

# Drogen & kreatives Schreiben



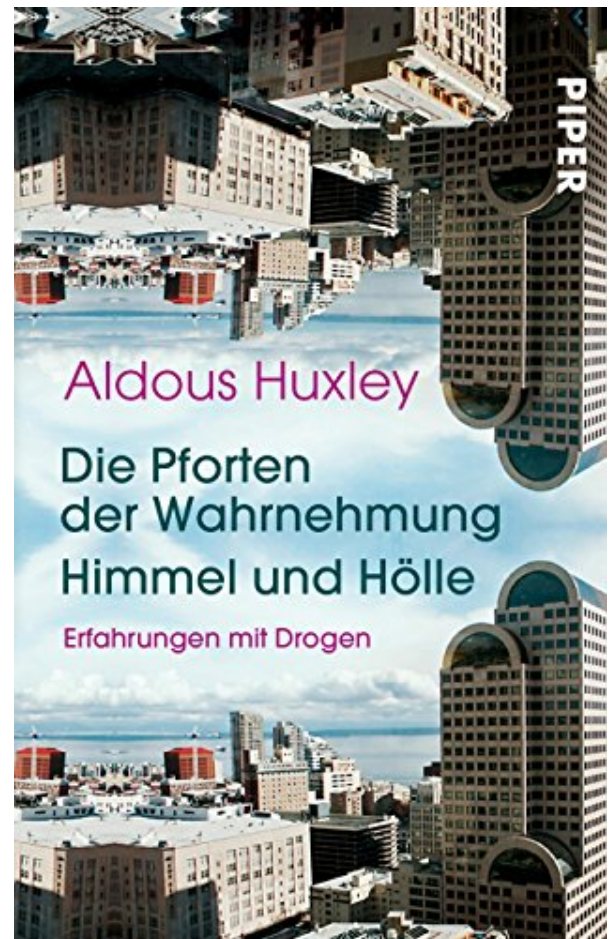
*Ich würde nie jemandem zu Drogen, Alkohol, Gewalt oder Wahnsinn raten, aber für mich hat es immer funktioniert.*  
–Hunter S. Thompson

Ein populärer Mythos lautet, Drogen könnten als kreativer Treibstoff dienen. Zahlreich sind die Legenden, die sich um den Missbrauch und den Gebrauch von psychoaktiven Substanzen bei Schriftstellern ranken, angefangen bei den Opiumessern der Antike und Laudanumtrinkern der Romantik, über die Acidheads der Beat-Generation und die zigarrenrauchenden Machos der Lost Generation bis hin zu dem Koksverbrauch bei Thompson, Freud, Stevenson und King.

Doch können Schriftsteller tatsächlich von dem Gebrauch psychoaktiver Substanzen profitieren?

Da die Psyche und der Körper jedes Individuums einzigartig sind, lassen sich zwar kaum Pauschalaussagen darüber machen, ob und welche Droge kreativitätssteigernd auf einen bestimmten Schriftsteller wirken könnte. Ich selbst habe allerdings eine Reihe Selbstversuche hinter mir, aus denen ich hier zumindest

anekdotisch berichten und mit den Erfahrungen anderer Autoren vergleichen und daraus Schlussfolgerungen ableiten will. Ich rate von jeglicher Nachahmung ab. Das Kosten-Nutzen-Verhältnis von Drogenkonsum ist nämlich, wie wir noch sehen werden, alles andere als gut.



Der Intellektuelle Aldous Huxley – Autor des Romans „Eine schöne neue Welt“ – beschrieb seine Erfahrungen mit den Psychedelika LSD und Meskalin in diversen Essays.

### ***Psychedelika (insbesondere 1p-LSD & LSA)***

Das letzte Mal, als ich versuchte, einen Text unter dem Einfluss eines legalen LSD-Analogs zu schreiben, war ich von der Tatsache, dass das Papier Tinte blutete und die Luft von

Regenbogenmandalas durchzogen war, so sehr abgefickt, dass ich nur zwei krumme, kaum lesbare Sätze hinkritzelte – über deren Bedeutung ich bis heute rätsel. Zwar deuten aktuelle Studien darauf hin, dass Psychedelika wie LSD und Psilocybin die Kreativität *nach* dem Rausch beim Konsumenten für mehrere Monate signifikant erhöhen, aber der Rausch an sich ist absolut unproduktiv. Die Pseudohalluzinationen und die Störung der Wahrnehmung von Raum und Zeit, genauso wie das unkontrollierte Sprudeln an Bildern, Erinnerungen, Ideen und Eindrücken, machen es unmöglich sich auf eine Sache wie Schreiben zu konzentrieren – von konfusem, surrealistischen Textarten abgesehen.

Die Nachwirkungen auf die Kreativität und die Inspiration sind allerdings nicht zu unterschätzen. Psychedelika lösen die Grenze zum Unterbewusstsein auf und öffnen einem die Pforten der Wahrnehmung, wie Aldous Huxley es formulierte, und zeigen einem wortwörtlich eine komplett neue Welt. Steve Jobs nannte LSD eine seiner wichtigsten Lebenserfahrungen; Meskalin inspirierte Sartre zu seinem Roman [Der Ekel](#), Philip K. Dick und Ken Kesey begannen beide ihre Schriftstellerkarrieren, nachdem sie LSD genommen hatten. Ich selbst habe mit dem Romanschreiben begonnen, nachdem ich bei einer Drogenüberdosis, bei der die Halluzinogene LSA, LSH und diverse andere Substanzen einen Anteil hatten, fast gestorben wäre und in einer Vision offenbart bekam, dass ich Schriftsteller werden will. (Ich sprach darüber bereits in einem Interview bei [mordsbuch.net](#) und in einem Interview mit [Creepy Creatures Reviews](#) ) Psychedelika haben allerdings, wie ich bereits in einem [Essay](#) erwähnte, nicht nur das Potential das Bewusstsein zu erweitern. Sie können die Psyche auch komplett durcheinanderbringen und sind nicht ungefährlich. Nur wer weiß, was er tut, sollte sich diesen Substanzen nähern. Es kann sich z.B.: eine [HPPD](#) entwickeln. Des Weiteren sind die meisten Psychedelika in Deutschland illegal, weshalb der Erwerb und Besitz entsprechend rechtlich sanktioniert werden kann und illegale Psychedelika gestreckt sein können. Ich selber habe lediglich legale Psychedelika wie 1p-LSD und LSA-

Samen zu mir genommen. Allgemein konsumierte und konsumiere ich keine Drogen, die am Konsumort illegal sind. Die möglichen Probleme mit den Behörden sind es nicht wert, vor allem wenn man bedenkt, dass ein großer Teil potenter Substanzen gesetzlich gar nicht erfasst ist.

