

Dr. Gabor Maté

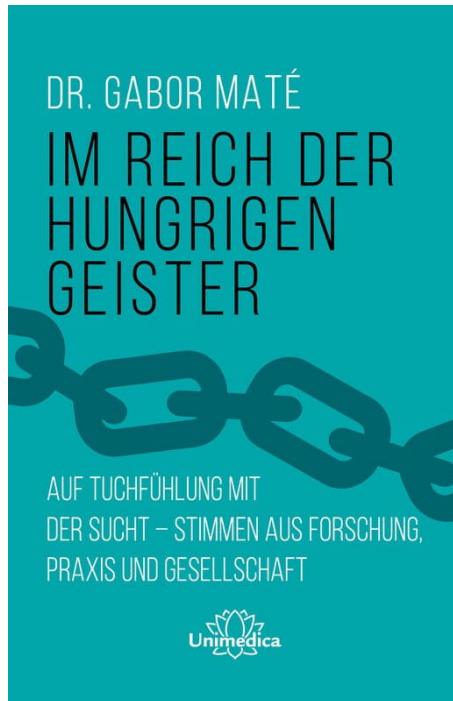
Im Reich der hungrigen Geister

Leseprobe

[Im Reich der hungrigen Geister](#)

von [Dr. Gabor Maté](#)

Herausgeber: Unimedita



Im [Narayana Webshop](#) finden Sie alle deutschen und englischen Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise.

Copyright:

Narayana Verlag GmbH, Blumenplatz 2, D-79400 Kandern

Tel. +49 7626 9749 700

Email info@narayana-verlag.de

<https://www.narayana-verlag.de>

Narayana Verlag ist ein Verlag für Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise. Wir publizieren Werke von hochkarätigen innovativen Autoren wie Rosina Sonnenschmidt, Rajan Sankaran, George Vithoulkas, Douglas M. Borland, Jan Scholten, Frans Kusse, Massimo Mangialavori, Kate Birch, Vaikunthanath Das Kaviraj, Sandra Perko, Ulrich Welte, Patricia Le Roux, Samuel Hahnemann, Mohinder Singh Jus, Dinesh Chauhan.

Narayana Verlag veranstaltet Homöopathie Seminare. Weltweit bekannte Referenten wie Rosina Sonnenschmidt, Massimo Mangialavori, Jan Scholten, Rajan Sankaran & Louis Klein begeistern bis zu 300 Teilnehmer

INHALTSVERZEICHNIS

Anmerkungen des Autors		ix
Einleitung		xi
Die hungrigen Geister: Im Reich der Süchte		xxix
Teil I	Der Höllenzug	1
KAPITEL 1	Das einzige Zuhause, das er je hatte.....	2
KAPITEL 2	Die tödliche Macht der Drogen	21
KAPITEL 3	Die Schlüssel zum Paradies	29
KAPITEL 4	Sie glauben mir meine Lebensgeschichte wohl nicht!	43
KAPITEL 5	Angelas Großvater	53
KAPITEL 6	Tagebuch einer Schwangerschaft	57
KAPITEL 7	Beethovens Geburtszimmer	70
KAPITEL 8	Es muss Momente der Hoffnung geben.....	83
Teil II	Arzt, heile dich selbst	97
KAPITEL 9	Wer könnte das besser verstehen als ich?	98
KAPITEL 10	Zwölf-Schritte – ein Protokoll.....	113
Teil III	Ein anderer Zustand des Gehirns	121
KAPITEL 11	Was ist Sucht?	122
KAPITEL 12	Von Vietnam bis zum „Rat Park“	127
KAPITEL 13	Ein anderer Gehirnzustand	135
KAPITEL 14	Durch die Nadel – eine warme, sanfte Umarmung	143
KAPITEL 15	Kokain, Dopamin und Schokoriegel	153
KAPITEL 16	Wie ein Kind, das nicht erwachsen werden konnte.....	160

Teil IV	Wie sich das süchtige Gehirn entwickelt	173
KAPITEL 17	Ihre Gehirne hatten nie eine Chance	174
KAPITEL 18	Trauma, Stress und die Biologie der Sucht.....	183
KAPITEL 19	Es liegt nicht an den Genen.....	196
Teil V	Der Abhängigkeitsprozess und die Suchtpersönlichkeit	205
KAPITEL 20	„Ich tue alles, um das Gefühl der Leere zu vermeiden“	206
KAPITEL 21	Zu viel Zeit für äußere Dinge	215
KAPITEL 22	Armseliger Liebesersatz	222
Teil VI	Die Idee einer humaneren Realität: Jenseits des Krieges gegen Drogen.....	243
KAPITEL 23	Vertreibung und die sozialen Wurzeln der Sucht.....	244
KAPITEL 24	Kenne deinen Feind.....	261
KAPITEL 25	Ein gescheiterter Krieg	267
KAPITEL 26	Die Freiheit der Wahl und die Wahl der Freiheit.....	279
KAPITEL 27	Vorschlag für eine aufgeklärte, soziale Drogenpolitik.....	291
KAPITEL 28	Ein kleiner, aber notwendiger Schritt	308
Teil VII	Die Ökologie der Heilung	325
KAPITEL 29	Die Kraft der mitfühlenden Neugier.....	326
KAPITEL 30	Das innere Klima	337
KAPITEL 31	Die vier Schritte – und der Fünfte.....	351
KAPITEL 32	Enthaltung und das externe Milieu	362
KAPITEL 33	Ein Wort an Familien, Freunde und Betreuer	377
KAPITEL 34	Nichts ist verloren	388
	Erinnerungen und Wunder: Ein Epilog.....	400

APPENDIX I	Trugschlüsse in Adoptions- und Zwillingsstudien.....	409
APPENDIX II	Eine enge Verbindung: Aufmerksamkeitsdefizitstörungen und Süchte.....	415
APPENDIX III	Die Suchtprävention	420
APPENDIX IV	Die zwölf Schritte	423
	Endnoten	428
	Danksagung	445
	Referenzen.....	447
	Index	449
	Über den Autor	460
	Anerkennung für Dr. Gabor Maté und seinen Bestseller Im Reich der hungrigen Geister.....	461

Wenn Zwölf-Schritte-Programme nicht für jeden hilfreich sind – bei all ihrem Wert helfen sie nur einer Minderheit – was dann? Es gibt keine „Allheilmittel“ für die Herausforderung der Sucht. Für viele Opiatabhängige sind Ersatzbehandlungen mit Drogen wie Suboxon lebensrettend. (In British Columbia wurde den Ärzten ein großer Spielraum für die Verschreibung von Suboxon eingeräumt, das nur ein sehr geringes Risiko birgt.) Für einige Abhängige können Medikamente von Nutzen sein, verschiedene Formen der Beratung für andere, aber kein einzelner Ansatz garantiert den Erfolg. Jeder Abhängige muss genau dort „abgeholt“ und betreut werden, wo er sich in dem Moment befindet.

Die meisten Ärzte werden, wenn überhaupt, nur in geringem Maß zum Thema Sucht ausgebildet, obwohl die Sucht folgenschwere Auswirkungen auf die körperliche und geistige Gesundheit, die Langlebigkeit, die Produktivität und das Familienleben hat. Die wenigen Ausgebildeten haben in Bezug auf die biologischen Zusammenhänge nur begrenzte Kenntnisse erworben. Würde man mich bitten, ein umfassendes System zur Behandlung der heutigen Substanzabhängigkeit zu entwerfen, und zwar auch für die verheerenden „verhaltensbezogenen Süchte“ wie etwa Glücksspiel oder zwanghafte Sexualität, so würde es folgende Merkmale aufweisen:

- Ärzte, Therapeuten, Psychologen, Pädagogen, Rechtsanwälte, Richter und alle Strafverfolgungsbeamten werden in Denkanstößen geschult, die Informationen über Traumata berücksichtigen.
- Naloxon und andere Maßnahmen der Schadensminderung werden weithin verfügbar sein. Einrichtungen zur Schadensminderung werden in allen größeren Gemeinden eingerichtet. Die Substitutionsbehandlung mit Opiaten wird jedem, der sich dafür qualifiziert, ohne Weiteres angeboten.
- Entgiftungseinrichtungen mit niedrigschwelligem und schnellem Zugang werden in vielen Gemeinden eröffnet.
- Abgestufte Einrichtungen werden etabliert, in denen die Patienten von der Entgiftung zur Traumaheilung übergehen können sowie Beratung und Unterstützung beim Umgang mit persönlichen und sozialen Beziehungen erhalten.
- Die Betroffenen werden in Selbstfürsorge unterrichtet, einschließlich gesunder Ernährung und Körperarbeit wie Yoga oder Kampfsportarten, zusammen mit Achtsamkeitsübungen wie Meditation.
- Die falsche Trennung zwischen Fragen der psychischen Gesundheit und denen der Sucht – die in vielen Einrichtungen und Behandlungs-

KAPITEL 1

Das einzige Zuhause, das er je hatte

Als ich durch die vergitterte Metalltür in den Sonnenschein trete, offenbart sich mir eine Kulisse wie aus einem Fellini-Film. Es ist eine Szene, die zugleich vertraut und fremd, fantastisch und authentisch ist.

Auf dem Gehweg in der Hastings Street sehe ich Eva – in ihren Dreißigern, aber immer noch wie ein verwahrlostes Kind wirkend, mit dunklem Haar und olivfarbenem Teint –, wie sie einen bizarren Kokain-Flamenco hinlegt. Sie schiebt ihre Hüften nach außen, bewegt ihren Oberkörper und ihr Becken hin und her, beugt sich in der Taille, wirft einen oder beide Arme in die Luft und bewegt ihre Füße in einer unbeholfenen, aber abgestimmten Pirouette. Die ganze Zeit verfolgt sie mich mit ihren großen, schwarzen Augen.

In Downtown Eastside ist dieses crackgesteuerte Improvisationsballett als „The Hastings Shuffle“ bekannt, und es ist ein vertrauter Anblick. Eines Tages, als ich auf meiner ärztlichen Visite in der Nachbarschaft unterwegs war, sah ich eine junge Frau, die diesen Tanz hoch über dem Verkehr in Hastings aufführte. Sie balancierte auf dem schmalen Rand eines Neonschildes zwei Stockwerke weiter oben. Eine Menschenmenge hatte sich zum Zuschauen versammelt, die Drogenkonsumenten unter ihnen mehr amüsiert als entsetzt. Die Ballerina drehte sich um sich selbst, die Arme waagerecht wie die einer Seiltänzerin, oder machte tiefe Kniebeugen – eine Kosakentänzerin der Lüfte, ein Bein nach vorne tretend. Bevor die Spitze der Feuerwehrleiter ihre Flughöhe erreichen konnte, hatte sich die bekiffte Akrobatin wieder in ihr Fenster zurückgezogen.

Shop verwickelt sind. Es wird viel gestikuliert und scheinbar ziellos hin- und hergelaufen. „Schauen Sie sich das an“, sagt er. „Sie sitzen hier fest. Wissen Sie, Doc, ihr Leben erstreckt sich von hier bis vielleicht zum Victory Square auf der linken Seite und der Fraser Street auf der rechten. Die kommen hier nie raus. Ich will wegziehen, will mein Leben hier nicht mehr vergeuden.“

„Ach, was soll's. Schauen Sie mich an, ich habe nicht einmal Strümpfe.“ Stan zeigt auf seine abgelaufenen Schuhe und seine abgewetzte rote Jogginghose mit Gummibündchen ein paar Zentimeter über seinen Knöcheln. „Wenn ich in diesem Outfit in den Bus steige, wissen die Leute sofort Bescheid. Sie wenden sich von mir ab. Einige starren mich an, die meisten schauen nicht einmal in meine Richtung. Wissen Sie, wie sich das anfühlt? Als wäre ich ein Alien. Ich fühle mich erst dann wieder wohl, wenn ich hier zurück bin; kein Wunder, dass niemand jemals geht.“

Als er zehn Tage später wegen eines Methadon-Rezepts zurückkehrt, lebt Stan immer noch auf der Straße. Es ist ein Märztag in Vancouver: grau, nass und ungewöhnlich kalt. „Sie wollen nicht wissen, wo ich letzte Nacht geschlafen habe, Doc“, sagt er.

Für viele der chronischen, hartgesottenen Süchtigen in Vancouver ist es so, als ob ein unsichtbarer Stacheldraht das Gebiet umgibt, das sich ein paar Blocks von Main und Hastings aus in alle Richtungen erstreckt. Es gibt eine Welt jenseits davon, aber für sie ist sie größtenteils unerreichbar. Diese Welt hat Angst vor ihnen und lehnt sie ab, und sie wiederum verstehen deren Regeln nicht und können dort nicht überleben.

Es erinnert mich an einen Gefangenen, der aus einem sowjetischen Gulag geflohen war, und sich, nachdem er draußen fast verhungert war, freiwillig wieder inhaftieren ließ. „Die Freiheit ist nichts für uns“, sagte er seinen Mitgefangenen. „Wir sind für den Rest unseres Lebens an diesen Ort gekettet, auch wenn wir keine Ketten tragen. Wir können fliehen, wir können umherziehen, aber am Ende werden wir zurückkommen.“

— — —

Menschen wie Stan gehören zu der kränksten, bedürftigsten und am meisten vernachlässigten Bevölkerungsgruppe überhaupt. Ihr ganzes Leben lang wurden sie ignoriert, im Stich gelassen und haben sich ihrerseits immer wieder selbst aufgegeben. Wie entsteht die Bereitschaft einer solchen Gruppe zu helfen? In meinem Fall weiß ich, dass die Wurzeln dazu in meinen Anfängen

KAPITEL 3

Die Schlüssel zum Paradies: Sucht als Flucht aus der Verzweiflung

Sucht als „schlechte Angewohnheit“ oder „selbstzerstörerisches Verhalten“ abzutun, verbirgt leicht ihre Funktionalität im Leben des Süchtigen.¹

DR. VINCENT FELITTI, ARZT AND WISSENSCHAFTLER

Es ist unmöglich, die Sucht zu verstehen, ohne zu erkunden, welche Erleichterung der Süchtige durch die Droge oder das Suchtverhalten findet bzw. zu finden hofft.

