

# Obsah

## Část I

### Pochopení problému alkoholismu

Úvod .....	7
1. Pochopení problému alkoholismu .....	7
2. Začátek sedmi kroků dolů .....	14
3. Konec toho všeho .....	21
4. Začarovaný kruh .....	29
5. Překážky uzdravení .....	37
6. Co říká Bůh .....	44

## Část II

### Pět způsobů jak pomoci alkoholikovi

Úvod .....	53
1. Nevyužité zdroje .....	53
2. Přinášet naději, která je v Kristově evangeliu .....	64
3. Společenství .....	70
4. Dlouhodobé utrpení .....	83
5. Zásadovost .....	91

## Část III

### Pět způsobů, jak může alkoholik pomoci sám sobě

Úvod .....	103
1. Přesuň svoji závislost na Boha .....	104
2. Mluv denně s Bohem .....	110
3. Sdílení .....	118
4. Žij krok za krokem .....	125
5. Dělej soustavnou inventuru .....	131
Slovo na závěr .....	135