

## Voor hulp:

Stichting Chris: (078) 631 23 00  
24 uur per dag, 7 dagen per week

Stichting De Hoop: (078) 614 24 44  
24 uur per dag, 7 dagen per week

EO-nazorg: (035) 647 48 00  
tijdens kantooruren

# Blowen



Daar is toch niets  
mís mee...?



[www.dehoop.org](http://www.dehoop.org)



[www.chris.nl](http://www.chris.nl)



[www.eo.nl/nazorg](http://www.eo.nl/nazorg)



[www.voorkom.nl](http://www.voorkom.nl)

# Blowen, daar is toch niets mis mee...?

Blowen is niet verslavend, dus wat zeur je nou? Ik moet het toch zeker zelf weten? Jij drinkt toch ook weleens een biertje? Nou, ik blow af en toe.

Over blowen wordt een heleboel gezegd. Maar hoe zien hasj en wiet er eigenlijk uit? Hoe werkt het en wat doet het met je? Waarom zou je ervoor kiezen om wel of niet te blowen? Dit boekje geeft je informatie over blowen en is bedoeld voor blowers en niet-blowers.



© De Hoop/Chris/EO/Voorkom 2000  
Vormgeving: Evangelische Omroep  
(Jeroen van Engelenhoven)  
Illustraties: Willem de Vink  
Tekst, bewerking en ontwikkeling: De Hoop (Harry van der Zaag), Stichting Chris (Rob Baardse), Evangelische Omroep (Richard Post).

NBG: De geciteerde bijbeltekst werd met toestemming van het Nederlands Bijbelgenootschap overgenomen uit de NBG-vertaling van 1951.

Het Boek: Citaten uit de Bijbel zijn met toestemming van International Bible Society/Holland genomen uit HET BOEK: een eigentijdse verwoording van de Bijbel volgens het principe van de Living Bible.  
© 1988 International Bible Society. Alle rechten voorbehouden.

## Wat zijn 'softdrugs' eigenlijk?

Drugs zijn middelen die invloed hebben op je bewustzijn. 'Softdrugs' zijn *bewustzijnsveranderende middelen*. Het is een denkfout dat 'softdrugs' softer zijn dan gewone drugs. En dat je ze zonder gevaar kunt gebruiken. Hasj en wiet worden in de Nederlandse wet 'softdrugs' genoemd, maar zijn niet soft.

"Mijn eerste blowtje was het helemaal. Ik was weg. Het was anders dan die saaie rotwereld waarin ik leefde."  
Sander (ex-blower)

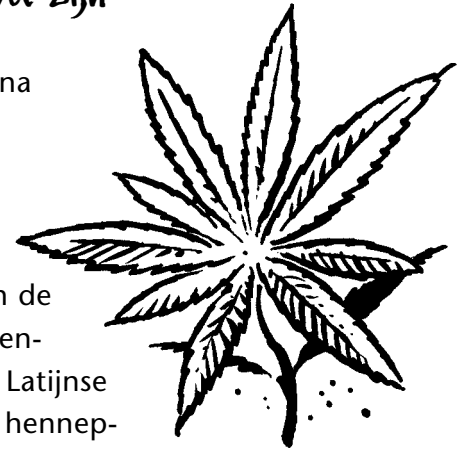


Door het gebruik van deze drugs verandert je kijk op de werkelijkheid. De tijd lijkt langzamer te gaan, de ruimte lijkt anders, muziek klinkt intenser en soms zie je dingen die er in werkelijkheid niet zijn. Je kunt soms zelfs zogeheten 'hallucinaties' of 'waanvoorstellingen' krijgen. Dit hangt af van de soort en de sterkte.

## Volgens de wet zijn 'softdrugs':

wiet/marihuana  
hasj/stuff

Hasj en wiet zijn afkomstig van de vrouwelijke hennepplant. De Latijnse naam van de hennepplant is *cannabis sativa*. Hasj en wiet worden daarom ook wel cannabis genoemd.





**Wiet** bestaat uit de gedroogde toppen van de vrouwelijke hennepplant en ziet er uit als grove kruiden.

De in Nederland geteelde marihuana wordt *nederwiet* of *skunk*

genoemd en is de sterkste soort ter wereld.

