

JUNI 1982

de

VERSCIJNT MAANDELIJKS

EGHTE WAARHEID

een tijds

zuiver begrip



Sovjet President Brezjnev

**NIEUWE
WAARSCHUWING
VOOR NUCLEAIRE
WAPENS IN
EUROPA**



de ECHTE WAARHEID

een tijdschrift voor een zuiver begrip

15e jaargang No. 6

juni 1982

ARTIKELN

Achter de roep om een kernwapenstop in Europa	2
God haat echtscheiding — toch is Hij van zijn eigen vrouw gescheiden. Waarom?	4
De wereldomvattende epidemie van drug- en alcoholmisbruik	5
Blijf uw spanningen de baas zonder alcohol of drugs	7
Wat is een alcoholist?	10
Hoeveel is te veel?	12
Hoe mensen onder de 20 met alcohol kunnen omgaan	17
Leer uw kinderen over alcohol	18
Vrijheid van keuze: Hoe de drug-druk aan te pakken	20
Hoop voor een jeugd zonder hoop	23

RUBRIEKEN

Persoonlijk van de hoofdredacteur	1
-----------------------------------	---

BIJ ONZE OMSLAG

Vanaf het begin is het de gedragslijn van De ECHTE WAARHEID-redactie geweest om zich boven de wereldpolitiek te stellen. Politieke leiders doen zo nu en dan evenwel uitspraken die gebeurtenissen in beweging brengen die tot het vervullen van bijbelprofetie leiden. Leonid Breznev's recente voorstel ter bevestiging van nucleaire wapens was voor ons een aansporing om deze weergave van de kunstenaar Paul Kratter te onthullen.

Gelieve uw correspondentie en abonnementsaanvragen te richten aan:

AMBASSADOR COLLEGE
Postbus 333
3500 AH Utrecht
(Nederland)

Ons telefoonnummer is: 030-317117

BELANGRIJK: Opgave van adreswijziging gaarne zo spoedig mogelijk. Indien mogelijk oud adresstrookje inluiten a.u.b.

Voor *The Plain Truth* schrijf naar:

• *Europa, India, Afrika:* P.O. Box 111, Borehamwood, Herts., Engeland WD6 1LU

- *Verenigde Staten:* 300 W. Green Street, Pasadena California 91123
- *Canada:* P.O. Box 44, Station A, Vancouver, B.C. V6C 2M2
- *Australië en Zuidoost-Azië:* P.O. Box 202, Burleigh Heads, Qld. 4220, Australia
- *Nieuw-Zeeland:* P.O. Box 2709, Auckland 1
- *Zuid-Afrika:* P.O. Box 1060, Johannesburg
- *Filippijnen:* P.O. Box 1111, M.C.C., Makati, Metro Manila 3117
- *Latijns-Amerika:* P.O. Box 5-595, Mexico 5, D.F.-Mexico
- *Caribisch gebied:* P.O. Box 6063, San Juan, Puerto Rico 00936

GEEN ABONNEMENTSPRIJS:

De Echte Waarheid wordt geheel gratis uitgegeven. Dit wordt mogelijk gemaakt door bijdragen van onze lezers en van hen die vrijwillig medewerkers zijn geworden in dit wereldomvattende werk. *De Echte Waarheid* streeft geen winstbejag na, neemt geen commerciële advertenties aan en heeft niets te koop. Bijdragen worden dankbaar aanvaard.

België: Postrek.: No. 000-0157667-42 N+; bankrek.: Algemene Bank Nederland, Antwerpen, No. 721 5205043 14. *Nederland:* Postgiro No. 1954800; bankrek.: Algemene Bank Nederland, Utrecht, No. 555013340. Voor beide landen ten name van Stichting Ambassador College, Postbus 333, 3500 AH Utrecht (Nederland).

Het Engelstalige moedertijdschrift *The Plain Truth* wordt maandelijks uitgegeven door Ambassador College, Pasadena, Californië. De Nederlandse editie wordt uitgegeven te St. Albans, Engeland. © 1982 Ambassador College (U.K.) Ltd. Alle rechten voorbehouden. PRINTED IN ENGLAND BY AMBASSADOR PRESS, ST. ALBANS

Oprichter en algemeen hoofdredacteur:

HERBERT W. ARMSTRONG

Hoofdredacteur:

Herman L. Hoeh

Eindredactie en vormgeving:

Dexter H. Faulkner

Adjunct-hoofdredacteur:

Raymond F. McNair

Nieuwsbureau:

Gene H. Hogberg

Redacteurs:

Roderick C. Meredith, Donald D. Schroeder, John R. Schroeder, Michael A. Snyder, Clayton Steep, Keith Stump

Assistent-redacteurs:

Sheila Graham, Norman L. Shoaf

Vaste medewerkers:

Dibar Apartian, Robert Boraker, John Halford, Sidney M. Hegvold, Kenneth C. Herrmann, Harold Jackson, Rod Matthews, Leroy Neff, Richard Paige, Richard J. Rice, Richard H. Sedliack

Kopijredacteur:

Peter Moore

Redactie-assistenten:

Charlene Bentley, Debbie Burbach, Ann Hays, Werner Jebens, Craig Millar, Jeremy Rapson, Janice Roemer, Tony Styer, Dan Taylor, Ron Toth, Jeff Zhorne

Vormgeving:

Randall Cole, Matthew Faulkner, Phil Gray, Minette Smith

Coördinator vormgeving:

Greg S. Smith

Fotoarchief:

Hal Finch, Veronica Taylor

Fotoredactie:

Hoofd fotografische verzorging: Warren Watson; *Medewerkers:* Charles Buschmann, Donna Hayworth, Alfred Hennig, Sylvia Owen, Roland Rees, Scott Smith, Kim Stone

Uitgeverij:

Hoofd productie: Roger G. Lippress; *Distributie:* Boyd Leeson; *Productie:* Ron Taylor; *Coördinators internationale edities:* Val Brown; Bob Miller, Jeannette van Pelt; *Distributie losse nummers:* John LaBissoniere

Financieel beleid:

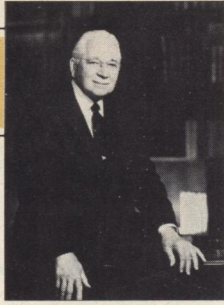
Leroy Neff

Internationale edities:

Duits: John B. Karlson; *Engels:* John R. Schroeder; *Frans:* Dibar Apartian; *Nederlands:* Bram de Bree; *Spaans:* Don Walls

Kantoren:

Auckland, Nieuw-Zeeland: Peter Nathan; *Bonn, West-Duitsland:* Frank Schnee; *Burleigh Heads, Australië:* Robert Morton; *Genève, Zwitserland:* Bernard Andrist; *Johannesburg, Zuid-Afrika:* Roy McCarthy; *Manila, Filippijnen:* Guy Ames; *Mexico City, Mexico:* Thomas Turk; *San Juan, Puerto Rico:* Stan Bass; *Borehamwood, Engeland:* Frank Brown; *Utrecht, Nederland:* Bram de Bree; *Vancouver, B.C., Canada:* Colin Adair



Persoonlijk van...

Wat is de ergste zonde?

Wat is de grootste zonde die iemand kan begaan?

Ik heb eens een bijeenkomst bijgewoond waarop de resultaten van een prijsvraag werden bekendgemaakt. De eerste prijs was een nieuwe bijbel voor het beste antwoord op de vraag: „Wat is de meest *algemene* zonde die begaan wordt door het grootste aantal mensen?” De eerste prijs was voor het antwoord:

„*Ondankbaarheid*”.

Inderdaad is een gebrek aan dankbaarheid een van de meest voorkomende, zo niet de verschrikkelijkste van alle zonden. Weinig mensen hebben geleerd werkelijk waardering te hebben voor wat zij bezitten. De meeste mensen zijn geneigd de goede dingen vanzelfsprekend te vinden en zij zijn er niet dankbaar voor.

Maar wat is de *ergste* van alle zonden? De meest afschuwelijke zonde die begaan kan worden is waarschijnlijk een van de *laatste* die de meeste mensen zouden opnoemen.

Denk eens na! Alles wat goed is komt van *God!* Hij is de Schepper, Onderhouder, Heerser. Zijn glorie gaat het menselijke voorstellingsvermogen ver te boven. Hij is volmaakt.

Door de levende Christus kunnen wij de Geest — het Leven — de goddelijke natuur van God ontvangen! Aldus worden we medeërfgenen met Christus, opdat ook wij door een opstanding als werkelijke zonen van God kunnen worden geboren. Jezus Christus was de eerstgeborene van vele broeders! Hij heeft reeds geërfd — en wij kunnen door Hem medeërfgenen worden om later alles wat van God is te beërven — en dat is het gehele universum!

Kan uw geest dat bevatten? *Wij kunnen delen in al het bezit van God!*

Een klein deel daarvan kunnen we in dit tijdelijk leven *hier en nu* indrinken, van vervuld worden en genieten! Alles wat goed is komt van God!

Zie nu eens wat het betekent om contact met de levende God te hebben.

Zelfs nu reeds, in dit fragiele menselijke bestaan, kunnen wij van Hem leiding ontvangen, en wijsheid, bescherming tegen fysiek letsel, genezing bij ziekte, gemoedsrust, bevrijding uit moeilijkheden, en alle eigenschappen van zijn karakter: liefde, geloof, geduld, zekerheid, goedheid, kracht om te overwinnen.

