die Welt, auf die Suche nach Antworten.



»Warum zögerst du, kleiner Hase?«,  
fragte die Eule.

»Ich weiß nicht, ob ich den Mut habe, weiterzugehen«,  
flüsterte der Hase.

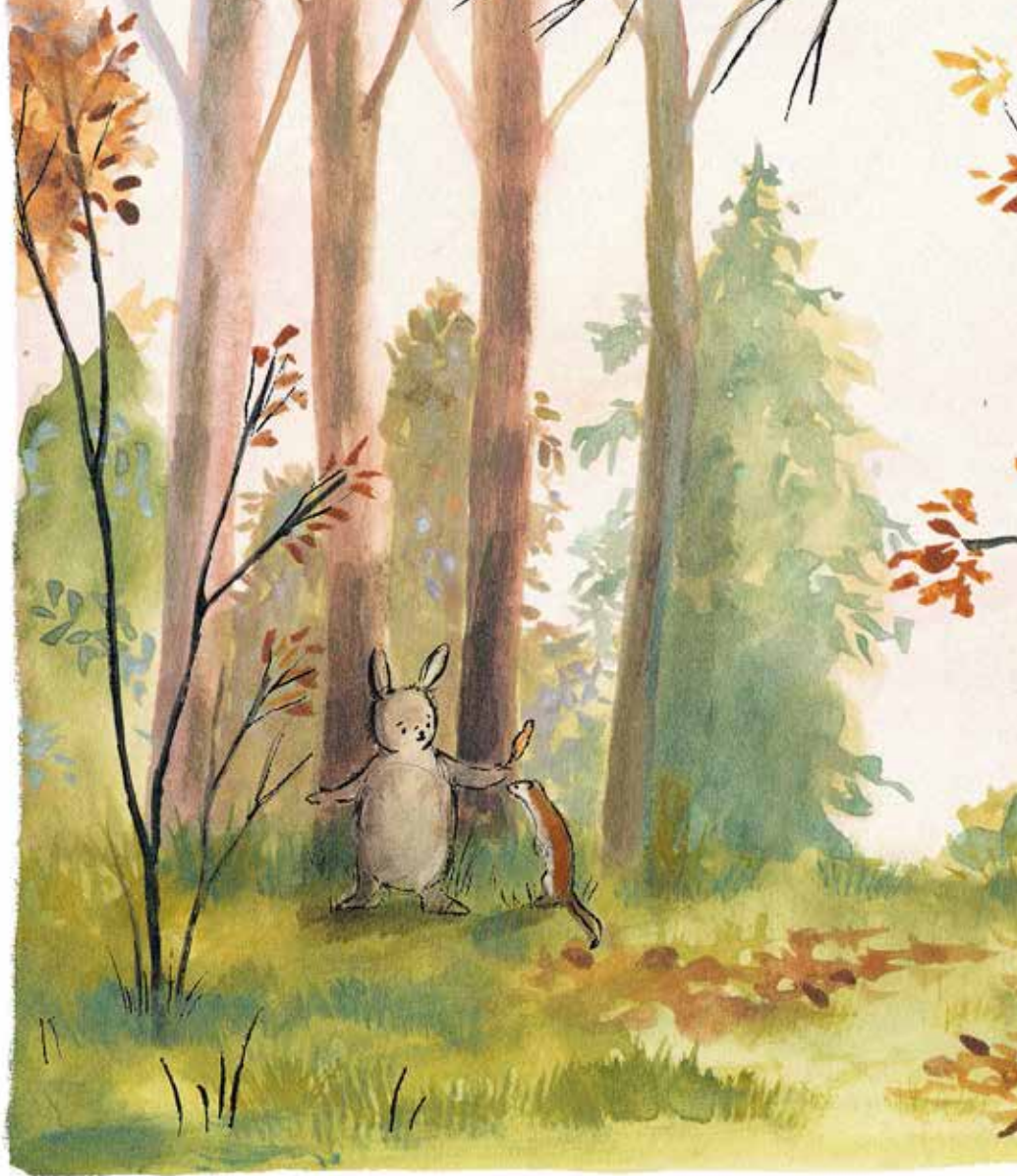
Die Eule betrachtete ihn.

