



GOLDMANN

Lesen erleben

Buch

Jedes Krankheitssymptom hat seine Be-Deutung und damit eine Botschaft für den Betroffenen – auch das Rauchen. Aus den einzelnen Symptomen des individuellen Rauchverhaltens lassen sich die seelischen Hintergründe erkennen und deuten. Ruediger und Margit Dahlke entschlüsseln die seelischen Muster des Rauchens und helfen dem betroffenen Leser, sich von seinen unbewussten gesundheitsschädlichen Gewohnheiten zu verabschieden und über das bewusste Ritual die Nikotinsucht zu überwinden.

Autoren

Dr. med. Ruediger Dahlke, Jahrgang 1951, studierte Medizin in München und bildete sich zum Arzt für Naturheilweisen und Psychotherapie fort. Von 1978 bis 2003 war er als Psychotherapeut tätig, 1989 gründete er zusammen mit seiner Frau Margit das Heil-Kunde-Zentrum Johanniskirchen. Heute ist er als Fastenarzt, Seminarleiter und Vortragender international tätig. Seine Bücher zur Psychosomatik unter Einbezug spiritueller Themen sind Bestseller und liegen in 22 Sprachen vor.

Margit Dahlke arbeitete über zwanzig Jahren als Psychotherapeutin mit Ruediger Dahlke zusammen, hat ihre Erfahrungen in seine Bücher mit eingebracht und mit ihm das »Spirituelle Lesebuch« (Scherz), »Frauen-Heil-Kunde« (Goldmann) und zuletzt »Der Weg ins Leben« (Goldmann) herausgebracht.

Ruediger Dahlke

Das Raucherbuch

Psychologie und Be-Deutung
des blauen Dunstes

Unter Mitarbeit von Margit Dahlke

GOLDMANN



Verlagsgruppe Random House FSC-DEU-0100
Das für dieses Buch verwendete FSC®-zertifizierte Papier
München Super liefert Arctic Paper Mochenwangen GmbH.

1. Auflage

Originalausgabe, Juni 2011
© 2011 Wilhelm Goldmann Verlag, München
in der Verlagsgruppe Random House GmbH
Umschlaggestaltung: Uno Werbeagentur
Umschlagfoto: FinePic®, München
Lektorat: Michael Schaeffer
SH · Herstellung: CB
Satz: EDV-Fotosatz Huber/Verlagsservice G. Pfeifer, Germering
Druck: GGP Media GmbH, Pöbneck
Printed in Germany
ISBN 978-3-442-21954-4

www.arkana-verlag.de

Inhalt

Persönliche Einleitung	11
Kapitel 1: Ein Volk von Rauchern in einer Welt von Rauchern.....	19
Einige Zahlenbeispiele um den Tabak 19 – Die Ta- bakpflanze: Basis des Rauchens 25	
Kapitel 2: Krankheit als Ausdruck seelischer Wirklichkeit	29
Der Symptombegriff und die Polarität 29 – Symp- tome als Helfer 32 – Die »Ursache« 35 – Der Ener- gieerhaltungssatz des Lebens 40 – Form und Inhalt 43 – Der Pakt mit dem Teufel 45 – Das 7-Punkte- Programm für unseren Weg 48	
Kapitel 3: Zur Geschichte des Rauchens	50
Von indianischen zu modernen Medizinmännern 50 – Die Verbündeten des Tabaks: Pest und Krieg 57	

– Von der Verbots- zur Steuerpolitik 60 – Rhythmen
der Tabakausbreitung 63

Kapitel 4: Die Deutung des Rauchens aus seiner
Geschichte heraus 71

Eroberungssucht und ihre Kehrseite 71 – Angst
und Haltlosigkeit im großen und im alltäglichen
Kleinkrieg 75 – Ersatz für orale Liebe und Emanzi-
pation 85

Kapitel 5: Die Bedeutung des Rauchens in der
individuellen Geschichte 90

Pubertätsabenteuer und -riten 90 – Anbandeln
und andere Versuche, Halt zu finden 101 – Macht-
wolken statt Macht Worte 110 – Selbstbelohnung
und Selbstbefriedigung 114