Thomas De Quincey, ein Literat des frühen neunzehnten Jahrhunderts, war Opiumkonsument. „Die subtilen Kräfte, die in dieser mächtigen Droge stecken“, so schwärmte er, „beruhigen alle Irritationen des Nervensystems ... halten die sonst schlaff werdenden animalischen Energien vierundzwanzig Stunden lang aufrecht. ... Oh gerechtes, subtiles und alles eroberndes Opium ... Du allein vermagst, dem Menschen diese Gaben zu geben und hast damit die Schlüssel zum Paradies.“ De Quinceys Worte fassen die Segnungen aller Drogen zusammen, wie sie der Süchtige erfährt – sie machen, wie wir später sehen werden, den Reiz aller süchtig machenden Obsessionen aus, unter Beteiligung von Drogen oder ohne.

jünger durchgehen. „Sie haben in letzter Zeit eine Menge Kokain gespritzt“, bemerke ich eines Tages ihm gegenüber.

„Es ist schwer, davon loszukommen“, antwortet er mit seinem zahnlückenhaften Grinsen.

„Bei Ihnen klingt es, als wäre das Koks ein wildes Tier, das Ihnen nachstellt. Und doch sind Sie derjenige, der es jagt. Was bringt es Ihnen?“

„Es nimmt dem Alltag die Härte, die Härte im Umgang mit allem.“

„Was ist alles?“

„Verpflichtungen. Ich schätze, man könnte es so nennen: Verpflichtungen. Solange ich Drogen nehme, sind mir Verpflichtungen egal ... Wenn ich älter bin, kümmere ich mich um Rentenpläne und solche Sachen. Aber im Moment kümmere ich mich um nichts anderes als um meine alte Dame.“

„Ihre alte Dame ...“

„Ja, ich betrachte Koks als meine alte Dame, meine Familie. Es ist meine Partnerin. Ich habe meine Familie seit einem Jahr nicht mehr gesehen, und es ist mir egal, weil ich meine Partnerin habe.“

„Also ist Koks Ihr Leben.“

„Ja, Koks ist mein Leben ... Ich Sorge mich mehr um den Stoff als um meine Lieben oder irgendetwas anderes. In den letzten fünfzehn Jahren ... ist es jetzt ein Teil von mir geworden. Es ist ein Teil meines Alltags ... Ich weiß nicht, wie ich ohne den Stoff leben könnte. Ich weiß nicht, wie ich den Alltag ohne Koks bewältigen soll. Wenn man es mir wegnimmt, weiß ich nicht, was ich tun soll ... Wenn Sie mich ändern und mich zu einem geregelten Leben führen würden, wüsste ich nicht, wie ich es aufrechterhalten könnte. Ich war in meinem Leben einmal dort, aber es fühlt sich an, als wüsste ich nicht, wie ich zurückgehen könnte. Ich habe nicht die ... Es liegt nicht am Willen; ich weiß nur nicht, wie.“

„Was ist mit Ihrem Wollen? Wollen Sie überhaupt dieses regelmäßige Leben?“

„Nein, eigentlich nicht“, sagt Jake leise und traurig.

Ich glaube nicht, dass das wahr ist. Ich denke, dass es tief in seinem Herzen den Wunsch nach einem Leben in Ganzheit und Integrität geben muss, der vielleicht zu schmerzhaft ist, um ihn anzuerkennen – schmerzhaft, weil er in seinen Augen unerreichbar ist. Jake hat sich so sehr mit seiner Sucht identifiziert, dass er es nicht wagt, sich vorzustellen, wie es wäre, wenn er clean wäre. „Es fühlt sich für mich wie Alltag an“, sagt er. „Es scheint sich nicht vom Leben eines anderen zu unterscheiden. Für mich ist es normal.“

„Das erinnert mich an den Frosch“, sage ich zu Jake. „Man sagt, wenn man einen Frosch in heißes Wasser wirft, springt er heraus. Aber wenn man den-

„Das tue ich. Ich will das mehr als alles andere.“ Im Wartebereich vor meinem Praxiszimmer werden die Patienten unruhig. Jemand schreit. Celia winkt abweisend mit der Hand.

Ich lächle sie an. „Sie klangen gestern gar nicht so anders.“

„Ich war viel schlimmer als das. Ich war völlig verrückt.“

Das Geschrei geht weiter, diesmal lauter. „Verpiss dich, du gottverdammtes Arschloch“, schreit Celia, ihr Tonfall plötzlich böse. „Ich spreche mit dem Arzt!“

August 2004

Ich mag es, wenn Musik aus der kleinen Musikanlage hinter meinem Schreibtisch tönt. Meine Patienten, von denen nur sehr wenige mit klassischer Musik vertraut sind, sagen oft, dass sie es als willkommene, beruhigende Überraschung empfinden. Heute ist es *Kol Nidrei*, Bruchs Vertonung des Gebetes der jüdischen Seele um Sühne, Vergebung und Einheit mit Gott. Celia schließt ihre Augen. „Das ist so schön“, seufzt sie.

Als die Musik zu Ende ist, erwacht sie aus ihrer Träumerei und erzählt mir, dass sie und ihr Freund Pläne für die Zukunft schmieden.

„Was ist mit Ihrer anhaltenden Sucht? Bedeutet das ein Problem für Sie oder für ihn?“

„Nun ja, schon, denn ich bin ja nicht mit meinem ganzen Ich präsent. Sie bekommen nicht das Beste von einem Menschen, wenn er süchtig ist, stimmt’s?“

„Richtig“, stimme ich zu. „Ich habe es selbst erlebt.“

Oktober 2004

Celia ist schwanger. Hier in Downtown Eastside ist das im besten Fall immer ein gemischter Segen. Man könnte meinen, dass der erste Gedanke eines Arztes bei einer frisch schwangeren, drogensüchtigen Patientin ist, zur Abtreibung zu raten. Aber die Aufgabe des Arztes – ob bei dieser oder einer anderen Bevölkerungsgruppe – besteht darin, die eigenen Präferenzen der Frau zu ermitteln und gegebenenfalls die Optionen zu erläutern, ohne Druck auszuüben, sich für diesen oder jenen Weg zu entscheiden.

„Ich war früher ein militantes Partygirl“, fährt Elaine mit ihrer Lauren-Bacall-Stimme fort, wobei ihr ein rotbraun gefärbter Pony über die Stirn und ihre großen, stark bemalten Augen fällt. „Ich war nicht bereit, irgendetwas ernst zu nehmen, ich wollte einfach nur eine gute Zeit haben, und das bedeutete, sturzbetrunken zu sein.“

„Drei Dinge, die mir nicht halfen, waren Liebe, Erziehung und Bestrafung. Ich war unbelehrbar, egal, wie sehr die Leute versuchten, mich zu lieben, ganz gleich, welche Fakten ich kannte und wie oft ich schon harte Lektionen einstecken musste. Ich habe es erst kapiert, als ich anfang zuzuhören.“

„Das erste Mal, dass ich zuhörte, war bei einem AA-Treffen in Toronto. Ein Ureinwohner in den Sechzigern sprach. ‚Ich bin jetzt seit zwei Jahren trocken‘, sagte er, ‚und vor sechs Monaten bekam ich meinen ersten Job. Hätte ich gewusst, wie gut es sich anfühlt zu arbeiten, hätte ich schon lange mit dem Trinken aufgehört. Vor fünf Monaten habe ich meine eigene Wohnung bekommen. Hätte ich gewusst, wie gut sich das anfühlt, wäre ich längst abstinent gewesen. Vor drei Monaten habe ich eine Frau kennengelernt. Junge, wenn ich gewusst hätte, wie toll *das* ist, hätte ich vielleicht gar nicht erst mit dem Trinken angefangen.‘ Heiterkeit, Glucksen, anerkennender Applaus.

„Jetzt bin ich vierundsechzig“, sagte der Mann, „und ich habe gerade erfahren, dass ich Krebs habe. Ich habe noch sechs Monate zu leben.“ Elaine hält inne, um sich im Raum umzusehen, während wir diese Informationen sacken lassen. Schweigend warten wir auf ihr Fazit. „Ich dachte, er würde verkünden: ‚Ich werde das größte sechs Monate andauernde Saufgelage hinlegen, das man sich vorstellen kann. Also zum Teufel mit euch allen und macht’s gut!‘ Das hätte ich getan, wenn ein Todesurteil über mir gehangen hätte. Aber nicht dieser Ureinwohner. ‚Ich bin einfach so dankbar‘, sagte er, ‚so dankbar, dass ich nicht mehr trinke, dass ich zwei Jahre trocken war und dass ich dem Rest meines Lebens in Enthaltsamkeit entgegensehen kann.‘

Da habe ich erkannt, dass Enthaltsamkeit mehr ist als nur die Abwesenheit von Alkohol. Es ist eine Art des Seins. Es bedeutet, das Leben in seiner Fülle zu leben.“

Muss ich erst Alkoholiker werden, alles verlieren, meine Eingeweide auskotsen und dann zur Religion finden, bevor ich die Fülle des Lebens erleben kann, was immer das bedeutet? Ich bin aufgebracht. Nein, ich bin ängstlich, ich habe Angst, dass mir das nie passieren wird. Das ist es, was Elaine in meinen Augen gesehen hätte. Oder bereits gesehen hat. Vielleicht war ich der Neuankömmling, von dem sie sprach.

Elaine ist im Begriff, das Rednerpult unter zustimmendem Nicken der Zuhörer zu verlassen, aber sie tritt noch einmal hinter das Mikrofon. „Ich

Index

In diesem Index dient die Abkürzung *AA* als Hinweis auf die Anonymen Alkoholiker und die Abkürzung *DE* als Hinweis auf Downtown Eastside. Anführungszeichen werden zur Kennzeichnung von Pseudonymen verwendet (zum Beispiel „Celia“).

A

- Abhängigkeit 11, 19, 24, 25, 43, 70, 85, 121, 123, 130, 131, 138, 141, 162, 165, 187, 189, 208, 217, 235, 249, 250, 253, 268, 278, 288, 292, 295, 300, 302, 305, 307, 310, 315, 321
- Abstinenz 36, 141, 291, 310, 313, 314, 315, 317, 362, 363, 364, 373, 423
- Enthaltung versus 364
- ADHS (Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung). Siehe ADS (Aufmerksamkeitsdefizitstörung)
- Adoption 202, 410, 411, 413, 414
- ADS (Aufmerksamkeitsdefizitstörung) 92, 114, 174, 231, 333, 349, 353, 366, 367, 415
- Adverse Childhood Experiences Study, dt. belastende Erfahrungen in der Kindheit 187, 236, 411
- Affective Neuroscience (Panksepp) 144, 148, 176
- Afghanistan 267, 270
- Aggression 168, 169, 193, 302
- Aktivismus 93
- Al-Anon 381
- Alexander, Bruce 131, 132, 254, 268
- Alkohol 6, 17, 68, 91, 113, 117, 123, 130, 131, 139, 140, 144, 151, 157, 158, 174, 186, 192, 193, 199, 207, 211, 238, 243, 250, 253, 254, 255, 256, 258, 271, 273, 276, 302, 305, 313, 318, 335, 363, 364, 372, 394, 414, 416, 423
- Sucht als 131
- Alkoholismus 19, 50, 136, 196, 197, 255, 365, 381, 410, 411, 412, 414
- Genetik 196, 198
- „Allan“ (DE) 26
- Almaas, A. H. 395
- Altruismus 392
- „Alvin“ (DE) 27
- Améry, Jean 31
- Amiel, Barbara 237

Analyse, präattentive 287
 „Anne“ (AA) 335, 362, 364, 372, 379
 Anonyme Alkoholiker (AA) 113, 115,
 119, 335, 362, 371, 392, 423
 „Arlene“ (DE) 3
 Ärzte 106, 175, 196, 249, 251, 282,
 321, 378, 384. Siehe medizini-
 sches Personal
 „Aubrey“ (DE) 37, 38
 Aufmerksamkeitsdefizitstörung 116,
 174, 327, 333, 366, 415
 Aufzeichnungen aus dem Kellerloch
 (Dostojewski) 74, 314
 Augustinus, Bischof von Hippo 397
 Australien 243
 Autonomie 246, 314. Siehe auch
 Gegenwille, Freiheit

B

Baba, Vishwanath 252
 Beauty Junkies (Kuczynski) 248
 Becker, Gary 272
 Behaviorismus 294
 Bekenntnisse (Augustinus von Hip-
 po) 397
 Bekenntnisse eines englischen Opium-
 essers (Quincey) 1
 Bellow, Saul 34
 Benzodiazepine 185
 Beruhigungsmittel 170
 „Beverly“ (DE) 22, 24, 383, 384, 401,
 405, 406
 bewusste Achtsamkeit 342, 344, 351,
 364
 Auswirkungen 371, 372
 implizierte Überzeugungen 282
 Neubenennung 354
 unterstützende Strukturen, für 365
 Beziehungen
 soziale 39
 Bindung 149, 150, 173, 180, 181, 184,
 234, 250, 258, 376, 396
 Abhängigkeit 126
 Abwehr und 158
 falsche 391
 Gehirnentwicklung und 173

Kind-Eltern 259
 Mutter und Kind 146
 Nicht-Bindung 283
 Black, Conrad 236, 240
 Blum, Kenneth 196
 Bonding, Verbundenheit, Bezie-
 hung 148
 Boyd, Neil 277
 „Brain Lock“ Gehirnblockierung 281,
 352
 „Brain Lock“ (Schwartz) 352
 „Brian“ (DE) 401, 402, 405
 Bücher. Siehe Literaturempfehlungen
 Buddha 206, 250, 342, 344, 348, 377,
 380, 397, 426
 Bush, George W. 249