**Hasj** of *stuff* is de hars van de plant, die in plakken geperst en voor de verkoop in stukjes gesneden wordt.



### **Hoe wordt het gebruikt?**

Hasj en wiet worden op verschillende manieren gebruikt. Soms wordt het gerookt in een speciaal pijpje, maar meestal

wordt het in een joint gerookt. Dit is pure hasj of wiet en vaak gemixt met sigarettentabak of shag. Zo'n joint wordt een *blow*, *stickie* of *pretsigaret* genoemd.

Het roken heet *blowen*. Als iemand blowt, ruik je een zoete kruidige wierookachtige geur.



### **Soft of verslavend?**

Veel jongeren geloven dat blowen niet verslavend is. En dat er geen risico's zijn. Wetenschappers hebben aangetoond dat marihuana en hasj dezelfde verslavende effecten in je hersenen hebben als 'harddrugs'<sup>1</sup>.

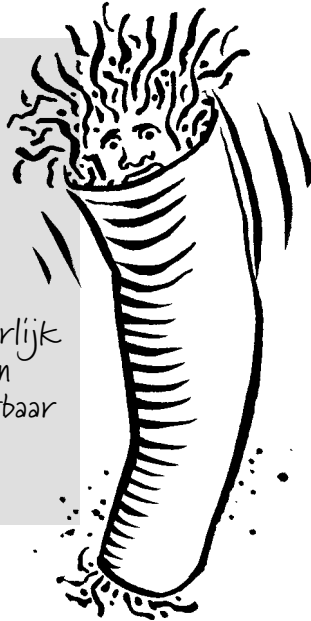
Het is niet lichamelijk verslavend. Je wordt dus niet ziek als je stopt met blowen, zoals bij heroïneverslaving. Maar je krijgt wel zo'n groot verlangen naar de kick van blowen, dat je er niet meer mee kunt stoppen. Dan ben je dus *verslaafd*, want je geest kan niet zonder. Dit is geestelijke verslaving.

<sup>1</sup> Het eerste onderzoek is uitgevoerd door Scripps Research Institute in Californië en de Complutense University of Madrid in Spanje. Het tweede door Gaetano Di Chiara van de University of Cagliari in Italië. Beide onderzoeken tonen aan dat gebruik van 'softdrugs' hetzelfde effect in de hersenen geven als cocaïne, heroïne, alcohol en nicotine waardoor de gebruiker terugkomt voor meer. Science, vol.276, 27 juni 1997.

"Het enige dat soft is, is dat het heel zacht, heel langzaam en sneaky je leven in sluipt.

'Softdrugs' zijn juist heel verraderlijk omdat de gevolgen pas na jaren zichtbaar worden."

Sander (ex-blower)



Voor geestelijke afhankelijkheid of verslaving maakt het geen verschil of je doordeweeks of in het weekend blowt. Afhankelijkheid kan altijd ontstaan, als je hele doen en laten gericht is op blowen.

**Verstaving** = geestelijke en soms ook lichamelijke afhankelijkheid.

### Gevaren van gebruik van hasj en wiet:

- Geestelijke verslaving.
- Verhoogde kans op longkanker, het is dus niet gezonder dan roken.
- Gewone dingen (school, hobby's) zijn niet meer belangrijk.
- Je wilt jezelf steeds 'relaxed' voelen, zonder blow is het leven saai.
- Je gedrag verandert.
- Je kunt niet meer genieten zonder eerst geblowd te hebben.
- Geheugen- en concentratieverlies.
- Je haalt werkelijkheid en waan door elkaar.
- Jongens: minder en misvormde zaadcellen.
- Meisjes: verstoorde vruchtbaarheid en menstruatiecyclus.
- Schade aan de luchtwegen.
- Je wordt depressief, lusteloos en onbereikbaar.
- Blowen is slecht voor je hersenen: je wordt dus gewoon dommer van blowen.

## Wat doet blowen?

Blowen versterkt je stemming:

Wanneer je in een goede bui bent, word je nog vrolijker en kun je dubbel liggen van de lach om de meest normale dingen (*lachkick*). Sommigen krijgen een *vreetkick*, anderen worden gewoon ziek.

Als je onzeker of bang bent, kun je heel achterdochtig (*paranoia*) worden na het blowen. Je denkt dat iedereen je achtervolgt. Ook kan verdriet omslaan in een depressieve stemming. Wanneer blowen vervelende effecten geeft, wordt het *flippen* genoemd.



