

# Inhalt

Zum Geleite	7
-------------	---

## **HOCH IM NORDEN**

ENTLANG DER ELBE VON CUXHAVEN NACH BAD SCHANDAU	17
--	----

Losfahren 21 • Heimat! Endlich Heimat! 42 • Deutschem Humor auf der Spur 53 • Deutsche Äpfel 59 • Alter weißer Mann 62  
Richtung einstiger innerdeutscher Grenze 69 • Gelbe Kreuze 76  
»Deutschland, aber normal« 82 • Wir schaffen das 89  
Ein Freund in Magdeburg 98 • Auf nach Sachstzschén 109  
Neu in Sachsen, neu in Deutschland 115 • Zur Sicherheitslage im Osten 122

Erkenntnisse an der Elbe	130
--------------------------	-----

## **TIEF IM WESTEN**

ENTLANG DER RUHR VON WINTERBERG NACH DUISBURG	133
--	-----

Zechen, Schlotte, Kumpel – nicht 133 • Endlich echtes Ruhrgebiet 143 • Currywurst und Gyros – Ruhrdiversität 153  
Vom Wandern 162 • Scheiße, wat is dat schön! 168

Erkenntnisse an der Ruhr	170
--------------------------	-----

## **AM DEUTSCHESTEN**

### **ALLER FLÜSSE**

#### **ENTLANG DES RHEINS VON MAINZ**

#### **NACH DUISBURG**

175

Geheimnisvoller Vater Rhein 175 • »Integrieren Sie sich

besser nicht« 178 • Friede, Glück und Sicherheit 186

Jede Jeck is anders 197 • »Es trifft immer die Falschen« 202

Erkenntnisse am Rhein

207

## **GRENZFLÜSSE,**

### **GRENZERFAHRUNGEN**

#### **ENTLANG VON ODER UND NEISSE VON**

#### **ANKLAM NACH ZITTAU**

211

Going East 211 • Zwischen Mate-Kombucha und

Cola-Korn 220 • Was hat ein Eis mit Freiheit zu tun? 225

Zum Reden braucht es mindestens zwei 229

Verbrannte Erde 236 • Blühende Landschaften 243

Erkenntnisse an Oder und Neiße

253

## **AM WILDEN WASSER**

#### **ENTLANG DES NECKARS VON VILLINGEN-**

#### **SCHWENNINGEN NACH MANNHEIM**

259

Schaffe, schaffe ... unterwegs im Schwabenland 259

Digitalisierung made in Germany 266 • Streiten für die Demokratie 271 • Übers Kinderkriegen 275 • Abstecher in die Vergangenheit 280 • Wo Deutschland floriert 282

Wahlkampfversprechen 296 • Malerische Zustände 300

Erkenntnisse am Neckar

302

## **ZU BESUCH BEI IHRER MAJESTÄT**

### **ENTLANG DER DONAU VON**

### **DONAUESCHINGEN NACH PASSAU**

307

Wer den Hirsch beim Röhren stört 307 • Tauet, Himmel,  
den Gerechten 309 • Wälder, Wurst und Grünkohl 314

Are you a refugee? 317 • Herausforderungen  
des Miteinanders 322 • Deutsche Päpste, deutsche Helden –  
und Heldeninnen 327

Erkenntnisse an der Donau 333

Postludium, natürlich! 337

Danksagung 349

Bild- und Zitatnachweis 351