

Der Inhalt

„Je fester die Faust, je näher an Pommern“	
Warum die Pommern waren, wie sie waren (sind wie sie sind)	5
Zeittafel	14
„... auf daß niemand uns den Polen zurechne“	
Geschichte und Geschichten aus Pommern	24
Im Spannungsfeld der Geschichte	26
Die deutsche Ostbewegung	32
Das Zeitalter der Reformation	37
Das Jahrhundert Friedrichs des Großen	43
Zusammenbruch und Neuaufstieg	53
Pommern wiedervereinigt	60
Im deutschen Nationalstaat	72
Von Versailles bis Potsdam	80
Alphabet der Pommern	92
Stettin, das Tor zur Ostsee	94
Alphabet der Stettiner	107
Rügen, ein deutsches Sehnsuchtsziel	108
Alphabet der Rügener	119