Hasj en wiet worden ook gebruikt om aan de alledaagse werkelijkheid te ontsnappen. Blowen brengt je in een zorgeloze stemming (*relaxed*) en verandert je waarneming. Als je blowt, merk je de effecten al na enkele minuten. Dit wordt veroorzaakt door de stof THC<sup>2</sup>. Pas na twee tot vier uur nemen deze effecten af. THC blijft ongeveer vier weken in je lichaam.

Wanneer iemand onder invloed van hasj of wiet is, is hij *stoned*. Als je stoned bent, kun je je maar op één ding tegelijk concentreren. Je hebt namelijk een licht gevoel in je hoofd. De meeste blowers kunnen bijvoorbeeld hun huiswerk niet maken of zijn de volgende dag alles weer vergeten.

Omdat je reactievermogen vermindert, is ook het rijden op scooter of fiets gevaarlijk.

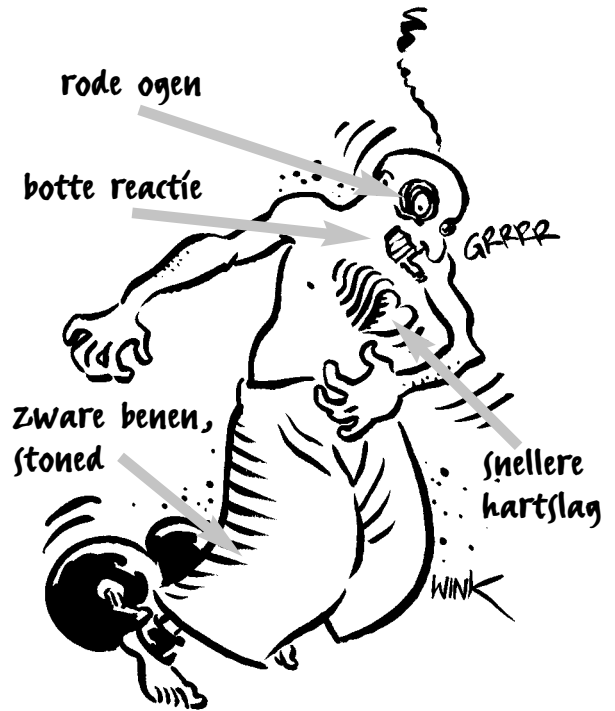


<sup>2</sup> THC = delta-9-tetrahydrocannabinol. Hoe warmer het klimaat waarin de hennep groeit, hoe meer THC erin zit. Door professionele teeltmethoden (ook in Nederland) is dit THC-gehalte de laatste jaren gestegen. Een hoog THC-gehalte kan leiden tot overdosering en paniekaanvallen. Hasj bevat 3 tot 14 procent THC en wiet 0,5 tot 3 procent THC. Maar hogere percentages komen ook voor.

Een voorgedraaide joint kost een gulden of vijf (= € 2,30). Maar de meeste blowers geven de voorkeur aan een zakje hasj of wiet (max. 5 gram voor f 50,- of € 23,-) om zelf te doseren. Sommige blowers roken voor vijf- tot achthonderd gulden per maand. Zij komen in geldnood. Blowen kan een cirkel worden waar je niet uit komt.

"Vijfjes uit de portemonnee van je moeder pakken. Speciaal langs vrienden om een tientje van ze te lenen. En je schaamt je niet eens, want, tsja, je moet toch zeker blowen?"

Marjon  
(ex-blower)



Je reageert botter en harder. Behalve dat je gedrag verandert, veroorzaakt blowen ook lichamelijke verschijnselen, zoals rode ogen, een snellere hartslag.

Omdat je ook het gevoel krijgt dat je stenen aan je benen hebt hangen, wordt dit 'stoned' genoemd.

# De Bijbel

## De Bijbel en drugs

Zegt de bijbel iets over drugs? Zeker, maar dan niet zo opvallend. In het Nieuwe Testament wordt gesproken over pharmakeia. (Gal. 5:20; Opb. 9:21; 18:23 21:8; 22:15).

In onze vertaling wordt pharmakeia vertaald met afgoderij. Maar het betekent ook het gebruik van geestverruimende middelen.

Drugs worden afgekeurd en staan in de Bijbel in nauw verband met occultisme. Doordat je in extase raakt, kun je je geest openstellen voor invloeden vanuit de occulte wereld.



# Genieten mag!

De Bijbel staat negatief tegenover overmatig drankgebruik en het gebruik van drugs. Maar de Bijbel is niet tegen genieten!