»Und doch bist du bis hierhergekommen –  
das allein ist schon mutig.«





»Aber was, wenn ich mich verlaufe?«,  
gab der Hase zu bedenken.  
Die Eule neigte den Kopf.  
»Davor brauchst du keine Angst zu haben.  
Manchmal führt uns ein Umweg zu Dingen,  
die wir sonst nie gesehen hätten.«



»Das Zwitschern der Vögel verklingt,  
hörbar bleibt nur das leise Rascheln  
der eigenen Schritte im Laub«,  
überlegte das Wiesel ruhig.



»– wie ein letztes, zärtliches Flüstern des Sommers«,  
stimmte der kleine Hase zu.



»Siehst du, wie sich alles verändert, kleiner Hase?«,  
fragte der Dachs.

»Manchmal macht mir das Angst«,  
antwortete der kleine Hase.

Der Dachs nickte verständnisvoll.

»Veränderung kann uns herausfordern,  
aber sie kann auch unser Freund sein,  
wenn wir lernen, sie anzunehmen.«



»Aber wie kann man mit  
etwas befreundet sein,  
das so mächtig und  
unvorhersehbar ist?«,  
murmelte der Hase leise.  
Der Dachs lächelte.  
»Indem du es Schritt für Schritt  
kennenlernst.«  
Dann verschwand er im Unterholz.







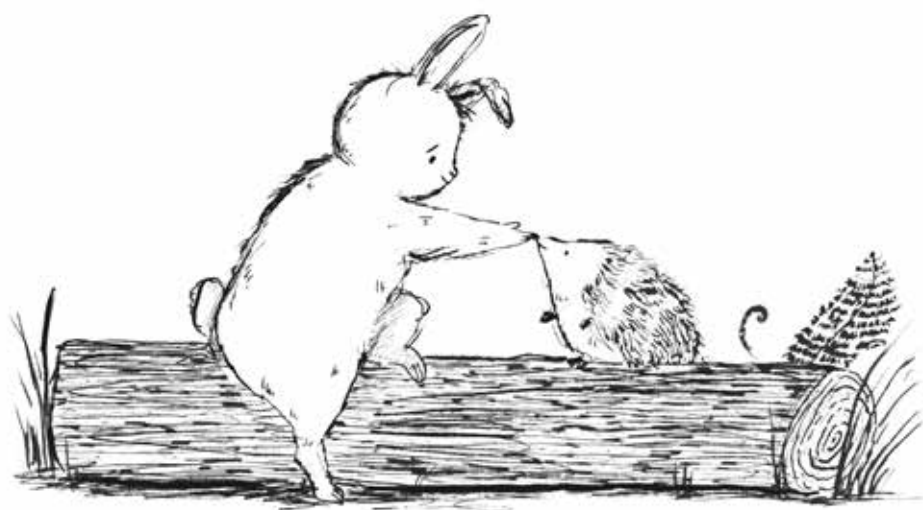
»Suchst du etwas, lieber Igel?«, fragte der Hase.  
»Ja«, erwiderte der Igel, »einen warmen, sicheren Platz  
für den Winter.«



»Ich suche auch etwas ..., aber keinen Ort.

Etwas, das mir fehlt, ohne dass ich genau weiß, was es ist.«

»Vielleicht trägst du das, was du suchst, schon längst bei dir?«,  
antwortete der Igel zögerlich.





»Vorsicht!«,  
rief der Mistkäfer erschrocken.  
»Oh, entschuldige! Fast hätte ich dich übersehen«,  
sagte der kleine Hase verlegen.  
»Das kann schon mal passieren«, erwiderte der Mistkäfer.  
»Aber, damit wir all das Schöne entdecken können, das  
uns die Welt zeigen möchte, lohnt es sich, mit einem  
wachsamen Blick unseren Weg zu gehen – und der Welt  
ebenso aufmerksam zu antworten.«





»So wie dein Panzer der Sonne antwortet?«,  
fragte der Hase.