C

Campbell, Joseph 394
 „Carl“ (DE) 31, 86
 „Carol“ (DE) 33, 34, 39, 62
 „Cathy“ (DE) 32
 „Celia“ (DE) 36, 57, 58, 59, 60, 61, 62,
 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 86, 87,
 157, 266, 407
 „Charlotte“ (DE) 36
 China 255
 Chödrön, Pema 330
 „Chris“ (DE) 40
 „Cindy“ (DE) 45, 46
 „Claire“ (DE) 160, 161, 168, 169
 „Clarissa“ (DE) 327, 328, 329, 332,
 406, 407
 „Claude“ (DE) 308, 309, 310
 Coleridge, Samuel Taylor 382
 Cortex 145, 150, 163, 164, 165, 167,
 169, 181, 209, 228, 287, 288,
 365, 375
 Dysfunktion im 164
 orbitofrontaler 164, 166, 167, 180
 posteriore, superiore Temporal-
 (pSTC) 392
 präfrontaler (PFC) 104, 137, 164,
 179, 183, 188, 189, 209, 417
 Cortisol 182, 186, 191, 201, 202
 „Cory“ (DE) 403, 404, 405

Crack 13, 36, 42, 59, 65, 69, 101,
274. Siehe Kokain
Craigie, Susan 86, 366
Crystal Meth (Amphetamin) 9, 27, 39,
40, 51, 62, 130, 131, 138, 139,
140, 158, 170, 174, 299, 300,
315, 415, 418
körperliche Auswirkungen 34
Curtin, John T. 269

D

Damasio, Antonio 175, 338
Daniels, Anthony 312
Darwinismus, neuronaler 178
Deci, Edward 378
Deppe, Michael 210
Depression 35, 181, 182, 189, 211, 225,
249, 300, 334, 340, 373, 417
maternal, Mutter, der 182
Medikamente gegen 30, 126, 185
postpartal, Wochenbettdepres-
sion 181
de Quincey, Thomas 1
Der kleine Horrorladen 108
„Devon“ (DE) 100
Diamond, Marian 338, 375
Differenzierung 220, 221, 336, 418
Definition 220
Dislokation, Vertreibung 6, 244, 254,
255, 256, 257, 259, 393
Dodes, Lance 129, 197
„Don“ (DE) 170
Dopaminrezeptoren 138, 139, 141,
157, 158, 165, 184, 201, 209, 297
Mangel an 209
Stress und 193
„Dora“ (DE) 27
Dostojewski, Fjodor 314
Drogenhandel 27, 270, 298, 300, 317
Gewinne 271, 273, 300
Drogen (illegale) 71, 250, 269, 271,
301, 303
Aufklärung über 421
Dealer 119, 266
Entzug von 113, 126, 132, 139, 315
Gewinne durch 271

Hersteller 278
Sozialpolitik 297
Toleranz versus Abhängigkeit 139
Überdosen 312
Drug Dependency Service (U.K.) 316
Dubovsky, Steven 184
Dupont, Robert 135, 253

E

Ego xxix, 16, 79, 107, 114, 218, 364,
394, 396, 397, 424
Einstimmung 230, 231, 233, 234, 236,
238, 364. Siehe Beziehungen
„Elaine“ (DE) 115, 116, 117, 118
Eltern 421
Belastungen von 31, 411
Einstimmung 235
emotionales Leben 412
Schuldzuweisung 417
Unterstützung für 417
Emotionen 9, 35, 104, 131, 180, 188,
220, 228, 235, 282, 294, 295,
329, 330, 332, 334, 337, 341,
342, 344, 345, 346, 348, 375,
385, 386, 390, 398, 424
Differenzierung 220
elterliche 182
Gehirn 169
Gehirnentwicklung und 25, 181
geistige Anstrengung 341
Opioide und 158
überwältigende 220
Verarbeitung von 189, 210
Verdrängung von 30, 34, 220, 375
Wahl und 295
Zweck 158
Empathie 392
Endorphine 145, 146, 147, 149, 150,
151, 209, 356
Entgiftungszentren 320
Enthaltung 330, 362, 364, 367, 370,
423, 424, 427
Abstinenz versus 362
Belohnungen für 369
Entkriminalisierung 276, 298, 299,
300, 307

Unterstützung für 92, 268
 Vorzüge 297, 300, 303, 304
 Widerstand gegen 300
 Entscheidungsfindung 141, 162, 166,
 167, 209, 283, 284. Siehe auch
 Selbstregulation; Siehe auch
 Wahl
 Entwicklung der Persönlichkeit (Rogers) 85
 Entzug 53, 211, 225, 274, 302, 315,
 320, 328. Siehe Entgiftungs-
 zentren
 Epigenetik 199
 Epstein, Mark 346
 Erinnerungen 3, 4, 33, 50, 59, 147,
 168, 232, 264, 337, 400
 Erkrankung. Siehe Krankheit
 „Eva“ (DE) 2, 3, 4, 5, 6
 Evans, Liz 6, 17

F

Familien 252, 255, 256, 268, 377, 378,
 412, 413, 414, 421. Siehe auch
 Elternschaft, Eltern
 Faust (Goethe) 75
 Felitti, Vincent 29, 98, 176
 Fettleibigkeit 197, 226, 236, 311. Siehe
 auch Überessen
 First Nation 54. Siehe Ureinwohner
 Fix: The Story of an Addicted City
 (Wild) 92
 Forschung 176
 Drogen zu 131, 135
 Gehirnentwicklung zur 174, 175,
 295, 342
 Stress zu 297
 Sucht zur 168, 176, 208
 Zwillingen/adoptierten Kindern,
 zu 200, 409, 411, 413
 „Frank“ (DE) 10
 Frankl, Viktor 362, 392
 Frauen. Siehe Mütter
 Gefängnissen, in 269
 Sucht unter 30, 61, 227, 248, 249
 Freiheit. Siehe auch Gegenwille,
 Machtlosigkeit
 Wahl der 279, 280, 282, 285, 286
 Freud, Sigmund 38
 Furcht 9, 214, 223, 334, 390, 391
 Furcht versus Angst 332
 Leere vor der. Siehe Leere:Furcht
 vor der
 Fürsorge, Elternschaft 6, 114, 149, 379,
 417
 Vererbung 202

G

„Gail“ (DE) 23, 24
 „Gary“ (DE) 98, 99, 100
 Gefängnisse 45, 276, 298
 Gegenwillen 363, 378. Siehe auch
 Freiheit
 Gehirn xxxi, 135, 136, 137, 155, 163,
 176, 178, 179, 180, 198
 Alkohol und 197
 Anatomie 137
 Corpus callosum 189
 Emotionen und 186
 Frontallappen, Stirnlappen 177, 178
 Genesung von Suchtfolgen 195
 Hippocampus 186, 189, 338
 Nucleus accumbens (NA) 155, 156,
 157, 193
 Schmerz 188
 Sucht und 137, 173, 341, 342
 ventrales tegmentales Areal 154
 Vermis 188
 Gehirnentwicklung 69, 175, 176, 177,
 178, 182, 183, 191, 195, 286,
 338, 339, 417
 Einstimmung 231
 Emotionen und 186
 Freiheit der Wahl 286
 Fürsorge 180
 pränataler Stress 200
 Trauma und 188
 Geist. Siehe bewusste Achtsamkeit
 Genesung 62, 136, 141, 284, 313, 337,
 340
 Bindung und 221, 379
 Kosten 301
 ökologische Sichtweise 337, 374

unterstützende Strukturen für 285, 365
 Genetik 416. Siehe auch Epigenetik
 Alkoholismus 196
 Suchtanfälligkeit 197
 Umfeld, Umgebung 410
 Gesellschaft xxxi, 17, 20, 32, 101, 149, 159, 173, 202, 234, 246, 248, 250, 253, 257, 259, 260, 262, 263, 266, 271, 276, 284, 290, 291, 293, 296, 298, 303, 304, 305, 307, 310, 316, 322, 401, 417, 420, 421
 Aufklärung über Suchterfahrung xxxi
 Freiheit, in der 280
 süchtige xxx
 Süchtige, Ausgrenzung von xxx, 11
 Gewohnheitsstrukturen 288, 295
 Giard, Monique 228
 Giftstoffe. Siehe Toxine
 Gillespie, Paul 261
 Glaube. Siehe Spiritualität
 Gleichaltrigenorientierung 258
 Glover, Yvette 201
 Goethe, Johann Wolfgang von 75, 76
 Goodman, Aviel 207, 211, 222
 „Greg“ (DE) 36
 Grey, James P. 271, 273
 Griffin, Kevin 371
 Groll 369, 379

H

„Hal“ (DE) 25, 26, 381
 Halsted, William Stewart 303
 Harper, Stephen 321
 Heroin 7, 9, 13, 17, 23, 28, 30, 32, 40, 48, 59, 67, 91, 92, 93, 111, 123, 126, 129, 130, 133, 139, 149, 152, 154, 158, 219, 251, 263, 264, 271, 274, 276, 283, 288, 300, 302, 307, 312, 314, 315, 316, 317, 318, 327, 381, 403
 kontrollierte Verteilungsprogramme 316, 317
 Schwangeschaft während 328

HIV xxxi, 6, 8, 11, 19, 23, 25, 26, 32, 35, 36, 39, 44, 45, 61, 66, 98, 100, 152, 255, 288, 290, 306, 309, 315, 317, 319, 320, 405
 „Hobo“ (DE) 9
 „Howard“ (DE) 400
 Huettel, Scott 392

I

Impulskontrolle 88, 114, 121, 124, 164, 168, 170, 221, 238, 289, 367, 418. Siehe auch Selbstregulation
 Gehirn und 168, 188, 369
 Indigene, Aborigines 254, 256, 259, 305
 Gemeinschaft als 305
 Sucht und 254, 256
 Unterdrückung von 257
 Individualität 106, 209, 364
 Insite 18, 92, 312, 318, 319, 320, 321
 „Isabella“ (DE) 373
 Isolation 39, 94, 132, 133, 193, 194, 254, 263, 296, 339, 358, 374, 389, 398. Siehe Trennung

J

„Jake“ (DE) 40, 41, 42
 Jeal, Bethany 18
 „Jenkins“ (DE) 3, 4
 „Jenny“ (DE) 318
 „Jerry“ (DE) 406
 „Joey“ (DE) 12
 Joranson, David E. 272
 Joseph, Rhawn 182
 „Josh“ (DE) 83, 84, 85
 „Joyce“ (DE) 381, 382
 „Judy“ (DE) 30, 95, 393, 398
 junge Menschen 300, 307, 421, 422

K

„Kai“ (DE) 9
 Kanada 49, 92, 109, 236, 254, 257, 262, 268, 271, 272, 297, 306, 315, 318, 321
 Drogenstrategien in 268, 276

indigene Bevölkerung 256
 Katie, Byron 386
 Kaufen (zwanghaftes) 102, 109, 211, 249, 357
 Kelly, Gladys 250
 „Kenyon“ (DE) 99, 407
 Kerr, Michael 220
 Kerr, Thomas 306
 Kinder 30
 adoptierte 200, 409, 414
 traumatisierte 188, 417
 verlassene 50, 217
 Kindesmissbrauch
 Folgen von 296
 sexueller 30, 49, 188, 254
 Suchtursache, als 30, 187, 236
 Kokain 143, 153
 Suchtmittel, als 36, 140, 306
 zelluläre Auswirkungen 138, 140
 Kolumbien 208, 270, 272
 Koran, Lorrin 249
 körperliche Abhängigkeit 126
 Krankheit 24, 36, 44, 49, 85, 123, 125, 128, 129, 141, 145, 167, 224, 249, 255, 265, 289, 290, 310, 322, 337, 360, 403, 410, 415, 418
 Sucht als 25
 Krishnamurti, Jiddu 293
 Kristeva, Julia 389
 Kuczynski, Alex 248
 „Kyle“ (DE) 10

L

Langeweile 3, 28, 32, 33, 35, 105, 211, 225, 260. Siehe auch Leere
 Längle, Alfried 393
 Lapham, Lewis 252
 „Larry“ (DE) 84, 274
 „Laura“ (DE) 19
 Leere 28, 33, 206, 234, 333
 Furcht vor der 211
 Suchtursache als xxix
 Leere, Gefühl der 393
 „Leona“ (DE) 12
 Levi, Primo 31, 83, 240
 Lewis, Jerry 127

Leyton, Elliot 12
 Liebe 16, 22, 24, 50, 68, 69, 76, 104, 117, 149, 158, 160, 184, 217, 219, 224, 227, 231, 232, 234, 235, 241, 246, 302, 329, 330, 331, 348, 358, 360, 362, 364, 378, 379, 389, 393, 395, 400, 412
 elterliche 149
 limbisches System 158, 159
 Lipton, Bruce 199
 „Lisa“ (DE) 153, 154, 157, 265, 266

M

Machtlosigkeit 45, 262, 271
 Eingeständnis der 335, 423
 Stärke versus 425
 Suchtkranken von 365
 Suchtursache als 114, 254
 „Madeleine“ (DE) 13, 14
 „Marcia“ (DE) 10
 Marihuana 35, 74, 130, 131, 139, 143, 152, 198, 276
 Markel, Kim 18, 84, 86
 Maté, Daniel 5, 8, 77, 212, 230
 Maté, Gabor
 Familie 41, 111, 210, 216
 Kindheit 16
 Selbstverachtung 329
 Workaholic, Arbeitssüchtiger 106
 Zuspätkommen 367, 368, 369
 Maté, Rae ii, 102, 103, 104, 110, 336, 348, 369, 370, 382
 „Matthew“ (DE) 4, 5
 „Maureen“ (DE) 35
 „McDermitt“ (DE) 274
 McDowell, Angela 53
 McEwen, Bruce 375
 Medikamente 3, 51, 81, 126, 147, 418
 ADHS 418
 Mediziner, medizinisches Personal 45, 292
 Mehl-Madrona, Lewis 304
 Menand, Louis 203
 Methadon 8, 14, 15, 23, 26, 27, 34, 40, 42, 43, 44, 45, 52, 53, 58, 59, 62, 64, 67, 68, 88, 92, 112, 170, 264,

