

INHALT

Vorwort	7
Kapitel 1: Der Trauer ins Auge sehen	11
Kapitel 2: Sara	20
Kapitel 3: Der Tag, an dem der Sommer zu Ende ging	29
Kapitel 4: Loslassen	71
Kapitel 5: Wenn nichts mehr ist, wie es früher war	85
Kapitel 6: Abschied nehmen	102
Kapitel 7: Erste Schritte in unserer neuen Realität	120
Kapitel 8: Von Weihnachten und anderen Schwierigkeiten	141
Kapitel 9: Es geht nicht ohne Hilfe	150

Kapitel 10: Einen ehrlichen Umgang mit der Trauer zulassen	183
Kapitel 11: Barmherzig werden	208
Kapitel 12: Der Trost einer ewigen Hoffnung	236
Nachwort	261
Rechtenachweis der Lieder	264
Dank	267