Kapitel 6: Die medizinische Bedeutung
des Rauchens 116

Ein Labor als Gruselkabinett 116 – Tausendsassa Ni-
kotin 124 – Blockierte Lebensenergie 129 – Sucht
statt Suche 135 – Das Gute vom Schlechten 139

Kapitel 7: Rauchen und die venusischen Gefilde . . . 141

Das Verdauungsritual 141 – Zigaretten als Schlank-
macher 145 – Sinnenfreude und Rauchgenuss: Von
der Sinnlichkeit zur Abstumpfung 149

**Kapitel 8: Passivrauchen, »Metakritik« und
das Urprinzip des Neptun 154**

Mitgefangen, mitgehangen: Passivrauchen 154 –
Kritik der medizinischen Kritik 158 – Rauchen
und das Urprinzip des Neptun: Von der religiösen
Suche zur Religion der Sucht 163

**Kapitel 9: Die schönsten Blüten der
Tabakwerbung 170**

Die »Top Ten« der Zigaretten-Hitparade 170 –
Selbstgedrehte und die leichten Damenhaften 188
– Werbeeinschränkungen und unser Bedürfnis,
umworben zu werden 191

**Kapitel 10: Die zwölf urprinzipiellen
Rauchertypen. 196**

Der Aggressionstyp oder: Der verkappte Abenteu-
rer 197 – Der Genuss- bzw. genussüchtige Typ 200
– Der Kommunikationstyp oder: Wissen Sie schon
das Neueste? 203 – Der kindliche Typ oder: Mit
dem Schnuller im Mund 206 – Der Demonstrati-
onstyp oder: Ich bin der/die Größte 209 – Der
ängstliche Typ oder: Entschuldigen Sie, dass ich
rauche! 212 – Der wählerische Luxustyp oder:
Beautiful people unter sich 214 – Der extreme Typ
oder: Alles oder nichts 217 – Der generöse Typ
oder: Der Mann/die Frau von Welt 220 – Der Leis-

tungstyp oder: Das Leben ist hart 222 – Der Freiheitssucher oder: Die wahren Abenteuer sind im Kopf 225 – Der Träumer oder: Auf der Flucht 228

Kapitel 11: Die Behandlung des Rauchens 232

Umdenken für Raucher und Antiraucher 232 – Das Rauchritual: Der Heimweg des Rauchers 238 – Die Macht der Gewohnheit und des Rituals 245 – Umstiegshilfen: Vom Fasten bis zur Tiefenentspannung 256 – Tricks für kritische Momente 269

Kapitel 12: Auf dem weiteren Weg 274

Veröffentlichungen von Ruediger Dahlke 281

»Eure Seele ist oft ein Schlachtfeld, auf dem Vernunft und Verstand einen Kampf ausfechten gegen Leidenschaft und Gelüst.

Oh, könnte ich doch Friedensstifter sein in eurer Seele und Missklang und Zwietracht in eurem Wesen in Einklang und Harmonie verwandeln!

Doch wie vermöchte ich dies, so ihr nicht selber Friedensstifter seid, ja, so ihr nicht alle Wesensarten in euch liebet? Vernunft und Leidenschaft sind das Ruder und die Segel eurer seefahrenden Seele.

Sind Segel oder Ruder gebrochen, so könnt ihr euch nur noch hin- und herwerfen und treiben lassen, oder auf offener See zum Stillstand gezwungen werden.

Denn Vernunft, wo sie allein waltet, ist eine einschränkende Kraft; und Leidenschaft ohne Wärter ist eine Flamme, die ihrer Selbstverzehrung entgegenbrennt.

Daher möge die Seele eure Vernunft zum Gipfel der Leidenschaft entflammen, auf dass sie singe.