265, 279, 314, 315, 316, 318,
328, 393, 400, 405
Methylphenidat (Ritalin) 88, 91, 315
„Mike“ (DE) 275, 276
Misshandlung, Missbrauch. Siehe
Kindesmisshandlung
Mitarbeiter des Gesundheitswe-
sen 385. Siehe Mediziner,
medizinisches Personal
mitfühlende Neugier 326, 330, 336,
355, 368, 369
erste Schritte 330
Morphin, Morphinum 33, 70, 73, 77,
78, 126, 128, 132, 133, 139, 140,
145, 149, 303, 315, 316, 403
Morphium 30
Murphy, Rex 237
Musil, Robert 240
Mütter 149, 151, 182, 185, 200, 201,
233, 269, 417, 421
depressive 181, 182, 192
gestresste 200, 201
Unterstützung für 420

N

Naloxon 209
Narkotika 30, 126, 128, 131, 140,
147. Siehe auch Drogen;
Opioide
Negativität 109
Nervenzellen 137, 139, 140, 154, 155,
157, 163, 176, 178, 185, 193,
339, 340
Neubenennung 354, 359
Notwendigkeit 354
Sinn und Zweck 355
Neufeld, Gordon 239, 258, 259, 363
neuronale Verbindungen 178, 180
Neuroplastizität 340
Neurotransmitter 139, 155, 184, 185,
208, 234. Siehe auch Dopamin;
Endorphine
Neuzuweisung 355, 356, 359
„Nick“ (DE) 9
„Nicole“ (DE) 39
Nietzsche, Friedrich 74, 342, 344

Nikotin 66, 123, 130, 131, 139, 140,
154, 158, 174, 207, 211, 226,
250, 251
Nixon, Richard 267
Noradrenalin 186
North American Opiate Medication
Initiative (NAOMI) 316
Notwendigkeit (Neubenennung) 354

O

O'Brien, Charles 136, 142
One Breath at a Time\
Buddhism and the Twelve Steps
(Griffin) 371
Onsite 320
Opioide 148, 149, 155, 158, 184
Emotionen und 149
Endorphine 146
Schmerzmittel, als 128, 129, 150
Opioidrezeptoren 146, 147, 149, 151
Opium 29, 33, 35, 104, 143, 152, 383
Owen, Philip 94
OxyContin 186, 251
Oxytocin 148, 149, 186, 230

P

Panksepp, Jaak 144, 176, 288, 294,
295, 297, 329
Oxytocin, über 148
Peaceful Measures\
Canada's Way Out of the „War on
Drugs“ (Alexander) 268
Penfield, Wilder 343
„Penny“ (DE) 22, 24, 401, 402, 405,
408
Percodan 128
Perry, Bruce 191, 201, 292, 305, 329
Persönlichkeit xxxi, 37, 38, 81, 108,
175, 215, 219, 220, 221, 303,
309, 377, 395, 396
„Peter“ (AA) 115, 119
Pflegekinder 17, 31, 37, 414
Pickton, Robert 303
Placeboeffekt 147
Polizei 73, 160, 251, 262, 265, 275,
289, 298, 301, 317, 320, 321

Portaro, Sam 126
 Portland Hotel 3, 4, 5, 6, 7, 9, 13, 25,
 33, 83, 85, 156, 216, 263, 284,
 289, 295, 305, 309, 316, 318, 369
 Portland Hotel Society. Siehe Insite
 Portland Hotel Society (PHS) 5, 6, 33,
 85, 295, 369
 Dienstleistungen, Angebote 5
 Dienstleitungen, Angebote 6
 Post, Robert 179, 231
 posttraumatische Belastungsstö-
 rung. Siehe auch Trauma
 Povey, George 271
 Prostitution 273, 299, 303
 Prozac 140, 185
 PTSD (posttraumatische Belastungs-
 störung) 188, 201
 Purdue Drug 251

R

„Ralph“ (DE) 24, 70, 71, 72, 73, 74, 75,
 76, 77, 78, 79, 80, 81, 244, 245,
 246, 250
 „Randall“ (DE) 3, 4, 5
 Rawson, Richard 140
 „Raymond“ (DE) 265, 266
 Reid, Stephen 28, 33, 54, 211, 215, 216,
 217, 218, 228, 233, 331
 reine Aufmerksamkeit 344
 Emotionen und 346
 Religion 4, 117, 206, 344, 393. Siehe
 auch Spiritualität
 „Remy“ (DE) 88, 89, 90, 91
 „Richard“ (DE) 32
 „Rick“ (DE) 59, 61, 62, 63, 66, 67, 68
 Ritalin (Methylphenidat) 77, 88, 315,
 417
 Rogers, Carl 86
 Rosenberg, Marshall 380
 Royal Canadian Mounted Police –
 RCMP 320
 Rückfall 124, 142, 193, 207, 217, 296,
 374

S

Salienzzuschreibung 168, 228, 358
 Schadensbegrenzung 85, 94, 364
 Entkriminalisierung und 92, 276
 Unterstützung für 34
 Scham 12, 107, 109, 203, 208, 214,
 216, 218, 229, 230, 326, 329,
 330, 336, 358, 367, 368, 369,
 370, 379, 425. Siehe auch
 Selbstverachtung
 Schlaganfall 340
 Schmerzen 11, 12, 22, 24, 30, 35, 48,
 59, 67, 78, 124, 126, 127, 128,
 143, 147, 149, 150, 194, 252,
 261, 272, 310, 315, 402, 403, 406
 chronische 128, 129
 Drogen als Linderung, der 59
 Drogen zur Linderung, der 150
 emotionale 30, 150, 168, 188, 300
 körperliche 30, 150, 404
 Schmerzmittel 30, 146, 147, 373, 403
 Schore, Allan 151
 Schuld 17, 35, 74, 123, 194, 203, 231,
 257, 336, 355, 370, 372, 373,
 379, 380, 424
 Schwangerschaft 57, 61, 64, 65, 66, 67,
 86, 177, 200, 201, 202, 328, 406,
 411, 417, 420
 Drogenabhängigkeit und 62
 Stress während 200, 201
 Schwartz, Jeffrey
 OCD-Behandlungsmethode 352
 Schwarze 253
 Schweiz 307, 317
 „Sean“ (DE) 111, 112
 Selbsterkenntnis 285, 344, 390
 Selbstgerechtigkeit 379, 380
 Selbstheilung 326. Siehe mitfühlende
 Neugier
 Selbstinventur, moralische 426
 Selbstregulation 162, 181, 183, 188,
 191, 209, 219, 220, 221, 231,
 232, 233, 336, 341, 369, 385, 417
 Selbstsucht 247
 Selbstverachtung 218, 373. Siehe auch
 Scham

- Selbstwertgefühl 16, 216, 239, 265
 Selye, Hans 191, 360
 „Serena“ (DE) 43, 44, 46, 47, 48, 49,
 50, 51, 52, 76, 257, 301, 306, 389
 Serotonin 140, 185, 208, 209, 229, 352
 Sexsucht 211, 227, 352, 365
 „Sharon“ (DE) 21, 22, 23, 24, 25, 28
 „Shawn“ (DE) 264, 266
 „Shirley“ (DE) 38
 Siegel, Daniel 180, 232, 349
 Simon, Eric 145
 Skinner, B. F. 294
 „Sophie“ (AA) 119
 Speed 25, 36, 47, 140, 154. Siehe auch
 Crystal Meth (Amphetamin)
 Spiritualität 55
 Erwachen der 398
 Sport. Siehe Bewegung
 SSRIs Selektive (Serotonin-Wiederauf-
 nahmehemmer) 140
 Stamper, Norm 268, 269
 „Stan“ (DE) 14, 15, 304, 305
 starkes Verlangen, zwanghaftes Ver-
 lagen 123, 124, 126, 141, 158
 „Steve“ (DE) 279
 „Stevie“ (DE) 12, 99, 402, 403, 405
 Stimulanzien 13, 38, 70, 71, 131, 138,
 139, 140, 144, 154, 155, 158,
 307, 315, 415, 417, 418. Siehe
 auch spezifische Drogen
 Storr, Anthony 334
 Stress 183
 Abbau von 346, 374
 Bindung und 184
 Definition 191
 Gehirnentwicklung 32
 Kinder 151, 186, 417
 posttraumatischer 30, 59
 pränataler 194, 411
 Reaktion auf 184, 191, 192, 193, 374,
 375
 Suchtursache 191, 193, 374
 Ursachen für 193, 375
 Stuerzbecher, Kerstin 7, 17, 28
 Suchtbehandlung 235, 310, 351, 352
 Süchte xxix, 9, 16, 30, 32, 97, 122, 124,
 125, 207, 210, 212, 216, 217,
 225, 228, 248, 250, 277, 313,
 335, 336, 345, 362, 363, 366,
 381, 383, 415
 Angst als Ursache 201
 Belohnungssystem der 153
 chronischer Zustand 30, 137, 141,
 207
 Definition 97, 101, 123, 141, 207
 Dopamin-System und 417
 Drogen als Ursache 29, 127
 \„ehrenwerten\“ Abhängigkeiten 249
 eigennützig als 393
 Ersatz für 371
 Familienkrankheit als 381
 Freiheit
 Wahl der 280
 Gefühl der Leere, als Ursache 218
 Heilung von 338, 342
 Kategorien 249
 Kindesmissbrauch als Ursache 236
 Kindesmisshandlung als Ursache 30
 Komplexität 125
 Leidenschaft 106
 Merkmale 101, 141
 Ohnmachtsgefühl 132
 Physiologie xxxi
 Prävention, Vorbeugung 306, 420
 Prozess als 127, 145, 379, 423
 Rechtfertigungen für 106
 Schmerzen als Ursache 35
 sozialen Wurzeln 244
 Stress als Ursache 132, 236
 Trauma und 32
 Überwindung der 85
 Ursachen von xxxi
 Ursache von 127
 zwanghafter Dang 263
 zwanghaftes Verlangen 123, 124
 Süchte; Prädisposition zu 416
 Süchtige
 Akzeptanz von 7, 86
 Atheisten als 389
 Behandlung von 98, 130
 Gesellschaft und 12, 246, 248
 Kriminelle als 263

Selbstbild 39
 Unterstützung für 18
 Sullivan, Sam 302
 Synapsen 163, 177, 178, 182
 System der Anreizmotivation 184
 Szalawitz, Maia 378

T

Tabak. Siehe Nikotin
 Teicher, Martin 190, 285
 „Terence“ (DE) 288
 Thompson, Scott 320
 Toleranz 73, 125, 148, 149, 211, 269, 315
 Tolle, Eckhart 118, 248, 253, 282, 344, 348, 390
 „Tom“ (DE) 22, 24
 Trauma 31, 34, 183, 189, 191, 192, 347, 395
 Auswirkungen 191
 Geburt, nach der 413
 Gehirnentwicklung 188
 Kindern, bei 188
 Suchtanfälligkeit 234
 Trennung 150, 151, 175, 184, 234, 236, 265, 348, 379, 413

U

Überdosen 402
 Überessen xxx
 Überzeugungen 198, 281, 285, 292, 293, 322, 332, 337, 347, 353, 389, 395, 427. Siehe Spiritualität
 Umfeld, Umgebung 8, 45, 78, 156, 200, 203, 295, 334, 337, 386
 Drogenkonsum, bei 156
 emotionales 180, 223
 Genetik versus 412
 Gene und 412
 Heilung 365
 Unruhe im Kopf (Maté) 106, 116, 174, 223, 231, 333, 417, 418
 Unzulänglichkeit (Gefühl der) 37, 38, 218
 Upper Canada College 238

Ureinwohner 3, 7, 12, 14, 31, 55, 89, 90, 117, 143, 254, 256. Siehe Indigene

V

Vancouver 15
 VANDU 91, 93
 Vasopressin 186
 Väter 185, 421
 Verantwortung 17, 25, 63, 169, 203, 214, 253, 257, 312, 330, 331, 336, 356, 368, 369, 371, 373, 378, 379, 381, 382, 385, 398, 425, 426
 Vereinigtes Königreich 300, 316, 317
 Vereinigte Staaten 129, 130, 176, 249, 250, 251, 253, 256, 257, 267, 268, 269, 270, 276, 290, 294, 297, 298, 417
 Verhaltenszwänge, Verhaltensabhängigkeiten 106, 154, 174, 211, 222, 284, 365, 370
 akzeptieren, antizipieren 211
 Neubewertung 357, 359
 Neufokussierung 356
 Neugestaltung des Lebens ohne 359
 Überwindung von xxxi
 Ursprünge 33, 236
 Verleugnung 107, 124, 240, 247, 363
 Überwindung 336
 Vernachlässigung. Siehe Einstimmung
 Verstärkung 155, 156
 Vier-Schritte-Selbstbehandlungsmethode 353
 Vietnamkrieg 129

W

Wahrheit xxix, 7, 20, 24, 53, 56, 69, 74, 80, 93, 100, 104, 107, 109, 111, 112, 118, 195, 244, 245, 246, 260, 269, 270, 325, 331, 334, 335, 348, 368, 369, 371, 377, 379, 390, 391, 394, 397, 398, 403, 404, 412, 424, 427
 Walters, John 270, 316, 318

„War on Drugs“ (Krieg gegen Drogen) 143
 Vereinigtes Königreich 316
 Vereinigte Staaten 269
 „Wayne“ (DE) 19, 194
 Weinberg, Mark 321
 Wenn der Körper Nein sagt (Maté) 360
 Why Our Drug Laws Have Failed (Grey) 273
 Wiederaufnahme 139, 140, 154, 193
 Wild, Nettie 92
 Wilson, Dean 91
 Wise, Roy 294
 Wodak, Alex 243, 318
 Workaholic, Arbeitssüchtiger 32, 101
 Wut xxix, xxx, 13, 48, 51, 63, 72, 82, 90, 158, 168, 229, 235, 239, 279, 282, 287, 366, 378, 385, 388, 407

