

Zeitschrift: Puls : Monatsheft der Gruppen IMPULS + Ce Be eF

Herausgeber: IMPULS und Ce Be eF : Club Behindter und Ihrer FreundInnen (Schweiz)

Band: 26 (1984)

Heft: 6: Süchte

Artikel: Warum werde ich süchtig? [Auszug aus 'Krankheit als Weg' von Thorwald Dethlefsen]

Autor: Dethlefsen, Thorwald

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-156953>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 20.02.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

alleinseeligmachenden kultobjekt, das keinen positiven gehalt mehr hat. Und davor hütet euch bei den vereinigten marskanälen. Die venusianer sind al gegenwärtig und der grosse bruder wacht. Besser wir wagen den zeitsprung und verschwinden im andromedennebel.

Hans-Rudolf Kloter, passage St-François 4, 1205 Genève



Warum werde ich süchtig?

(diese auffassung über krankheit und sucht entstammt dem lesenswerten buch: **Thorwald Dethlefsen: Krankheit als Weg**, Bertelsmann Verlag, 1983.)

Dethlefsen geht davon aus, dass eine krankheit des körpers nur anzeigt, was in unserer seele (geist, bewusstsein) krank ist. Z.b. verstopfung: verstopfung hat psychologisch gesehen (seit Freud) etwas zu tun mit geben, hergeben, schenken. Verstopfung besagt nun, dass der betreffende 'nichts hergeben' oder an etwas 'festhalten' will. Wenn ich geizig bin, kramphaft an etwas festhalten will, kann eine verstopfung diesen zustand meines bewusstseins anzeigen. Eine verstopfung kommt also nicht einfach so von irgendwoher, sondern unser bewusstsein zeigt im körper, was bei ihm nicht stimmt.

Dethlefsen sagt, dass alle unsere Krankheiten einen tiefen Sinn haben: zeigen, wo unsere Seele (bewusstsein, Geist) krank ist. Wenn wir bei einer Verstopfung mit Tablatten den Stuhlgang wieder in Ordnung bringen, dann ist das wohl richtig, aber wir sollen uns auch unbedingt fragen, was diese Krankheit, diese Verstopfung mir sagen will. Um darauf zu kommen, können uns zwei Fragen gut helfen: woran hindert mich diese Krankheit? Wozu zwingt mich diese Krankheit? In unserem Fall: die Verstopfung hindert mich, den Stuhl abzugeben, wegzuwerfen, d.h. mein Geist, mein bewusstsein kann auch nicht weggeben, etwas loslassen, etwas hergeben und verschenken. Mein bewusstsein ist so, dass es mich daran hindert, einfach zu verschenken, zu geben, loszulassen. Wenn wir unsern «Fehler» gefunden haben, sollten wir unsern Geist heilen, indem wir dieses Übel einfach «anschauen», einfach akzeptieren, dass wir so sind.

Was fehlt nun unserem bewusstsein, wenn wir einer Sucht verfallen? 'Sucht' hängt sprachlich mit 'suchen' zusammen. Der süchtige 'sucht' etwas. Ein Alkoholiker z.B. 'sucht', sehnt sich nach einer heilen, konfliktlosen Welt. Das ist ein erstrebenswertes und gutes Ziel. Aber der Alkoholiker schafft sich diese Welt, indem er in den Alkohol flieht, Problemen und Konflikten ausweicht. Eine heile Welt (soweit dies möglich ist) könnte er nur schaffen, indem er die Konflikte angeht und die Probleme zu lösen sucht. Stattdessen schafft er sich im Alkohol eine heile Welt, in der es keine Probleme, Hemmungen, Schranken, Standesunterschiede etc. gibt. Das Bedürfnis nach Alkohol sollte dem betreffenden zeigen, dass er gerne in einer heilen Welt leben möchte, ihn aber auch darauf aufmerksam machen, dass er Konflikten und Problemen in seinem Leben nicht aus dem Weg gehen sollte.

Schlafen heißt: loslassen, alle Kontrolle, Verantwortung abgeben, sich dem Unbewussten übergeben. Wer nicht schlafen kann, hat offenbar Mühe, die bewusste Kontrolle loszulassen. Es fehlt ihm an Vertrauen, sich dem Unbewussten zu übergeben. Wer umgekehrt zuviel schlafen muss, sollte seine Angst vor Verantwortung, Leistung, Aktivität anschauen. Denn wenn einer in den Schlaf entflieht, macht ihm Verantwortung keine Sorgen mehr!

Fresssucht: Lernen heißt, etwas Fremdes, Neues, Unbekanntes in sich aufzunehmen, integrieren und so sein Wissen erweitern, besser drauskommen, sein bewusstsein erweitern. Ich kann nun «geistige Nahrung» durch stoffliche ersetzen und diese führt dann nicht zur erwünschten Erweiterung des Wissens und des bewusstseins, sondern zur 'Erweiterung des Körpers', ich werde dick!

Lieben heißt: sich öffnen, seine Grenzen erweitern, jemanden in «sich hineinlassen», in sich «hineinnehmen». Der fresssüchtige öffnet nur seinen Mund und «frisst alles in sich hinein». Er ist nicht fähig, sich, sein Ich, seine Person zu öffnen und echtes Lieben jemanden in sich hinein zu lassen. Er möchte lieben, aber bleibt auf der Ersatzebene des Essens stehen.

Haschisch hat eine ähnliche Problematik wie der Alkohol: ich fliehe in eine heile Welt. Und Heroin ermöglicht die totalste Flucht vor der Auseinandersetzung mit den Problemen dieser Welt.

Kokain ist ein Aufputschmittel und verbessert die Leistungsfähigkeit und damit den Erfolg. Erfolg aber ist ein Ersatz für Liebe. Kokainsüchtig würde demnach bedeuten: der betreffende sehnt sich nach Liebe, aber er bleibt auf der Ersatzebene – Erfolg – stehen.