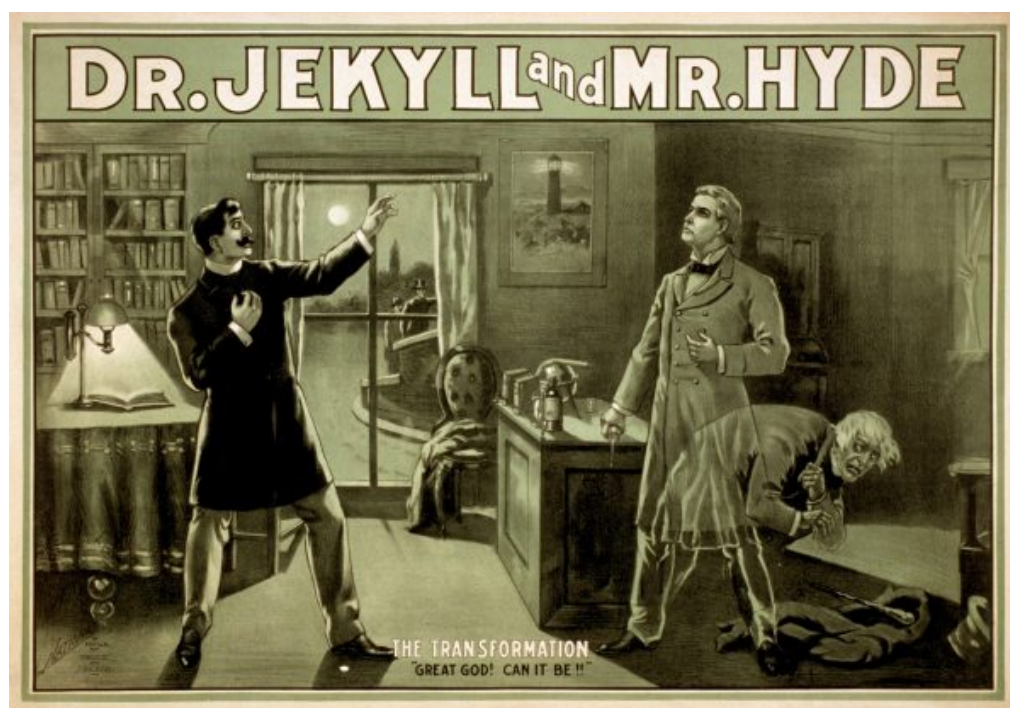


Hunter S. Thompson mit einer Zigarette

### ***Schwache Stimulanzien (Nikotin & Koffein)***

Tabak & Kaffee treiben die moderne Leistungsgesellschaft an, also warum auch nicht den modernen Schriftsteller? Wer mal einigen Autoren auf [Instagram](#) folgt, der wird nicht selten Bilder von großen, dampfen Kaffeetassen sehen. Koffein ist die am meisten konsumierte Droge der Welt. Es steigert die Leistung, macht wach, produktiv und laut einigen Studien erhöht es auch die Fähigkeit assoziativ und kreativ zu denken. Abgesehen vom mittelmäßigen Suchtpotential, ist Koffein vergleichsweise nebenwirkungsarm. Für mich persönlich hat sich 85%ige Schokolade als in der Regel perfekte Stimulanz zum kreativen Arbeiten herausgestellt. Dunkle Schokolade enthält große Mengen wachmachendes Koffein, stimmungsaufhellendes Theobromin und Tryptophan und eine Menge an Fetten und Vitaminen, die die Hirnleistung ankurbeln. Sehr selten paffte

ich früher einen Zigarrillo oder eine Zigarre dazu, was mir noch zusätzlich half, konzentriert zu bleiben. Allerdings habe ich das seit mittlerweile vielen Monaten nicht mehr getan, denn eigentlich bin ich Nichtraucher und habe vor es zu bleiben. Nikotin hat lediglich den Vorteil, dass es durch die Konsumform und kurze Wirkdauer leicht zu dosieren und einfacher zu handhaben ist. Des Weiteren haben die schwachen Stimulanzien Nikotin & Koffein keine starken akuten Nebenwirkungen. Dafür ist Tabak aber von den gängigen Drogen, diejenige, die wohl langfristig am giftigsten und tödlichsten für den Körper ist.



Robert Louis Stevenson (1850 – 1894) schrieb die berühmte Geschichte innerhalb eines einzigen, dreitägigen Kokainrausch. Genauso wie Dr. Jekylls Trank Mr. Hyde und damit das Schlimmste in ihm heraufbeschwört, offenbart Drogenmissbrauch oft die schlimmsten Seiten einer Person.

### **Starke Stimulanzien (Kokain, Amphetamine & Methylphenidat)**

Hell Yeah, das klingt gut. Stevenson schrieb *Dr. Jekyll & Mr. Hyde* in einem einzigen, mehrtägigen Kokainrausch; Jack Kerouac

schrieb sein legendäres, recht dickes [On the Road](#) innerhalb von zwei Wochen auf Amphetamin; und ich schrieb meinen letzten Roman [Crackrauchende Hühner](#) im medizinisch verordneten Methylphenidat-Tausch innerhalb von 21 Tagen. Normalerweise brauche ich für einen Roman mehrere Monate und obwohl ich das Buch in so einer Rekordzeit geschrieben habe, ist es wahrscheinlich der komplexeste und beste Roman, den ich bisher veröffentlicht habe. Nach dem Fertigstellen von *CrH* und Absetzen des Medikaments litt ich aber unter mitunter starken Neben- bzw. Nachwirkungen. Starke Stimulanzien sind auf jeden Fall in der Lage, die Produktivität und Kreativität signifikant zu erhöhen und fast jederzeit einen Flow künstlich herzustellen. Man ist zu übermenschlichen Leistungen fähig. Der Preis, den man dafür bezahlt, ist jedoch enorm. Nichts ist in der Lage, die Psyche so schnell und gewaltig durcheinanderzubringen, wie der Dauergebrauch von Stimulanzien. Auch die akuten Nebenwirkungen, wie Hirnblutungen, Herzrasen, Appetitmangel, Panikattacken, Größenwahn, Paranoia und die lange Wirkungsdauer, die zu Schlafstörungen führt, machen den Gebrauch von starken Stimulanzien problematisch. Teilweise kann selbst die einmalige Einnahme bei nicht diagnostizierten Vorerkrankungen tödlich enden. Fürs kreative Schreiben ist auch problematisch, dass die Fähigkeit zur Selbstkritik dahinschwindet, genauso wie die Distanz zum Werk. Man steht durch die Stimulanzien stetig unter Strom und ist hochfokussiert & tief in die Arbeit versunken, aber dadurch fehlt eben das assoziative Herumschweifen des Verstandes und die Distanz zum Werk, sodass Eingebungen, Ideen und Aha-Momente ausbleiben und man konstant auf einer Spur bleibt, ohne auf andere & damit potentiell bessere Ideen zu kommen. Dies kann man sehr gut bei Sartre beobachten, der in seinen letzten Lebensjahrzehnten massenweise Amphetamin konsumierte und ein Essay nach dem nächsten publizierte, allerdings mit stetig sinkender Qualität. Irgendwann stellt sich auch ein Gewöhnungseffekt und eine Sucht ein, sodass der Autor im schlimmsten Fall am Ende ohne seine Stimulanzien gar nicht mehr schreiben kann. Stephen

King ist sich zusammen mit den meisten seiner Kritikern darin einig, dass die Bücher, die er während seiner Kokainsuchtzeit schrieb, zu seinen Schlechtesten gehören. (Dies thematisiert er unter anderem in seinem Autobiographie-Schreibratgeber-Hybrid [Das Leben und das Schreiben](#). Ein dringender Lesetipp für alle aufstrebenden Autoren.) Ich persönlich setzte starke Stimulanzien gar nicht ein, abgesehen von den ADHS-Medikamenten, die ich allerdings benötige, um das Ungleichgewicht in meinem Gehirn zu normalisieren. (Hierbei nehme ich allerdings aufgrund der Nebenwirkung kein Methylphenidat ein, sondern einen neueren Wirkstoff.) Prinzipiell richten sie nämlich langfristig mehr Schaden an, als das sie nutzen und ich kann von dem Gebrauch nur abraten. Insbesondere wenn man diese Mittel nicht von einem Arzt verschrieben bekommt, sollte man sie nicht nehmen.

### ***Frei erhältliche Schlaftabletten (Diphenhydramin & Doxylamin)***

Ich leide episodewise unter Insomnie, bei der ich tagelang kaum oder gar nicht schlafe. In den vergangenen Jahren habe ich daher auch erfolglos verschiedene Schlaftabletten ausprobiert. Statt mich einschlafen zu lassen, versetzen mich gängige Schlaftablette allerdings oft in einen verwirrten, traumartigen Halbwachzustand, der bei höherer Dosierung zu Halluzinationen führt. Wenn ich dann nicht zu sehr damit beschäftigt bin, dem wegschwimmenden Bücherregal hinterherzustarren, schreibe ich merkwürdige, surrealistische Gedichte, Traumgeschichten und Assoziationsketten. Über deren literarischen Wert habe ich allerdings noch so meine Zweifel.

Viele Schriftsteller, die abhängig von starken Stimulanzien waren, wie Marcel Proust oder Jean-Paul Sartre, nutzten auch diverse Schlaftabletten, um die Nebenwirkungen der Stimulanzien zu bekämpfen. Dies führt zu dem zerstörerischen Teufelskreis einer polytoxischen Drogenabhängigkeit. Zwei, drei Wochen lang versuchte ich selber einmal die Nebenwirkungen meiner Ritalinmedikamentation mit Schlaftabletten zu

kompensieren. Dies führte zu tagelangen Erinnerungslücken, dissoziativen Episoden, Kreativitätsproblemen, dem temporären Verlust des Körper- und Temperatiergefühls sowie Erbrechen und Schweißausbrüchen. Viel schreiben konnte ich in der Zeit nicht. Erst als ich meine Medikation abbrach und danach mehrere Wochen clean war, kam die Kreativität und Produktivität in voller Stärke zurück.