Is er iets wat u maar niet kunt opgeven? U zult het *moeten* opgeven, weet u — *anders begaat u de meest afschuwelijke zonde!* De zonde die u afsnijdt van dit persoonlijk *contact* met God!

God zegt ons dat zijn oor niet te doof is om onze smekingen te horen. Zijn arm is niet te kort dat Hij niet zou kunnen reageren — maar *onze zonden* maken een scheiding tussen Hem en ons, zodat Hij niet hoort!

U moet bereid zijn alles op te geven, zoals Petrus, en Christus te volgen, anders blijft u van God *afgesneden!*

God *is* en Hij *is* de bron van liefde, wijsheid, goedheid, macht en kracht. Hij onderhoudt, beheerst en leidt iedere macht, kracht en energie, want Hij regeert over het totale universum.

En toch is Hij, ofschoon Hij zo groot, zo machtig, zo glorieus, uitermate zorgzaam voor iedereen van ons! Hij heeft ons zozeer lief, dat Hij zijn enigverwekte Zoon *gaf* om in onze plaats de schuld te betalen van onze dwaasheid — onze zonden. Hij wekte zijn verwekte Zoon Jezus Christus uit de dood op waardoor deze door zijn opstanding als God zelf werd geboren, en God gaf Hem alle macht en glorie van het gehele universum, en stelde Hem, de opgestane, eeuwiglevende Christus, aan als Hoofd van de hoogste regering van het grenzeloze universum.

Bovendien, door Jezus Christus heeft God het voor ons mogelijk gemaakt om door de glorieus God zelf verwekt te worden!

Van Hem en van Hem alleen kunnen we echt geluk en echte vreugde indrinken. Van Hem kunnen we de kennis van de werkelijke waarden ontvangen — kunnen we het *doel* van het leven weten — en de weg naar al het goede. Wij kunnen iedere goede en volmaakte gave die van boven komt ontvangen!

Welnu, wat is de ergste, de meest verschrikkelijke zonde die iemand mogelijk kan begaan? Dat is duidelijk: het is een andere god te

(Zie verder pagina 29)

Achter de roep om een **KERNWAPENSTOP** in Europa

door Gene H. Hogberg

De Sovjet-Unie wordt geconfronteerd met een grimmige paradox: hoe meer haar wereldomspannende kernwapenvoorsprong toeneemt, hoe groter haar toekomstige onveiligheid dicht bij huis in Europa.

HALF MAART jl. kondigde de Sovjet-president Leonid Brezjnev een eenzijdig moratorium af op de plaatsing van kernraketten voor de middellange afstand in het Europese deel van de Sovjet-Unie.

De 75-jarige Sovjet-leider beloofde voorts dat een aantal nu reeds opgestelde raketten later in dit jaar zouden worden verwijderd. En dat sommige van de oudere, van een enkelvoudige kernkop voorziene SS-4 en SS-5 raketten niet zouden worden vervangen door de nieuwe, krachtiger, van drie kernkoppen voorziene SS-20's.

Naar men aanneemt beschikt de Sovjet-Unie nu reeds over 300 SS-20's, waarvan twee derden gericht staan op vitale bevolkings- en strategische centra in West-Europa.

Westerse autoriteiten tegen bevrozing

Er waren aan het Sovjet-voorstel tot



PRESIDENT BREZJNEV bracht in november jl. een bezoek aan kanselier Schmidt. De Sovjet-oppositie tegen NATO-plannen om nieuwe kernraketten in Europa te plaatsen wordt sterker.

„bevrozing” van de kernwapenwedloop enkele belangrijke voorwaarden verbonden. Brezjnev zei dat het moratorium van kracht zou blijven tot er met de Verenigde Staten een wapenbeheersingsovereenkomst was bereikt met betrekking tot de in Europa opgestelde kernwapens — of totdat de Verenigde Staten zouden beginnen de

opstelling van nieuwe generaties Pershing 2 en kruisraketten in West-Europa „in praktijk te brengen”.

In 1979 besloot de Noordatlantische Verdragsorganisatie eind 1983 een aantal van 572 van deze geavanceerde kernwapens op Europese bodem op te stellen en op Sovjet-doelen te richten.

De reactie in de Westerse wereld op het aanbod van een nucleair moratorium was in het algemeen negatief. Terwijl zegslieden van de vele anti-kernwapenbewegingen gunstig reageerden op wat zij een doorbraak in de wapen-

wedloop noemden, varieerden de officiële reacties van koeltjes tot ijzig.

Minister-president Thatcher van Engeland haastte zich het aanbod van de hand te wijzen, omdat het volgens haar „de volstreekte superioriteit van de Sovjet-Unie ten aanzien van de kernwapens op dit bijzondere strijdtonel zou bevrozen”.

De Westduitse regering was terughoudender in haar antwoord. Wat niet wegneemt dat een zegsman van de regering in Bonn de Sovjet-bewering van de hand wees als zou er in het eigenlijke Europa ruwweg pariteit

De ECHTE WAARHEID

tussen Oost en West bestaan ten aanzien van kernwapens.

Reagan wees de verklaring onmiddellijk van de hand als niet meer dan een propagandamanoeuvre. Hij merkte voorts op dat het moratorium beperkt blijft tot het Europese deel van de Sovjet-Unie, hetgeen de U.S.S.R. vrij zou laten achter het Oeralgebergte door te gaan met de opstelling van haar Euro-raketten.

Wat de Sovjets vrezen

Het is volkomen duidelijk dat de Sovjet-leiding alles doet wat in haar vermogen ligt om de West-Europeanen te overreden het NAVO-plan voor de opstelling van nieuwe kernraketten voor de middellange afstand op een zijspoor te zetten.

De reden daarvan is simpel. De verscheidene duizenden van kernkoppen voorziene NATO-raketten die zich momenteel in West-Europa bevinden, zijn stuk voor stuk van de „tactische”, of wel slagveld-variëteit, met een maximum bereik van zo'n 650 km. Zij betekenen geen bedreiging voor de Sovjet-Unie zelf.

Dit is niet het geval met de voorgestelde 572 Pershing 2 en kruisraketten. Afgezien van bepaalde onderdelen van de onafhankelijke Franse kernstrijdmacht, openen deze wapens voor het eerst de mogelijkheid, vanuit bases in West-Europa een nucleaire tegenaanval op het hart van de Sovjet-Unie te ondernemen.

De Sovjet-autoriteiten zijn op de hoogte met het Amerikaanse volkskarakter. Zij weten dat de Verenigde Staten geen rechtstreekse bedreiging voor hun land vormen. Amerikaanse autoriteiten hebben bij herhaling verklaard dat Amerika's formidabele strijdmacht aan intercontinentale ballistische raketten (ICBM's), ondergebracht in duikboten of op het *grondgebied van de Verenigde Staten* nooit voor een eerste aanval op de Sovjet-Unie gebruikt zullen worden. Voor de voorzichtige Sovjets worden deze strategische wapens op veilige afstand gehouden, en, wat voor hen nog belangrijker is, ze bevinden zich onder de volledige controle van een tegenstander wiens handelingen zij met zekerheid menen te kunnen voorspellen.

Daarentegen is Moskou ervan overtuigd dat door Amerika beheerde, *in Europa opgestelde* en op de USSR gerichte kernwapens voor de *middellange afstand* op een gegeven moment

in de toekomst op de een of andere manier „in verkeerde handen” zouden kunnen vallen.

Bedreigingen van het Russische grondgebied zijn in hoofdzaak altijd uit dezelfde hoek gekomen: West- en Midden-Europa. De collectieve herinnering aan Napoleons tocht naar Moskou en aan Hitlers „Operatie Barbarossa” is tegenwoordig in de Sovjet-Unie even springlevend als ooit.

Sovjet-plan kan terugslag veroorzaken

Het Sovjet-aanbod van een nucleair moratorium is dus in de eerste plaats gericht op de Westerse publieke opinie, in het bijzonder op de zogenaamde vredesbewegingen in West-Europa en in de Verenigde Staten. De Sovjets steunen in toenemende mate op deze bewegingen om een zo krachtige oppositie tegen het NAVO-plan op gang te brengen dat de nieuwe raketten nooit zullen worden opgesteld.

Zouden de Russen er werkelijk in slagen het NAVO-plan door de anti-kernbewegingen te doen blokkeren, dan zou het Westerse bondgenootschap zelf onherstelbaar uiteengeslagen kunnen worden.

Dat zou tengevolge kunnen hebben dat de in invloedrijke kringen van Amerika steeds sterker wordende neiging om de Amerikaanse troepen uit Europa terug te trekken, niet meer zou kunnen worden gestopt.

Zonder de aanwezigheid van Amerikanen in Europa om de frontlinie van de NAVO te verankeren, zouden de leidende Europese naties uiteindelijk op hun eigen strijdkrachten — compleet met kernwapens — worden teruggeworpen om de Sovjet-macht te weerstaan.

Slechts weinig mensen zijn zich tegenwoordig bewust dat de NAVO evenzeer een instrument is om de Westeuropese — en in het bijzonder de Westduitse — energieën en interessen te stabiliseren, als om een gemeenschappelijke Westerse afweerhouding jegens de doelstellingen van de Sovjet-Unie mogelijk te maken.