*Zie, wat ik als goed heb opgemerkt, is dit: dat het voortreffelijk is te eten en te drinken en het goede te genieten bij al het zwoegen, waarmee iemand zich aftoet onder de zon gedurende de weinige dagen van zijn leven, die God hem schenkt, want dit is zijn deel.*

Maar er is tenminste nog één goed ding voor een mens; hij mag genieten van lekker eten en drinken en andere prettige dingen bij al het harde werken, dat hij doet in de korte tijd die God hem laat leven.\*

Pred. 5:17

\* De teksten in de grijze vlakken komen uit Het Boek

*Hun, die rijk zijn in de tegenwoordige wereld, moet jij bevelen niet hooghartig te zijn, en hun hoop gevestigd te houden niet op onzekere rijkdom, doch op God, die ons alles rijkelijk ten gebuike geeft, om wel te doen, rijk te zijn in goede werken, vrijgevig en mededeelzaam, waardoor zij zich een vaste grondslag voor de toekomst verzekeren om het ware leven te grijpen.*

1 Tim. 6:17-19

Zeg tegen de rijken dat zij niet trots mogen zijn en niet moeten vertrouwen op hun geld, dat slechts een twijfelachtige zekerheid geeft, maar dat zij moeten vertrouwen op de levende God, Die ons van alles geeft om ervan te genieten. Zeg hun dat zij hun geld moeten gebruiken om er goed mee te doen.

## Geen misbruik...

Genieten is prima! God geeft veel dingen om van te genieten. Het gaat pas mis als je verslaafd wordt aan genot. Dit geldt natuurlijk ook voor eten en drinken. Bij middelen die schadelijk zijn voor je gezondheid, zoals roken en overmatig eten en alcoholgebruik, is het anders. Je moet goed voor je lichaam zorgen.

*Of weet jij niet, dat uw lichaam een tempel is van de Heilige Geest, die in u woont, die jij van God ontvangen hebt, en dat jij niet van uzelf zijt? Want jij zijt gekocht en betaald. Verheerlijkt dan God met uw lichaam.*

1 Kor. 6:19

Of weet u niet dat uw lichaam een tempel is van de Heilige Geest? Van de Geest, Die God u heeft gegeven en Die nu in u woont? U bent niet van uzelf! God heeft u tegen de allerhoogste prijs gekocht! Gebruik daarom ieder deel van uw lichaam om God eer te geven.

De Bijbel spreekt ook over mensen die genot meer liefhebben dan God...

*Weet wel, dat er in de laatste dagen zware tijden zullen komen: want de mensen zullen zelfzuchtig zijn, geldgierig, pochers, vermetel, kwaadsprekers, aan hun ouders ongehoorzaam, ondankbaar, onheilig, liefdeloos, trouweloos, lasteraars, onmatig, onhandelbaar, afkerig van het goede, verraderlijk, roekeloos, opgeblazen, met meer liefde voor genot dan voor God.*

2 Tim. 3:4

Je moet weten dat het in de laatste dagen voor de christenen erg moeilijk zal worden. Want de mensen zullen alleen van zichzelf en van hun geld houden; zij zullen verwaand en protserig zijn; zij zullen God belachelijk maken en hun ouders ongehoorzaam zijn; zij zullen ondankbaar en door-en-door slecht zijn. Zij zullen hatelijk en koppig zijn; roddelen, ruzie maken en een lage moraal hebben. Zij zullen bruto en wreed zijn en met goede mensen spotten. Zij zullen hun vrienden verraden; ze zullen roekeloos en opgeblazen zijn en liever hun driften volgen dan God aanbidden.

*Want vroeger waren ook wij verdwaasd, ongehoorzaam, dwalende, verslaafd aan velerlei begeerten en zingenot, levende in boosheid en nijd, hatelijk en elkander hatende.*

Titus 3:3

Vroeger hadden wij ook geen inzicht; wij waren ongehoorzaam; misleide slaven van onze zondige genoegens en slechte verlangens. Ons leven was vol wrok en jaloezie. Wij haatten anderen en wij haatten elkaar.

Gezond genieten is tot eer van God.

*Of gij dus eet of drinkt, of wat ook doet, doet het alles ter ere Gods.*

Wat u ook doet, doe het tot eer van God, ook het eten en drinken.

1 Kor. 10:31

## Heb jij het onder controle...?

Genieten mag, genieten kan. Christen-zijn en genieten sluiten elkaar niet uit.