### **Hypnotika (insbesondere Benzodiazepine)**

Die verschreibungspflichtigen Beruhigungs- und Schlafmittel, also Barbiturate, Benzodiazepine & die modernen Z-Drugs wirken alle, ähnlich wie Alkohol, auf das GABA-System des Körpers ein und bewirken so eine Sedierung und Enthemmung, allerdings viel direkter und ohne viele der unangenehmen Effekte des Alkohols. Das berühmteste dieser Mittel ist das Benzodiazepine Diazepam, bekannt als Valium. Einige Autoren, auch aus meinem Bekanntenkreis, benutzen gelegentlich diese Mittel, um Schreibblockaden zu überwinden, da sie den inneren Kritiker ausschalten und sie in einen leicht verträumten Zustand versetzten, in dem ihnen Metaphern und Ideen schneller und klarer kommen. Ich persönlich habe nie mit einem Mangel an Ideen oder mit Schreibblockaden zu kämpfen, sondern oft nur mit einem Mangel an Motivation und Konzentration. Entsprechend sind bei mir diese Mittel nur kontraproduktiv, weil sie die Konzentration und Motivation noch weiter herabsetzen und mich zu müde und vergesslich zum Arbeiten machen.

Da Benzodiazepine auch Ängste, Panikattacken, Hemmungen, Unsicherheit und Nervosität unterdrücken und einen selbst zur Ruhe kommen lassen, wenn man total unter Spannung steht, sind sie unter Kreativen vor allem im Musik-, Film- & Showgeschäft beliebt; also Berufen, die nicht so introvertiert und ruhig wie das Schreiben sind. Amy Winehouse, Heath Ledger, Whitney Houston & Eminem missbrauchten Benzodiazepine, die ersten drei starben daran, Eminem überlebte eine Überdosis in Kombination mit dem Opioid Methadon und ging danach auf Entzug.

Zwar werden Benzos in Deutschland sehr oft und schnell



verschrieben, allerdings haben sie bei Daueranwendung ein enormes Abhängigkeitspotential, weshalb es hierzulande mittlerweile weit über eine Millionen Benzodiazepineabhängige gibt. Die Entzugserscheinungen bei einer schweren Abhängigkeit äußern sich in epileptischen Anfällen, Psychosen, Insomnie und Krämpfen und können tödlich sein.



William S. Burroughs (1914 – 1997) war über 60 Jahre lang opioidabhängig. Er gilt als Begründer der Beat-Generation und einer der einflussreichsten postmodernen Schriftsteller.

### ***Opioide (Morphin, Kratom, Kodein, Tramadol usw.)***

Im Opioidrausch ist man den Fantasiereichen und der Welt der Träume so nah, wie man es im Wachzustand nur sein kann. Alles wirkt poetisch und göttlich, als würde ein Engel einen in den Armen halten. Der Konsument ist in sich gekehrt und durchwandert in furchtloser Ruhe die sonderbaren Welten seiner Vorstellungskraft und seines Unterbewusstseins. Ideen können präzise ausformuliert werden und die Realität wird absolut bedeutungslos. Die Fähigkeit klar zu denken ist bei normaler Dosierung nicht bis kaum beeinträchtigt, nur emotional fühlt man sich geborgen, sorgenlos und frei. Der berühmte römische Kaiser, Schriftsteller, Philosoph, Feldherr & Stoiker Marc

Aurel nahm zweimal am Tag Theriak, eine Opiumzubereitung, zu sich, was ihm die nötige seelische Ruhe für sein pflichterfülltes und intellektuelles Leben gab. Die meisten Romantiker, von Novalis, Keats über Byron bis Poe waren Opiumsüchtige. Die Opiate Morphin und Heroin trieben auch viele moderne Schriftsteller, wie Hans Fallada und William S. Burroughs an. Burroughs beschreibt die Wirkung in seinem autobiographischen Roman [Junkie](#) wie Folgend: „Wenn Gott jemals etwas Besseres erschaffen haben sollte, dann hat er es für sich selbst behalten.“, verflucht und porträtiert die Auswirkungen der Sucht in seinem späteren Werk [Naked Lunch](#) und beendet das Nachwort mit einer Warnung vor dem Opiatgebrauch und den Worten „Blick hinunter, blick jene Straße des Opiats hinunter, bevor du sie entlangreist und dich mit den Falschen Haufen einlässt ... Wer schlau ist, läßt sich das gesagt sein.“

Der göttliche Rausch kommt nämlich mit dem höllischen Preis der körperlichen und geistigen Abhängigkeit, die sich beim häufigen Gebrauch sehr schnell einstellt. Der Rausch hat definitiv etwas Kreatives und Inspirierendes, die Ideen und Wörter strömen in goldenen Flüssen direkt aus Elysium auf einen herab und die berühmten Aha-Momente, bei denen neue Ideen entstehen, treten öfters auf als sonst, allerdings war ich unter dem Einfluss von Opioiden in der Regel nicht in der Lage die Motivation und Disziplin aufzubringen, um etwas aufzuschreiben. Die introvertierende und träumerische Wirkung ist zu stark, um mehr hinzukriegen, als Gedichte oder Fragmente. Die häufig sehr wirren und langen, teilweise inceptionartigen Träume, die dem Opioidrausch folgen, empfand ich dagegen als sehr inspirierend und habe deren Erfahrung bereits in mehreren surrealen Geschichten und meinem Roman *Crackrauchende Hühner* und den Geschichten in [Wahnsinn](#) und [Wahn](#) verarbeitet. Mit Opioiden werde ich allerdings nicht mehr hantieren, das Abhängigkeitspotential ist mir zu groß und die Nebenwirkungen zu unangenehm. Der nüchterne oder leicht stimulierte Zustand ist kreativer und produktiver, als die süßen Träumereien der Opiode, die mehr zu Ablenkung einladen

und nur zu einem wirren Geschreibsel führen.

Abgesehen davon, musste ich bisher jedes Mal während bzw. nach Opioid-Konsum erbrechen, was beim Schreiben nicht gerade förderlich ist, und Grund genug diese Substanzen nie wieder anzurühren.

### ***Cannabis rauchen***

Viele werden mir widersprechen, allerdings lässt sich meine Erfahrung mit dieser Substanz so zusammenfassen: Cannabis ist eine Pflanze, und wer sie raucht, wird selbst zu einer Pflanze, die nur noch faul herumliegt und nichts Produktives mehr tut. Und wenn man nicht faul herumliegt, dann kauert man paranoid mit Herzrasen und nach Luft schnappend in einer Ecke. Auf Cannabis kommen zwar einem oft unglaublich viele Ideen und man fühlt sich extrem kreativ, aber sobald man nüchtern ist, realisiert man, dass 99,9999999% der Cannabisideen total langweiliger Bullshit sind, die einem nur im Cannabisrausch gut erschienen.

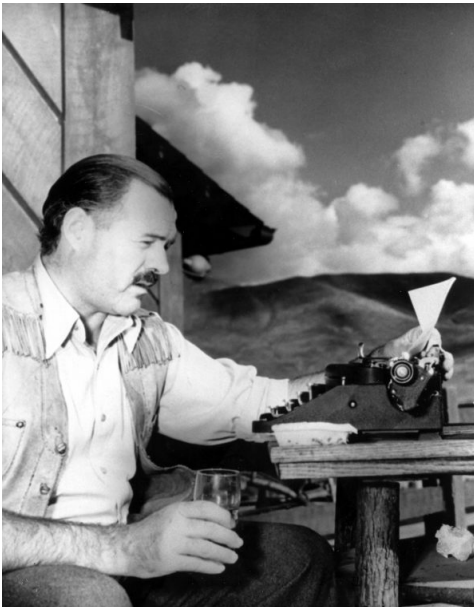
Des Weiteren ist Cannabiskonsum vor allem bei Menschen im Alter von unter 25 sehr schädlich, da das Endocannabinoidsystem eine wichtige Rolle bei der Steuerung des Gehirnwachstums spielt. Erwachsene, die als Teenager viel kiffen, haben ein höheres Schizophrenierisiko und teilweise einen Verlust von bis zu 8 IQ Punkten.