De inspanningen en bemoeiingen van Moskou zouden daarom zonder dat men zich dat bewust is de deur kunnen openen tot een veel grotere uitdaging aan het communistische Oostblok dan de leiders van de Sovjet-Unie beseffen. Zoals dit tijdschrift bij herhaling benadrukt, voorzegt de bijbelse profetie de opkomst van juist zo'n Europese „Derde Macht” van de eindtijd. □



OVER- LEVINGS- KANSEN

... in de komende jaren?

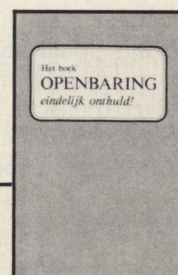
Allereerst de feiten

1. Zelfs kleine onstabiele naties zwaaien met atoomwapens.
2. Door toenemende geïrriteerdheid, eerder wanhoop dan redelijkheid in de internationale betrekkingen.
3. Economische wurging, totale ineenstorting misschien.
4. Slinkende hulpbronnen — te weinig voedsel, olie, meststoffen enz.
5. Een wereldbevolking die zich in 30 jaar verdubbelt — tegen het jaar 2035 wellicht 14 miljard mensen op onze planeet.

Niemand wil slecht nieuws. Maar als de huidige tendensen aanhouden wacht de mensheid slechts ernstig gevaar. Wereldleiders zijn verontrust. Termen als „Armageddon” en „Apocalyps” worden alledaagse woorden. Staat de doem-dag voor de deur?

Het teken staat aan de wand, maar er is een alternatief voor een totale holocaust.

Als een verrassend antwoord u niet afschrikt, schrijf dan om ons gratis boekje *Het boek Openbaring eindelijk onthuld*. U kunt ook gebruikmaken van de kaart binnin.



GOD HAAT ECHTSCHIEDING Toch is Hij van zijn eigen vrouw gescheiden WAAROM?

door Herbert W. Armstrong

Tegenwoordig eindigt één op de twee huwelijken in scheiding. Is het huwelijk op de terugtocht? Waarom heeft zelfs God zich van zijn vrouw laten scheiden? Hier volgt een waarheid die nieuw voor u is!

Het voornaamste kwaad van de wereld is het feit dat mensen niet gelukkig in vrede met andere mensen kunnen leven. Dit ene feit is de voorafschaduw van het einde van de beschaving van deze wereld. Maar waarom?

In het jaar dat eindigde op 31 oktober 1980 waren er in de Verenigde Staten 1.182.000 echtscheidingen tegenover 2.414.000 huwelijken. Half zoveel scheidingen als huwelijken. In 1979 was het aantal echtscheidingen bijna tweeënehalfmaal zo groot als twintig jaar eerder — 1959. In Europese landen was de situatie ongeveer even erg.

Een typisch voorbeeld

Gewoonlijk ligt de schuld bij beide partners wanneer een huwelijk in scheiding eindigt. Maar zelfs wanneer slechts één partner schuld treft, kunnen beiden door deze tragische wringer van menselijke kwelling worden gehaald. Ik laat het relaas volgen van een dergelijk geval.

Het is het geval van een ouder iemand die van een mooie jonge vrouw

hield en haar een huwelijksaanzoek deed. Hij bood haar een aanzienlijk beter levenspeil en vele voordelen — zozeer dat zij zelfs de voornaamste vrouw van de hele aarde zou worden — want deze oudere persoon was God. En de gehele aarde was van Hem. Ik haal dit bijbelse verhaal aan omdat het een illustratie vormt van de menselijke natuur en van de oorzaak van de tegenwoordige scheidingen en gebroken huwelijken. En deze bijbelse ervaringen zijn „hun overkomen tot een voorbeeld voor ons en het is opgetekend ter waarschuwing voor ons, over wie het einde der eeuwen gekomen is” (1 Kor. 10:11).

Veel van deze liefdesgeschiedenis en haar afloop vindt men in het 16e hoofdstuk van Ezechiël, gedeeltelijk in Jeremia 3, gedeeltelijk in Maleachi 3 en elders. Maar het huwelijksaanzoek vindt men in Exodus 19:5, met de belofte dat zij zijn „first lady” zal worden — de belangrijkste vrouw. Haar ja-woord staat in vers 8 en de huwelijksplechtigheid in Ex. 24:3-8.

Dit huwelijk en de in vele opzichten boeiende geschiedenis daarvan is typerend voor vele hedendaagse huwelijkservaringen. De oorzaken van de historische afloop zijn precies dezelfde als die tot ontbinding van vele hedendaagse huwelijken leiden. Daarin ligt de

werkelijke reden van zoveel ongelukkige huwelijken en de pijn van een echtscheiding. Het uiteindelijke resultaat in de toekomst openbaart ons de weg naar een gelukkig huwelijk en het uiteindelijke ongelooflijke potentieel voor de mensheid.

De aanstaande vrouw van deze oudere persoon leefde in slavernij in Egypte — zoals vele jonge hedendaagse bruiden in de slavernij van de zonde leven. Haar was een aangenaam leven beloofd in een bij uitstek gewenst land — het beloofde land, vloeiende van melk en honing. Deze vrouw-natie beloofde bij de huwelijksplechtigheid in alles onderdanig te zijn aan haar echtgenoot en hem te respecteren. Mozes leidde deze plechtigheid: „Hij nam het boek des verbonds en las het voor de oren van het volk en zij zeiden: Alles wat de Here gesproken heeft, zullen wij doen en daarnaar zullen wij horen” (Ex. 24:7).

Deze echtgenoot, God, bracht zijn vrouw naar haar uitverkoren nieuwe thuis „een sieraad onder alle landen” (Ezech. 20:15). Maar zijn vrouw was ontrouw en weigerde met hem in vrede te leven, want „gaan er twee tezamen, zonder dat zij het eens geworden zijn?” (Amos 3:3.) U kunt het hele relaas in verhaalvorm lezen in het 16e hoofdstuk

(Zie verder pagina 28)

De ECHTE WAARHEID

DE WERELDOMVATTENDE EPIDEMIE VAN DRUG- EN ALCOHOLMISBRUIK

In dit speciale nummer maken wij de oorzaken en de oplossing bekend van de schadelijkste maatschappelijke en gezondheids crisis, waardoor de wereld wordt geteisterd.

door Donald D. Schroeder

Elk jaar opnieuw glijden miljoenen langs de glibberige helling van alcohol- en drugmisbruik af naar verslaving, ziekte, misdaad en dood.

Alleen al in de Verenigde Staten zijn tussen de tien en twaalf miljoen mannen en vrouwen — evenals trouwens hun gezin en hun familieleden — als het ware verlamd door de verwoestende uitwerking van alcoholisme. En nog eens miljoenen anderen gaan zich te buiten aan sterke drank met als gevolg een ernstige aantasting van hun gezondheid en een groot verlies aan produktiviteit.

Alcoholmisbruik, heroïne en andere drugs woeden als een bosbrand door geheel Europa. Ook de Sovjet-Unie gaat wat dat betreft onder kolossale sociale en economische lasten gebukt.

Ontwikkelingslanden worstelen met drugproblemen — zowel met de reeds vanouds bekende als met de moderne. In dit deel van de wereld snakken honderden miljoenen naar verslavende middelen om hun ellende en levensproblemen te verlichten.

Maar dergelijke methoden om moeilijkheden het hoofd te bieden zijn onverstandige oplossingen! Het wordt tijd dat wij een uitweg vinden uit de

grootste maatschappelijke plaag, die deze zogenaamd „verlichte” twintigste eeuw teistert.

Wereldomvattend falen

Hoe komt het dat miljoenen niet de mentale en fysieke kracht kunnen opbrengen om menselijke problemen en moeilijkheden het hoofd te bieden?

Wat is de reden dat zo velen de oplossing voor hun levensproblemen in drugs of alcohol zoeken? Waarom geven zoveel mensen zich over aan het gebruik van stimulerende pillen, poeders of andere medicamenten om verveling te verdrijven — het leven minder saai te maken?

Daarbij speelt het geen enkele rol of een land al dan niet welvarend is. Het doet er volstrekt niets toe wat voor economisch stelsel of welke politieke ideologie een volk erop nahoudt. Of welke godsdienst — of het ontbreken daarvan. Waar het op neerkomt, is dat zowel Oosterse als Westerse regeringsystemen, zowel het primitieve als het moderne onderwijs en ook de belangrijke godsdiensten geen kans hebben gezien de vloedgolf van drug- en alcoholmisbruik te stuiten! Is het niet hoog tijd na te gaan *waarom* dit zo is?

Er ontbreekt iets in de beschaving, de kennis en de algemeen geldende waarden van alle volken. In plaats van

de mensen te leren de ware oorzaken van de menselijke problemen te achterhalen en daar vervolgens mee af te rekenen, worden miljoenen ertoe gebracht — letterlijk geconditioneerd door hun eigen cultuur — naar drugs en medicamenten te grijpen als de enige oplossing voor nagenoeg al hun problemen.

Nooit zijn drugs en alcohol wezenlijke en blijvende remedies voor de problemen van de mensheid geweest. Bepaalde medicinale drugs en pijnstillende middelen mogen dan van tijd tot tijd mensenlevens redden, ze betekenen zeker niet de oplossing voor de meeste persoonlijke en emotionele problemen.

