

# Inhalt

Teil 1: Der Aufbruch	9
1. Kapitel: Ins Freie, ins Licht!	11
2. Kapitel: Mach dich auf!	29
3. Kapitel: Suche die Wahrheit!	49
4. Kapitel: Zieh dich aus!	81
Teil 2: Die Agenda	113
5. Kapitel: Ernähre dich vegan!	115
6. Kapitel: Lebe anarchisch!	149
7. Kapitel: Werde, der du bist!	187
Teil 3: Die Verwandlung	221
8. Kapitel: Tanze!	223
9. Kapitel: Folge deinen Träumen!	257
Anhang	
Dank	297
Zeittafel	300
Literaturhinweise	307
Bildnachweis	317