

# Inhalt

1. Vom Beginn einer Geschichte	9
2. Der Tag, an dem Horst beschloss, einfach mal nicht mitzumachen	13
3. Ein Sonntag, den Horst getrost aus seinem Kalender streichen konnte	24
4. Was man an einem verkaterten Wochenende alles verschlafen kann	28
5. Ein ungewöhnlich langer Feierabend und ein ungewöhnlich früher Morgen im Büro	36
6. Ein Besuch, der mit einer Lüge begann und mit einer weiteren Lüge endete	51
7. Ein Sonntag, der Horst lehrte, dass Kinder keinen Grünkohl mögen	62
8. Rote Markierungen im Kalender	77
9. Freitage sind auch nicht mehr das, was sie einmal waren	91
10. Eine ungewöhnlich bewegte Herausforderung für Horst	101
11. Vom Glühwein und zwei Geschenken – einem Knüller und einem Flop	115
12. Immer weniger Sonnenstunden, aber dafür umso erfreulichere Abendstunden	128
13. Vom Kuchen backen und vom Kuchen essen	144
14. Verspätete Katerstimmung nach der Weihnachtsfeier	152
15. Eine besinnliche Andacht am Heiligen Abend	161
16. So böse hätte das Erwachen trotz Alkohol nicht sein müssen	174
17. Eine völlig aus dem Ruder gelaufene Silvesternacht	189

18. Das Jahr ist erst zwei Tage alt, und Horst möchte sein Experiment abbrechen	201
19. Tage, in denen Horst ganz andere Dinge traurig stimmten, als er erwartet hatte	206
20. Ein Arbeitstag, der im dunklen Büro begann und mit Licht im Herzen aufhörte	216
21. Letztes Kapitel – Eine Party, bei der einiges ins Wasser fiel, was dort eigentlich nicht hingehört	230
22. Allerletztes Kapitel - Wie schön, wenn alle anderen früher aufstehen müssen	243