Het gebruik van chemicaliën als hulpmiddel om angsten en problemen te overwinnen, lijkt misschien tijdelijk verlichting te brengen. Bij langdurig gebruik resulteren de bijwerkingen ervan tot ernstige — soms onherstelbare — fysieke, geestelijke en emotionele schade. Vele drugs stellen iemand tijdelijk in staat de ware oorzaak van zijn moeilijkheden te negeren; iets dat overigens op zijn beurt alleen maar tot meer ernstige problemen leidt.

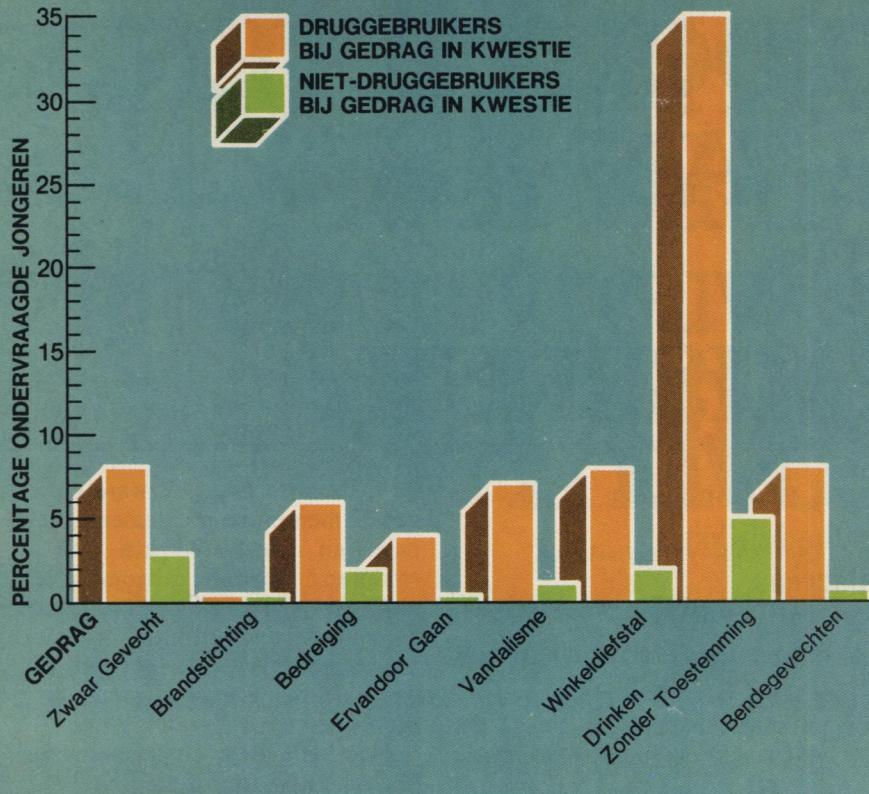
De werkelijke drugconnecties

Al in de vroegste geschiedenis was de mens vertrouwd met drugs van plantaardige origine. Maar in de twintigste eeuw hebben revolutionaire ontwikkelingen de weg gebaad voor de huidige explosie van drugmisbruik.

Deze huidige drugexplosie werd ontketend door de snelle ontwikkeling van de farmaceutische industrie, de uitbreiding der internationale contacten en reismogelijkheden, alsook door de toenemende welvaart in vele landen.

ASOCIAAL GEDRAG

DRUGGEBRUIKERS VS. NIET-DRUGGEBRUIKERS



Bron: Santana e.a., Social and Familial Influences on Substance Use Among Youth. Voordracht gehouden op de jaarlijkse bijeenkomst van de American Psychological Association, New York, September 1979.

Maar ook de enorme migratie van de plattelandsbevolking naar de grote steden speelde een belangrijke rol. De aan de eigen beschaving inherente beperkingen waardoor vroeger in de ontwikkelingslanden het traditionele druggebruik binnen de perken werd gehouden, zijn op dramatische wijze bezweken onder de invloed van de meer tolerante opvattingen uit het Westen.

Na de Tweede Wereldoorlog hebben de elkaar fel beconcurrerende farmaceutische ondernemingen enorme bedragen geïnvesteerd in de ontwikkeling en afzet van nieuwe „wonder”-middelen om daarmee de wereldmarkt te veroveren. De reclame van deze industrie heeft miljoenen mensen ertoe verleid begrippen als „zich lekker voelen” en „gezondheid” te vereenzelvigen met het slikken van pillen en drugs. De alcoholindustrie stelt in haar reclame het drinken tot synoniem van maatschappelijke welstand, zowel voor de man als voor de vrouw.

Helaas spreken zulke advertenties en reclamespots alleen over de tijdelijke „voordelen” en verzwijgen de schadelijke bijwerkingen van vele drugs en de gevaren van alcoholmisbruik.

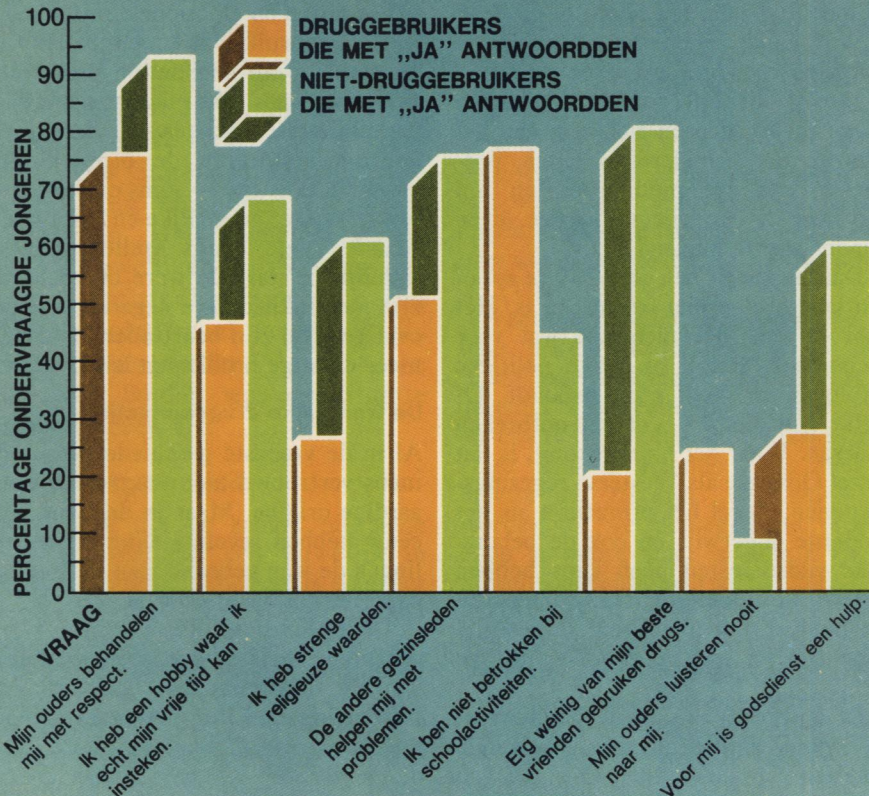
De geneesmiddelencatalogus waarover artsen tegenwoordig beschikken vermeldt meer dan 2500 medicinale drugs, die in de handel zijn. Kan men zich er dan nog over verbazen dat de naties tegenwoordig door drugs overspoelde culturen zijn? Iedere volgende generatie die in een dergelijk milieu opgroeit, is er weer meer dan de vorige op ingesteld „chemische oplossingen” voor allerlei problemen te verwachten.

Waarom verbaasd?

In de jaren '60 en '70 werden publiek en media in de Westerse wereld (en zelfs in sommige ontwikkelingslanden) opgeschrikt door de drugexplosie onder de jonge generatie. De oudere generatie zag echter de chemische explosie uit haar eigen tijd sinds de Tweede Wereldoorlog over het hoofd. Het schijnt dat niemand zich de consequenties realiseerde van het feit dat de heer en mevrouw Doorsnee Burger zich over de teleurstellingen en moeilijkheden van het dagelijks leven trachten heen te zetten door naar de fles te grijpen of handvol pepmiddelen, slaappillen, tranquillizers en barbituraten te slikken. Miljoenen beschouwen het roken van sigaretten niet als een klassiek (Zie verder pagina 25)

ACHTERGROND

DRUGGEBRUIKERS VS. NIET-DRUGGEBRUIKERS



Bron: Edward A. Bodanske, M.A., Directeur van St. Louis County Jeugdprogramma's, MO.

BLIJF UW SPANNINGEN DE BAAS ZONDER ALCOHOL OF DRUGS

door Norman Shoaf

Geen enkele macht is méér verantwoordelijk voor de wereldomspannende epidemie van drugs en alcoholmisbruik dan overgevoeligheid en buitensporige spanningen.

Wat zien we in de wereld om ons heen? Overbevolking; conflicten tussen mensen onderling; economische onzekerheid; internationale twisten; onzekerheid over de toekomst; een knagend gevoel van hulpeloosheid.

Deze factoren dragen bij tot het scheppen van een voortdurend angstgevoel, door Alvin Toffler „future shock” genoemd: de toestand die slechts kan worden omschreven als de ziekte tot veranderen.