X

Xylocain 77, 78, 79

Z

Zermeno, Jorge 276
 Zwangsstörung (obsessive-compulsive disorder – OCD) 280
 Zwillinge 179, 411, 412, 413, 414
 Zwölf-Schritte-Programme 335, 364, 365, 423
 Schritt 1 354
 Schritt 2 355
 Schritt 3 356
 Schritt 4 357
 Schritt 5 359

INHALTSVERZEICHNIS

Anmerkungen des Autors		ix
Einleitung		xi
Die hungrigen Geister: Im Reich der Süchte		xxix
Teil I	Der Höllenzug	1
KAPITEL 1	Das einzige Zuhause, das er je hatte.....	2
KAPITEL 2	Die tödliche Macht der Drogen	21
KAPITEL 3	Die Schlüssel zum Paradies	29
KAPITEL 4	Sie glauben mir meine Lebensgeschichte wohl nicht!	43
KAPITEL 5	Angelas Großvater	53
KAPITEL 6	Tagebuch einer Schwangerschaft	57
KAPITEL 7	Beethovens Geburtszimmer	70
KAPITEL 8	Es muss Momente der Hoffnung geben.....	83
Teil II	Arzt, heile dich selbst	97
KAPITEL 9	Wer könnte das besser verstehen als ich?	98
KAPITEL 10	Zwölf-Schritte – ein Protokoll.....	113
Teil III	Ein anderer Zustand des Gehirns	121
KAPITEL 11	Was ist Sucht?	122
KAPITEL 12	Von Vietnam bis zum „Rat Park“	127
KAPITEL 13	Ein anderer Gehirnzustand	135
KAPITEL 14	Durch die Nadel – eine warme, sanfte Umarmung	143
KAPITEL 15	Kokain, Dopamin und Schokoriegel	153
KAPITEL 16	Wie ein Kind, das nicht erwachsen werden konnte.....	160

Teil IV	Wie sich das süchtige Gehirn entwickelt	173
KAPITEL 17	Ihre Gehirne hatten nie eine Chance	174
KAPITEL 18	Trauma, Stress und die Biologie der Sucht.....	183
KAPITEL 19	Es liegt nicht an den Genen.....	196
Teil V	Der Abhängigkeitsprozess und die Suchtpersönlichkeit	205
KAPITEL 20	„Ich tue alles, um das Gefühl der Leere zu vermeiden“	206
KAPITEL 21	Zu viel Zeit für äußere Dinge	215
KAPITEL 22	Armseliger Liebesersatz	222
Teil VI	Die Idee einer humaneren Realität: Jenseits des Krieges gegen Drogen.....	243
KAPITEL 23	Vertreibung und die sozialen Wurzeln der Sucht.....	244
KAPITEL 24	Kenne deinen Feind.....	261
KAPITEL 25	Ein gescheiterter Krieg	267
KAPITEL 26	Die Freiheit der Wahl und die Wahl der Freiheit.....	279
KAPITEL 27	Vorschlag für eine aufgeklärte, soziale Drogenpolitik.....	291
KAPITEL 28	Ein kleiner, aber notwendiger Schritt	308
Teil VII	Die Ökologie der Heilung	325
KAPITEL 29	Die Kraft der mitfühlenden Neugier.....	326
KAPITEL 30	Das innere Klima	337
KAPITEL 31	Die vier Schritte – und der Fünfte.....	351
KAPITEL 32	Enthaltung und das externe Milieu	362
KAPITEL 33	Ein Wort an Familien, Freunde und Betreuer	377
KAPITEL 34	Nichts ist verloren	388
	Erinnerungen und Wunder: Ein Epilog.....	400

APPENDIX I	Trugschlüsse in Adoptions- und Zwillingsstudien.....	409
APPENDIX II	Eine enge Verbindung: Aufmerksamkeitsdefizitstörungen und Süchte.....	415
APPENDIX III	Die Suchtprävention	420
APPENDIX IV	Die zwölf Schritte	423
	Endnoten	428
	Danksagung	445
	Referenzen.....	447
	Index	449
	Über den Autor	460
	Anerkennung für Dr. Gabor Maté und seinen Bestseller Im Reich der hungrigen Geister.....	461

Wenn Zwölf-Schritte-Programme nicht für jeden hilfreich sind – bei all ihrem Wert helfen sie nur einer Minderheit – was dann? Es gibt keine „Allheilmittel“ für die Herausforderung der Sucht. Für viele Opiatabhängige sind Ersatzbehandlungen mit Drogen wie Suboxon lebensrettend. (In British Columbia wurde den Ärzten ein großer Spielraum für die Verschreibung von Suboxon eingeräumt, das nur ein sehr geringes Risiko birgt.) Für einige Abhängige können Medikamente von Nutzen sein, verschiedene Formen der Beratung für andere, aber kein einzelner Ansatz garantiert den Erfolg. Jeder Abhängige muss genau dort „abgeholt“ und betreut werden, wo er sich in dem Moment befindet.

Die meisten Ärzte werden, wenn überhaupt, nur in geringem Maß zum Thema Sucht ausgebildet, obwohl die Sucht folgenschwere Auswirkungen auf die körperliche und geistige Gesundheit, die Langlebigkeit, die Produktivität und das Familienleben hat. Die wenigen Ausgebildeten haben in Bezug auf die biologischen Zusammenhänge nur begrenzte Kenntnisse erworben. Würde man mich bitten, ein umfassendes System zur Behandlung der heutigen Substanzabhängigkeit zu entwerfen, und zwar auch für die verheerenden „verhaltensbezogenen Süchte“ wie etwa Glücksspiel oder zwanghafte Sexualität, so würde es folgende Merkmale aufweisen:

- Ärzte, Therapeuten, Psychologen, Pädagogen, Rechtsanwälte, Richter und alle Strafverfolgungsbeamten werden in Denkanstätzen geschult, die Informationen über Traumata berücksichtigen.
- Naloxon und andere Maßnahmen der Schadensminderung werden weithin verfügbar sein. Einrichtungen zur Schadensminderung werden in allen größeren Gemeinden eingerichtet. Die Substitutionsbehandlung mit Opiaten wird jedem, der sich dafür qualifiziert, ohne Weiteres angeboten.
- Entgiftungseinrichtungen mit niedrigschwelligem und schnellem Zugang werden in vielen Gemeinden eröffnet.
- Abgestufte Einrichtungen werden etabliert, in denen die Patienten von der Entgiftung zur Traumaheilung übergehen können sowie Beratung und Unterstützung beim Umgang mit persönlichen und sozialen Beziehungen erhalten.
- Die Betroffenen werden in Selbstfürsorge unterrichtet, einschließlich gesunder Ernährung und Körperarbeit wie Yoga oder Kampfsportarten, zusammen mit Achtsamkeitsübungen wie Meditation.
- Die falsche Trennung zwischen Fragen der psychischen Gesundheit und denen der Sucht – die in vielen Einrichtungen und Behandlungs-

KAPITEL 1

Das einzige Zuhause, das er je hatte

Als ich durch die vergitterte Metalltür in den Sonnenschein trete, offenbart sich mir eine Kulisse wie aus einem Fellini-Film. Es ist eine Szene, die zugleich vertraut und fremd, fantastisch und authentisch ist.

Auf dem Gehweg in der Hastings Street sehe ich Eva – in ihren Dreißigern, aber immer noch wie ein verwahrlostes Kind wirkend, mit dunklem Haar und olivfarbenem Teint –, wie sie einen bizarren Kokain-Flamenco hinlegt. Sie schiebt ihre Hüften nach außen, bewegt ihren Oberkörper und ihr Becken hin und her, beugt sich in der Taille, wirft einen oder beide Arme in die Luft und bewegt ihre Füße in einer unbeholfenen, aber abgestimmten Pirouette. Die ganze Zeit verfolgt sie mich mit ihren großen, schwarzen Augen.

In Downtown Eastside ist dieses crackgesteuerte Improvisationsballett als „The Hastings Shuffle“ bekannt, und es ist ein vertrauter Anblick. Eines Tages, als ich auf meiner ärztlichen Visite in der Nachbarschaft unterwegs war, sah ich eine junge Frau, die diesen Tanz hoch über dem Verkehr in Hastings aufführte. Sie balancierte auf dem schmalen Rand eines Neonschildes zwei Stockwerke weiter oben. Eine Menschenmenge hatte sich zum Zuschauen versammelt, die Drogenkonsumenten unter ihnen mehr amüsiert als entsetzt. Die Ballerina drehte sich um sich selbst, die Arme waagerecht wie die einer Seiltänzerin, oder machte tiefe Kniebeugen – eine Kosakentänzerin der Lüfte, ein Bein nach vorne tretend. Bevor die Spitze der Feuerwehrleiter ihre Flughöhe erreichen konnte, hatte sich die bekiffte Akrobatin wieder in ihr Fenster zurückgezogen.

Shop verwickelt sind. Es wird viel gestikuliert und scheinbar ziellos hin- und hergelaufen. „Schauen Sie sich das an“, sagt er. „Sie sitzen hier fest. Wissen Sie, Doc, ihr Leben erstreckt sich von hier bis vielleicht zum Victory Square auf der linken Seite und der Fraser Street auf der rechten. Die kommen hier nie raus. Ich will wegziehen, will mein Leben hier nicht mehr vergeuden.“

„Ach, was soll's. Schauen Sie mich an, ich habe nicht einmal Strümpfe.“ Stan zeigt auf seine abgelaufenen Schuhe und seine abgewetzte rote Jogginghose mit Gummibündchen ein paar Zentimeter über seinen Knöcheln. „Wenn ich in diesem Outfit in den Bus steige, wissen die Leute sofort Bescheid. Sie wenden sich von mir ab. Einige starren mich an, die meisten schauen nicht einmal in meine Richtung. Wissen Sie, wie sich das anfühlt? Als wäre ich ein Alien. Ich fühle mich erst dann wieder wohl, wenn ich hier zurück bin; kein Wunder, dass niemand jemals geht.“

Als er zehn Tage später wegen eines Methadon-Rezepts zurückkehrt, lebt Stan immer noch auf der Straße. Es ist ein Märztag in Vancouver: grau, nass und ungewöhnlich kalt. „Sie wollen nicht wissen, wo ich letzte Nacht geschlafen habe, Doc“, sagt er.

Für viele der chronischen, hartgesottenen Süchtigen in Vancouver ist es so, als ob ein unsichtbarer Stacheldraht das Gebiet umgibt, das sich ein paar Blocks von Main und Hastings aus in alle Richtungen erstreckt. Es gibt eine Welt jenseits davon, aber für sie ist sie größtenteils unerreichbar. Diese Welt hat Angst vor ihnen und lehnt sie ab, und sie wiederum verstehen deren Regeln nicht und können dort nicht überleben.

Es erinnert mich an einen Gefangenen, der aus einem sowjetischen Gulag geflohen war, und sich, nachdem er draußen fast verhungert war, freiwillig wieder inhaftieren ließ. „Die Freiheit ist nichts für uns“, sagte er seinen Mitgefangenen. „Wir sind für den Rest unseres Lebens an diesen Ort gekettet, auch wenn wir keine Ketten tragen. Wir können fliehen, wir können umherziehen, aber am Ende werden wir zurückkommen.“

— — —

Menschen wie Stan gehören zu der kränksten, bedürftigsten und am meisten vernachlässigten Bevölkerungsgruppe überhaupt. Ihr ganzes Leben lang wurden sie ignoriert, im Stich gelassen und haben sich ihrerseits immer wieder selbst aufgegeben. Wie entsteht die Bereitschaft einer solchen Gruppe zu helfen? In meinem Fall weiß ich, dass die Wurzeln dazu in meinen Anfängen

KAPITEL 3

Die Schlüssel zum Paradies: Sucht als Flucht aus der Verzweiflung

Sucht als „schlechte Angewohnheit“ oder „selbstzerstörerisches Verhalten“ abzutun, verbirgt leicht ihre Funktionalität im Leben des Süchtigen.¹

DR. VINCENT FELITTI, ARZT AND WISSENSCHAFTLER

Es ist unmöglich, die Sucht zu verstehen, ohne zu erkunden, welche Erleichterung der Süchtige durch die Droge oder das Suchtverhalten findet bzw. zu finden hofft.

Thomas De Quincey, ein Literat des frühen neunzehnten Jahrhunderts, war Opiumkonsument. „Die subtilen Kräfte, die in dieser mächtigen Droge stecken“, so schwärmte er, „beruhigen alle Irritationen des Nervensystems ... halten die sonst schlaff werdenden animalischen Energien vierundzwanzig Stunden lang aufrecht. ... Oh gerechtes, subtiles und alles eroberndes Opium ... Du allein vermagst, dem Menschen diese Gaben zu geben und hast damit die Schlüssel zum Paradies.“ De Quinceys Worte fassen die Segnungen aller Drogen zusammen, wie sie der Süchtige erfährt – sie machen, wie wir später sehen werden, den Reiz aller süchtig machenden Obsessionen aus, unter Beteiligung von Drogen oder ohne.

jünger durchgehen. „Sie haben in letzter Zeit eine Menge Kokain gespritzt“, bemerke ich eines Tages ihm gegenüber.

„Es ist schwer, davon loszukommen“, antwortet er mit seinem zahnlückenhaften Grinsen.