### ***Cannabis oral***

Oral konsumiertes Cannabis wirkt anders, als gerauchtes. Dieser Rausch hat mehr mit dem der Halluzinogene gemein und lässt einen wirklich tief in Ideen und Fantasiegebilden versinken. Die Produktivität und die Fähigkeit, kreative Ideen in eine apollinische Kunstform einzufangen, werden jedoch genauso zerstört, wie beim Rauchen. Bereits Baudelaire merkte in seinem Essay *Die künstlichen Paradiese* an, dass gegessenes Haschisch zwar die Vorstellungskraft in unermeßliche Höhen treiben würde, aber genauso sehr jegliche Fähigkeit diese produktiv oder kreativ umzusetzen zerstört.

## **Alkohol**

Viele Autoren nutzten Alkohol, um sich zu enthemmen und sich Mut zum Schreiben anzutrinken, allerdings in der Regel mit schlechten Ergebnissen. Selbst Hemingway, welcher ein schwerer Trinker und später Alkoholiker war, betonte in Interviews, dass er immer nüchtern schreiben würde. Ich persönlich fühle mich auf Alkohol in der Regel zu demotiviert und geistig blockiert, um irgendetwas zu schreiben. Der Alkoholrausch ist fürs Schreiben eher hinderlich.



Ernest Hemingway beim Schreiben

Sobald die Alkoholwirkung allerdings abgeklungen ist, erlebe ich oft sehr intensive, kreative Phasen, als ob sich die ganze Kreativität und Motivation während des Alkoholrausches irgendwo aufgestaut hätte. Von diesem Phänomen berichteten mir auch einige befreundete Autoren & Künstler.

Obwohl Alkohol legal ist, ist es eine der stärksten und gefährlichsten Drogen mit einem nicht zu unterschätzbaren Sucht- und Abhängigkeitspotential. Es wirkt bereits bei minimalsten Mengen akut neuro- und zytotoxisch ergo als Nerven- und Zellgift und verursacht bei häufigen Gebrauch diverse Krankheiten, von Immunschwäche über Organversagen bis Krebs. Alkoholentzug bei Alkoholismus („delirium tremens“)

kann genauso schlimm werden wie der Entzug bei einer Benzodiazepin- oder Opioidabhängigkeit und kann tödlich enden.

### ***Irish Cream (Alkohol+Koffein) + Ritalin (Methylphenidat)***

Einmal versuchte ich unter dem Einfluss dieser Kombination zu schreiben. Alkohol verursacht eine Dopaminausschüttung im Gehirn, Ritalin fungiert, wie Kokain, als Dopaminwiederaufnahmehemmer, blockiert also den Abbau von Dopamin im synaptischen Spalt. Die Kombination der beiden Substanzen führt daher zu einem sehr intensiven Rausch, der bei mir starke Motivation, Euphorie und gesteigerte Kreativität auslöste. Ich schrieb und zeichnete sehr viel, allerdings lediglich von normaler Qualität. Kein Meisterwerk entstand in diesem Rausch, auch wenn die Quantität beachtenswert war. Die folgenden zwei Tage fühlte ich mich dafür wie ein Zombie, der von einem Bulldozer überfahren worden war. Nicht empfehlenswert.

### ***Blauer Lotus***

Bereits in Homers Odyssee saßen die Lotophage nur geistlos wie Idioten herum und vergaßen alle ihre Verpflichtungen und Sehnsüchte. Es hat sich in den letzten zweieinhalbtausend Jahren nichts an der Rauschwirkung geändert. Einer der stupidesten Räusche, den ich kenne. Man sitzt mehr oder weniger nur apathisch herum und ist nicht einmal mehr in der Lage wirklich zu denken. Man starrt auf ein leeres Blatt Papier und fragt sich, was man damit überhaupt anfangen soll. Cannabis macht einen Menschen zu einer Pflanze, Lotus zu einem Stein.

### ***Blauer Lotus + Alkohol***

Mit Alkohol gemischt, wirkt Lotus durch eine synergetische Pharmakokinetik anders. Man verfällt in ein schwachhalluzinogenes Delirium, man verspürt Ekstase anstatt Apathie, die Farben werden intensiver, die Gedanken klarer als beim Solokonsum, aber der Rausch bleibt stupide. Man ist zwar nun in der Lage, zu verstehen was Papier ist und was Schreiben

ist, aber alles was man schreibt, hat zehn Ausrufezeichen und keinen Inhalt, ganz abgesehen davon, dass man fünfzig Tippfehler pro Zeile macht, weil man dauernd daneben haut.

### **Fazit:**

Die meisten Drogen sind für den kreativen Prozess unterm Strich störend. Sie können zwar als Inspiration dienen, so wie jedes Erlebnis im Leben, und sie können kurzzeitig die Umsetzung einer Idee erleichtern, aber sie verursachen auf Dauer nur einen Einbruch der Kreativität & Produktivität oder andere unangenehme Nebenwirkungen. Für mich persönlich können Drogen als Quelle der Inspiration dienen, allerdings schreibe ich aus der Erfahrung meine besten Sachen nüchtern oder unter dem Einfluss von Stimulanzien, wobei man hier jedoch anmerken muss, dass ich eine ADHS-Diagnose habe und Nikotin und Amphetamine daher bei mir theoretisch die störenden Symptome des ADHS unterdrücken. Die perfekte Schreibdroge ist für mich Schokolade, die ich auch zu mir genommen habe, während ich diesen Artikel schrieb; allerdings hat selbst Schokolade negative Nebenwirkungen. Härtere Sachen kann man theoretisch ausprobieren und die daraus gewonnenen Erfahrungen später literarisch verarbeiten, aber um zu schreiben und gute Texte zu verfassen, braucht man letztendlich Konzentration und einen klaren, funktionierenden und nüchternen Kopf. Wenn man solchen Experimenten nachgeht, muss man darauf achten, dass es beim Experimentieren und einem sinnvollen Drogengebrauch bleibt, und der Konsum nicht zu einem hedonistischen, selbstzerstörerischen Substanzmissbrauch ausartet, der letztendlich zur Sucht & damit zu Degeneration & damit zu verminderter Produktivität & verminderter Kreativität führt. (Die Prinzipien hinter einem sinnvollen Drogengebrauch habe ich in meinem Essay „[Die Ethik des rationalen Drogenkonsums](#)“ erläutert). Willensschwachen Autorn, bzw. Menschen im Allgemeinen, ist daher das Experimentieren mit bewusstseinsverändernden Substanz abzuraten. In der Regel

lassen sich die gleichen und sogar besseren Ergebnisse erzielen, wenn man auf den Konsum von Drogen während des kreativen Prozesses verzichtet. Vor allem Schriftsteller, die statistisch gesehen häufig an psychischen Krankheiten wie Depressionen, Schizophrenie und Bipolaren Affektstörungen leiden, sind oft suchtgefährdet. Des Weiteren sollte man stets die lokale Gesetzgebung beachten und keine Drogen erwerben und konsumieren, die gegen das geltende Gesetz verstoßen.

Der schweizer Autor Friedrich Glauser, der im Alter von 42 Jahren seiner Morphinsucht erlag, fand in seinem autobiographischen Buch [Morphium](#) die passende Beschreibung der Sucht und des Drogenmissbrauchs als Schriftsteller: *Alle Gründe, die man erfindet, um die Sucht zu entschuldigen, können sich literarisch und poetisch sehr gut machen. Konkret ist es eine Schweinerei. Denn man ruiniert sich sein Leben damit.*

Und auch die Lebensläufe anderer Autoren, wie Jack Kerouac oder Hans Fallada, die großartige Werke im Drogenrausch schufen, enden oft im Wahnsinn und frühen Tod durch eben diesen, oder in einem Verlust der Fähigkeit zu Schreiben wie bei Hunter S. Thompson oder Ernest Hemingway. Es gibt einige wenige Ausnahmen, wie vielleicht William S. Burroughs, der sich noch mit 83 Jahren sein Heroin spritzte, schrieb und in Filmen mitspielte und mit anderen Künstlern tätig war, aber das sind eben die wenigen Ausnahmen, nicht die Regel. Und man sollte niemals den Fehler zu machen, die wenigen, besonderen Ausnahmen zu sehr zu romantisieren und zur universellen Gültigkeit zu erheben.