Steeds meer mensen

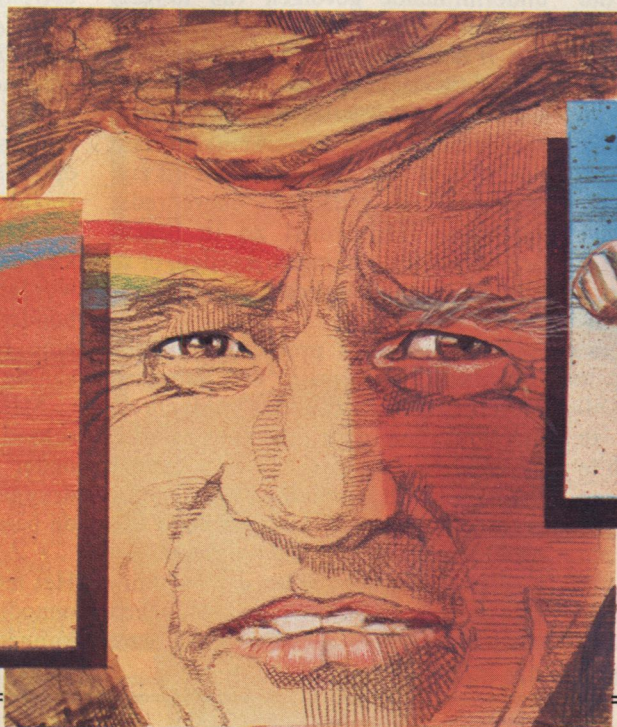
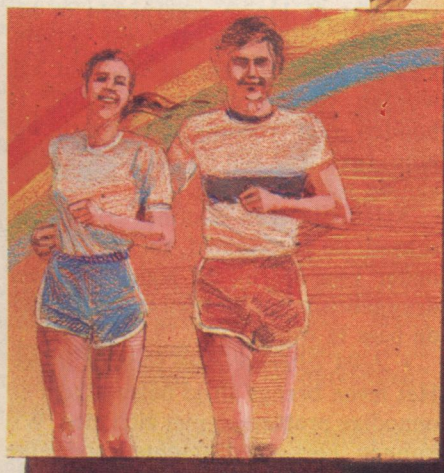
trachten de pijn van deze 20e eeuwse „ziekte” te verdoven door het gebruik van alcohol en drugs. De onderstelde remedie heeft zelf echter een epidemie veroorzaakt. De organisatie-deskundige Karl Albrecht vat de huidige toestand terecht samen met deze woorden: „Het gebruik van chemicaliën die de gemoedsgesteldheid veranderen loopt in Amerika volledig uit de hand en in zekere mate ook in andere ontwikkelde landen. Culturen die wij graag als 'primitief' aanduiden beperken het gebruik van tabak, drugs en bedwelmende middelen voor bijzondere gelegenheden, zoals feesten en rituele plechtigheden. Alleen wij, in de zoge-

naamd ontwikkelde culturen, gebruiken deze middelen die ons bewustzijn veranderen als een gewoonte om de werkelijkheid te ontvluchten.”

De rol van stress

Stress is niet noodzakelijk een negatieve kracht. Spanning ontstaat niet zozeer door wat ons overkomt, maar door de manier waarop wij reageren op wat ons overkomt. En hoe wij reageren wordt beheerst door ons verstand en onze gevoelens.

Leven is in zekere mate onder spanning staan. Hans Selye (internist), een van de belangrijkste deskundigen op het gebied van stress, verklaarde: „De meeste mensen die iets willen bereiken, die ambities hebben, leven onder stress. Zij



S. GORMAN

hebben die nodig." De juiste hoeveelheid stress kan ons voortstuwen iets te bereiken zo goed als waartoe wij in staat zijn.

Stress dient tevens om ons te beschermen in gevaarlijke situaties. Als we op een snelweg rijden en een andere auto schiet op de rijbaan vóór ons, ontstaan er in het lichaam — in hersenen, hart en spieren — onmiddellijk tal van reacties. Het lichaam mobiliseert innerlijke krachten om de crisis te boven te komen door het positieve resultaat te bewerken dat een botsing voorkomt.

Maar wanneer de crises en de druk zo talrijk en zo veelvuldig worden dat we voortdurend een beroep moeten doen op onze innerlijke reserves om zo sterk te kunnen reageren, put de stress ons te veel uit. Het lichaam kan eenvoudig aan zulke eisen niet voldoen.

De gezondheidsadviseur Leo R. van Dolson merkte op: „Wanneer iemand herhaaldelijk wordt gedwongen . . . voortdurend veranderingen te aanvaarden, in het bijzonder veranderingen die met conflicten en onzekerheden gepaard gaan, vindt er een aanpassingsreactie plaats door middel van hormonen die in het gehele lichaam chemische reacties veroorzaken waaronder de energiereserves te lijden hebben.”

Te veel stress, die Selye aanduidt als „hyperstress”, kan zowel ons lichamelijke als ons emotionele welzijn verwoesten. Velen grijpen naar alcohol of drugs om de spanning te verdoven die ontstaat door emotionele opwinding wegens echtelijke ruzies, armoede, angst, eenzaamheid of moeilijkheden op het werk.

Deze mensen beseffen echter niet dat het gebruik van alcohol of drugs om stress het hoofd te bieden slechts meer stress oproept en zo bijdraagt tot het ontstaan van een vicieuze cirkel. Het gebruik van alcohol of drugs is geen doelmatig middel om stress te overwinnen.

Juist en verkeerd ontspannen

Een belangrijk middel om stress te overwinnen is bijvoorbeeld door zich te ontspannen. Steeds meer psychologen en medici komen tot het inzicht dat regelmatig ontspannen niet alleen een hulpmiddel is, maar een wezenlijk bestanddeel van een evenwichtige levensstijl. Ontspanning door verandering van bezigheden geeft ons energie.

Mensen met drug- of alcoholproblemen pogen zich weliswaar te ontspannen, maar door naar een fles alcohol of pillen te grijpen. De druggebruiker vertrouwt op drugs om zich te ontspannen, in plaats van te leren dat op de juiste wijze zelf te doen. Hij pakt zijn problemen op de verkeerde manier aan.

Vertrouwen op drugs, dat zich tot verslaving kan ontwikkelen en kan leiden tot een groot aantal andere daarmee samenhangende problemen, brengt meer stress teweeg en de druggebruiker komt in een kringloop terecht. Hij gebruikt drugs om stress te overwinnen en dit gebruik veroorzaakt juist nog meer stress.

Ontspanning kan juist uit meer lichaamsbeweging moeten bestaan, een verandering van tempo, het voor enige tijd de gedachten afwenden van wat de spanning veroorzaakt (en wel door een bewuste keuze, niet door zichzelf alcohol of drugs voor te schrijven). Een bescheiden gebruik van alcohol is alleen veilig voor iemand, die reeds geestelijk ontspannen is. Alcohol moet nooit gebruikt worden om regelmatig ontspanning op te wekken.

Daar iemands geestelijke of emotionele reacties op gebeurtenissen van buitenaf spanning met zich meebrengen, moet een doelmatig programma in zekere mate een verandering van geestesgesteldheid insluiten — een heroriëntering van de prioriteiten in het leven. Behalve ontspanning zijn er nog andere doelmatige middelen om de ondermijnende gevolgen van te veel stress te verminderen!

• *Wees realistisch.* De druggebruiker sluit zichzelf op in een eigen wereldje, van waaruit het moeilijk, zo niet onmogelijk, is de werkelijke wereld duidelijk te zien. Daardoor kan hij zijn problemen in gedachten onevenredig vergroten. Hij wordt zo in beslag genomen door zijn moeilijkheden, of ze nu echt zijn of ingebeeld, dat hij niets anders kan zien.

Zeker, iemands problemen kunnen inderdaad ernstig zijn: een gebroken huwelijk, werkloosheid en geldgebrek, moeilijkheden met een kind, ziekte. Maar erover piekeren op zo'n manier dat men wordt verlamd en niet in staat is maatregelen te treffen, lost de problemen niet op. De oplossingen moeten gevonden worden door emotionele volwassenheid, door het zoeken van wijze raad en door controle over zijn leven te krijgen.

Klagen dat men voortdurend hard moet werken vergroot de spanning alleen maar. Denken aan de beloning, die aan het werk verbonden is, maakt het werken daarentegen eerder tot een bron van voldoening dan van spanning. Een dergelijke wijze van positieve benadering zal de innerlijke wrijvingen verminderen.

Als we ons meer richten op het doel, en uitzien naar de uiteindelijke beloning voor onze huidige inspanningen, zal de druk die we dagelijks ondervinden niet zo moeilijk voor ons te dragen zijn.

• *Plan uw tijd.* Het indelen van uw tijd is belangrijk. Daardoor kunnen we het best gebruik maken van de tijd die we beschikbaar hebben voor dingen die gedaan moeten worden. Het helpt de meest belangrijke zaken voorrang geven en de moeilijkste het eerst doen.

Zich met drugs terugtrekken in een staat van vergetelheid is zeker niet een verstandig gebruik van tijd. Als iemand weer nuchter wordt zijn zijn problemen even reëel als voordien. Dezelfde taken blijven liggen en kunnen zelfs nog dringender zijn geworden. Iemand kan dan soms weer weg willen vluchten in zijn eigen veilige drugwereld.