Und möge sie eure Leidenschaft lenken mit Vernunft, auf dass diese Leidenschaft ihre tägliche Wiedergeburt er-

lebe und, dem Phönix gleich, aus eigener Asche auferste-
he. Ich wollte, ihr sähet in eurem Verstande und eurem
Gelüst nichts anders als zwei geliebte Gäste in eurem
Haus.«

Aus »Der Prophet«
von Kahlil Gibran

Persönliche Einleitung

Über Rauchen ist schon unendlich viel gesagt, geschrieben und nachgedacht worden. Von den verschiedensten Standpunkten aus ist es betrachtet, gepriesen und ebenso heftig gebrandmarkt worden. Betrachtet man die Geschichte des Tabaks, so findet man ein wellenförmiges Auf und Ab. Zu allen Zeiten aber hat Rauchen die Menschen gleichsam polarisiert in Befürworter und Gegner. Und auch heute lässt das Thema nur sehr wenige völlig kalt. Rauchen ist und war uns in der Vergangenheit nie gleichgültig. Ein Blick zurück auf seine bewegte Entwicklung enthüllt, wie eng die Haltung zum Rauchen mit dem eigenen Leben und Lebensgefühl verbunden ist. Fand ein Herrscher persönlich keinen Geschmack am Tabak, so neigte er dazu, ihn zu bekämpfen, und dazu mussten dann sehr viele, sehr gelehrte Argumente herhalten. War er dagegen selbst Raucher, ließ er meist auch die Gelehrten in seinem Reich die vorzüglichen Eigenschaften des Tabaks mit ebenso vielen Argumenten preisen. Das mag uns in der heutigen Situation, wo sich das Rauchen in seiner Wertschätzung gerade wieder von einem Hoch in den

Nachkriegsjahren in ein tiefes Wellental bewegt, seltsam anmuten, aber immerhin waren es die Ärzte des 17. Jahrhunderts, die den Tabak als wichtiges und geradezu universelles Heilmittel priesen und ganz wesentlich zu seiner heute weltweiten Verbreitung beitrugen.

Aus dieser Situation will ich als Autor schon vorweg meinen Hintergrund, was das Rauchen betrifft, offenlegen. Denn auch ich werde nichts Objektives und schon gar nichts Wertfreies zu dem alten Thema beitragen können, dafür aber umso mehr von subjektivem Erleben Geprägtes und Gefiltertes. Und dieses Erleben ist durchaus nicht eindeutig, sondern von jener Gegensätzlichkeit, die seit jeher Diskussionen über das Rauchen prägte. Als engagierter Nichtraucher habe ich in den verunsicherten Zeiten meiner Pubertät zu rauchen begonnen, vor allem auf Partys und an Orten, wo es uns verboten war. Aus dieser Protesthaltung habe ich sogar für ein Schüler-Raucherzimmer an meinem Gymnasium gekämpft, allerdings hauptsächlich, weil die Lehrer auch eines hatten. Mir hat Tabak nie geschmeckt, und so habe ich nie regelmäßig geraucht. Nach zirka zwei Jahren war dann auch das gelegentliche aktive Rauchen für mich vorbei, und die Zeit des passiven Rauchens begann. Solange es eine einzelne Freundin war, die mich in ihre Nebelschleier hüllte, blieb ich tolerant. Das änderte sich erst mit den Erfahrungen in der Studentenbewegung, wo mit rauchenden Köpfen und Zigaretten nächtelang zuerst die Universität und dann die ganze Welt verbessert wurde. Nicht nur die praktische

Umsetzung unserer umwälzenden Ideen, auch mein persönliches Wohlbefinden ging bei diesen Treffen stets bald im blauen Dunst unter.