„Bei Ihnen klingt es, als wäre das Koks ein wildes Tier, das Ihnen nachstellt. Und doch sind Sie derjenige, der es jagt. Was bringt es Ihnen?“

„Es nimmt dem Alltag die Härte, die Härte im Umgang mit allem.“

„Was ist alles?“

„Verpflichtungen. Ich schätze, man könnte es so nennen: Verpflichtungen. Solange ich Drogen nehme, sind mir Verpflichtungen egal ... Wenn ich älter bin, kümmere ich mich um Rentenpläne und solche Sachen. Aber im Moment kümmere ich mich um nichts anderes als um meine alte Dame.“

„Ihre alte Dame ...“

„Ja, ich betrachte Koks als meine alte Dame, meine Familie. Es ist meine Partnerin. Ich habe meine Familie seit einem Jahr nicht mehr gesehen, und es ist mir egal, weil ich meine Partnerin habe.“

„Also ist Koks Ihr Leben.“

„Ja, Koks ist mein Leben ... Ich Sorge mich mehr um den Stoff als um meine Lieben oder irgendetwas anderes. In den letzten fünfzehn Jahren ... ist es jetzt ein Teil von mir geworden. Es ist ein Teil meines Alltags ... Ich weiß nicht, wie ich ohne den Stoff leben könnte. Ich weiß nicht, wie ich den Alltag ohne Koks bewältigen soll. Wenn man es mir wegnimmt, weiß ich nicht, was ich tun soll ... Wenn Sie mich ändern und mich zu einem geregelten Leben führen würden, wüsste ich nicht, wie ich es aufrechterhalten könnte. Ich war in meinem Leben einmal dort, aber es fühlt sich an, als wüsste ich nicht, wie ich zurückgehen könnte. Ich habe nicht die ... Es liegt nicht am Willen; ich weiß nur nicht, wie.“

„Was ist mit Ihrem Wollen? Wollen Sie überhaupt dieses regelmäßige Leben?“

„Nein, eigentlich nicht“, sagt Jake leise und traurig.

Ich glaube nicht, dass das wahr ist. Ich denke, dass es tief in seinem Herzen den Wunsch nach einem Leben in Ganzheit und Integrität geben muss, der vielleicht zu schmerzhaft ist, um ihn anzuerkennen – schmerzhaft, weil er in seinen Augen unerreichbar ist. Jake hat sich so sehr mit seiner Sucht identifiziert, dass er es nicht wagt, sich vorzustellen, wie es wäre, wenn er clean wäre. „Es fühlt sich für mich wie Alltag an“, sagt er. „Es scheint sich nicht vom Leben eines anderen zu unterscheiden. Für mich ist es normal.“

„Das erinnert mich an den Frosch“, sage ich zu Jake. „Man sagt, wenn man einen Frosch in heißes Wasser wirft, springt er heraus. Aber wenn man den-

„Das tue ich. Ich will das mehr als alles andere.“ Im Wartebereich vor meinem Praxiszimmer werden die Patienten unruhig. Jemand schreit. Celia winkt abweisend mit der Hand.

Ich lächle sie an. „Sie klangen gestern gar nicht so anders.“

„Ich war viel schlimmer als das. Ich war völlig verrückt.“

Das Geschrei geht weiter, diesmal lauter. „Verpiss dich, du gottverdammtes Arschloch“, schreit Celia, ihr Tonfall plötzlich böse. „Ich spreche mit dem Arzt!“

August 2004

Ich mag es, wenn Musik aus der kleinen Musikanlage hinter meinem Schreibtisch tönt. Meine Patienten, von denen nur sehr wenige mit klassischer Musik vertraut sind, sagen oft, dass sie es als willkommene, beruhigende Überraschung empfinden. Heute ist es *Kol Nidrei*, Bruchs Vertonung des Gebetes der jüdischen Seele um Sühne, Vergebung und Einheit mit Gott. Celia schließt ihre Augen. „Das ist so schön“, seufzt sie.

Als die Musik zu Ende ist, erwacht sie aus ihrer Träumerei und erzählt mir, dass sie und ihr Freund Pläne für die Zukunft schmieden.

„Was ist mit Ihrer anhaltenden Sucht? Bedeutet das ein Problem für Sie oder für ihn?“

„Nun ja, schon, denn ich bin ja nicht mit meinem ganzen Ich präsent. Sie bekommen nicht das Beste von einem Menschen, wenn er süchtig ist, stimmt's?“

„Richtig“, stimme ich zu. „Ich habe es selbst erlebt.“

Oktober 2004

Celia ist schwanger. Hier in Downtown Eastside ist das im besten Fall immer ein gemischter Segen. Man könnte meinen, dass der erste Gedanke eines Arztes bei einer frisch schwangeren, drogensüchtigen Patientin ist, zur Abtreibung zu raten. Aber die Aufgabe des Arztes – ob bei dieser oder einer anderen Bevölkerungsgruppe – besteht darin, die eigenen Präferenzen der Frau zu ermitteln und gegebenenfalls die Optionen zu erläutern, ohne Druck auszuüben, sich für diesen oder jenen Weg zu entscheiden.

„Ich war früher ein militantes Partygirl“, fährt Elaine mit ihrer Lauren-Bacall-Stimme fort, wobei ihr ein rotbraun gefärbter Pony über die Stirn und ihre großen, stark bemalten Augen fällt. „Ich war nicht bereit, irgendetwas ernst zu nehmen, ich wollte einfach nur eine gute Zeit haben, und das bedeutete, sturzbetrunken zu sein.“

„Drei Dinge, die mir nicht halfen, waren Liebe, Erziehung und Bestrafung. Ich war unbelehrbar, egal, wie sehr die Leute versuchten, mich zu lieben, ganz gleich, welche Fakten ich kannte und wie oft ich schon harte Lektionen einstecken musste. Ich habe es erst kapiert, als ich anfang zuzuhören.“

„Das erste Mal, dass ich zuhörte, war bei einem AA-Treffen in Toronto. Ein Ureinwohner in den Sechzigern sprach. ‚Ich bin jetzt seit zwei Jahren trocken‘, sagte er, ‚und vor sechs Monaten bekam ich meinen ersten Job. Hätte ich gewusst, wie gut es sich anfühlt zu arbeiten, hätte ich schon lange mit dem Trinken aufgehört. Vor fünf Monaten habe ich meine eigene Wohnung bekommen. Hätte ich gewusst, wie gut sich das anfühlt, wäre ich längst abstinent gewesen. Vor drei Monaten habe ich eine Frau kennengelernt. Junge, wenn ich gewusst hätte, wie toll *das* ist, hätte ich vielleicht gar nicht erst mit dem Trinken angefangen.‘ Heiterkeit, Glucksen, anerkennender Applaus.

‚Jetzt bin ich vierundsechzig‘, sagte der Mann, ‚und ich habe gerade erfahren, dass ich Krebs habe. Ich habe noch sechs Monate zu leben.‘ „Elaine hält inne, um sich im Raum umzusehen, während wir diese Informationen sacken lassen. Schweigend warten wir auf ihr Fazit. „Ich dachte, er würde verkünden: ‚Ich werde das größte sechs Monate andauernde Saufgelage hinlegen, das man sich vorstellen kann. Also zum Teufel mit euch allen und macht’s gut!‘ Das hätte ich getan, wenn ein Todesurteil über mir gehangen hätte. Aber nicht dieser Ureinwohner. ‚Ich bin einfach so dankbar‘, sagte er, ‚so dankbar, dass ich nicht mehr trinke, dass ich zwei Jahre trocken war und dass ich dem Rest meines Lebens in Enthaltsamkeit entgegensehen kann.‘

Da habe ich erkannt, dass Enthaltsamkeit mehr ist als nur die Abwesenheit von Alkohol. Es ist eine Art des Seins. Es bedeutet, das Leben in seiner Fülle zu leben.“

Muss ich erst Alkoholiker werden, alles verlieren, meine Eingeweide auskotsen und dann zur Religion finden, bevor ich die Fülle des Lebens erleben kann, was immer das bedeutet? Ich bin aufgebracht. Nein, ich bin ängstlich, ich habe Angst, dass mir das nie passieren wird. Das ist es, was Elaine in meinen Augen gesehen hätte. Oder bereits gesehen hat. Vielleicht war ich der Neuankömmling, von dem sie sprach.

Elaine ist im Begriff, das Rednerpult unter zustimmendem Nicken der Zuhörer zu verlassen, aber sie tritt noch einmal hinter das Mikrofon. „Ich

Index

In diesem Index dient die Abkürzung *AA* als Hinweis auf die Anonymen Alkoholiker und die Abkürzung *DE* als Hinweis auf Downtown Eastside. Anführungszeichen werden zur Kennzeichnung von Pseudonymen verwendet (zum Beispiel „Celia“).

A

- Abhängigkeit 11, 19, 24, 25, 43, 70, 85, 121, 123, 130, 131, 138, 141, 162, 165, 187, 189, 208, 217, 235, 249, 250, 253, 268, 278, 288, 292, 295, 300, 302, 305, 307, 310, 315, 321
- Abstinenz 36, 141, 291, 310, 313, 314, 315, 317, 362, 363, 364, 373, 423
 - Enthaltung versus 364
- ADHS (Aufmerksamkeitsdefizit-/Hyperaktivitätsstörung). Siehe ADS (Aufmerksamkeitsdefizitstörung)
- Adoption 202, 410, 411, 413, 414
- ADS (Aufmerksamkeitsdefizitstörung) 92, 114, 174, 231, 333, 349, 353, 366, 367, 415
- Adverse Childhood Experiences Study, dt. belastende Erfahrungen in der Kindheit 187, 236, 411
- Affective Neuroscience (Panksepp) 144, 148, 176
- Afghanistan 267, 270
- Aggression 168, 169, 193, 302
- Aktivismus 93
- Al-Anon 381
- Alexander, Bruce 131, 132, 254, 268
- Alkohol 6, 17, 68, 91, 113, 117, 123, 130, 131, 139, 140, 144, 151, 157, 158, 174, 186, 192, 193, 199, 207, 211, 238, 243, 250, 253, 254, 255, 256, 258, 271, 273, 276, 302, 305, 313, 318, 335, 363, 364, 372, 394, 414, 416, 423
 - Sucht als 131
- Alkoholismus 19, 50, 136, 196, 197, 255, 365, 381, 410, 411, 412, 414
 - Genetik 196, 198
- „Allan“ (DE) 26
- Almaas, A. H. 395
- Altruismus 392
- „Alvin“ (DE) 27
- Améry, Jean 31
- Amiel, Barbara 237

Analyse, präattentive 287
 „Anne“ (AA) 335, 362, 364, 372, 379
 Anonyme Alkoholiker (AA) 113, 115,
 119, 335, 362, 371, 392, 423
 „Arlene“ (DE) 3
 Ärzte 106, 175, 196, 249, 251, 282,
 321, 378, 384. Siehe medizini-
 sches Personal
 „Aubrey“ (DE) 37, 38
 Aufmerksamkeitsdefizitstörung 116,
 174, 327, 333, 366, 415
 Aufzeichnungen aus dem Kellerloch
 (Dostojewski) 74, 314
 Augustinus, Bischof von Hippo 397
 Australien 243
 Autonomie 246, 314. Siehe auch
 Gegenwille, Freiheit

B

Baba, Vishwanath 252
 Beauty Junkies (Kuczynski) 248
 Becker, Gary 272
 Behaviorismus 294
 Bekenntnisse (Augustinus von Hip-
 po) 397
 Bekenntnisse eines englischen Opium-
 essers (Quincey) 1
 Bellow, Saul 34
 Benzodiazepine 185
 Beruhigungsmittel 170
 „Beverly“ (DE) 22, 24, 383, 384, 401,
 405, 406
 bewusste Achtsamkeit 342, 344, 351,
 364
 Auswirkungen 371, 372
 implizierte Überzeugungen 282
 Neubenennung 354
 unterstützende Strukturen, für 365
 Beziehungen
 soziale 39
 Bindung 149, 150, 173, 180, 181, 184,
 234, 250, 258, 376, 396
 Abhängigkeit 126
 Abwehr und 158
 falsche 391
 Gehirnentwicklung und 173

Kind-Eltern 259
 Mutter und Kind 146
 Nicht-Bindung 283
 Black, Conrad 236, 240
 Blum, Kenneth 196
 Bonding, Verbundenheit, Bezie-
 hung 148
 Boyd, Neil 277
 „Brain Lock“ Gehirnblockierung 281,
 352
 „Brain Lock“ (Schwartz) 352
 „Brian“ (DE) 401, 402, 405
 Bücher. Siehe Literaturempfehlungen
 Buddha 206, 250, 342, 344, 348, 377,
 380, 397, 426
 Bush, George W. 249

C

Campbell, Joseph 394
 „Carl“ (DE) 31, 86
 „Carol“ (DE) 33, 34, 39, 62
 „Cathy“ (DE) 32
 „Celia“ (DE) 36, 57, 58, 59, 60, 61, 62,
 63, 64, 65, 66, 67, 68, 69, 86, 87,
 157, 266, 407
 „Charlotte“ (DE) 36
 China 255
 Chödrön, Pema 330
 „Chris“ (DE) 40
 „Cindy“ (DE) 45, 46
 „Claire“ (DE) 160, 161, 168, 169
 „Clarissa“ (DE) 327, 328, 329, 332,
 406, 407
 „Claude“ (DE) 308, 309, 310
 Coleridge, Samuel Taylor 382
 Cortex 145, 150, 163, 164, 165, 167,
 169, 181, 209, 228, 287, 288,
 365, 375
 Dysfunktion im 164
 orbitofrontaler 164, 166, 167, 180
 posteriore, superiore Temporal-
 (pSTC) 392
 präfrontaler (PFC) 104, 137, 164,
 179, 183, 188, 189, 209, 417
 Cortisol 182, 186, 191, 201, 202
 „Cory“ (DE) 403, 404, 405

Crack 13, 36, 42, 59, 65, 69, 101,
274. Siehe Kokain
Craigie, Susan 86, 366
Crystal Meth (Amphetamin) 9, 27, 39,
40, 51, 62, 130, 131, 138, 139,
140, 158, 170, 174, 299, 300,
315, 415, 418
körperliche Auswirkungen 34
Curtin, John T. 269

