

## Heiligenhauser Poetin bringt ihr erstes Buch heraus **WAZ+**

08.03.2022, 10:05 | Lesedauer: 4 Minuten  
Simon Klaus



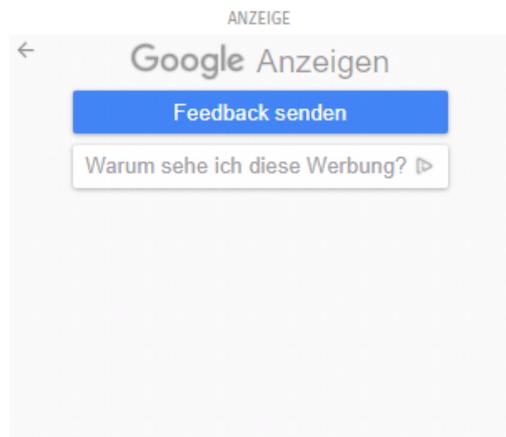
Sarah Tönges freut sich über ihr erstes veröffentlichtes Buch.

Foto: Fabian Kunz

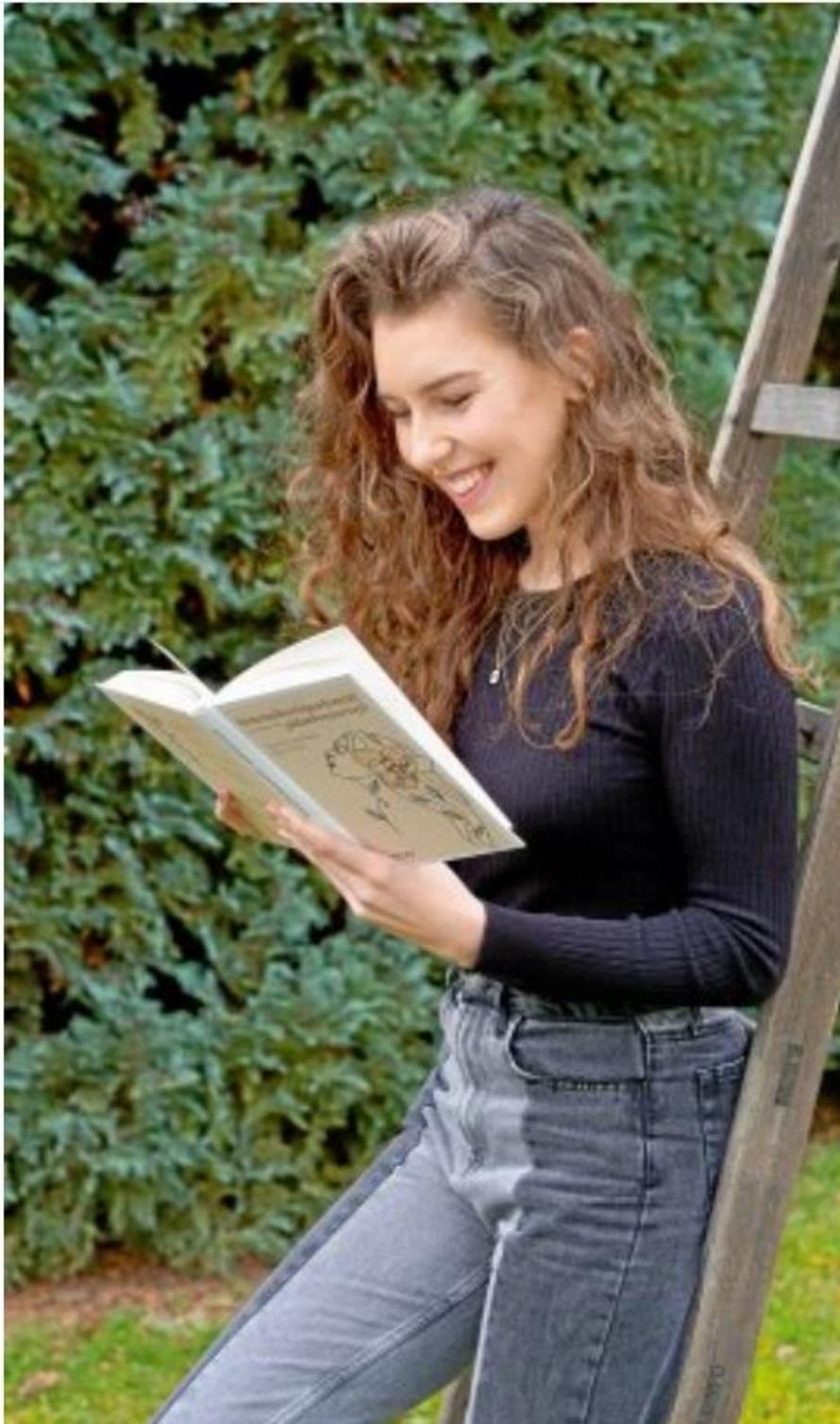
**HEILIGENHAUS.** Sarah Tönges hat es geschafft: Die 22-jährige Heiligenhauserin hat bereits ihr erstes Buch veröffentlicht. Sie liebt Poetry Slam und Wortspiele.

