

# Inhalt

<b>Vorwort</b> . . . . .	7
<b>Einleitung</b> . . . . .	9
1. Der Moment, der alles ändert . . . . .	13
2. Woher ich komme . . . . .	21
3. Wilde Zeiten . . . . .	35
4. Raus in die Welt . . . . .	42
5. Der Weg zur Wette . . . . .	54
6. Das Drama nimmt seinen Lauf . . . . .	64
7. Aufwachen . . . . .	74
8. Außer Lebensgefahr . . . . .	91
9. Die Welle des Mitgefühls . . . . .	110
10. Die Rolle der Medien . . . . .	130
11. „Wie hält man das aus?“ . . . . .	145
12. Alltag und andere Schwierigkeiten . . . . .	160
13. Die Entdeckung der Langsamkeit . . . . .	175
14. Es geht weiter . . . . .	191
<b>Nachwort</b> . . . . .	201
<b>Autoren</b> . . . . .	205