Letztendlich kann ich hier eigentlich nur das wiederholen, was wir alle bereits wissen: *Nehmt keine Drogen. Es lohnt sich nicht.*

Wer trotzdem noch mehr zu diesem Thema erfahren will, dem kann ich diese Doku von ARTE empfehlen: [Im Rausch – Die etwas andere Kulturgeschichte](#)

---

Dieser Artikel wurde von einem Laien erstellt. Auch wenn bei der Recherche größte Sorgfalt aufgewandt wurde, kann die Richtigkeit der darin enthaltenen Informationen nicht garantiert werden.

Der Autor dieses Artikels hat bei seinen Versuchen gegen keine Gesetze verstoßen. Die erwähnten Substanzen wurden verschrieben oder waren legal.

Wenden Sie sich bei medizinischen Fragen an ihren Arzt oder Apotheker. Nehmen Sie keine Drogen oder Medikamente ohne Rücksprache mit einem Arzt ein.

Wenn dir dieser Artikel weitergeholfen oder dich unterhalten hat, dann würde es mich freuen, wenn du mir einen Kaffee spendieren würdest, mit dem ich noch mehr solcher Artikel schreiben kann ☐

[Kaffee spendieren via Ko-Fi](#)

---

## **Die Ethik des rationalen Drogenkonsums (6) Widerlegung und Bilanz**



# Widerlegung und Bilanz

oder

## Ein letztes Wort zum menschlichen Drogenkonsum

Drogenkonsum mag in den meisten Fällen irrational, selbstzerstörerisch und sinnlos sein, aber das hat er leider mit der menschlichen Natur gemeinsam, denn der Mensch ist mehr als nur eine rationale, biochemische Rechenmaschine. Vielleicht geht die Menschheit deshalb trotz allem, seit jeher Hand in Hand mit Drogen durch ihre Geschichte, von den Opiumfeldern im heutigen Österreich in der Jungsteinzeit vor 8 000 Jahren, zu den Lotusessern und Bierbauern des alten Ägyptens, über den LSD-Kult in den 1970er Jahren bis hin zu dem boomenden Research Chemical und Legal High Markt im 21. Jahrhundert.

Aber Rationalität und trockener Rationalismus vermögen alleine nicht viel vollbringen, das Geordnete, Vernünftige, Apollinische alleine führt nur zur Stagnation, Trübsal und Bilanzsuizid. Der Rausch, ob durch Drogen oder durch das Leben an sich, ist die dionysische Quelle alles Schönen, Künstlerischen und Lebenswerten. Drogen und Kunst sind ein Beispiel dafür, dass es auf den verko(r)ksten Pfaden der Menschlichkeit rational sein kann, irrational zu handeln. Allerdings ist es auch rational diese Irrationalität und damit den Drogenkonsum auf den niedrigst möglichen Niveau zu halten.

---

# Die Ethik des rationalen Drogenkonsums (5)

## Zusammenfassung

## Zusammenfassung

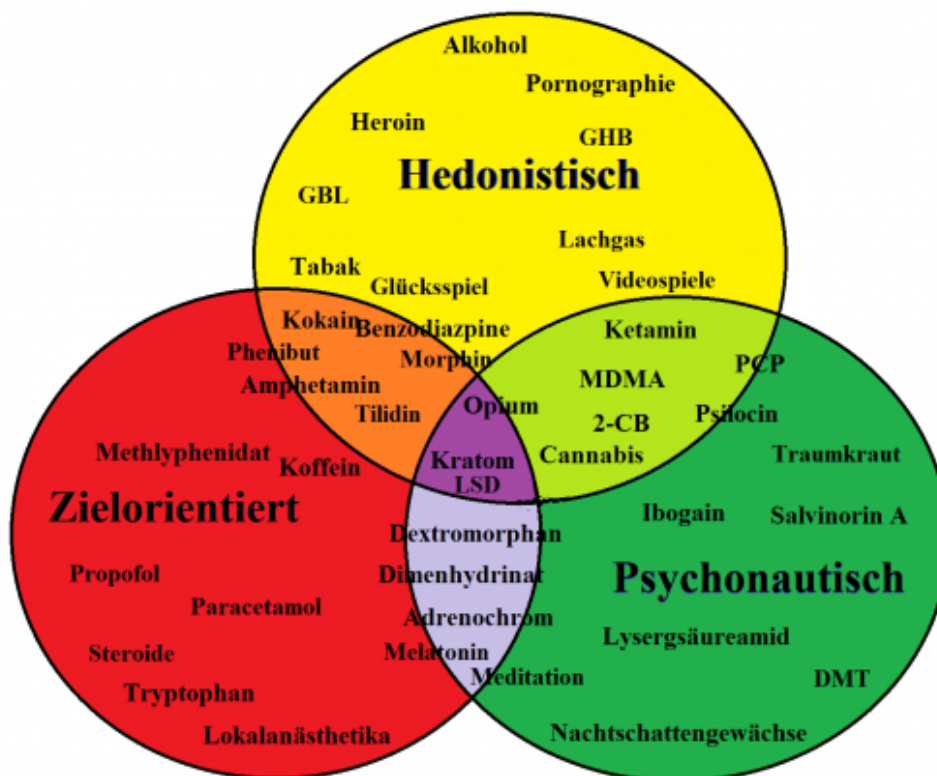
Wenn man diese Prinzipien und Differenzen betrachtet und versucht universelle Regeln für einen rationalen Drogengebrauch daraus abzuleiten, so kommt man zu den folgenden Grundsätzen:

- Drogen im hedonistischen Prinzip zu konsumieren ist irrational, da die potenziellen Schäden und Risiken den möglichen Nutzen überwiegen
- Drogen im zielorientierten Prinzip zu konsumieren kann bei Alternativlosigkeit rational sein
- Drogen im psychonautischen Prinzip zu konsumieren kann rational sein, wenn der Konsument darauf vorbereitet ist und ein klares Ziel besteht, dem dieser psychoanalytische Eingriff dienen soll
- es muss immer das Nutzen-Risiko-Verhältnis abgewogen werden und auf deren Basis entschieden werden
- wenn es eine bessere Alternative zum Drogenkonsum gibt, sollte diese benutzt werden

=> Drogenkonsum lässt sich rational begründen, allerdings nur in wenigen Fällen, nämlich denen, die dem Zielorientierten oder Psychonautischen Prinzip zugeordnet werden können und bestimmte Auflagen, erfüllen.

Hier gibt es eine Grafik: Und unter [diesem Link geht es zu Teil 6](#), wo ich erkläre, warum das hier alles in der Realität, wie alle ethischen Überlegungen, nur begrenzt umsetzbar und gültig ist. Ja, klingt sehr produktiv sich selbst zu

widerlegen, ich weiß, aber lest selbst.



Verschiedene Drogen lassen sich verschiedenen Prinzipien zuordnen

---

# Die Ethik des rationalen Drogenkonsums (4) Das Psychonautische Prinzip

## Das Psychonautische Prinzip

Die psychonautische oder erforschende Anwendung von Drogen ist heutzutage relativ selten. Sie ist am häufigsten bei

intellektuellen Individuen und bei indigenen Völkern anzutreffen. Der Konsument verwendet hierbei Drogen, um seine eigene Psyche zu erforschen oder philosophische, spirituelle oder pharmakologische Experimente durchzuführen.

Für diese Ziele sind vor allem Psychedelika am besten geeignet und damit maßgebend. Das Wort psychedelisch bzw. psychedelic wurde 1956 von dem Psychiater Humphry Osmond und dem Schriftsteller Aldous Huxley geprägt und leitet sich von den griechischen Wörtern psychḗ, (Seele) und dēlos (offenkundig, offenbar, manifestiert) ab. Damit soll beschrieben werden, dass Psychedelika die Grenze zwischen Bewusstsein und Unterbewusstsein auflösen. Das bekannteste Psychedelikum ist Lysergsäurediethylamid (LSD), welches, wie die meisten anderen auch, an den Serotoninrezeptoren 5-HT<sub>2A/C</sub> im Thalamus wirkt. Der Thalamus ist so etwas wie das Kontroll- und Zensurzentrum im Gehirn. Er entscheidet, welche Informationen aus der Umwelt und aus dem Unterbewusstsein ins Bewusstsein gelangen und welche nicht. Durch die Wirkung eines serotogenen Psychedelikum wie LSD oder Meskalin wird der Thalamus hyperaktiv und leitet viel mehr Informationen weiter als sonst. Dies führt bei höheren Dosierungen zu den bekannten Pseudohalluzinationen, wie atmenden Wänden, spirituellen Visionen und Synästhesie, da der Visuelle Cortex irgendwann mit der Menge an Informationen überfordert ist. Hierbei handelt es sich allerdings meistens eher um eine Nebenwirkung. Die Hauptwirkung von Psychedelika besteht nämlich dabei, dass der Konsument mit seinem Unterbewusstsein konfrontiert wird. Erinnerungen, Schwächen, eigenen Fehler und mentale Blockaden tauchen auf und werden bewusst. Dies kann ein sehr belastender Zustand sein und unter Umständen, insbesondere bei schlechtem Set (physische Umgebung) und Setting (psychischer Zustand) zu sogenannten Horrortrips führen, bei dem der Konsument überfordert ist und in Panik ausbricht. Solche Horrortrips können zu langfristigen Schäden wie Traumata und Depressionen führen oder latente Psychosen auslösen (auch wenn sie keine Psychosen direkt verursachen können).