Aus der anfänglichen Verblüffung über die Unempfindlichkeit gegenüber dem eigenen Gestank und der Intoleranz gegen die mit dem Lüften verbundene Kühle wuchs rasch heftiger Widerstand in mir, der sich mit entsprechend passenden Argumenten wappnete: »Wie, um Himmels willen, können wir ernsthaft über einen neuen Krankheitsbegriff, eine menschlichere Medizin, ein besseres Gesundheitswesen diskutieren, wenn wir uns gleichzeitig eine solche Rauchhöhle schaffen?« usw. Auch das fortschreitende Medizinstudium lieferte natürlich einiges an zusätzlicher Munition gegen das Rauchen, das mir inzwischen als dumme und gefährliche Unsitte erschien. Erst mit Beginn der praktischen ärztlichen Arbeit und vor allem während vieler Psychotherapien wurde mir durch den eigenen Dunstschleier von Antiraucheremotionen hindurch bewusst, wie sehr Rauchen ein Symptom unter anderen ist und die gleiche Achtung und Behandlung verdient. Der Aspekt des Genusses aber blieb mir – aufgrund mangelnder eigener Erfahrungen – völlig verschlossen.

Als ich Margit, die Frau meiner ersten Lebenshälfte, die auch das Kapitel zu den Raucher-Archetypen beigetragen hat, kennenlernte, war ich verblüfft, wie heftig ich mich in eine richtige Raucherin verliebt hatte. In diesem Zustand war es natürlich leicht, ihr Rauchen zu tolerieren, aber noch schöner war, wie sie es mir zuliebe aufgab. Sie schien

auch keinerlei Entzugserscheinungen oder sonstige unangenehme Erfahrungen in dieser Zeit durchzumachen und entwickelte sich im Laufe eines Jahres zu einer echten Nichtraucherin – dachte ich. Aber auch noch nach einem Jahr der Tabakabstinenz war nicht zu verkennen, wie sehr ihr besonders an einigen markanten Zeitpunkten des Tages, wie nach dem Essen, etwas fehlte.

Während sie etwa nach dem Kaffee meine rauchende Schwester beneidete, bekam ich erstmals ein Gefühl von jenem Genuss, den Rauchen offenbar beinhalten konnte.

Später haben wir im Zusammenleben »empirisch« einen guten Mittelweg für uns beide gefunden. Sie wurde eine bewusste Genussraucherin, mit drei bis vier Nachtisch-Rauchritualen pro Tag, und ich steigerte meinen Zigarettenkonsum ebenfalls auf ein bis zwei Gesellschaftszigaretten – allerdings pro Jahr.

Im Laufe von 25 Jahren stellte sich dann heraus, dass ich auch auf die Gesellschaftszigaretten gern verzichtete, während die Raucher in der Gesellschaft zunehmend unter Druck gerieten. Sie wurden gleichsam zum Freiwild erklärt, auf die alle Probleme unseres Gesundheitssystems projiziert wurden, und fingen an, mein Mitgefühl zu erregen. Zwar blieb ihr Ritual für mich weiterhin nicht nachvollziehbar – etwa gleichbedeutend mit dem Saugen am Auspuff eines im Stand laufenden Autos –, aber ich lernte die Macht der Rituale im Allgemeinen zunehmend zu respektieren, erkannte in den Rauchern die Opfer einer groß-

angelegten Projektion und entwickelte geradezu Solidarität mit ihnen.

Nachdem schon Mediziner begonnen hatten, so ziemlich all ihre Probleme auf ihr Rauchen zu schieben, wurden sie schließlich auch noch von ihrer eigenen (Zigaretten-)Industrie schmählich im Stich gelassen. Diese war in den USA erfolgreich auf so horrenden Schadensersatzsummen verklagt worden, dass sie beschloss, mit den Antir Rauchern gemeinsame Sache zu machen und auf jede Schachtel grauenhafte Warnungen zu drucken, die Letztere noch als ihren Erfolg verkaufen konnten, was sie peinlicherweise auch taten. Jetzt konnte niemand mehr klagen, denn er war ja gewarnt worden.

Das aber hat natürlich den zwar unbeabsichtigten, aber nichtsdestoweniger wirksamen (Neben-)Effekt der sogenannten selbsterfüllenden Prophezeiung (*selffulfilling prophecy*). Kurz übersetzt: Wenn man sich lange genug etwas einredet, wird es wahr. So schaden nun auch noch die in Drohpackungen verwandelten Zigarettenschachteln und nicht nur die darin enthaltenen Glimmstängel. Es wäre zu überlegen, Staaten zu verklagen, die solch eine nachweislich krankmachende Angstmache tolerieren.