D

Damasio, Antonio 175, 338
Daniels, Anthony 312
Darwinismus, neuronaler 178
Deci, Edward 378
Deppe, Michael 210
Depression 35, 181, 182, 189, 211, 225,
249, 300, 334, 340, 373, 417
maternal, Mutter, der 182
Medikamente gegen 30, 126, 185
postpartal, Wochenbettdepres-
sion 181
de Quincey, Thomas 1
Der kleine Horrorladen 108
„Devon“ (DE) 100
Diamond, Marian 338, 375
Differenzierung 220, 221, 336, 418
Definition 220
Dislokation, Vertreibung 6, 244, 254,
255, 256, 257, 259, 393
Dodes, Lance 129, 197
„Don“ (DE) 170
Dopaminrezeptoren 138, 139, 141,
157, 158, 165, 184, 201, 209, 297
Mangel an 209
Stress und 193
„Dora“ (DE) 27
Dostojewski, Fjodor 314
Drogenhandel 27, 270, 298, 300, 317
Gewinne 271, 273, 300
Drogen (illegale) 71, 250, 269, 271,
301, 303
Aufklärung über 421
Dealer 119, 266
Entzug von 113, 126, 132, 139, 315
Gewinne durch 271

Hersteller 278
Sozialpolitik 297
Toleranz versus Abhängigkeit 139
Überdosen 312
Drug Dependency Service (U.K.) 316
Dubovsky, Steven 184
Dupont, Robert 135, 253

E

Ego xxix, 16, 79, 107, 114, 218, 364,
394, 396, 397, 424
Einstimmung 230, 231, 233, 234, 236,
238, 364. Siehe Beziehungen
„Elaine“ (DE) 115, 116, 117, 118
Eltern 421
Belastungen von 31, 411
Einstimmung 235
emotionales Leben 412
Schuldzuweisung 417
Unterstützung für 417
Emotionen 9, 35, 104, 131, 180, 188,
220, 228, 235, 282, 294, 295,
329, 330, 332, 334, 337, 341,
342, 344, 345, 346, 348, 375,
385, 386, 390, 398, 424
Differenzierung 220
elterliche 182
Gehirn 169
Gehirnentwicklung und 25, 181
geistige Anstrengung 341
Opioide und 158
überwältigende 220
Verarbeitung von 189, 210
Verdrängung von 30, 34, 220, 375
Wahl und 295
Zweck 158
Empathie 392
Endorphine 145, 146, 147, 149, 150,
151, 209, 356
Entgiftungszentren 320
Enthaltung 330, 362, 364, 367, 370,
423, 424, 427
Abstinenz versus 362
Belohnungen für 369
Entkriminalisierung 276, 298, 299,
300, 307

Unterstützung für 92, 268
 Vorzüge 297, 300, 303, 304
 Widerstand gegen 300
 Entscheidungsfindung 141, 162, 166,
 167, 209, 283, 284. Siehe auch
 Selbstregulation; Siehe auch
 Wahl
 Entwicklung der Persönlichkeit (Rogers) 85
 Entzug 53, 211, 225, 274, 302, 315,
 320, 328. Siehe Entgiftungs-
 zentren
 Epigenetik 199
 Epstein, Mark 346
 Erinnerungen 3, 4, 33, 50, 59, 147,
 168, 232, 264, 337, 400
 Erkrankung. Siehe Krankheit
 „Eva“ (DE) 2, 3, 4, 5, 6
 Evans, Liz 6, 17

F

Familien 252, 255, 256, 268, 377, 378,
 412, 413, 414, 421. Siehe auch
 Elternschaft, Eltern
 Faust (Goethe) 75
 Felitti, Vincent 29, 98, 176
 Fettleibigkeit 197, 226, 236, 311. Siehe
 auch Überessen
 First Nation 54. Siehe Ureinwohner
 Fix: The Story of an Addicted City
 (Wild) 92
 Forschung 176
 Drogen zu 131, 135
 Gehirnentwicklung zur 174, 175,
 295, 342
 Stress zu 297
 Sucht zur 168, 176, 208
 Zwillingen/adoptierten Kindern,
 zu 200, 409, 411, 413
 „Frank“ (DE) 10
 Frankl, Viktor 362, 392
 Frauen. Siehe Mütter
 Gefängnissen, in 269
 Sucht unter 30, 61, 227, 248, 249
 Freiheit. Siehe auch Gegenwille,
 Machtlosigkeit
 Wahl der 279, 280, 282, 285, 286
 Freud, Sigmund 38
 Furcht 9, 214, 223, 334, 390, 391
 Furcht versus Angst 332
 Leere vor der. Siehe Leere:Furcht
 vor der
 Fürsorge, Elternschaft 6, 114, 149, 379,
 417
 Vererbung 202

G

„Gail“ (DE) 23, 24
 „Gary“ (DE) 98, 99, 100
 Gefängnisse 45, 276, 298
 Gegenwillen 363, 378. Siehe auch
 Freiheit
 Gehirn xxxi, 135, 136, 137, 155, 163,
 176, 178, 179, 180, 198
 Alkohol und 197
 Anatomie 137
 Corpus callosum 189
 Emotionen und 186
 Frontallappen, Stirnlappen 177, 178
 Genesung von Suchtfolgen 195
 Hippocampus 186, 189, 338
 Nucleus accumbens (NA) 155, 156,
 157, 193
 Schmerz 188
 Sucht und 137, 173, 341, 342
 ventrales tegmentales Areal 154
 Vermis 188
 Gehirnentwicklung 69, 175, 176, 177,
 178, 182, 183, 191, 195, 286,
 338, 339, 417
 Einstimmung 231
 Emotionen und 186
 Freiheit der Wahl 286
 Fürsorge 180
 pränataler Stress 200
 Trauma und 188
 Geist. Siehe bewusste Achtsamkeit
 Genesung 62, 136, 141, 284, 313, 337,
 340
 Bindung und 221, 379
 Kosten 301
 ökologische Sichtweise 337, 374

unterstützende Strukturen für 285, 365
 Genetik 416. Siehe auch Epigenetik
 Alkoholismus 196
 Suchtanfälligkeit 197
 Umfeld, Umgebung 410
 Gesellschaft xxxi, 17, 20, 32, 101, 149, 159, 173, 202, 234, 246, 248, 250, 253, 257, 259, 260, 262, 263, 266, 271, 276, 284, 290, 291, 293, 296, 298, 303, 304, 305, 307, 310, 316, 322, 401, 417, 420, 421
 Aufklärung über Suchterfahrung xxxi
 Freiheit, in der 280
 süchtige xxx
 Süchtige, Ausgrenzung von xxx, 11
 Gewohnheitsstrukturen 288, 295
 Giard, Monique 228
 Giftstoffe. Siehe Toxine
 Gillespie, Paul 261
 Glaube. Siehe Spiritualität
 Gleichaltrigenorientierung 258
 Glover, Yvette 201
 Goethe, Johann Wolfgang von 75, 76
 Goodman, Aviel 207, 211, 222
 „Greg“ (DE) 36
 Grey, James P. 271, 273
 Griffin, Kevin 371
 Groll 369, 379

H

„Hal“ (DE) 25, 26, 381
 Halsted, William Stewart 303
 Harper, Stephen 321
 Heroin 7, 9, 13, 17, 23, 28, 30, 32, 40, 48, 59, 67, 91, 92, 93, 111, 123, 126, 129, 130, 133, 139, 149, 152, 154, 158, 219, 251, 263, 264, 271, 274, 276, 283, 288, 300, 302, 307, 312, 314, 315, 316, 317, 318, 327, 381, 403
 kontrollierte Verteilungsprogramme 316, 317
 Schwangeschaft während 328

HIV xxxi, 6, 8, 11, 19, 23, 25, 26, 32, 35, 36, 39, 44, 45, 61, 66, 98, 100, 152, 255, 288, 290, 306, 309, 315, 317, 319, 320, 405
 „Hobo“ (DE) 9
 „Howard“ (DE) 400
 Huettel, Scott 392

I

Impulskontrolle 88, 114, 121, 124, 164, 168, 170, 221, 238, 289, 367, 418. Siehe auch Selbstregulation
 Gehirn und 168, 188, 369
 Indigene, Aborigines 254, 256, 259, 305
 Gemeinschaft als 305
 Sucht und 254, 256
 Unterdrückung von 257
 Individualität 106, 209, 364
 Insite 18, 92, 312, 318, 319, 320, 321
 „Isabella“ (DE) 373
 Isolation 39, 94, 132, 133, 193, 194, 254, 263, 296, 339, 358, 374, 389, 398. Siehe Trennung

J

„Jake“ (DE) 40, 41, 42
 Jeal, Bethany 18
 „Jenkins“ (DE) 3, 4
 „Jenny“ (DE) 318
 „Jerry“ (DE) 406
 „Joey“ (DE) 12
 Joranson, David E. 272
 Joseph, Rhawn 182
 „Josh“ (DE) 83, 84, 85
 „Joyce“ (DE) 381, 382
 „Judy“ (DE) 30, 95, 393, 398
 junge Menschen 300, 307, 421, 422

K

„Kai“ (DE) 9
 Kanada 49, 92, 109, 236, 254, 257, 262, 268, 271, 272, 297, 306, 315, 318, 321
 Drogenstrategien in 268, 276

indigene Bevölkerung 256
 Katie, Byron 386
 Kaufen (zwanghaftes) 102, 109, 211, 249, 357
 Kelly, Gladys 250
 „Kenyon“ (DE) 99, 407
 Kerr, Michael 220
 Kerr, Thomas 306
 Kinder 30
 adoptierte 200, 409, 414
 traumatisierte 188, 417
 verlassene 50, 217
 Kindesmissbrauch
 Folgen von 296
 sexueller 30, 49, 188, 254
 Suchtursache, als 30, 187, 236
 Kokain 143, 153
 Suchtmittel, als 36, 140, 306
 zelluläre Auswirkungen 138, 140
 Kolumbien 208, 270, 272
 Koran, Lorrin 249
 körperliche Abhängigkeit 126
 Krankheit 24, 36, 44, 49, 85, 123, 125, 128, 129, 141, 145, 167, 224, 249, 255, 265, 289, 290, 310, 322, 337, 360, 403, 410, 415, 418
 Sucht als 25
 Krishnamurti, Jiddu 293
 Kristeva, Julia 389
 Kuczynski, Alex 248
 „Kyle“ (DE) 10

L

Langeweile 3, 28, 32, 33, 35, 105, 211, 225, 260. Siehe auch Leere
 Längle, Alfried 393
 Lapham, Lewis 252
 „Larry“ (DE) 84, 274
 „Laura“ (DE) 19
 Leere 28, 33, 206, 234, 333
 Furcht vor der 211
 Suchtursache als xxix
 Leere, Gefühl der 393
 „Leona“ (DE) 12
 Levi, Primo 31, 83, 240
 Lewis, Jerry 127

Leyton, Elliot 12
 Liebe 16, 22, 24, 50, 68, 69, 76, 104, 117, 149, 158, 160, 184, 217, 219, 224, 227, 231, 232, 234, 235, 241, 246, 302, 329, 330, 331, 348, 358, 360, 362, 364, 378, 379, 389, 393, 395, 400, 412
 elterliche 149
 limbisches System 158, 159
 Lipton, Bruce 199
 „Lisa“ (DE) 153, 154, 157, 265, 266

M

Machtlosigkeit 45, 262, 271
 Eingeständnis der 335, 423
 Stärke versus 425
 Suchtkranken von 365
 Suchtursache als 114, 254
 „Madeleine“ (DE) 13, 14
 „Marcia“ (DE) 10
 Marihuana 35, 74, 130, 131, 139, 143, 152, 198, 276
 Markel, Kim 18, 84, 86
 Maté, Daniel 5, 8, 77, 212, 230
 Maté, Gabor
 Familie 41, 111, 210, 216
 Kindheit 16
 Selbstverachtung 329
 Workaholic, Arbeitssüchtiger 106
 Zuspätkommen 367, 368, 369
 Maté, Rae ii, 102, 103, 104, 110, 336, 348, 369, 370, 382
 „Matthew“ (DE) 4, 5
 „Maureen“ (DE) 35
 „McDermitt“ (DE) 274
 McDowell, Angela 53
 McEwen, Bruce 375
 Medikamente 3, 51, 81, 126, 147, 418
 ADHS 418
 Mediziner, medizinisches Personal 45, 292
 Mehl-Madrona, Lewis 304
 Menand, Louis 203
 Methadon 8, 14, 15, 23, 26, 27, 34, 40, 42, 43, 44, 45, 52, 53, 58, 59, 62, 64, 67, 68, 88, 92, 112, 170, 264,

265, 279, 314, 315, 316, 318,
328, 393, 400, 405
Methylphenidat (Ritalin) 88, 91, 315
„Mike“ (DE) 275, 276
Misshandlung, Missbrauch. Siehe
Kindesmisshandlung
Mitarbeiter des Gesundheitswe-
sen 385. Siehe Mediziner,
medizinisches Personal
mitfühlende Neugier 326, 330, 336,
355, 368, 369
erste Schritte 330
Morphin, Morphinum 33, 70, 73, 77,
78, 126, 128, 132, 133, 139, 140,
145, 149, 303, 315, 316, 403
Morphium 30
Murphy, Rex 237
Musil, Robert 240
Mütter 149, 151, 182, 185, 200, 201,
233, 269, 417, 421
depressive 181, 182, 192
gestresste 200, 201
Unterstützung für 420

N

Naloxon 209
Narkotika 30, 126, 128, 131, 140,
147. Siehe auch Drogen;
Opioide
Negativität 109
Nervenzellen 137, 139, 140, 154, 155,
157, 163, 176, 178, 185, 193,
339, 340
Neubenennung 354, 359
Notwendigkeit 354
Sinn und Zweck 355
Neufeld, Gordon 239, 258, 259, 363
neuronale Verbindungen 178, 180
Neuroplastizität 340
Neurotransmitter 139, 155, 184, 185,
208, 234. Siehe auch Dopamin;
Endorphine
Neuzuweisung 355, 356, 359
„Nick“ (DE) 9
„Nicole“ (DE) 39
Nietzsche, Friedrich 74, 342, 344

Nikotin 66, 123, 130, 131, 139, 140,
154, 158, 174, 207, 211, 226,
250, 251
Nixon, Richard 267
Noradrenalin 186
North American Opiate Medication
Initiative (NAOMI) 316
Notwendigkeit (Neubenennung) 354

