

# INHALT

Du lebst dein Leben falsch!	4
-----------------------------	---

## **KAPITEL 1: DER SENF DER ANDEREN AUF MEINER FRIKADELLE**

	5
--	---

Nach Elmshorn? No way!	6
------------------------	---

Kann ich meine Wurst bei euch mit raufwerfen?	25
---	----

'Ne Eins im Konfliktslalom	39
----------------------------	----

Das hier ist unser Sexzimmer	53
------------------------------	----

Und jetzt kommen wir zu einer Frau	61
------------------------------------	----

Der Senf der anderen auf meiner Frikadelle – eine Bestandsaufnahme	73
---	----

## **KAPITEL 2: DER SENF IM KOPF**

	75
--	----

Soll ich beim Universum ein dickes Fell bestellen?	76
--	----

Take a deep breath and remember who the hell you are	83
---	----

Doppelter Preis – halber Spaß	93
-------------------------------	----

Unser Pool ist aber größer	103
Wie wär's denn mal mit abnehmen?	116
Der Senf in meinem Kopf – ein Protokoll	130

## **KAPITEL 3: EUER SENF SCHMECKT MIR NICHT**

132

Das Universum liefert	133
Meine Mutter ist so alt wie du und hat schon drei Kinder	145
Schwarz macht schlank und vom Küssen wird man schwanger	155
Meine Prioritäten liegen woanders	167
Mir kann keiner mehr was	178
Euer Senf schmeckt mir nicht – ein Fazit	189