Schließlich wurden die Raucher in der EU auch noch zu den Prügelknaben für alle Defizite im Gesundheitsbereich herangezogen. Wo man mit der Gesundheitspolitik schon sonst nicht vorankam, wollte man es wenigstens den Rauchern zeigen und tat das dann auch – ausnahmsweise einmal wirklich nachhaltig.

Mit absurden Rechenspielen versuchte man die Raucher selbst und die Bevölkerung zu überzeugen, dass diese die Gemeinschaft Unsummen kosteten – an Geldern für medizinischen Einsatz und durch Fehlzeiten.

Die unpopuläre Wahrheit sieht aber ganz anders aus, die Raucher »feiern« gar nicht so dramatisch krank wie behauptet, nutzen sie ihre Droge doch eher zum Fitmachen. Vor allem aber zahlen sie durch die Tabaksteuer solche Summen in den Staatssäckel, dass diese annähernd den ganzen Gesundheitsetat des Bundesgesundheitsministeriums in Deutschland übersteigen.

Und last but not least steht sich die Gemeinschaft letztlich wirklich günstig mit ihnen, weil sie in der Regel die Altersversorgung kaum in Anspruch nehmen und dezent früh abtreten. Das wirkliche Problem ist demgegenüber der Gesundheitsapostel, der immer auf sich geschaut hat, mit 65 in Pension geht und erst mit 98 stirbt. Er kassiert 33 Jahre Pension und kommt die Gemeinschaft ungleich teurer als ein sich im Regelfall früh verabschiedender Raucher.

Inzwischen haben selbst Hochburgen der Raucher in Gestalt von Ländern wie Italien komplett kapituliert und sie des Feldes oder jedenfalls fast aller Felder verwiesen. In käfigartigen absurden Gehäusen dürfen sie hin und wieder – etwa auf Flughäfen – noch ihrem Laster frönen, dann allerdings meist in dichteste Wolken gehüllt, sodass auch das Passivrauchen noch wirklich relevant wird. Raucher verdienen heute wirklich Mitgefühl! Sie sind nicht an

allem schuld und nicht mal am meisten, sie tun sich in diesen schweren Zeiten wirklich etwas an mit ihrer Sucht, und die Gesellschaft tut das Ihrige, um ihre schwere Situation noch – bei jeder sich bietenden Gelegenheit – zu verschärfen.

Kapitel 1

Ein Volk von Rauchern in einer Welt von Rauchern

Einige Zahlenbeispiele um den Tabak

So weit man schaut, findet sich kein Thema, das die Gemüter von Rauchern und Nichtrauchern, Politikern, Werbefachleuten, Krankenkassen, Ärzten und Gesundheitserziehern so bewegt. Die Weltgesundheitsorganisation hat das Rauchen zum Risikofaktor Nr. 1 erklärt. Allein für die Bundesrepublik Deutschland gibt die Regierung für ein einziges Jahr (1974) die Zahl der auf Rauchen zurückzuführenden Todesfälle mit 140 000 an. Von den 23 700 an Lungenkrebs Gestorbenen waren tatsächlich 98 Prozent Raucher. Bei 20 Zigaretten täglich sinkt laut Statistik die Lebenserwartung um fünf Jahre, bei 40 um acht Jahre. Findige Statistiker haben daraus errechnet, dass jede Zigarette das Leben um eine Viertelstunde verkürze. Zu all den an Lungenkrebs und Herzinfarkten Ge-

storbenen kommen pro Jahr noch über 10 000 Amputationen wegen rauchbedingter Gefäßverschlüsse – kein Wunder, wenn der Volksmund die Zigarette auch »Sargnagel« nennt.