O

O'Brien, Charles 136, 142
One Breath at a Time\
Buddhism and the Twelve Steps
(Griffin) 371
Onsite 320
Opioide 148, 149, 155, 158, 184
Emotionen und 149
Endorphine 146
Schmerzmittel, als 128, 129, 150
Opioidrezeptoren 146, 147, 149, 151
Opium 29, 33, 35, 104, 143, 152, 383
Owen, Philip 94
OxyContin 186, 251
Oxytocin 148, 149, 186, 230

P

Panksepp, Jaak 144, 176, 288, 294,
295, 297, 329
Oxytocin, über 148
Peaceful Measures\
Canada's Way Out of the „War on
Drugs“ (Alexander) 268
Penfield, Wilder 343
„Penny“ (DE) 22, 24, 401, 402, 405,
408
Percodan 128
Perry, Bruce 191, 201, 292, 305, 329
Persönlichkeit xxxi, 37, 38, 81, 108,
175, 215, 219, 220, 221, 303,
309, 377, 395, 396
„Peter“ (AA) 115, 119
Pflegekinder 17, 31, 37, 414
Pickton, Robert 303
Placeboeffekt 147
Polizei 73, 160, 251, 262, 265, 275,
289, 298, 301, 317, 320, 321

Portaro, Sam 126
 Portland Hotel 3, 4, 5, 6, 7, 9, 13, 25,
 33, 83, 85, 156, 216, 263, 284,
 289, 295, 305, 309, 316, 318, 369
 Portland Hotel Society. Siehe Insite
 Portland Hotel Society (PHS) 5, 6, 33,
 85, 295, 369
 Dienstleistungen, Angebote 5
 Dienstleitungen, Angebote 6
 Post, Robert 179, 231
 posttraumatische Belastungsstö-
 rung. Siehe auch Trauma
 Povey, George 271
 Prostitution 273, 299, 303
 Prozac 140, 185
 PTSD (posttraumatische Belastungs-
 störung) 188, 201
 Purdue Drug 251

R

„Ralph“ (DE) 24, 70, 71, 72, 73, 74, 75,
 76, 77, 78, 79, 80, 81, 244, 245,
 246, 250
 „Randall“ (DE) 3, 4, 5
 Rawson, Richard 140
 „Raymond“ (DE) 265, 266
 Reid, Stephen 28, 33, 54, 211, 215, 216,
 217, 218, 228, 233, 331
 reine Aufmerksamkeit 344
 Emotionen und 346
 Religion 4, 117, 206, 344, 393. Siehe
 auch Spiritualität
 „Remy“ (DE) 88, 89, 90, 91
 „Richard“ (DE) 32
 „Rick“ (DE) 59, 61, 62, 63, 66, 67, 68
 Ritalin (Methylphenidat) 77, 88, 315,
 417
 Rogers, Carl 86
 Rosenberg, Marshall 380
 Royal Canadian Mounted Police –
 RCMP 320
 Rückfall 124, 142, 193, 207, 217, 296,
 374

S

Salienzzuschreibung 168, 228, 358
 Schadensbegrenzung 85, 94, 364
 Entkriminalisierung und 92, 276
 Unterstützung für 34
 Scham 12, 107, 109, 203, 208, 214,
 216, 218, 229, 230, 326, 329,
 330, 336, 358, 367, 368, 369,
 370, 379, 425. Siehe auch
 Selbstverachtung
 Schlaganfall 340
 Schmerzen 11, 12, 22, 24, 30, 35, 48,
 59, 67, 78, 124, 126, 127, 128,
 143, 147, 149, 150, 194, 252,
 261, 272, 310, 315, 402, 403, 406
 chronische 128, 129
 Drogen als Linderung, der 59
 Drogen zur Linderung, der 150
 emotionale 30, 150, 168, 188, 300
 körperliche 30, 150, 404
 Schmerzmittel 30, 146, 147, 373, 403
 Schore, Allan 151
 Schuld 17, 35, 74, 123, 194, 203, 231,
 257, 336, 355, 370, 372, 373,
 379, 380, 424
 Schwangerschaft 57, 61, 64, 65, 66, 67,
 86, 177, 200, 201, 202, 328, 406,
 411, 417, 420
 Drogenabhängigkeit und 62
 Stress während 200, 201
 Schwartz, Jeffrey
 OCD-Behandlungsmethode 352
 Schwarze 253
 Schweiz 307, 317
 „Sean“ (DE) 111, 112
 Selbsterkenntnis 285, 344, 390
 Selbstgerechtigkeit 379, 380
 Selbstheilung 326. Siehe mitfühlende
 Neugier
 Selbstinventur, moralische 426
 Selbstregulation 162, 181, 183, 188,
 191, 209, 219, 220, 221, 231,
 232, 233, 336, 341, 369, 385, 417
 Selbstsucht 247
 Selbstverachtung 218, 373. Siehe auch
 Scham

- Selbstwertgefühl 16, 216, 239, 265
 Selye, Hans 191, 360
 „Serena“ (DE) 43, 44, 46, 47, 48, 49,
 50, 51, 52, 76, 257, 301, 306, 389
 Serotonin 140, 185, 208, 209, 229, 352
 Sexsucht 211, 227, 352, 365
 „Sharon“ (DE) 21, 22, 23, 24, 25, 28
 „Shawn“ (DE) 264, 266
 „Shirley“ (DE) 38
 Siegel, Daniel 180, 232, 349
 Simon, Eric 145
 Skinner, B. F. 294
 „Sophie“ (AA) 119
 Speed 25, 36, 47, 140, 154. Siehe auch
 Crystal Meth (Amphetamin)
 Spiritualität 55
 Erwachen der 398
 Sport. Siehe Bewegung
 SSRIs Selektive (Serotonin-Wiederauf-
 nahmehemmer) 140
 Stamper, Norm 268, 269
 „Stan“ (DE) 14, 15, 304, 305
 starkes Verlangen, zwanghaftes Ver-
 lagen 123, 124, 126, 141, 158
 „Steve“ (DE) 279
 „Stevie“ (DE) 12, 99, 402, 403, 405
 Stimulanzien 13, 38, 70, 71, 131, 138,
 139, 140, 144, 154, 155, 158,
 307, 315, 415, 417, 418. Siehe
 auch spezifische Drogen
 Storr, Anthony 334
 Stress 183
 Abbau von 346, 374
 Bindung und 184
 Definition 191
 Gehirnentwicklung 32
 Kinder 151, 186, 417
 posttraumatischer 30, 59
 pränataler 194, 411
 Reaktion auf 184, 191, 192, 193, 374,
 375
 Suchtursache 191, 193, 374
 Ursachen für 193, 375
 Stuerzbecher, Kerstin 7, 17, 28
 Suchtbehandlung 235, 310, 351, 352
 Süchte xxix, 9, 16, 30, 32, 97, 122, 124,
 125, 207, 210, 212, 216, 217,
 225, 228, 248, 250, 277, 313,
 335, 336, 345, 362, 363, 366,
 381, 383, 415
 Angst als Ursache 201
 Belohnungssystem der 153
 chronischer Zustand 30, 137, 141,
 207
 Definition 97, 101, 123, 141, 207
 Dopamin-System und 417
 Drogen als Ursache 29, 127
 \„ehrenwerten\“ Abhängigkeiten 249
 eigennützig als 393
 Ersatz für 371
 Familienkrankheit als 381
 Freiheit
 Wahl der 280
 Gefühl der Leere, als Ursache 218
 Heilung von 338, 342
 Kategorien 249
 Kindesmissbrauch als Ursache 236
 Kindesmisshandlung als Ursache 30
 Komplexität 125
 Leidenschaft 106
 Merkmale 101, 141
 Ohnmachtsgefühl 132
 Physiologie xxxi
 Prävention, Vorbeugung 306, 420
 Prozess als 127, 145, 379, 423
 Rechtfertigungen für 106
 Schmerzen als Ursache 35
 sozialen Wurzeln 244
 Stress als Ursache 132, 236
 Trauma und 32
 Überwindung der 85
 Ursachen von xxxi
 Ursache von 127
 zwanghafter Dang 263
 zwanghaftes Verlangen 123, 124
 Süchte; Prädisposition zu 416
 Süchtige
 Akzeptanz von 7, 86
 Atheisten als 389
 Behandlung von 98, 130
 Gesellschaft und 12, 246, 248
 Kriminelle als 263

Selbstbild 39
 Unterstützung für 18
 Sullivan, Sam 302
 Synapsen 163, 177, 178, 182
 System der Anreizmotivation 184
 Szalawitz, Maia 378

T

Tabak. Siehe Nikotin
 Teicher, Martin 190, 285
 „Terence“ (DE) 288
 Thompson, Scott 320
 Toleranz 73, 125, 148, 149, 211, 269, 315
 Tolle, Eckhart 118, 248, 253, 282, 344, 348, 390
 „Tom“ (DE) 22, 24
 Trauma 31, 34, 183, 189, 191, 192, 347, 395
 Auswirkungen 191
 Geburt, nach der 413
 Gehirnentwicklung 188
 Kindern, bei 188
 Suchtanfälligkeit 234
 Trennung 150, 151, 175, 184, 234, 236, 265, 348, 379, 413

U

Überdosen 402
 Überessen xxx
 Überzeugungen 198, 281, 285, 292, 293, 322, 332, 337, 347, 353, 389, 395, 427. Siehe Spiritualität
 Umfeld, Umgebung 8, 45, 78, 156, 200, 203, 295, 334, 337, 386
 Drogenkonsum, bei 156
 emotionales 180, 223
 Genetik versus 412
 Gene und 412
 Heilung 365
 Unruhe im Kopf (Maté) 106, 116, 174, 223, 231, 333, 417, 418
 Unzulänglichkeit (Gefühl der) 37, 38, 218
 Upper Canada College 238

Ureinwohner 3, 7, 12, 14, 31, 55, 89, 90, 117, 143, 254, 256. Siehe Indigene

V

Vancouver 15
 VANDU 91, 93
 Vasopressin 186
 Väter 185, 421
 Verantwortung 17, 25, 63, 169, 203, 214, 253, 257, 312, 330, 331, 336, 356, 368, 369, 371, 373, 378, 379, 381, 382, 385, 398, 425, 426
 Vereinigtes Königreich 300, 316, 317
 Vereinigte Staaten 129, 130, 176, 249, 250, 251, 253, 256, 257, 267, 268, 269, 270, 276, 290, 294, 297, 298, 417
 Verhaltenszwänge, Verhaltensabhängigkeiten 106, 154, 174, 211, 222, 284, 365, 370
 akzeptieren, antizipieren 211
 Neubewertung 357, 359
 Neufokussierung 356
 Neugestaltung des Lebens ohne 359
 Überwindung von xxxi
 Ursprünge 33, 236
 Verleugnung 107, 124, 240, 247, 363
 Überwindung 336
 Vernachlässigung. Siehe Einstimmung
 Verstärkung 155, 156
 Vier-Schritte-Selbstbehandlungsmethode 353
 Vietnamkrieg 129

W

Wahrheit xxix, 7, 20, 24, 53, 56, 69, 74, 80, 93, 100, 104, 107, 109, 111, 112, 118, 195, 244, 245, 246, 260, 269, 270, 325, 331, 334, 335, 348, 368, 369, 371, 377, 379, 390, 391, 394, 397, 398, 403, 404, 412, 424, 427
 Walters, John 270, 316, 318

„War on Drugs“ (Krieg gegen Drogen) 143
 Vereinigtes Königreich 316
 Vereinigte Staaten 269
 „Wayne“ (DE) 19, 194
 Weinberg, Mark 321
 Wenn der Körper Nein sagt (Maté) 360
 Why Our Drug Laws Have Failed (Grey) 273
 Wiederaufnahme 139, 140, 154, 193
 Wild, Nettie 92
 Wilson, Dean 91
 Wise, Roy 294
 Wodak, Alex 243, 318
 Workaholic, Arbeitssüchtiger 32, 101
 Wut xxix, xxx, 13, 48, 51, 63, 72, 82, 90, 158, 168, 229, 235, 239, 279, 282, 287, 366, 378, 385, 388, 407

X

Xylocain 77, 78, 79

Z

Zermeno, Jorge 276
 Zwangsstörung (obsessive-compulsive disorder – OCD) 280
 Zwillinge 179, 411, 412, 413, 414
 Zwölf-Schritte-Programme 335, 364, 365, 423
 Schritt 1 354
 Schritt 2 355
 Schritt 3 356
 Schritt 4 357
 Schritt 5 359

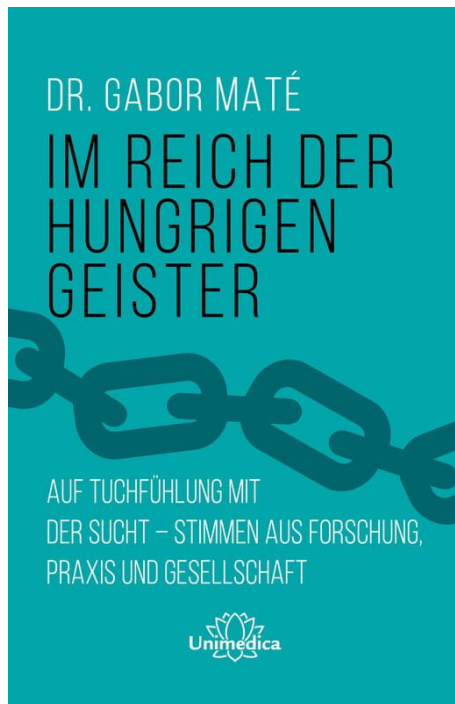
Dr. Gabor Maté

Im Reich der hungrigen Geister

Auf Tuchfühlung mit der Sucht - Stimmen aus Forschung, Praxis und Gesellschaft

496 Seiten, kart.
erscheint 2021

[Jetzt kaufen](#)



Mehr Bücher zu Homöopathie, Alternativmedizin und gesunder Lebensweise www.narayana-verlag.de