Wenn allerdings ein gutes Set und Setting eingehalten wird und der Konsument den Rausch ernsthaft angeht, kann er aus ihm sehr viel über sich selbst lernen, insbesondere über seine Probleme und wie er sie lösen kann. Auch vermögen Psychedelika den Konsumenten zu rekonditionieren, also tiefsitzende Verhaltensmuster und Gewohnheiten zu verändern. Dies macht man sich in der psycholitischen Psychotherapie zunutze. Dabei wird dem Patienten MDMA[[i](#)], Psilocybin oder LSD verabreicht. Während des Rauschzustands nutzt ein dafür ausgebildeter Therapeut dann den Zugang zum Unterbewusstsein, um gezielt Fragen zu stellen und so die Ursache psychischer Probleme zu finden. Diese Therapieform hat sich als höchst effektiv bei der Behandlung von PTBS (Posttraumatische Belastungsstörung), Depressionen und Drogenabhängigkeit erwiesen. Psychedelikakonsumenten haben sogar statistisch gesehen im Vergleich zum Rest der Bevölkerung ein niedrigeres Depressionsrisiko[[ii](#)].

Psychedelika können allgemein als zweiseitiges Schwert betrachtet werden. Sie können bei der psychonautischen Anwendung viel Heil bringen, aber auch viel Schaden anrichten, weshalb der Konsum immer gut vorbereitet werden muss. Der Konsument sollte sich gut über das jeweilige Wirkungsspektrum der Substanz informieren und dafür sorgen, dass er während des Rausches sich auf sich selbst konzentrieren kann und nicht gestört wird. Auch setzt die sinnvolle Verwendung von Psychedelika eine gewisse geistige Reife und Stabilität voraus. Sind diese Bedingungen gegeben, so spricht eigentlich rational nichts gegen einen Psychedelikakonsum, da der Nutzen der Selbsterforschung höher ist, als die Risiken, von dem, was man in seinem Unterbewusstsein vorfinden könnte, langfristig geschädigt zu werden.

Auch wenn die körperliche Belastung der meisten Psychedelika sehr gering ist, so ist es bei LSD unmöglich eine tödliche Überdosis zu konsumieren, ist die psychische Belastung enorm.[[iii](#)] Der Konsument braucht nach einem psychedelischen

Rausch in der Regel eine längere Zeit, um die daraus gewonnenen Erkenntnisse zu verarbeiten. Aus empirischen Erfahrungen vieler Konsumenten, ist es nicht sinnvoll und sicher Psychedlika öfters als vier Mal im Jahr zu nehmen. Die meisten Psychedelika sind nicht suchterzeugend oder abhängigmachend und ihr Konsum reguliert sich selber, da die meisten Konsumenten den Konsum von Psychedlika nach einiger Zeit von selbst einstellen, weil sie keine neuen Erkenntnisse mehr daraus gewinnen können.

Einige Substanzen, wie MDMA oder gerauchtes Cannabis, weisen allerdings sowohl psychedelische, als auch euphorisierende und damit hedonistische Merkmale auf und können auch zur Sucht führen. Ihr Konsum sollte vorsichtig betrieben werden, da er schnell von einem psychonautischen zu einem hedonistischen Konsum werden kann und damit an Mehrwert verliert.

Neben den Psychedelika gibt es noch zwei weitere Substanzklassen, die sich für eine psychonautische Verwendung eignen. Dies wären einmal die Dissoziativa, von denen die wichtigsten Vertreter Ketamin, Salvinorin A und PCP sind. Von ihnen ist nur Salvinorin A eine reine psychonautische Droge, während die beiden anderen auch euphorisierend, suchterzeugend und schmerzstillend wirken und daher von den meisten Konsumenten im Rahmen des hedonistischen Prinzips benutzt werden. Auch sind Ketamin und PCP neurotoxisch und giftig, während bei Salvinorin A keine giftigen Effekte bekannt sind, weshalb Salvinorin A das einzige Dissoziativum ist, dessen Konsum mehr Nutzen bringen als Schaden anrichten kann, allerdings gelten hier die gleichen Sicherheitsbedingungen von Set und Setting wie bei den Psychedelika.

Die dritte, große und gefährlichste Substanzklasse der Drogen, die sich für einen psychonautischen Konsum eignen, ist die der oneirogenen (=traumerzeugenden) Drogen. Träume sind Produkte unseres Unterbewusstseins und können uns daher sehr viel über uns erzählen. Es gibt verschiedene Drogen, die Träume auch im Wachzustand erzeugen oder im Schlaf intensivieren können und

so einen intensiveren Blick ins Unterbewusstsein eröffnen.

Die stärkste Substanz dieser Art ist das Ibogain, welches einen bis zu zwei Tage andauernden Wachtraumzustand hervorrufen kann und, durch bisher nicht ganz geklärte Mechanismen, sämtliche Entzugserscheinung und das Verlangen nach Drogen bei Abhängigen schlagartig und dauerhaft beseitigt. Diese Substanz wurde lange Zeit in den USA in Entzugsklinken verwendet, wird allerdings heutzutage immer seltener eingesetzt, da sie, insbesondere in Kombination mit anderen Drogen, tödliche Nebenwirkungen haben kann und schwer zu dosieren ist. Ihre Verwendung ohne ärztliche Aufsicht ist kritisch zu betrachten, da die Sicherheit eher gering ist.[\[iv\]](#)

Des Weiteren können einige Opioide und Opiate, insbesondere Opium und Kratom, in höheren Dosierungen zu psychedelischen Halbwachzuständen oder zu intensiven Träumen führen, allerdings wird dies auch von Euphorie und einem hohen Abhängigkeitsrisiko begleitet, weshalb die psychonautische Anwendung dieser Mittel, wenn überhaupt, höchstens alle paar Monate und nur von Konsumenten betrieben werden sollte, die eine starke Willenskraft besitzen.

Fast alle Pflanzlichen Drogen aus dem psychonautischen Spektrum wurden und werden von verschiedenen Völkern auch als Sakramente verwendet, um durch ihre halluzinogene und spirituell reinigende Wirkung vermeintlichen Kontakt mit übernatürlichen Wesen herzustellen. Beispiele dafür sind Mutterkorn im antiken Rom, Peyote in Nordamerika und Ayahuasca in Südamerika. Dieser Konsum ist aus moderner, rationaler und wissenschaftlicher Sicht, eher kritisch zu betrachten, allerdings hängt dies auch davon ab, wie hoch man Kultur und Tradition beurteilt.

Als sichere und gesündere Alternative zum psychonautischen Drogenkonsum können philosophische Studien und Meditation, bei

der sogar fast identische halluzinogene Zustände erreicht werden können, angeführt werden. Ihre erfolgreiche Anwendung bedarf allerdings Jahrzehnte an täglicher Praxis und hoher Konzentration auf das Ziel.

[Hier geht es weiter mit Teil 5 von 6](#)

**[i]** The safety and efficacy of ±3,4-methylenedioxymethamphetamine-assisted psychotherapy in subjects with chronic, treatment-resistant posttraumatic stress disorder: the first randomized controlled pilot study

von Michael C Mithoefer, Mark T Wagner, Ann T Mithoefer, Lisa Jerome und Rick Doblin

<http://jop.sagepub.com/content/25/4/439>

**[ii]** Universität Alabama, [Journal of Psychopharmacology](#) doi:10.1177/0269881114565653; Jan. 2015

10. S. Hendricks, C. B. Thorne, C. B. Clark, D. W. Coombs, M. W. Johnson: *Classic psychedelic use is associated with reduced psychological distress and suicidality in the United States adult population.* In: *Journal of Psychopharmacology.* 29, 2015, S. 280, [doi:10.1177/0269881114565653](http://dx.doi.org/10.1177/0269881114565653).