Staunend hören wir, Zigarettenrauch enthalte tausendmal mehr Staubteilchen als der dichteste je gemessene Smog. Bereits zehn in einem 30 Quadratmeter großen Raum gerauchte Zigaretten bringen den Formaldehydgehalt auf das Dreifache des zulässigen Höchstwertes, und auch andere Grenzwerte werden locker von den Rauchern überboten. Dafür lägen männliche Raucher 33 Prozent über ihren nichtrauchenden Kollegen, was die Arbeitsausfälle angeht, Raucherinnen sogar 45 Prozent. Den volkswirtschaftlichen Schaden aus dem Rauchen berechnete man für das Jahr 1974 mit 50 bis 60 Milliarden der damals noch gültigen guten alten DM. Wie sehr diese Zahlen zu relativieren sind, zeigte schon die Einleitung. Aber es kommt noch schlimmer:

Tatsächlich wissen alle Bürger durch entsprechende Meinungsmache, dass Rauchen Krebs verursacht – eben die erwähnte Zahl: Von 100 Bronchialkarzinompatienten waren 98 Raucher. Aber wer weiß schon, wie viele von 100 Rauchern, statistisch gesehen, ein Bronchialkarzinom bekommen? Das sind in Worten: zwei von hundert.

Also eigentlich – gemessen an dem Geschrei – verblüffend wenige! Aber da diese Zahl nicht ins Konzept passt, wird sie tunlichst verschwiegen, auch wenn sie wahr ist. Ein ganz anderer Zusammenhang wird ebenso verschwie-

gen: Wie viele von jenen Menschen, die in der zweiten Lebenshälfte ihren langjährigen Partner verlieren, haben ein Jahr später Krebs? Über 60, also über 60 Prozent! Aber auch diese Zahl passt nicht ins Konzept einer Gesellschaft und ihrer Schulmedizin, die die seelischen Zusammenhänge nicht berücksichtigen will, und wenn sie einmal darauf gestoßen wird, wie bei der entsprechenden Untersuchung, das wenigstens mehr oder weniger ignoriert.

Lieber wird die Schreckensliste bezüglich des Rauchens fortgesetzt, was auch beliebig möglich ist. Das Rauchen und seine Anhänger sind so dankbare Angeklagte, Beweismaterial gegen sie steht in Hülle und Fülle zur Verfügung. Hinzu kommt noch erleichternd die geringe Gegenwehr der Angeklagten. Sie verteidigen sich kaum.

Zur ersten Schreckensliste gehört aber unbedingt noch eine zweite ergänzende oder gegenpolige, die einen nicht minder staunen lässt. In den Jahren von 1960 bis 1979 stieg der bundesdeutsche Jahreszigarettenverbrauch von 77,7 auf 141 Milliarden Stück, was einer Steigerung von 86 Prozent oder einer Erhöhung des Tageskonsums von 11 auf 21 Stück entspricht; Anfang der Achtziger waren es schon 30 Stück. Pro Jahr wurde in der Bundesrepublik eine Milliarde DM für Zigarettenwerbung ausgegeben, 750 000 Automaten machen die Zigaretten überall, jederzeit und für jeden ohne (Alters-)Unterschied verfügbar. Die Weltanbaufläche für Tabak betrug 1979 sage und schreibe 4,345 Milliarden Hektar, auf der 5,5 Milliarden Tonnen Tabak produziert wurden. Allein die EG subventi-

onierte den Tabakanbau noch 1990 alljährlich mit 600 Millionen DM. 18 Millionen bundesdeutscher Raucher dankten es und vermehrten sich munter weiter. Von 1974 bis 1984 stieg der Raucheranteil an unserer Gesamtbevölkerung von 35 auf 37 Prozent. Im Jahr 1984 wurden weltweit 4 695 734 000 000 (fast 4,7 Billionen) Zigaretten produziert, die selbstgedrehten und 675 Milliarden indischer Bidis noch nicht mitgerechnet. Diese zweite Liste mag die Bestürzung nicht gemindert, sondern eher in Verwirrung verwandelt haben und verlangt geradezu nach der dritten Liste.