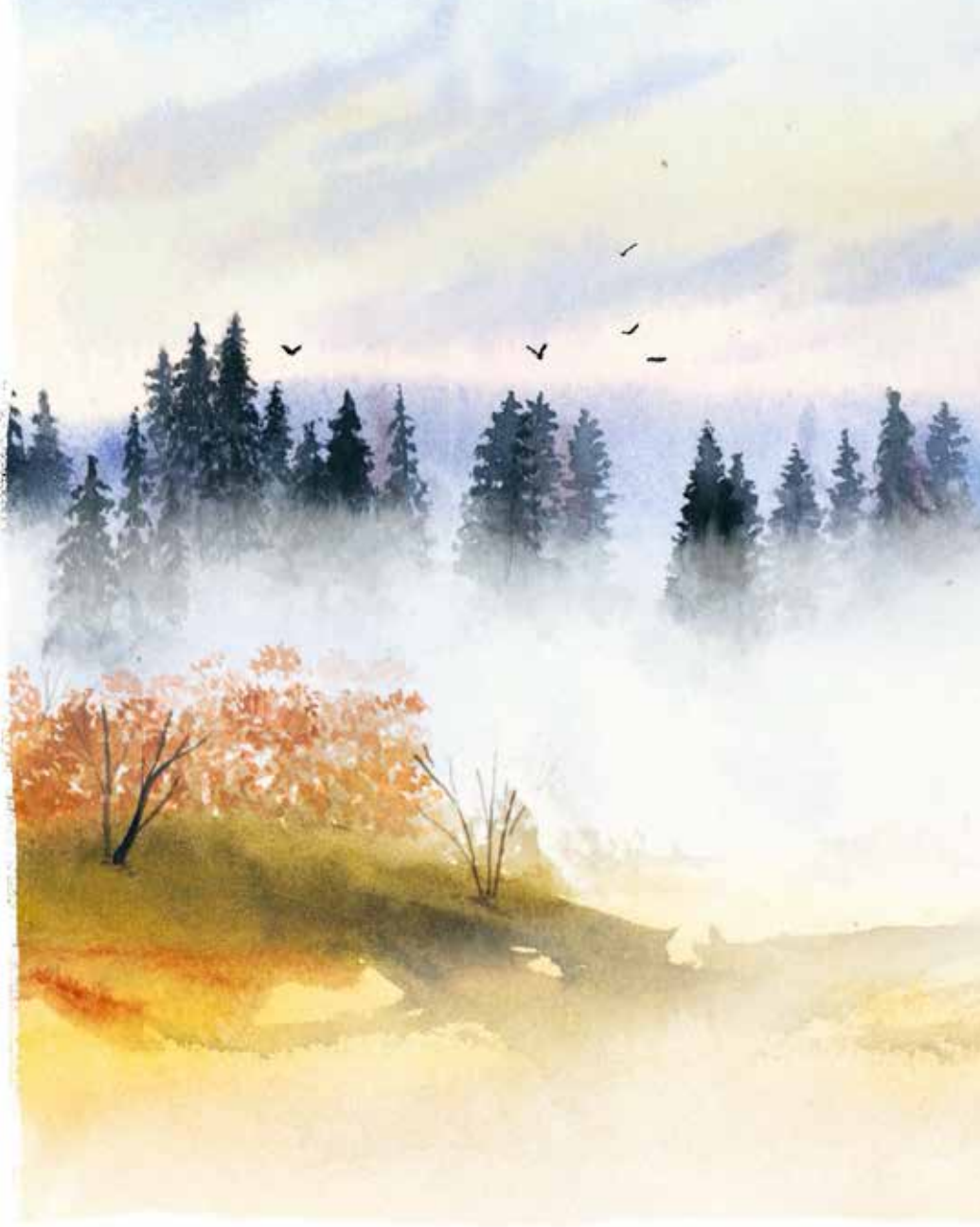
»Ja, genau so. Strahlt die Sonne, strahle ich, das ist Liebe«,  
freute sich der Mistkäfer.