**[iii]** *Lysergic acid diethylamide (LSD) for alcoholism: meta-analysis of randomized controlled trials*, von Teri Krebs und Pål-Ørjan Johansen, veröffentlicht 2012



## ***Safety and Efficacy of Lysergic Acid Diethylamide-Assisted Psychotherapy for Anxiety Associated With***

***Life-threatening Diseases***, von Peter Gasser, MD,\* Dominique Holstein, PhD,†Yvonne Michel, PhD,‡ Rick Doblin, PhD,§ Berra Yazar-Klosinski, PhD,§ Torsten Passie, MD, MA,|| und Rudolf Brenneisen, PhD, veröffentlicht 2014

[\[iv\] Screening and safety in ibogaine treated patients](#), Dora Weiner Foundation, Staten Island, NY

K.R. Alper, H.S. Lotsof, G.M. Frenken, D.J. Luciano, J. Bastiaans 1999 234–42.

Giannini, A. James: *Drugs of Abuse*, 2nd, Practice Management Information Corporation, 1997, [ISBN 1-57066-053-0](#).H.S. Lotsof (1995). [Ibogaine in the Treatment of Chemical Dependence Disorders: Clinical Perspectives](#)

---

# **Die Ethik des rationalen Drogenkonsums (3) Das Zielorientierte Prinzip**

## **Das Zielorientierte Prinzip**

Das Zielorientierte-Pragmatische Prinzip ist das zweithäufigste Konsummuster in der westlichen Gesellschaft.

Hierbei werden Drogen nicht zum Spaß oder um geistig zu wachsen benutzt, sondern als Werkzeuge, um bestimmte objektive, langfristige Ziele zu erreichen. Klassische zielorientierte Drogen sind Schmerzmittel und Stimulanzien, die genommen werden, um leistungsfähig zu bleiben und ein relevantes Ziel zu erreichen.

Diese Anwendung ist in den meisten Fällen als akzeptabel anzusehen, da sie nicht zu Konformität und Unmündigkeit verleitet und die Nutzen in der Regel die Risiken überwiegen.

Als weitverbreitetes Beispiel kann man hier den Konsum des Stimulans Koffein anführen, welches übrigens die am häufigsten konsumierte psychoaktive Substanz der Welt ist. Koffein erhöht die Leistungsfähigkeit, Konzentration und Ausdauer, sodass der Konsument in der Lage ist, mehr Arbeit in kürzerer Zeit und effektiver zu verrichten. Auf der körperlichen Seite, belastet es den Kreislauf und die Nebennieren, aber verursacht keine gravierenden körperlichen Schäden. Das größte Risiko bei Koffein ist, dass es körperlich abhängig macht, weshalb man es nicht jeden Tag konsumieren sollte, sondern nur, wenn es absolut nötig ist, da der Konsument sonst irgendwann nicht mehr in der Lage ist, ohne die Substanz zu funktionieren, was ihn unfrei macht und von vielen unangenehmen und hinderlichen Nebenwirkungen begleitet wird. Neben den Entzugerscheinungen sind die Begleiterscheinungen bei Koffeinabhängigkeit Reizbarkeit, Nervosität, Herzklopfen, Schlafstörungen und schneller Herzschlag. Psychisch ist Koffein bei moderaten Konsum ebenfalls relativ sicher. Erst bei regelmäßigem Konsum erhöht es, wie alle Stimulanzien, das Psychoserisiko. Die Nutzen-Risiken-Bilanz ist also bei unregelmäßigem Konsum höher, als bei absoluter Abstinenz und als beim regelmäßigen Konsum.

Weitere zielorientierte Drogen können andere Stimulanzien wie Methylphenidat, Amphetamin und Kokain sein, oder auch sogenannte Nootropika, Substanzen wie Modafilin, Phenibut und Kratom, die die Leistungsfähigkeit und Belastbarkeit der

Psyche erhöhen. Wie immer, sollte man den Konsum möglichst geringhalten und nur betreiben, wenn es situationsbedingt absolut nötig ist z.B.: wenn man eine Arbeit innerhalb kürzester Zeit verfassen muss, oder, wenn man ein Soldat im Krieg ist, der für einen strategischen Vorteil drei Tage ohne Schlaf durchstehen muss, während er sich durch ein feindliches Gebiet kämpft. (Dies wurde zum Beispiel von der Wehrmacht beim Blitzkrieg und den U.S. Streitkräften im Vietnamkrieg praktiziert, indem man den Soldaten Methamphetamin gab, was sie aggressiver und leistungsfähiger machte). Allerdings sollte es bei dem situationsbedingten, unregelmäßigen Konsum bleiben und nicht zu einem täglichen oder hedonistischen Konsum ausufern, da dies zur Sucht und damit zu mehr Schaden, als Nutzen führen kann und damit selbstzerstörerisch und irrational ist.

Ein weiteres Anwendungsgebiet des Zielorientierten Prinzips ist die Medizin, in der z.B.: Narkotika verwendet werden, um Operationen sicherer und schmerzlos durchführen zu können. Dies ist in der Regel rational und ethisch absolut in Ordnung, da das Wohlergehen des Patienten damit sichergestellt wird. Allerdings muss natürlich auch hier je nach Situation abgewogen werden, ob es sinnvoll ist bestimmte Substanzen zu verwenden oder nicht.

Ein umstrittenes Gebiet ist hier besonders die Psychiatrie, in der häufig mit Drogen/Medikamenten lediglich die Symptome einer Störung unterdrückt werden, allerdings oft auf Kosten des langfristigen Wohlergehens des Patienten und ohne auf die eigentlichen psychologischen Ursachen der Probleme einzugehen.

Einen Schizophrenen mit Neuroleptika ruhigzustellen, ist für die Ärzte und sein Umfeld einfacher, schneller und billiger, als ihn mit einer langwierigen und anstrengenden psychoanalytischen Behandlung zu kurieren. Allerdings führt die Behandlung von Neuroleptika auf Dauer zu einer Degeneration des Gehirns und nicht selten zu einer Verschlimmerung der Symptome beim Absetzen der Mittel.

Ähnliches lässt sich über die Behandlung von unruhigen Kindern mit ADHS durch Methylphenidat sagen. Hier werden die Erwartungshaltungen der Gesellschaft durch chemische Methoden auf ein Kind forciert, welches sich der Konsequenz noch gar nicht bewusst sein kann. Dies führt häufig dazu, dass diese Kinder unfreiwillig abhängig werden von Medikamenten und starke Nebenwirkungen entwickeln, an denen sie mehr leiden, als an dem nüchternen Anderssein.

In Fällen von echten psychischen Beeinträchtigungen, wie wirklich stark ausgeprägtem ADHS, ist es natürlich sinnvoll und sogar wegweisend, entsprechende Medikamente zu nehmen.

Auch ist die tendenziell immer häufigere und leichtsinnige Verschreibung von Antidepressiva anzuführen und kritisch zu betrachten, bei denen eine der häufigsten Nebenwirkungen Suizid ist.

Psychopharmaka sollten in der Psychiatrie nur dann eingesetzt werden, wenn es unausweichlich ist.

Hier muss man daher die tendenzielle Herangehensweise der modernen Psychiatrie verurteilen sofort und immer häufiger, ohne Alternativen abzuwägen, Medikamente zu verschreiben. Dies macht den Patienten häufig, statt ihn wirklich zu kurieren, zu einem Abhängigen, bei dem lediglich die Symptome unterdrückt werden, so dass er für die Gesellschaft noch vom Nutzen ist, aber er nicht mit sich selbst ins Reine kommen kann.

Ähnliches muss man aber auch denjenigen Individuen vorwerfen, die sich selbst mit Drogen behandeln. Wer zum Beispiel an einer Sozialphobie leidet und, statt diese zu konfrontieren und für alle Zeit zu überwinden, sich mit Beruhigungsmitteln selbsttherapiert, der verschlimmert diese Phobie auf Dauer nur und stürzt sich selbst in eine Abhängigkeit. Ergo er handelt langfristig gesehen selbstzerstörerisch und damit irrational.

