

Wstęp	7
Goniąc uporczywą myśl...	
Rozdział I	11
Autobiografia (1967-1974)	
Rozdział II	43
Coś dzieje się w mej biednej głowie (1974-1980)	
Rozdział III	93
Ale wkoło jest wesoło (1980-1982)	
Rozdział IV	133
Bla, bla, bla (1982-1983)	
Rozdział V	177
Każdy tańczy sam (1983-1987)	
Rozdział VI	209
Chcemy być (z) sobą? (1987)	
Rozdział VII	239
Po co? (1989-1991)	
Rozdział VIII	275
Całkiem inny kraj (1992-1996)	
Rozdział IX	313
Idźcie do domu (1996-2000)	
Rozdział X	349
Niepokonani (2000-2010)	
Rozdział XI	411
Wieczorny przegląd moich myśli	
Rozdział XII	433
Pocztówka do państwa Jareckich (o fanach przed laty)	
Rozdział XIII	441
Z życia idola (o fanach po latach)	
Rozdział XIV	459
Kilka niezłych płyt (dyskografia i wideografia)	