»Fühlst du die Sonne, auch wenn sie hinter den Wolken ist?  
So ist es auch mit der Liebe«, sagte das Murmeltier.  
»Manchmal siehst du sie vor lauter Wolken nicht,  
aber du kannst darauf vertrauen, dass sie trotzdem da ist.«



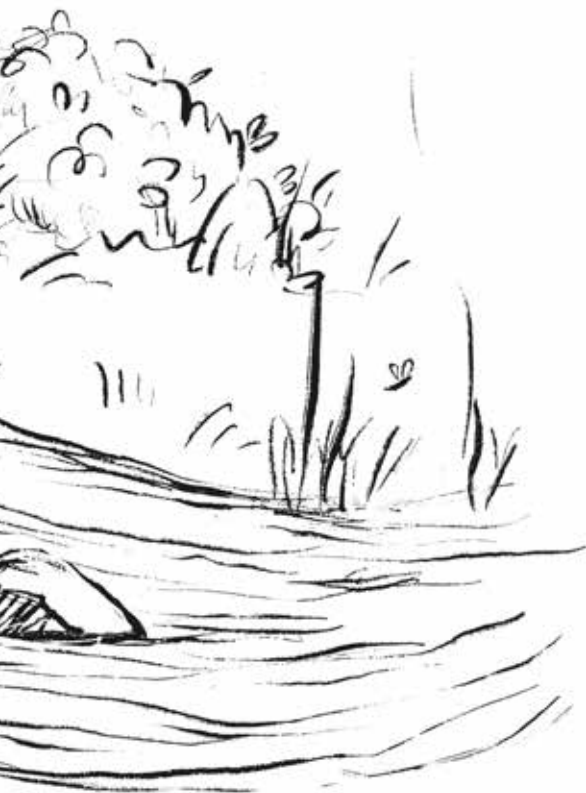
»Und wenn ich Angst habe, dass sie verschwindet?«,  
fragte der Hase zögerlich.



»Dann erinnere dich daran, dass echte Liebe bleibt –  
wie die Sonne hinter den Wolken.«



*»Denke ich an das Leben, denke ich an die Liebe.  
Denke ich an die Liebe, spüre ich ihre Kraft in allem.«*





### ZUR AUTORIN

**Magdalena Fournillier** erzählt mit ihren Bildern und Texten vom Dazwischensein – vom Suchen, Finden und Sich-zart-behaupten in einer lauten Welt. In ihren Zeichnungen und Worten schwingt viel Trost mit, die Schönheit im Anderssein, die Kraft der leisen Gefühle. Auf Instagram teilt sie unter @madgen. fou ihre Kunst und Gedanken mit über 16 000 Menschen. In ihrem Onlineshop bietet sie liebevoll gestaltete Drucke und Karten an, die kleine Mutbotschaften in den Alltag und einen Hauch ihrer einzigartigen Perspektive in jedes Zuhause bringen: [magdalena.fournillier.de](https://magdalena.fournillier.de)

### Weitere Bücher der Autorin:

- Geborgen, GU
- Heidi und das Weihnachtswunder, Atlantis

Besuche Magdalena auf:



## DIE BÜCHERMENSCHEN HINTER GELIEBT

*Verlagsleitung:* Eva Dotterweich

*Projektleitung:* Viola Schmid

*Lektorat:* Viola Schmid, Susanne Lieb

*Umschlaggestaltung:* ki36, Editorial Design, München,  
Anika Neudert

*Satz:* Uhl + Massopust, Aalen

*Herstellung:* Pia Schwarzmann

*Bildnachweis:* Autorinnenfoto: © privat

*Cover und Illustration:* Magdalena Fournillier

*Reproduktion:* LUDWIG:media, Zell am See

*Druck & Bindung:* Dimograf, Polen

Alle Rechte vorbehalten. Nachdruck, auch auszugsweise, sowie Verbreitung nur mit schriftlicher Genehmigung des Verlages. Ohne die ausschließlichen Rechte des Autors und des Verlags einzuschränken, ist die Nutzung dieser Publikation zum Training generativer KI-Technologien ohne ausdrückliche Genehmigung untersagt. HarperCollins behält sich zudem gemäß Artikel 4 Absatz 3 der Richtlinie 2019/790 über den digitalen Binnenmarkt das Recht vor, diese Publikation von der Text- und Data-Mining-Ausnahme auszuschließen.