Genieten betekent: **zelfbeheersing!**

Jij moet het genieten beheersen en niet beheerst worden door het middel waarvan je geniet. Jij moet het onder controle hebben. Genotmiddelen die het onmogelijk maken om jezelf lichamelijk en geestelijk te beheersen, brengen altijd gevaaren met zich mee.

Dit geldt dus voor alle drugs, of het nu om heroïne, cocaïne, hasjiesj, of XTC (ecstasy) gaat. Want door te blowen heb je geen beheersing meer over jezelf. Je stopt jezelf te zijn. Je verandert.

Een blower is steeds moeilijker aanspreekbaar op wat hij doet en zegt. Blowen is uiteindelijk niet te beheersen.

Als je geen controle over je lichaam en denken meer hebt, ga je te ver. Een christen moet altijd aanspreekbaar zijn op wat hij doet en zegt. Je bent verantwoordelijk voor je eigen leven:

*Alles is mij geoorloofd, maar niet alles is nuttig. Alles is mij geoorloofd maar ik zal mij door niets laten knechten.*

*Ik mag alles, maar niet alles is zinvol. Hoewel ik alles mag, mag niets mij overheersen.*

1 Kor. 6:12

## Maar ik kan drugs gewoon kopen...

In 1976 werd er in de Opiumwet een scheiding gemaakt tussen 'softdrugs' (met een 'aanvaardbaar' risico voor de gezondheid) en 'harddrugs' (met een 'onaanvaardbaar' risico). Soft- en harddrugs zijn en blijven illegaal. Het is verboden, maar voor 'softdrugs' geldt dat het

wordt gedoogd: blowen wordt dus eigenlijk door de vingers gezien. Met deze maatregel wil de overheid hasj en wiet uit het criminele circuit halen. Daarom zijn er in veel steden zogeheten *Coffeeshops*. Het mag alleen maar verkocht worden aan jongeren boven de 18 jaar (maximaal 5 gram wiet per persoon). Naast softdrugsgebruikers komen er natuurlijk ook jongeren in een coffeeshop die weleens harddrugs gebruiken...



## Een kwestie van kiezen...

Als je een joint hebt uitprobeerde, doe je dat natuurlijk niet om verslaafd te raken. Niemand raakt zomaar verslaafd. Het overkomt je niet. Verslaving is het gevolg van een verkeerde keuze.

- Waarom zou je blowen?**
- - Stoer doen
  - - Meedoen
  - - Erbij willen horen
  - - Geen 'nee' durven zeggen
  - - Uit verveling
  - - Nieuwsgierigheid
  - - Uitproberen
  - - Het is spannend
  - - Groepsdruk
  - - Iedereen doet het

"De joint werd langzaam doorgegeven. Hij kwam steeds dichterbij en ik dacht: 'Zal ik het wel doen, zal ik het niet doen?'"  
Wim (ex-blower)



Je kiest ervoor om met vrienden om te gaan die blowen. Je kiest er ook zelf voor om in een coffeeshop te komen om 'softdrugs' te kopen. En als je blout is het jouw keuze om er wel of niet mee door te gaan.

### Waarom zou je doorgaan met blowen?

- Het is lekker
- Het is gezellig
- Het wordt een gewoonte
- Problemen vergeten
- Even in 'dromenland' zijn
- Verlangen naar een kick
- Voor de (ont)spanning

"Kies van tevoren voor jezelf om van drugs af te blijven. Dan maak je het jezelf makkelijker. Het lijkt zo gewoon om 'softdrugs' te gebruiken. Veel mensen denken dat het geen kwaad kan, maar ik weet dat dat een leugen is. Als je vrienden gebruiken, probeer ze dan duidelijk te maken hoe groot de risico's zijn. En help elkaar om er niet aan te beginnen." Wim (ex-blower)

Jij bent verantwoordelijk voor de keuzes die je maakt. Er kunnen een heleboel redenen zijn waarom je misschien kiest om te gaan blowen.

Door 'softdrugs' kun je juist problemen krijgen. Je gedrag verandert, je wordt onverschillig en je kunt je slecht concentreren. Problemen thuis en op school zijn het gevolg evenals geldgebrek, beschadigd vertrouwen en kapotte relaties.

Maar... niemand dwingt jou om 'softdrugs' te gebruiken. Als je problemen hebt, praat er dan over! Neem iemand in vertrouwen, zoek hulp!

Zoek  
hulp!

