

| | |
|----------------------|-----|
| Prolog | 7 |
| Jeden Freitag | 15 |
| Aufwachsen | 29 |
| Erinnern | 49 |
| Ostfronten | 61 |
| Rauchen | 77 |
| Empören | 95 |
| Fossilität | 117 |
| Verlieren | 141 |
| Verbrauchen | 159 |
| Privilegien | 177 |
| Regenerieren | 197 |
| Gegen die Ohnmacht | 209 |
| Dank | 229 |
| Literaturverzeichnis | 231 |