

- Vorwort – Eine große Wanderung und viele kleine 7
- Die Flüsse und die Wälder 9
Die ältesten Völkerpfade – Bauern werden Piraten – Menschen als Ware – Was ist eine Stadt? – Die Slawen werden kriegerisch – Der Kaiser als Herr über Christen und Heiden – Eine Fremde aus edlem Geschlecht
- Bischöfe und Grafen 27
Eine Lysistrata in Polen – Familienbande über die Fronten hinweg – Die Wälder schrumpfen – Die ersten Eisenhämmer – Flucht aus der Leibeigenschaft – Nach Osten, ins Ungewisse
- Die heiligen und die unheiligen Könige 41
Die Piasten, oder: Bauern auf dem Thron – Arzt und Papst im Jahr 1000 – Fürst Gottschalk, gottesfürchtig, aber unmäßig – Das flandrische Tuch bringt den Reichtum – Kriegsmann und Kirchenfürst: Wichmann von Magdeburg – Die Siedler und ihre Verträge
- Ein umstrittener Kreuzzug 57
Bernhard, der ahnungslose Heilige – Albrecht der Bär und seine geheimen Hoffnungen – Jaxa von Köpenick, ein Slawenfürst, und viele Rätsel – Niklot, der Tyrann – Heinrich der Löwe und Friedrich Barbarossa
- Heinrich der Löwe und Niklot, der Unbeugsame 69
Neubegründung des zerstörten Lübeck – Niklots Präventivschlag – Verrat, Blut und Leidenschaften – Von der Nützlichkeit unehelicher Nachkommenschaft – Germanisch-slawisches Heiligtum auf Rügen – Otto von Bamberg in Stettin
- Auf dem Weg nach Berlin 87
Rentierjäger an der Spree – Deutsch-wendische Doppelstadt, geteilt bis 1709 – Stendal, Tangermünde, Werben: uralte, aber klein geblieben – Die Askanier und wen sie heirateten – Der Templerorden in Berlin – Der falsche Woldemar – Troja in Spandau
- Schlesiens Ruf nach den Deutschen 119
Die fünfhundert Jahre der Vandalen an der Oder – Die heilige Hedwig und ihre Klöster – Mongolensturm und plötzliche Umkehr – Das mittelalterliche Breslau – Oppeln, die Stadt auf zwei Inseln – Fünf Herren einer kleinen Stadt – Die Weberdörfer in den schlesischen Wäldern
- Mission mit dem Schwert 147
Das hohe Ziel und die üblen Taten – Wohin mit den überzähligen Söhnen? – Aus dem Pruzzenland wird Preußen – Das Debakel von Tannenberg im Jahr 1410 – Königsberg, das Wunder einer Stadt – Das geheimnisvolle Truso – Elbing, oder: eine Meeresbucht wird zum See
- Pommerland ist abgebrannt 187
Wo der Hunger zu Hause ist – Thomas Kantzow aus Stralsund – Der Riese Bogislaw – Universitäten in Rostock und Greifswald – Das Recht der Ersten Nacht in Mecklenburg? – Der Münzenfund von Vohßberg – Wismar, oder: ein Seeräuberschlupfwinkel wird Hansestadt – Der letzte Herzog fand kein Grab
- Ein großer Bischof und viele Bürger 207
Die Preußenstraße in Alt-Nowgorod – Ein Bischof von besonderer Art – Die Schwerritter und ihr Ende – Würzige Völkermischung im Baltikum –

<i>Große Familien aus wilder Wurzel – Deutsche Herren im Zarenreich – Swing im alten Rußlandhandel – Riga, Reval und die Schwarzhauptergilde</i>		<i>Das Ende – und welch ein Ende!</i>	275
		<i>Das Deutschtum im Osten – nichts als Erinnerung? – Viele Möglichkeiten, mit einem Land zu leben – Aufgaben der DDR – Die Wanderung der sieben Millionen – Solschenizyn über die Vertreibung – Carstens in Königsberg – Das unsichtbare Fluchtgepäck</i>	
Völkervielfalt im Südosten	235	Zeittafel	284
<i>Die große Flut und viele kleine Rinnsale – Friedliche Sorben im Herzen Deutschlands – Ungarnnot in Mitteleuropa – Das Geschlecht aus dem Dunkel – Flamen werden Wiener – Der Donauweg in den Südosten – Komm mit nach Warasdin... – Batschka und Banat blühen auf</i>		Literaturbericht	287
		Register	292
		Bildnachweis	296