© 2025 GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH

Grillparzerstraße 8, 81675 München

[www.gu.de/kontakt](http://www.gu.de/kontakt) | [hallo@gu.de](mailto:hallo@gu.de)

GU ist eine eingetragene Marke der  
GRÄFE UND UNZER VERLAG GmbH

**1. Auflage 2025, ISBN: 978-3-8338-9902-7**

### WICHTIGER HINWEIS

Die Gedanken, Methoden und Anregungen in diesem Buch stellen die Meinung bzw. Erfahrung des Verfassers dar. Sie wurden vom Autor nach bestem Wissen erstellt und mit größtmöglicher Sorgfalt geprüft. Sie bieten jedoch keinen Ersatz für persönlichen kompetenten medizinischen Rat. Jede Leserin, jeder Leser ist für das eigene Tun und Lassen auch weiterhin selbst verantwortlich. Weder Autor noch Verlag können für eventuelle Nachteile oder Schäden, die aus den im Buch gegebenen praktischen Hinweisen resultieren, eine Haftung übernehmen.



## LIEBE LESERIN, LIEBER LESER,

wie wunderbar, dass du dich für ein Buch von GU entschieden hast! In unserem Verlag dreht sich alles darum, dir mit gutem Rat dein Leben schöner, erfüllter und einfacher zu machen. Unsere Autorinnen und Autoren sind echte Expertinnen und Experten auf ihren Gebieten, die ihr Wissen mit viel Leidenschaft mit dir teilen. Und unsere erfahrenen Redakteurinnen und Redakteure stecken viel Liebe und Sorgfalt in jedes Buch, um dir ein Leseerlebnis zu bieten, das wirklich besonders ist. Qualität steht bei uns schon seit jeher an erster Stelle – jedes Buch ist von Büchermenschen für Buchbegeisterte gemacht, mit dem Ziel, dein neues Lieblingsbuch zu werden.

Deine Meinung ist uns wichtig, und wir freuen uns sehr über dein Feedback und deine Empfehlungen – sei es im Freundeskreis oder online.

Viel Spaß beim Lesen und Entdecken!

PS: Hier noch mehr GU-Bücher entdecken: [www.gu.de](http://www.gu.de)



## FÜR DIE UMWELT

Dieses Buch wurde auf PEFC-zertifiziertem Papier aus nachhaltiger Waldwirtschaft gedruckt. Aus Liebe zur Natur verwenden wir leichtes Papier.



## WERDE TEIL DER GU-COMMUNITY!

Du und deine Familie, dein Haustier, dein Garten oder einfach richtig gutes Essen.

Egal, wo du im Leben stehst:

Als Teil unserer Community entdeckst du die neuesten GU-Bücher als Erstes, du genießt exklusive Leseproben und wirst mit wertvollen Impulsen und kreativen Ideen bereichert.

Worauf wartest du?  
Sei dabei!



[www.gu.de/gu-community](http://www.gu.de/gu-community)



© Jessica Kässner

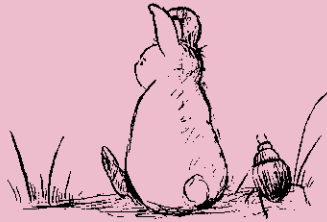
## WARUM UNS DAS BUCH BEGEISTERT

Weil es sich anfühlt wie eine sanfte Umarmung. Und weil es auf leise Weise genau das sagt, was wir manchmal so dringend hören müssen: Du wirst geliebt.

Eva Dotterweich, Verlagsleitung



>> Die Welt mag sich stetig  
ändern, doch in meinem Herzen  
finde ich Halt.<<



Ein kleiner Hase, verloren in einem Wald voller Wandel,  
sucht nach einem Funken Zuversicht und etwas Sicherheit.

Mutig begibt er sich auf eine Reise durch die Jahreszeiten.  
Auf seinem Weg begegnet er der sanften Eule, dem einfühlsamen  
Reh und dem fröhlichen Biber und entdeckt, wie viel Trost in  
den kleinen Wundern der Natur und im achtsamen Miteinander  
liegt. Schritt für Schritt erkennt der Hase, dass Liebe  
überall ist – leise zwar, aber immer da.

Eine herzerwärmende Erzählung über die Suche  
nach Vertrauen und Verbundenheit, die  
berührt und Hoffnung schenkt.

WG 191 Geschenkbücher  
ISBN 978-3-8338-9902-7



9 783833 899027

[www.gu.de](http://www.gu.de)