## TIP: Zeg NEE

Het is slim om nu al na te denken over situaties waar je in terecht kunt komen. En om daar nu al je keuze voor te maken. Wat ga jij doen als je een joint of blow aangeboden krijgt? Om te voorkomen dat je dingen doet waar je spijt van krijgt, volgen hier wat tips:

- Let goed op met wie je omgaat en bij welke groep je je aansluit. Groepsdruk is vaak een belangrijke reden om mee te doen en te experimenteren.
- Weet wat drugs zijn en met je kunnen doen. Er zijn verschillende folders en brochures te krijgen. Zo sta je straks niet met je mond vol tanden!
- Denk nu al na over een reactie op bepaalde situaties waarin je moet kiezen (z.o.z.).

Voorbeelden:

1. Als ik een blow aangeboden krijg (maakt niet uit waar), dan zeg ik 'Nee', altijd en overal.
  2. Als er in de kring met vrienden een joint rondgaat, hoef ik hem niet. Ik pak hem niet eens aan!
- Laat je niet intimideren door 'vrienden' die zeggen dat het voor een keer niet erg is. Blijf jezelf en zeg NEE!



# NEE!

## Drugs-kennistest

Streep het onjuiste antwoord door:

1. Drugs zijn middelen die je gevoel, je stemming en je denken veranderen.  
WAAR / NIET WAAR
2. Van hasj roken word je meestal ontspannen.  
WAAR / NIET WAAR
3. Blowen is niet verslavend.  
WAAR / NIET WAAR
4. Je kunt niet zonder risico's 'softdrugs' gebruiken.  
WAAR / NIET WAAR
5. Wanneer ik alleen in de weekenden blow, kan het geen kwaad.  
WAAR / NIET WAAR
6. Verslaving is het gevolg van een verkeerde keuze.  
WAAR / NIET WAAR
7. 'Softdrugs' hebben invloed op je schoolprestaties.  
WAAR / NIET WAAR
8. Blowen is altijd te beheersen.  
WAAR / NIET WAAR
9. In de Bijbel wordt gebruik van drugs afgekeurd.  
WAAR / NIET WAAR

(Antwoorden: z.o.z.)

## Antwoorden drugs-kennistest

1. Waar. Zie blz. 2
2. Niet waar. Zie blz. 8
3. Niet waar. Zie blz. 5
4. Waar. Zie blz. 7
5. Niet waar. Zie blz. 6
6. Waar. Zie blz. 21
7. Waar. Zie blz. 7
8. Niet waar. Zie blz. 18
9. Waar. Zie blz. 12

## Meer... Meer weten over blowen?

- **Vraagbaak bij verslavingen**  
Door Frans Koopmans  
Uitg. Groen, Heerenveen



- **102 vragen over alcohol, drugs, gokken...**  
Door R.J. Delhaas, G.P.H.E. Eussen,  
Uitg. Brijder Stichting, Alkmaar
- **Hasjiesj en Marihuana**  
Door Drs. K. Neeteson  
Uitg. Werkvisie De Hoop, Dordrecht

- *Jongerenblad STR8!*, gratis uitgave  
Stichting De Hoop: (078) 614 24 44



- *Voor informatiepakketten (posters) over blowen, alcohol, roken, gokken, XTC, harddrugs, ecodrugs, anorexia en boulimia kun je bellen met:*

Stichting De Hoop: (078) 614 24 44  
Stichting Voorkom: (030) 637 31 44

## Reageren?

### Stichting De Hoop

Evangelische verslavingszorg en hulpverlening  
Spuiweg 77, 3311 GT Dordrecht

(078) 614 24 44

24 uur per dag bereikbaar

E-mail: [info@dehoop.org](mailto:info@dehoop.org)

<http://www.dehoop.org>



### Stichting Chris

Postbus 941, 3300 AX Dordrecht

(078) 631 23 00

24 uur per dag bereikbaar

E-mail: [help@chris.nl](mailto:help@chris.nl)

<http://www.chris.nl>



### EO - Nazorg

Postbus 21600, 1202 BN Hilversum

(035) 647 48 00

tijdens kantooruren

E-mail: [nazorg@eo.nl](mailto:nazorg@eo.nl)

<http://www.eo.nl/nazorg>



### Stichting Voorkom

Postbus 91, 3990 DB Houten

(030) 637 31 44

tijdens kantooruren

E-mail: [stichting@voorkom.nl](mailto:stichting@voorkom.nl)

<http://www.voorkom.nl>

