

OBSAH

Předmluva (Radkin Honzák)	7
Breviář abstinující alkoholičky	12
1/ Jak jsem se stala závislou	15
<i>Jirka</i>	19
Zlá buňka mozková	21
2/ Co pro ženu a společnost znamená být alkoholičkou?	23
<i>Ještě jednou Jirka</i>	29
Zpověď alkoholika	31
3/ Berlička Antabus, „hodné a zlé“ léky	33
<i>Fanoušek</i>	39
Nebezpečné známosti	41
4/ Z ambulance do léčebny, aneb cesta ze dna	43
<i>Ríša</i>	51
Suchý dům	53
5/ A co potom...	55
<i>Kultura v léčebně</i>	60
Touha po příteli	61
6/ Způsobně odmítněte	63
<i>Marta</i>	66
Pijácká minulost	68
7/ Jak poznat sebe sama	71
<i>Jana</i>	83
Delirium tremens	85

8/ Možnosti doléčování	87
<i>Manažer</i>	92
Sebelítost	93
9/ Reiki, rodinné konstelace a škola uměleckých terapií	95
<i>Petr</i>	100
Šance	102
10/ Jsem někdo jiný	105
<i>Pan M.</i>	110
Rozumné rozhodnutí	112
11/ Fakta a trocha historie na závěr	115
<i>Toniček</i>	120
Ptáš se	122
Místo doslovu: Dopis člověku, který mi v životě nejvíc ublížil	123
Vážený pane doktore, paní doktoro	125
Na zdraví zdravě (recepty na nealko koktejly)	126
1. Ovocný koktejl	126
2. Ananasové osvěžení	127
3. Lassi	127
4. Vesmírná kočka	128
5. Indický moktejl	128
6. Zázvorka	129
7. Rybníček Brčálník	129
8. Borůvkový koktejl	130
9. Slzy Čachtické paní	130
10. Kávoový sen	131
11. Lokakola	131