Het zou veel beter zijn de tijd wijs te besteden en te zorgen dat de zaken worden afgehandeld. De daaropvolgende voldoening brengt haar eigen kringloop van gebeurtenissen op gang — maar nu een positieve: een die de betrokkene aanspoort meer te doen.

• *Verbetering van de algemene gezondheid.* Iemand die gezond en lichamelijk fit is kan een flinke portie druk verdragen. Hij kan zich aanpassen, is positief en in het algemeen optimistisch. Een slechte gezondheid versterkt de kleine ergernissen in het leven en zorgt steeds voor allerlei kwalen. De algemene gezondheid kan worden verbeterd door rekening te houden met voeding, lichaamsbeweging, rust, veel zon en het ontwikkelen van de zelfbeheersing.

Misbruik van alcohol en drugs schaadt de gezondheid, zet het lichaam onder zware druk en noodt tot meer druggebruik om de nieuwe problemen de baas te worden.

• *Zoek alternatieven voor de stress.* Het leven brengt altijd bezorgdheid en onnodige problemen met zich mee. Wij kunnen heel goed trachten sommige daarvan te vermijden. Als we onze

gedachten prikkelen met onophoudelijk luid dissonant lawaai en met dingen die op geweld, misdaad en intermenselijke tragedies gericht zijn, roepen we vrijwillig stress op.

Een nieuwe dimensie

Deze fysieke methoden helpen de fysieke problemen te verbeteren. Maar het volledig uitschakelen van overmatige stress — en het daaruit voortvloeien van de alcohol- en drugmisbruik — is slechts mogelijk door een fundamentele wijziging van de manier waarop de menselijke natuur functioneert.

De Bijbel geeft veel advies betreffende stress, emotionele volwassenheid en geestelijke gezondheid. „Kommer in het hart van de mens buigt het neder, maar een goed woord verblijdt het” (Spr. 12:25). Wat maakt iemand blij — positief, optimistisch, met een opbouwende gedachtengang? Zich overgeven aan alcohol of drugs? Zeker niet!

Voor het tegemoet treden van angst is de ontwikkeling van een voortdurende, positieve levenshouding nodig. Het helpen en bemoedigen van andere mensen en het ontvangen van steun van anderen zijn van groot belang.

„Een vrolijk hart bevordert de genezing, maar een verslagen geest doet het gebeente verdorren” (Spr. 17:22). Wij hebben als medicijn geen pillen nodig! Het is de extraverte optimistische benadering van het leven en belangstelling voor de behoeften van anderen.

„Een zachtmoedig hart is leven voor het vlees, maar jaloersheid is vertering voor de beenderen” (Spr. 14:30). Geven drugs werkelijk „een zachtmoedig hart” — een algemene, blijvende geestesgesteldheid van tevredenheid, die „leven voor het vlees” is — waardoor een succesvol, gelukkig leven wordt bevorderd? Nauwelijks. Zoals uit Spreuken 12:25 en 17:22 blijkt, stelt de Bijbel geen chemische middelen voor om menselijke problemen en spanningen op te lossen. Het antwoord ligt in de wijze waarop iemand het leven benadert.

De Bijbel toont aan dat het najagen van eigen verlangens en gemakken iemand niet gelukkig maakt. Jezus Christus vatte het aldus samen: „Het is zaliger te geven dan te ontvangen” (Hand. 20:35).

Dat is de oplossing! Voortdurend met zichzelf bezig zijn draagt slechts

bij tot de hyperstress die de problemen van deze wereld veroorzaakt of ingewikkelder maakt.

Uiteindelijk kunnen hyperstress en de begeleidende kwalen slechts worden opgelost door een verandering van de hele levensstijl, van het algemene patroon van nemen en egoïsme in een levenshouding van geven, dienen, zorgzaamheid voor anderen gelijk aan of groter dan zorgzaamheid voor zichzelf!

Dr. Selye heeft zelf als endocrinoloog herhaaldelijk opgemerkt dat haat stress veroorzaakt en dat liefde die doet verdwijnen. Hij stelt de vraag: „Als ieder zijn buurman even lief zou hebben als zichzelf, hoe zou er dan oorlog, misdaad, agressie of zelfs maar spanning tussen mensen kunnen zijn?”

De psycholoog Erich Fromm schrijft: „Niet hij die veel heeft is rijk, maar hij die veel geeft. De oppotter die doodsbenuwd is iets te zullen verliezen, is psychologisch gesproken een arme lege man, ongeacht hoeveel hij heeft.”

De gevende, liefhebbende mens vergelijkend met de zelfzuchtige gaat Dr. Fromm verder: „De zelfzuchtige

mens heeft alleen belangstelling voor zichzelf, hij verlangt alles voor zichzelf, heeft een hekel aan geven en is alleen geïnteresseerd in nemen. Hij bekijkt de wereld rondom hem alleen vanuit het standpunt van wat hij eruit kan halen.”

Maar de zelfzuchtige mens is zich niet bewust dat zijn eigen zelfzucht de wortel is van al zijn moeilijkheden. Deze zelfzucht „geeft hem een gevoel van leegheid en teleurstelling. Hij moet wel ongelukkig zijn en angstig snakt hij naar voldoening uit het leven, terwijl hij zichzelf in de weg staat om die te bereiken”.

Kort samengevat, indien we geven in plaats van nemen, verdwijnen onze eigen problemen en spanningen.

Als we deze levenswijze van geven volgen, zullen de spanningen die ons verzwakken afnemen — zelfs geheel uit ons leven verdwijnen. Dan kan ook voor ons gelden wat de apostel Paulus schreef: „Weest in geen ding bezorgd . . . En de vrede Gods, die alle verstand te boven gaat, zal uw harten en uw gedachten behoeden in Christus Jezus” (Filipp. 4:6-7). □

IEMAND IN UW BUURT PLEEGDE VANDAAG ZELFMOORD.

In feite plegen wereldwijd 1000 mensen iedere dag zelfmoord. Ze gaven het streven naar succes op en aanvaardden de nederlaag in z'n meest absolute vorm.

Toch zijn er wetten voor succes die ze hadden kunnen ontdekken en opvolgen. U kunt vandaag en morgen met een succesvol leven beginnen.

Het gratis boekje *De zeven regels voor succes* onthult de weg naar een gelukkig en succesvol leven.

Zie hier een voorproef van wat u zult ontdekken: Het *waarom* van ontevredenheid en onzekerheid. De bron van waar geluk. De betekenis van waar succes.

Meer dan ½ miljoen exemplaren werden reeds wereldwijd verspreid. Vraag uw gratis exemplaar vandaag nog aan. Er is geen verplichting aan verbonden.

**GRATIS
BOEKJE!**

De
ZEVEN REGELS
voor **SUCCESS**

Zend mij een gratis exemplaar van *De zeven regels voor succes*.

Hr. Mevr. Mej.

Naam

Adres

Zend deze coupon naar ons kantoor. (Zie voor adres binnenomslag.)

WAT IS EEN ALCOHOLIST?

Der Heer Derek Rutherford, directeur van de National Council on Alcoholism werd over het alcoholprobleem geïnterviewd door John R. Schroeder.

Wat is het verschil tussen een dronkaard en een alcoholist?

Iemand die dronken is is tijdelijk uitgeschakeld door alcoholgebruik. Met andere woorden de alcohol veroorzaakte bij hem een verlaagde functie van het centrale zenuwstelsel. Het centrale zenuwstelsel wordt verdoofd en zijn werking belemmerd als u een zekere hoeveelheid alcohol gebruikt.

Eerst begint u het vermogen tot oordelen te verliezen. Dan begint u onduidelijk te spreken. Bedenk wel, uw oordeelvermogen wordt het eerst aangetast — u bent niet in staat op een verstandige manier beslissingen te nemen. Dan volgen uw spraak en gang.

Als u echt dronken bent zult u moeite hebben de sleutel in het slot van uw voordeur of auto te steken. Als u geen alcoholist bent, maar gewoon iemand die niet gewend is alcohol te gebruiken kunt u na het drinken van een fles whisky in coma geraken — en mogelijk zelfs sterven. Dat is dronkenschap. Aan de andere kant is er een type alcoholist, die in de loop der jaren langzaam fysiek afhankelijk van alcohol is geworden en het heeft leren verdragen, zodat hij of zij meer kan drinken dan u en ik zonder dronkenschap te vertonen. Alcoholisten overschrijden de grens van dronkenschap zonder daarvan ooit de tekenen te vertonen. De alcoholist moet een alcoholgehalte in zijn bloed hebben, dat steeds hoger wordt. Zo niet, dan krijgt hij onthoudingsverschijnselen, en hij wordt ziek.

Welke behandeling is tegenwoordig mogelijk voor alcoholisten?

Iedereen, die een ernstig drinkprobleem heeft kan zich wenden tot een Consultatiebureau voor Alcoholisme. Daar kan een arts de ernst van uw probleem vaststellen. Mogelijk dat u nog in een vroeg stadium verkeert en een bepaalde therapie nodig hebt, zoals persoonlijk advies of raadgeving in groepsverband. In dat geval wordt u naar zo'n soort hulpverlening doorverwezen. Of misschien zal de arts u grondig willen onderzoeken om vast te stellen of de lever of een ander orgaan is aangetast. Of het kan zijn dat u moet worden doorverwezen naar een ziekenhuis voor medische behandeling. Of het kan zijn dat uw alcoholprobleem van zeer ernstige aard is: niet alleen een kwestie van verslaving, maar misschien onderliggende kwalen, misschien psychiatrische problemen. Dan zult u worden verwezen naar een psychiater voor hulp en begeleiding.

