

Karte von Masuren	8
------------------------------------	---

LAND UND LEUTE	10
-----------------------	-----------

GRENZLAND FERN VON LÄRM UND TRUBEL	
Burgen, Kirchen, Klöster – ein reiches kulturelles Erbe	12
Wälder und glitzernde Seen	14
Grüne Lunge Polens	16
Die Heiden aus der »Wildnis«	18
♦ <i>Prußische »Barbaren« – Vorbilder für die Christenheit?</i>	21
Geistliche Burgen – die Deutschordensarchitektur	22
Die Masuren – Armut in der Wildnis	24
♦ <i>Volkstanz Mazurka – vom Sehnsuchtslied zur Nationalhymne</i>	28
Paläste des Adels	30
Die Ortsnamen Masurens	34
Land der Erinnerung	36
♦ <i>Windmühlenzeit – Nostalgie-Denkmäler werden wieder gepflegt</i>	42
Das Bernsteinland im Norden	44

BLICK IN DIE GESCHICHTE	48
--------------------------------	-----------

LEIDVOLLER VERGANGENHEIT – HOFFNUNGS-	
FROHER AUSBLICK	
Die ersten Missionare	50
Der große Krieg: Kreuzritter gegen Preußen	52
Starker Staat – freie Siedler	56
Masuren wird preußisch	60
♦ <i>Kirchen, Wallfahrten, Gebete: im Bann der himmlischen Königin</i>	62
Zeit des Absolutismus	64
Armut und Auswanderung im 19. Jahrhundert	68
Tragödie des Nationalismus: Krieg, Tod, Vertreibung	70
Ende des Kalten Kriegs: hoffnungsfroher Neuanfang	74
♦ <i>Zeittafel zur masurischen Geschichte</i>	76

DER WESTEN	78
-------------------	-----------

VON DER EYLAUER SEENPLATTE BIS NEIDENBURG	
Ermland und Oberland	80
Eylauer Seenplatte	82
Osterode – Perle des Oberlands	86
♦ <i>Märchen, Mythen, Moorgespenster: sagenhaftes Masuren</i>	88
Wo Schiffe über Berge rollen	90
Frische Brise: zur Nehrung und nach Frauenburg	92
Allenstein – Tor zu Masuren	94
♦ <i>Ketzer Kopernikus: Die Erde ist nicht der Mittelpunkt des Alls</i>	97
Freilichtmuseum Hohenstein	98
Blut und Folklore: Symbolort Grunwald-Tannenberg	102
Dietrichswalde – das ermländische Lourdes	104
Neidenburg – südlichste Stadt Masurens	106

VOM SPIRDINGSEE BIS ANGERBURG

Seen und Kanäle – die Wasserstraßen	110
Spiirdingsee – das masurische Meer	114
Lucknainer See – das Schwanenparadies	116
♦ <i>Fisch, Beeren, Pilze: Lukullisches von Märkten und Basaren</i>	118
Nikolaiken – das Venedig Masurens	120
Von Nikolaiken in den Masurischen Landschaftspark	122
Johannisburg – Stadt am Rand der Wildnis	124
In der Johannisburger Heide	126
Krutinna – Seele Masurens	128
Altgläubige in Eckertsdorf	132
Sensburg – Stadt der Festivals am Wasser	134
♦ <i>Popielno am Spiirdingsee – neue Heimat für Tarpan-Wildpferde</i>	136
Wassersporthochburg Lötzen	138
Angerburg und der Mauersee	142

DER OSTEN

144

VON DEN SEESKER HÖHEN BIS ZUR BORKENER HEIDE

Goldap: im Bann der Heide und der Seesker Höhen	146
Jagdrevier Rominter Heide	150
Suwałki-Seenplatte und Hafczasee	152
♦ <i>Storchenland: Jeder dritte Storch Europas lebt in Mauren</i>	154
Kloster und Nationalpark Wigry	156
Czarna Hańcza und Augustower Heide	158
Am europäischen Amazonas: der Biebrza-Nationalpark	160
Nostalgisches Zentrum im Osten: Lyck	162
♦ <i>Engagement für die Heimat: Lenz – Lycks berühmtester Sohn</i>	165
Wisent-Wildnis Borkener Heide	166

DER NORDEN

168

VON RASTENBURG NACH HEILIGELINDE

Das rote Rastenburg	170
Mahnmal Wolfsschanze	172
Barockjuwel Heiligelinde	174
Rössel – katholische Hochburg im evangelischen Preußen	176

VOR DEN TOREN MASURENS

178

VON DANZIG BIS KÖNIGSBERG

Ausflug nach Danzig	180
Frische Brise: zur Nehrung und nach Frauenburg	194
Marienburg – die größte Backsteinburg der Welt	200
Ausflug nach Königsberg	202

REISEHINWEISE

210

DAS WICHTIGSTE AUF EINEN BLICK

Informationen von A bis Z	212
Orts-, Namens- und Sachregister	220