

Inhaltsverzeichnis

Vorwort	4
Wie ich zum Schreiben dieses Tagebuchs kam	5
Der 1. bis 13. Tag ist im Band 1 veröffentlicht, ca. 100 Seiten, 13x20,5cm, ISBN 3-930657-20-1	10
14. Tag / Wechselbeziehung der Ehrlichkeit	11
15. Tag / A A -Gespräche	15
16. Tag / Gebet und Meditation	19
18. Tag / Das Problem mit anderen Süchten	29
19. Tag / Das Vermächtnis von William James	35
20. Tag / Gefallsucht	39
21. Tag / Anagrammspiele	42
22. Tag / In welchem Schritt arbeitest du gerade?	47
23. Tag / Alkoholiker und Alkoholismus	51
24. Tag / Das „falsche“ Meeting	54
25. Tag / Meine Lieblingsmeetings	58
26. Tag / Der Wendepunkt	62
27. Tag / Dankbarkeit als Alkoholiker	65
28. Tag / A.A.-Literatur	70
29. Tag / Durch Veranlagung unfähig	74
30. Tag / Der dunkle Gott	79
31. Tag / Anonymität	83
32. Tag / Einfach, und doch nicht zu einfach	88
33. Tag / Dankbarkeit	92
34. Tag / Das flotte Lottchen	96
35. Tag / Sponsoren und Schützlinge	101
36. Tag / Verstehen und verstanden werden	105
37. Tag / Zweierlei Bereitschaft ..	108
38. Tag / Belehrbar werden	111
39. Tag / Ein Betrunkener im Meeting	115
40. Tag / Ein Versager sein ..	120
41. Tag / Sein oder nicht sein?	123
42. Tag / Ein ganz besonderer Wurm	127
43. Tag / Warum ich? Warum nicht?	131
44. Tag / Zeitverschwendung	135
45. Tag / Kellers Gesetz	139
46. Tag / Zurückzahlen	142
47. Tag / „Alkoholiker“ definieren ..	146
48. Tag / Persönlichkeitswandel in der Genesung	149

49. Tag / Qualität und Quantität	153
50. Tag / Anonyme Alkoholiker?	155
51. Tag / Der Spiegel der Identifizierung	159
52. Tag / Genesend oder geheilt?	162
53. Tag / Der neueste Al-Anon	166
54. Tag / Zufrieden sein	170
55. Tag / Ansteckende Genesung	174
56. Tag / Inventur und Punkte-Wertung	179
57. Tag / Gedanken zur Mystik	184
58. Tag / Schon wieder Gefallsucht	188
59. Tag / Ein ehrlicher Wunsch	192
60. Tag / Kontrolliertes Trinken	196
61. Tag / Keller und Oberstübchen	200
62. Tag / Alkoholismus - eine Allergie?	204
63. Tag / Nüchternheit und Imitation	208
64. Tag / Anders Sein	211
65. Tag / 100 Meetings in 20 Tagen	215
66. Tag / Aussicht auf Zeit	219
67. Tag / Frei werden	222
68. Tag / Und es höret nimmer auf	224
69. Tag / Regel Numero 62	227
70. Tag / Traurigkeit erleben	230
71. Tag / Die Wirklichkeit der Vergangenheit	233
72. Tag / Einfachheit und Komplexität	237
73. Tag / Urteile fällen	241
74. Tag / Feigheit und Mut	244
75. Tag / Ein einfaches Programm	248
76. Tag / Ehrlichkeit und Toleranz	252
77. Tag / Nebenleistungen	256
78. Tag / Verwirrung und Unehrllichkeit	260
79. Tag / Gewählter Glaube	264
80. Tag / Einfache Antworten	268
81. Tag / Die Bedeutung von „genug“	273
82. Tag / Um Nüchternheit betteln	277
83. Tag / Muß das ausgerechnet jetzt sein?	282
84. Tag / Mein liebster Slogan	286
85. Tag / Wessen Programm?	291
86. Tag / Einsicht und Mut	296
87. Tag / Bewußte Verbindung	300
88. Tag / Ein einfaches Werkzeug sein	304
89. Tag / A.A. und das letzte Wort	307
90. Tag / Eine gemischte Erfahrung	311
Die Zwölf Schritte von Alcoholics Anonymous	314
Die Zwölf Traditionen von Alcoholics Anonymous	315
Literatur von und über AA	316