

Obsah

Úvod	3
1. Lež	11
2. Toxická řasenka a koktejly od Goopu	24
3. Má alkohol svůj „cigaretový moment“?	43
4. Něco jako alkoholik neexistuje	71
5. Správná otázka: Brání mi alkohol v životě?	93
6. AA byli vytvořeni pro muže	113
7. Přestat jako žena	130
8. Práce s našimi základními přesvědčeními	150
9. Jak přestat pít, když jste nikdy nedodrželi žádnou dietu	184
10. Přerušení cyklu závislosti: rituály a zdravé způsoby zvládání	201
11. Dostat se ke kořenům: Jak se opečovávat	224
12. Orientace ve „Střízlivé iluminátské společnosti“	251
13. Peklo jsou ti druzí	272
14. Lidé, kteří potřebují lidi	294
15. Čím se bavíš, když nepiješ?	316
16. Aktivismus, střízlivost a skutečný odpor	338
Poděkování	347
Poznámky	355
K diskuzi	377