Hoeveel alcoholverslaafden stoppen met drinken uit eigen wilskracht?

Dat weten wij niet! Wel weten we dat er enkelen in staat zijn te stoppen en „nee” te zeggen. Maar de grote meerderheid raakt verslaafd. Deze verslaafden moeten gemotiveerd worden van de drank af te willen. Alleen hun eigen motivatie stelt hen in staat „nee” te zeggen. Maar zij hebben bijstand nodig, maatschappelijke hulp, of zelfs juridische hulp. Maar de mate van succes blijft magertjes. Van degenen die een normale behandeling ondergaan denk ik dat een derde in staat is te stoppen. Misschien verbetert ook een derde zijn levensstijl. Maar de rest mislukt.

Waarom begint een alcoholist weer te drinken nadat hij een tijd droog gestaan heeft?

Dit blijft altijd een moeilijke vraag. De meesten van ons hebben geen kritiek op de roker die zegt: „tijdens de vakantie rook ik niet” om daarna weer terug te vallen in het oude gewoontepatroon. De drinker, die weer gaat drinken heeft daarvoor dezelfde redenen als de roker, die opnieuw begint. Vergeet niet, dat we in een drinkende maatschappij leven. Als iemand hersteld is teruggekeerd in de samenleving, waar zijn dan zijn vrienden? In het café. In de club. Als hij thuis komt en de tv aanzet, ziet hij weer allerlei tafereelen die de drank ophemelen. U probeert iemand niet meer aan drinken te doen denken, maar hij keert onmiddellijk terug in een drinkende samenleving en hij komt onder zware druk te staan. Het is dan erg moeilijk voor een man of vrouw „nee” te blijven zeggen.

Wat doet de „National Council on Alcoholism aan het probleem van alcoholmisbruik [in Engeland]?

Wij moeten op zeer uitgebreide schaal aandacht geven aan voorkómen. Ten eerste moeten wij de mensen zien op te sporen die zo veel drinken dat zij zich zelf en hun gezin schade toebrengen. Wij moeten ze zien op te sporen als ze nog in een vroeg stadium zijn voordat ze in een ziekenhuisbed belanden wegens een maag- of leveraandoening. Of voordat ze een probleem vormen voor de sociale diensten wegens asociale familieomstandigheden of omdat ze omzien naar andere huisvesting wegens hypotheekschulden. Zo ziet u, hoe groot het terrein is, dat we moeten bestrijken. In hun werkomgeving kunnen we mensen in een vroeg stadium eruit pikken en misschien daar hulp bieden. Ten tweede helpen we met advies en begeleiding. Ook moeten we letten op het geven van richtlijnen inzake gezond-

heid en we moeten meer informatie geven over het gebruik en misbruik van alcohol in onze maatschappij.

Werkt de Britse samenleving mee of tegen bij de bestrijding van het probleem?

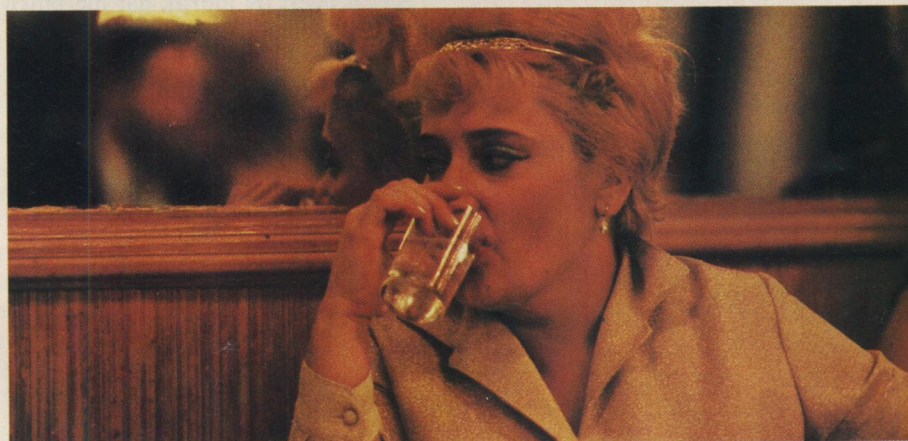
Oppervlakkig gezien lijkt het dat we terrein verliezen als we letten op het toenemende aantal overtredingen van rijden onder invloed en ziekenhuisopnamen. Anderzijds hebben wij het publiek bewust gemaakt van het feit dat er in dit land een probleem is dat een praktische oplossing vereist. Het is echter zeer moeilijk te zeggen of we erin slagen het getij te keren. Ik denk van niet, want we moeten opboksen tegen een massaal verspreid sociaal probleem. Behandeling is niet genoeg, als we niet de bron van het kwaad aanpakken. Cholera en tb zijn niet overwonnen door het bouwen van betere sanatoria. Die ziekten zijn bestreden door een betere waterzuivering en de algemene gezondheidstoestand van een volk te bevorderen. En zo komen we terug bij voorlichting en het toepassen van praktische en realistische maatregelen. De toestand kan hier nog slechter worden. Let eens op Frankrijk. Hier [in Engeland] is een op de vijf ziekenhuisbedden bezet door mensen met een aandoening, die in verband staat met alcohol; in Frankrijk is het bijna één op twee. Elk jaar zijn er in Engeland misschien ongeveer 2000 doden door alcohol of een leverziekte, terwijl volgens de Minister van Volksgezondheid van Frankrijk er vorig jaar 21.000 doden waren door alcoholisme en 20.000 doden door ziekten als gevolg van tabaksgebruik. De toestand in Engeland kan dus nog slechter worden.

Hoe staat het met bedrijfsongevallen die door alcohol worden veroorzaakt?

Ik denk dat het probleem van ongepast alcoholgebruik en bedrijfsongelukken ernstig wordt onderschat. De Britten hebben de samenhang tussen drank en auto-ongelukken onderkend, terwijl in Frankrijk werd ontdekt dat zeven procent van de ongevallen op het werk is te wijten aan alcohol. Bij ernstige ongelukken en het stilleggen van het arbeidsproces werd 15 procent daarvan veroorzaakt door een verhoogd alcoholgehalte. □



ALEX WEBB—MAGNUM



PAUL FUSCO—MAGNUM



RANDALL COLE—PT

HOEVEEL IS TE VEEL?

door Sheila Graham

Susan B. is huisvrouw en moeder van twee tieners in een gemiddeld gezin. Haar man Ted en haar zoons Gary en Tony (zo zullen we ze maar noemen) zijn eraan gewend

slapeloosheid en aan verscheidene andere nervositeitsverschijnselen. De huisarts heeft haar een tranquillizer voorgeschreven.

Susan heeft de indruk dat die pillen en ook de borrel die ze voor het eten en 's avonds voor het naar bed gaan drinkt, haar zenuwen kalmeren. Heeft Susan

werkt op de administratie van een plaatselijke middelbare school. Meestal is ze eerder thuis dan haar man Fred en ze maakt dan alvast het eten klaar. Zij en Fred drinken altijd wijn aan tafel. Voordat Fred thuiskomt drinkt Karen gewoonlijk ook wijn ter ontspanning na haar werk.

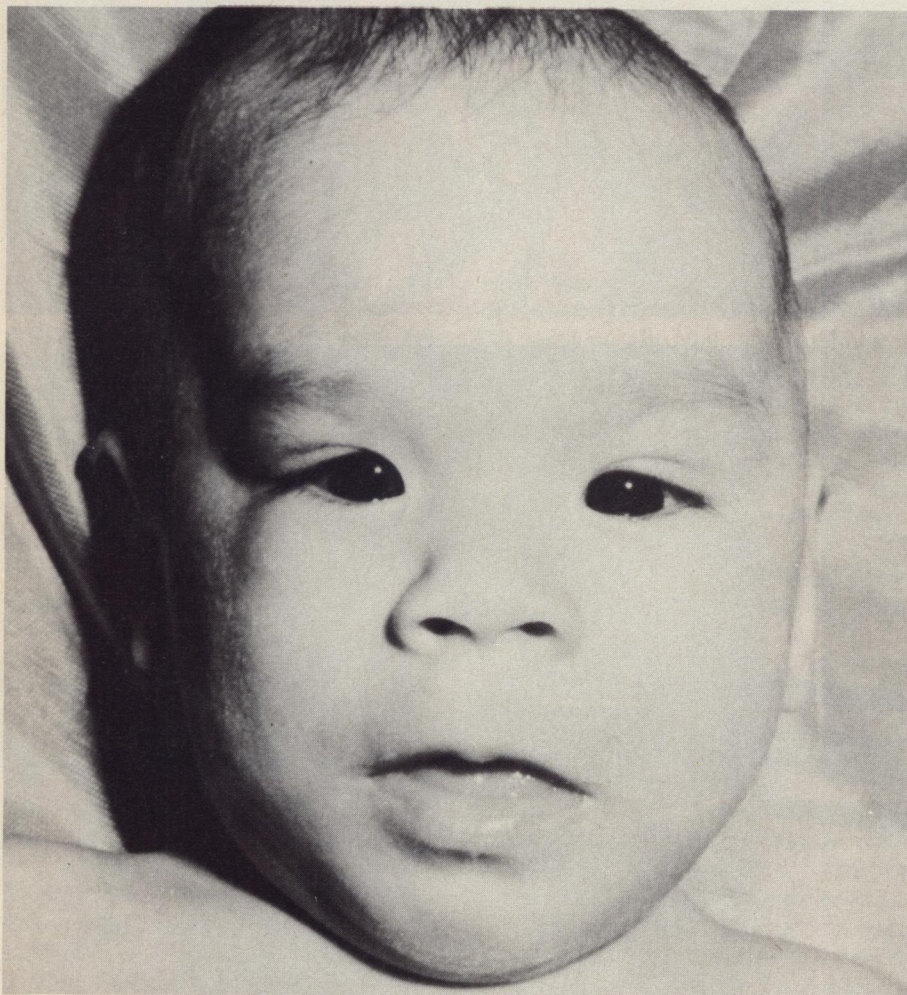
Deze speciale avond wacht Karen met nog meer verlangen op haar man dan anders. Ze heeft een paar flessen champagne koud gezet om vanavond gezellig zijn promotie te vieren.