Generell ist der Einsatz von Drogen im Zielorientierten Prinzip oft der Weg des geringsten Widerstandes, um ein

Problem zu lösen, aber auch häufig der, der langfristig gesehen eher schadet als nützt. Zielorientierter Konsum ist nur akzeptabel und rational, wenn er die beste mögliche Option darstellt.

[Hier geht es weiter mit Teil 4](#)

---

# **Die Ethik des rationalen Drogenkonsums (2) Das Hedonistische Prinzip**

## **Das Hedonistische Prinzip**

Das am weitesten verbreitete Prinzip des Drogenkonsums in der modernen westlichen Gesellschaft ist das Hedonistisch-Soziale. Das Motiv des Drogenkonsums ist hier das Erreichen von Freude, und das Vergessen von Sorgen und, aber nicht zwangsläufig, die Sozialisierung mit anderen Individuen. Dies wird auch häufig betrieben, um Gruppenzwang zu entsprechen oder um Schwächen zu kompensieren oder um sich in Feierstimmung zu versetzen, was aber alles letztendlich auch auf das Ziel Freude heruntergebrochen werden kann.

Das Individuum strebt also primär schnelles Glück und Freude an, und konsumiert entsprechend primär euphorisierende Drogen.

(An dieser Stelle muss angemerkt werden, dass, entgegen eines weitverbreiteten Irrglaubens, nicht alle Drogen euphorisierend

und betäubend wirken. Vor allem im Psychonautischen Spektrum findet man viele Drogen, wie z.B.: Salvinorin A<sup>[i]</sup>, die dysphorisch und psychedelisch wirken.)

Die am häufigsten konsumierte und markanteste der hedonistisch genutzten Droge ist in den Industrienationen kulturell bedingt Ethanol/Trinkalkohol in Form von Wein, Bier und Spirituosen, weshalb dessen Betrachtung am geeignetsten ist, um das hedonistische Prinzip zu veranschaulichen.

Ethanol betäubt die Sinne, versetzt den Konsumenten in ein angeheitertes Delirium, bei dem er mit steigender Berausung die Kontrolle über seine Handlung verliert. In diesem Zustand ist er nicht in der Lage klar zu denken und neigt zu emotionalen Ausbrüchen, was sich unter anderem daran widerspiegelt, dass 40% aller Gewalttaten in Deutschland von alkoholisierten Tätern begangen werden.<sup>[ii]</sup> Dieser Zustand hat, abgesehen von Euphorie und der verstärkten Sozialisierung mit anderen Berauschten, die aber auch nüchtern erreicht werden können, keinen erkennbaren Mehrwert. Des Weiteren schadet Alkohol der persönlichen Entwicklung und kann einen Menschen unmündig machen, da es ihn vergessen lässt, was ihn an sich selbst und seinem Leben missfällt, statt ihn damit zu konfrontieren oder die Kraft zu geben sein Leben zu verändern. Wie alle euphorisierenden und betäubenden Drogen, verleitet Ethanol zur Konformität und Akzeptanz von Missständen. Wer das Glück einfach aus der Flasche kriegen kann, ist prinzipiell weniger daran interessiert Glück und Erfolg durch harte Arbeit zu erringen. Sich selbst mithilfe einer Substanz glücklich zu machen, ist Selbstbetrug, da man eigentlich nichts getan hat, worüber man glücklich sein könnte. Des Weiteren senkt ein einziger Vollrausch die Leistungsfähigkeit für mehrere Wochen und erhöht die Wahrscheinlichkeit an Depressionen zu erkranken signifikant.

Auf der körperlichen Seite verursacht dieses Mittel als Zellgift bereits in nicht berausenden Dosierungen Schäden im gesamten Körper des Konsumenten, was sich daran

widerspiegelt, dass allein in Deutschland jedes Jahr 74.000 Menschen an den Folgen von Ethanolkonsum sterben. Hinzu kommt, dass Ethanol als GABA-erregende Droge körperlich abhängig machen kann und ein hohes Sucht- und Abhängigkeitspotenzial besitzt. Dieses hohe Abhängigkeitspotential wird durch die hohe kulturelle Akzeptanz und Integration der Substanz in den westlichen Industrienationen abgemindert, trotzdem gibt es allein in Deutschland 9,5 Millionen Menschen, die einen problematischen Ethanolkonsum aufweisen, von denen ungefähr 1,3 Millionen abhängig sind.[\[iii\]](#) Der Entzug bei Alkoholabhängigkeit kann mitunter tödlich verlaufen.

Wenn man nun den Nutzen und die Risiken des Ethanolkonsums miteinander abwägt, so stellt man fest, dass die Risiken und Schäden an Körper und Geist sehr hoch sind, der Konsum aber keinen langfristigen Nutzen oder Mehrwert für die persönliche Entwicklung hat, sondern lediglich einige Stunden sinnloser Euphorie und Verwirrung bescherten kann. Ähnlich verhält es sich mit anderen, rein hedonistischen Drogen, wie Tabak und Heroin und auch mit der hedonistischen Verwendung von tendenziell zielorientierten Drogen wie Kokain oder psychonautischen wie Cannabis. Immer besteht ein hohes Risiko von Sucht, körperlicher Degeneration und moralischer und willentlicher Korrumpierung.

Manch einer mag hierauf gegenargumentieren, dass gelegentlicher und mäßiger hedonistischer Konsum zur Erholung vom Alltagsstress für die psychische Gesundheit und das allgemeine Wohlbefinden förderlich sei. Hierbei handelt es sich jedoch um einen Trugschluss. Die von Opioiden, Ethanol oder anderen Drogen verursachte Euphorie fühlt sich zwar subjektiv erholend an, stellt aber immer eine zusätzliche objektive Belastung für das Nervensystem dar und untergräbt auf Dauer damit die Stressresistenz des Individuums. Für das allgemeine Wohlbefinden ist absolute Abstinenz von Drogen in der Regel am förderlichsten.

Ein weiteres, starkes Argument, welches hedonistischen Konsum

befürwortet, ist, dass dieser häufig enthemmend wirkt und so bestimmte soziale Interaktionen überhaupt erst ermöglicht. Auch ist er ein Teil der westlichen Kultur und des Soziallebens, den man, wenn man daran teilhaben will, nur schwer übergehen kann. Aus rationaler Sicht aber, wäre es für ein Individuum und die Gesellschaft psychisch und gesundheitlich besser, wenn auf euphorisierende Drogen verzichtet werden würde und die Menschen lernen würden, sich selbst ohne chemische Hilfe zu überwinden und daran zu wachsen. Und, jeder kann willentlich entscheiden, ob er nüchtern oder nicht nüchtern am Sozialleben teilnimmt. Beides ist möglich, weshalb es rational gesehen nicht zwingend notwendig ist Ethanol und andere Drogen zu konsumieren.

Die reinrationale Schlussfolgerung hieraus ist also, dass man diese Drogen beziehungsweise das gesamte hedonistische Prinzip, meiden sollte und Drogen niemals aufgrund von Gruppenzwang oder zum Spaß nehmen sollte, da dies Missbrauch von Drogen ist, der mehr schadet, als nützt.

[Hier geht es weiter mit Teil 3](#)

[i] *Bronwyn Kivell, Zeljko Uzelac, Santhanalakshmi Sundaramurthy, Jeyaganesh Rajamanickam, Amy Ewald, Vladimir Chefer, Vanaja Jaligam, Elizabeth Bolan, Bridget Simonson, Balasubramaniam Annamalai, Padmanabhan Mannangatti, Thomas E. Prisinzano, Ivone Gomes, Lakshmi A. Devi, Lankupalle D. Jayanthi, Harald H. Sitte, Sammanda Ramamoorthy, Toni S. Shippenberg, :*

**Salvinorin A regulates dopamine transporter function via a kappa opioid receptor and ERK1/2-dependent mechanism,**

Neuropharmacology, Volume 86, November 2014, Pages 228-240,

ISSN 0028-3908,



<http://dx.doi.org/10.1016/j.neuropharm.2014.07.016>.

[ii] Laut der Webseite der Drogenbeauftragten der Bundesregierung und den Polizeilichen Kriminalstatistiken 2012, veröffentlicht vom Bundesministerium des Inneren (BMI); Stand: Oktober 2016

[iii] Quelle: Statistiken der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung (**BZgA**), veröffentlicht im Rahmen des Weltdrogentages 2010