

Auch Tränen glitzern

Ein Übergangsbegleiter für alle, die noch nicht bereit sind

von Theresa Brückner



ruach.jetzt

Ausgabe	ISBN	Preis	Seiten	Erscheint
Taschenbuch	9783949617645	17,00 €	112	11.03.2026
Genre/Thema	Lebenshilfe, Persönlichkeitsentwicklung und praktische Tipps			
Warengruppe	Taschenbuch · Ratgeber/Lebenshilfe, Alltag/Lebensführung, Persönliche Entwicklung			
Schlagwörter	Übergang, Trauer, Lebenshilfe, Spiritualität, Gebet, Verlust, Neuanfang, Rituale, Seelsorge, Advent, Tod und Sterben, Hoffnung, persönliche Entwicklung, interaktives Buch, Journaling, Playlist, christlich, Poesie, Kintsugi, Begleitung			
Zielgruppe	Das Buch richtet sich primär an Erwachsene ab etwa 20 Jahren, die sich in einer Phase des Umbruchs befinden – nach einem Verlust, einer Trennung, einer Krankheit oder einem biografischen Einschnitt. Angesprochen werden Menschen, die Raum für Trauer suchen, ohne sofort Lösungen geboten zu bekommen. Die spirituelle Dimension macht das Buch besonders attraktiv für christlich sozialisierte oder kirchennahe Leser:innen, die authentische statt frommer Sprache suchen. Gleichzeitig sind Tonfall und Themen so zugänglich gehalten, dass sich auch spirituell Suchende ohne feste Konfessionsbindung angesprochen fühlen. Als Geschenkbuch eignet es sich für alle, die einer nahestehenden Person in einer schweren Lebensphase etwas Bedeutsames in die Hand geben möchten.			

Über das Buch

Ein Raum für die Trauer, der die Hoffnung trotzdem durchglitzern lässt. In ihren lyrischen Texten, Gedichten und Gebeten erzählt Theresa Brückner (@theresaliebt) offen und ehrlich von Abschieden, Verlusten, Sorgen und Ängsten. Von den Momenten davor, danach und mittendrin. Nah und behutsam lädt sie ein zu einer Reise, die Du mitgehen, mitfühlen und zu Deiner eigenen machen kannst. Dieses Buch möchte nicht nur gelesen, sondern durchlebt werden. Immer wieder bietet es ganz viel Raum, um eigene Gedanken festzuhalten und die gelesenen Impulse zu reflektieren. Dazu laden auch die Rituale ein,

die es neben den persönlichen Texten zu entdecken gibt - eine Sammlung lebensnaher Übungen für den Alltag, die ganz praktisch dabei helfen, die eigenen Übergänge zu meistern.

Über die Autor:innen

Autor:in: Theresa Brückner; Z01: Tobias Sauer

Pressekontakt & Rezensionsexemplare

Lisa Felbinger · ruach.jetzt GmbH · Arnoldstraße 26 · 54295 Trier

E-Mail: lisa@ruach.jetzt · Telefon: +491796125689

Rezensionsexemplare (Print oder digital) senden wir Ihnen auf Anfrage gern zu.