

Spis treści

- 5 Część I Czy boisz się trzeźwości?**
- 9 Wstyd i lęk**
- 11 Cierpienie**
- 14 Toksyczny wstyd**
- 18 Janusz**
- 25 Father of God**
- 32 Ciasteczkowy potwór**
- 36 Lista zachowań sprzyjających moim
zaburzeniom odżywiania**
- 41 Pierwszy upadek, czyli o tym, jak najebałam się
pierwszy raz w wieku trzynastu lat**
- 44 Uzależnienie od pierwszego wejrzenia**
- 47 Miłość od pierwszego wciągnięcia**
- 51 Szczury, które wciągają mnie nosem**
- 56 Nienawiść od pierwszego (prawie) włożenia**
- 60 „Berghain”**
- 66 Przecież to tylko dobra zabawa**
- 70 Apokalipsa zombie**
- 75 To ostatnia niedziela**

81	Część II Psycholog od picia alkoholu
87	Szklanka wody, lampka wina
89	<i>Prosecco girl</i>
91	Krótką listą alkoholi „grających” ważne role w hollywoodzkich filmach
96	Krótką listą narkotyków „grających” ważne role w hollywoodzkich filmach
101	Gotowanie = / ≠ najebanie
104	Piję, bo żyję
106	Pięćdziesiąt twarzy alkoholizmu
109	Choroba dopóki śmierć nas nie rozłączy
112	Kilka rad na początek
115	Głód nie zabija, głód mija
119	Alternatywna rzeczywistość
123	Ciało, którego nie ma
126	Bez alko i dragów jest nudno
128	Minusy trzeźwienia?
130	Uzależnienie to choroba śmiertelna
132	Lista zachowań, przez które otarłam się o śmierć
134	Wychodzenie z uzależnienia
136	Mama
141	Techno jest kobietą, a nawet moją eks
149	Morderczy wirus
153	Urodzinowe kartki
157	Przyjaciel w biedzie
160	Haj trzeźwienia, a potem... a potem co?
166	Bo we mnie jest seks
177	Naga kawa

184	Słoik wdzięczności
187	Kartki ze słoika wdzięczności
189	Suchy zjazd
193	Totalne oczyszczenie
197	Krótką listą trzeźwieniowych protipów
201	Lista zachowań, które ze mną zostały i chyba zostaną na zawsze
205	Lista osiągnięć podczas trzeciego roku abstynencji
207	Love and obsession are in the air
213	Trzeźwy melanz
220	Nudna Marta
225	Podziękowania