



Gabor Maté, Daniel Maté

Vom Mythos des Normalen. Wie unsere Gesellschaft uns krank macht und traumatisiert - Neue Wege zur Heilung

Ungekürzte Lesung mit Olaf Pessler

Download · ca. 21 h 14 min

29,95 €

ISBN 978-3-7424-2714-4

Buchvorlage: Kösel Verlag in der Penguin Random House Verlagsgruppe GmbH

Erscheinungstermin: 24.05.2023

Wir neigen dazu zu glauben, dass Normalität mit Gesundheit gleichzusetzen ist. Doch was ist eigentlich die Norm in westlichen Gesellschaften? Dieser Frage geht der renommierte Experte, Arzt und Bestsellerautor Dr. Gabor Maté in seinem neuen Buch nach.

Er hat eine umfassende Untersuchung der Ursachen von Krankheiten zusammengestellt, die vor allem zeigt, wie unsere Gesellschaft diese hervorbringt und begünstigt, und wie ein natürlicher Weg zu Gesundheit und Heilung aussehen kann. Gabor Maté macht deutlich, dass unser Verständnis dessen, was als gesundheitlich »normal« gilt, falsch ist, denn es vernachlässigt die Rolle von Trauma, Stress und Alltagsdruck auf unseren Körper und Geist. Wir brauchen vielmehr eine neue Perspektive darauf, was Menschen krank macht und wie wir gängige körperliche, mentale und emotionale Beschwerden der Moderne lindern können.

In diesem lebensbejahenden Hörbuch voller Fallgeschichten zeigt Maté wie wahre Gesundheit möglich wird.

Diese Lesung erscheint in unserer Edition »**besser leben**« (**nur im Download**). Hier trifft moderne Spiritualität auf handfeste Lebensratgeber und buddhistische Weisheit auf Debattenbücher zu Traumaheilung und Female Empowerment. Alle Titel dieser Genres finden Sie unter: <https://www.der-audio-verlag.de/editionen/besser-leben/>



Gabor Maté

Dr. Gabor Maté, geboren 1944 in Budapest, ist nicht nur erfolgreicher Autor, sondern auch renommierter Experte, wenn es um Fragen zur Aufarbeitung und Bewältigung von ADHS, Süchten, Stress und Traumata geht. Themen, die er auch in seinen Büchern verarbeitet und zusammen mit seinem Sohn Workshops im Bereich Eltern-Kind-Beziehungen gibt. Der Psychologe ist vor allem durch die Methode »Mitfühlende Untersuchung« (Compassionate Inquiry) bekannt.

Daniel Maté

Daniel Maté hat an der NYU seinen Abschluss als Komponist und Theaterlyriker absolviert. Zusammen mit seinem Vater, dem berühmten Psychologen und Mediziner Dr. Gabor Maté, gibt er Workshops und schreibt Bücher über Eltern-Kind-Beziehungen. Außerdem bietet er professionelle Spaziergänge an, bei denen er als mentaler Chiropraktiker zur Seite steht und versucht, an die Wurzel der Probleme seiner Patienten zu gelangen.

Olaf Pessler

Olaf Pessler ist eine der bekanntesten Stimmen Deutschlands. Für ARD, ZDF, Arte und 3Sat hat er unzählige Dokus, Features und Reportagen gesprochen. Besonders beliebt ist seine Arbeit für die ARD-Reihe "Giraffe, Erdmännchen und Co". Mit großer Leidenschaft spricht er auch Hörbücher und Hörspiele.