„Himmelhochjauchzend gedankenvertieft“ – zwei Worte, die vieles bedeuten können. Im Fall von Sarah Tönges bedeuten sie die Veröffentlichung ihres ersten gedruckten Buches, welches am 22. Februar 2022 im Lago-Verlag erschienen ist. Auf über 200 Seiten erzählt die 22-jährige gebürtige Heiligenhauserin und ehemalige WAZ-Mitarbeiterin vom Sein, von der Liebe und von der Welt und verleiht ihren Worten dabei so viel Nachdruck, dass das Buch als „Ein bewegendes Buch für eine Generation, die mehr will“ angepriesen wird.

Worte haben die heutige Wahl-Koblenerin Sarah schon früh begleitet: Texte schreiben und mit Worten jonglieren gehörte zu ihren Hobbys. Beim Abiball zu ihrem Abitur 2017 trug sie einen berührenden Poetry Slam vor, bevor sie in eine lyrisch ruhigere Phase eintrat: Während einiger Zeit im Ausland veröffentlichte sie nur wenige Videos mit Texten. Zurück im deutschsprachigen Raum blühten die Projekte jedoch auf: Immer mehr Leute klickten ihre YouTube-Poetry-Videos an, Sarah wurde für Veranstaltungen mit einigen Tausend Besuchern gebucht und vergrößerte ihre Reichweite stetig.



## Heiligenhauserin erreicht mit Instagram-Video fast eine Million Aufrufe



Sarah Marie lautet ihr Künstlername. Mittlerweile lebt die gebürtige Heiligenhauserin in Koblenz.  
Foto: Fabian Kunz

2019 war dann ein ereignisreiches Jahr: Neben ihrem ersten Hörbuch meldete sie die Selbstständigkeit an und machte so ihr Hobby ein Stück weit zum Beruf. Der größte Sprung in Sachen Bekanntheit und Reichweite erfolgte 2021: Das **Instagram-Video** „**Liebes Instagram**“ wurde von den bekannten Influencerinnen Lisa und Lena geteilt, hat mittlerweile fast eine Million Aufrufe. In der Folge wurde Sarah vom Lago-Verlag kontaktiert und nach eingehenden Gesprächen und Gedanken rund um gemeinsame Vorstellungen stand der Plan, ein Buch herauszubringen. Sarah Tönges betont: „Der Verlag hat mir viel Freiraum gelassen, sowohl bei der Gestaltung des Covers als auch bei der Auswahl der Inhalte. Die Zusammenarbeit war herzlich und offen.“



Nach einer monatelangen Phase des Zusammentragens von Texten und Gedichten stand nach einer kurzen Korrekturschleife die finale Auswahl für das Buch fest. Das Werk beinhaltet auf 206 Seiten Gedichte und Spoken-Word-Texte und ist dabei in drei große Kapitel eingeteilt. In „Über das Sein“ geht es um die Existenz, um das Erwachsenwerden und um die Heimatfindung, die bei Sarah in den vergangenen Jahren mit einigen Umzügen eine große Rolle gespielt habe.

## Über Liebe und Weltschmerz



203 Seiten umfasst das Buch.  
Foto: Maggy Melzer

Romantisch geht es in „Über die Liebe“ zu – auch wenn hier keineswegs nur die positiven Seiten des romantischen Zusammenlebens beleuchtet werden. „**Ich kann aus der Retroperspektive** Dinge aus meiner Vergangenheit erzählen, die ich damals nie so offen erzählt hatte“, erklärt Tönges. Im abschließenden Kapitel „Über die Welt“ geht es selbstverständlich um die allgegenwärtige Pandemie, aber auch um „Welt-schmerz“, wie Sarah es formuliert. Ganz wichtig für „Sarah Marie“, wie sich Tönges als Künstlerin nennt, ist die Endung eines jeden Kapitels auf einer positiven Note, um den Lesern eine positive Message mitzugeben.

Rund um die Veröffentlichung am 22. Februar macht sich Tönges keinen großen Druck: „Mal schauen, wie viele Leute mein Buch interessant finden und was dann zahlenmäßig daraus wird. Ich bin einfach stolz und freue mich, etwas Haptisches geschaffen zu haben, was Ruhe mit sich bringt und eine Alternative zum informationsüberladenden Handy schafft.“

## **Studium muss erstmal beendet werden**

Es sei klar, dass so eine Veröffentlichung neue Türen öffnen könnte, stellt Tönges klar. Jedoch sei es erst einmal wichtig, das **Studium der Germanistik und Medienwissenschaften** in Bonn zu vollenden: „Man weiß nie, wie lange so etwas einen im Leben trägt. Momentan kann ich gut davon leben, bin unfassbar glücklich, weil ich mir das hier immer als meinen Traumjob vorgestellt habe“, erklärt Tönges. Doch aufgrund der Veröffentlichung sei sie nun erstmal nur himmelhochjauchzend – und für den Moment nicht gedankenvertieft.

### **>>> Weitere Infos**

Das Buch *Himmelhochjauchzend gedankenvertieft* von Sarah Marie ist im Lago-Verlag erschienen und kostet 14 Euro. Es beinhaltet Gedanken und Texte über die Liebe und das Leben und vieles mehr.

Das Buch gibt es auch als e-Paper. Es hat 208 Seiten. Die ISBN lautet 978-3-95761-213-7. Infos zu Sarah Marie unter [www.sarahmariepoetry.com](http://www.sarahmariepoetry.com).

KOMMENTARE >