

# Inhalt

1:	Die Ausdauer schläft nie	6
2:	Zunehmende Schmerzen	22
3:	Warum wir laufen	33
4:	Folge dem Pfad	45
5:	Ich kann und will nicht aufhören!	56
6:	Nachwirkungen	68
7:	Der Seidenstraßen-Ultra	75
8:	Der lange Lauf	93
9:	Vom Kampf gegen Windmühlen	101
10:	Freundschaft und Vaterschaft	106
11:	Verloren in einem weißen Haus	113
12:	Ich habe es getan!	123
13:	Vom Laufen und Wettlaufen	130
14:	Wunden können heilen	137
15:	Zurück an den Start	144
16:	Die Party kann losgehen	156
17:	Die Schrauben lockern sich	168
18:	Der Narr und der Superstar	177
19:	Die Kernschmelze	184
20:	Blackout	190
21:	Reiß dich zusammen!	198
22:	Prophetische Worte	207
23:	Das Licht	215
	Schluss: Die Neue Weltordnung	224
	Dank	229