Ein Ausschnitt aus ihr liest sich so: Die legalen Einnahmen des Staates aus der Tabaksteuer betrug 1983 nicht weniger als 14 674 692 100 DM und lagen damit nur ganz knapp unter dem Gesamtetat des Gesundheitsministeriums. Die illegalen Einnahmen der Parteien aus der Tabakindustrie lassen sich nur anhand der Spitze des Eisberges schätzen. 1948 wurde der größte deutsche Zigarettenproduzent Reemtsma zu 10 Millionen DM Strafe verurteilt, weil er die NSDAP großzügig und illegal gefördert hatte – Hermann Göring hatte bei der Gelegenheit persönlich 7 Millionen Reichsmark erhalten. 1985 wurde bei einem Steuerhinterziehungsprozess gegen Reemtsma-Manager publik, dass von 1965 bis 1980 zirka 6 Millionen DM über die Stiftungen von CDU, FDP und SPD in deren Parteikassen geflossen waren.¹ Dass der Großteil der riesigen Welt-

¹ Henner Hess: *Rauchen. Geschichte, Geschäfte, Gefahren*. Campus, Frankfurt am Main 1987.

anbaufläche gerade in den ärmeren Ländern der Erde liegt, denen es oft genug an Nahrungsmitteln fehlt, wird verständlich, wenn man weiß, dass nur mit dem Anbau der illegalen Drogen Opium, Kokain und Marihuana noch mehr Geld zu erwirtschaften ist. Eine wichtige Rolle in der Tabakpolitik mögen auch noch die 15 Millionen Bauern (übrigens auch in der deutschen Pfalz) spielen, die vom Tabakanbau leben. Allein in der Bundesrepublik hängen 140 000 Arbeitsplätze von der Zigarettenindustrie ab. Ganz entscheidend dürfte aber sein, dass 18 Millionen bundesdeutsche Raucher fast durchweg im wahlberechtigten Alter sind.

Diese dritte Liste mag ein wenig Licht auf die Diskrepanz zwischen veröffentlichten Politikerreden und verabschiedeter Gesetzesrealität werfen. Da wird es verständlicher, warum Nikotin, dessen Suchtpotenzial zu den höchsten überhaupt gehört (höher als bei Opiaten) und dessen gesundheitliche Gefährlichkeit weit über anderen Drogen liegt, doch rechtlich nicht als Droge eingestuft wird. Zigaretten werden offiziell auch noch vor den strengen Bestimmungen des Lebensmittelgesetzes geschützt. Ein anschauliches Abbild dieser Situation lieferte die Bonner Regierungsmannschaft im Jahre 1990, die intern ein Rauchverbot vor laufenden Fernsehkameras einhielt. Sobald die Herren dann aber wieder unter sich waren, hieß es: Feuer frei. Nach all dieser Informationspolemik wollen wir die Situation auf einer etwas tieferen Ebene betrachten. Was uns da auf höchster Staatsebene vorgespielt wird,



Ruediger Dahlke, Margit Dahlke

Das Raucherbuch

Psychologie und Be-Deutung des blauen Dunstes

ORIGINALAUSGABE

Taschenbuch, Broschur, 288 Seiten, 12,5 x 18,3 cm

ISBN: 978-3-442-21954-4

Goldmann

Erscheinungstermin: Mai 2011

Der intelligente Weg zum Nicht-Rauchen

Jedes Krankheitssymptom hat seine Be-Deutung und damit eine Botschaft für den Betroffenen – auch das Rauchen. Aus den einzelnen Symptomen des individuellen Rauchverhaltens lassen sich die seelischen Hintergründe erkennen und deuten. Ruediger Dahlke entschlüsselt die seelischen Muster des Rauchens und hilft dem betroffenen Leser, sich von seinen unbewussten gesundheitsschädlichen Gewohnheiten zu verabschieden und über das bewusste Ritual die Nikotinsucht zu überwinden.

 [Der Titel im Katalog](#)