Die avond om 9 uur staat Karen zonder een woord te zeggen plotseling op, loopt onvast de kamer uit en gaat naar bed. Fred kijkt haar bezorgd na. Ze heeft weer teveel gehad. Hij denkt er niet aan er iets van te zeggen, want dat leidt enkel tot hevige ruzie — iets wat Karen zich later trouwens niet eens meer zal kunnen herinneren. Is Karen een probleemdrinkster?

Joyce G. komt thuis met een zware tas boodschappen. Met haar voet duwt ze de deur open. Ze zet haar spullen op de keukentafel, vist een fles witte wijn uit haar tas, opent die en vult een glas met ijsblokjes en wijn.

Ze schopt haar schoenen uit, dooft haar sigaret en installeert zich met haar werk van kantoor behaaglijk op de bank. Het duurt niet lang of Joyce vult haar glas nog eens en zet de fles voor het gemak naast de bank.

De volgende ochtend neemt Joyce — misselijk en met bonzend hoofd — een douche, werkt zich in schone kleren, haalt een kam door 't haar en haast zich naar haar werk. De meeste avonden brengt Joyce op nagenoeg dezelfde manier door. Is ze een alcoholist?



AFGESTAAN UNIVERSITY OF WASHINGTON

Kenmerkende afwijkingen van kinderen met foetaal alcohol syndroom: vlak gelaat; kleine ogen; lange, dunne bovenlip; korte neus; sikkelvormige huidplooi bovenste oogleden; aangezichtsasymmetrie.

geraakt zelf hun ontbijt klaar te maken. Ze willen moeder 's morgens liever niet lastigvallen. Want Susan lijdt aan

een langzaam verergerend drankprobleem?

Karen T. is achterin de twintig en

Zwangerschap en alcohol

Of uw antwoord op de bovengestelde vragen nu ja of neen zal zijn, één ding staat vast: mochten Susan, Karen en Joyce ooit zwanger worden en de huisarts zou van hun drinkgewoonten

(Zie verder pagina 22)

WAT IS ALCOHOLISME?

Het is gebruikelijk over drinkproblemen te spreken in termen van dronkenschap en alcoholisme. Niet algemeen bekend is dat er vijf duidelijk van elkaar te onderscheiden vormen van alcoholmisbruik zijn, waarvan er drie worden gekenmerkt door controleverlies en verslaving. Alle vijf vormen worden in de Bijbel als zonde gekwalificeerd (Gal. 5:21 en 1 Joh. 3:4).

De probleemdrinker wordt gekenmerkt door een louter psychische afhankelijkheid van alcohol om zich te bevrijden van geestelijke of lichamelijke pijn. Zijn of haar drankgebruik is onmatig, maar niet dwangmatig; huwelijks- en andere intermenselijke relaties worden erdoor geschaad. In dit stadium vertoont de probleemdrinker geen tekenen van fysieke afhankelijkheid.

De zware drinker wordt gekenmerkt door aandoeeningen, die door een eenzijdige voeding worden veroorzaakt: maag- en leveraandoeningen en degeneratie

van het zenuwstelsel. Hij of zij heeft nog geen controleverlies en onthoudingsverschijnselen en vertoont evenmin andere symptomen van verslaving. Zware drinkers houden er vaak slechte eetgewoonten op na. De schade die ze hun lichaam toebrengen is vóór alles fysiek. Hun capaciteiten als kostwinner zijn sterk teruggelopen en bijgevolg ook de gezinstabiliteit en de levensverwachting.

De periodedrinker onthoudt zich als regel tussen twee „drankorgiën”. Hij lijdt aan manischdepressieve buien. Zulke mensen beginnen aan een drinkperiode als ze in zo'n depressie wegglijden. De periodedrinker lijdt aan controleverlies en aan periodieke verslaving.

De chronische drinker is het type dat men veruit het meest onder de alcoholisten aantreft en kenmerkt zich door een wezenlijke fysieke afhankelijkheid, onthoudingsverschijnselen en een zucht naar alcohol. De chronische drinker heeft een verhoogde

lichamelijke tolerantie voor het opnemen van alcohol en lijdt aan een voortschrijdende aantasting van alle lichaamsfuncties.

De niveaudrinker kenmerkt zich door de noodzaak een bepaald minimum aan alcohol in zijn bloed te handhaven. Deze vorm van alcoholisme komt in Frankrijk veelvuldig voor, en onder vrouwen en in achterbuurten. Zij vertonen slechts zelden intoxicatiesymptomen en zien soms kans hun pro-

bleem jarenlang geheim te houden. Maar het sociale leven van de niveaudrinker zakt geleidelijk ineen. Deze mensen zien hun gezondheid steeds meer achteruitgaan en missen het vermogen hun drankgebruik te beheersen.

Deze algemene indeling van alcoholisten werd het eerst gemaakt door wijlen E.M. Jellinek, de vader van het wetenschappelijk onderzoek van alcoholisme.

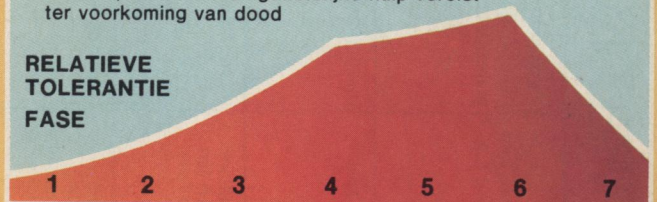
Herman L. Hoeh

PROGRESSIEVE FASEN

Gebruik van de meeste alcoholische dranken leidt in zeven fasen tot complete verslaving.

- 1 Beheerst sociaal drankgebruik
- 2 Bij gelegenheid doelbewust drinken om spanningen te ontvluchten
- 3 Frequent drinken om de werkelijkheid te ontvluchten waardoor alcoholtolerantie geleidelijk wordt verhoogd
- 4 Fase met eerste blackout
- 5 Progressieve preoccupatie met alcohol
- 6 Volledige alcoholafhankelijkheid, gevaar van onthoudingsverschijnselen
- 7 Sociale, medische en geestelijke hulp vereist ter voorkoming van dood

RELATIEVE
TOLERANTIE
FASE



ALCOHOLGEHALTE EN DE IN DE STOFWISSELING OPGENOMEN HOEVEELHEDEN VAN VERSCHIEDENE DRANKEN

ALCOHOLGEHALTE	HOEVEELHEID PER UUR IN DE STOFWISSELING OPGENOMEN
Bier (4.5%), 12 oz. (1 blikje)	.54 oz.
Tafelwijn (12%), 4 oz. (1 glas)	.42 oz.
Wijn (22%), 4 oz. (1 glas)	.80 oz.
80 proof whiskey, gin, etc., 1 oz. (1 borrel)	.40 oz.
100 proof whiskey, gin, etc., 1 oz. (1 borrel)	.50 oz.
Cocktail van 1 oz. whiskey, 4 oz. ginger ale*	.50 oz.
Cocktail van 1½ oz. whiskey, ¾ oz. vermouth	.75 oz.
Cocktail van 1½ oz. gin, ½ oz. 12% vermouth	.75 oz.
Cocktail van 1½ oz. gin, jenever, suiker, mix	.75 oz.

*Gecarboniseerde dranken verhogen de opname van alcohol in de bloedsomloop.

PSYCHISCHE EN FYSIEKE EFFECTEN VAN ALCOHOL











AANTAL DRANKJES	ALCOHOLCONCENTRATIE IN HET BLOED	PSYCHISCHE EN FYSIEKE EFFECTEN
	.02-.03%	Geen uiterlijke verschijnselen; licht gevoel van spierontspanning; lichte stemmingsverbetering.
	.05-.06%	Geen intoxicatie, maar ontspannings- en warmtegevoel; licht verhoogde reactietijd; aantasting fijne coördinatie.
	.08-.09%	Lichte aantasting van evenwichtsgevoel, spraak, gezicht en gehoor; euforie; toegenomen verlies van coördinatievermogen.
	.11-.12%	Aantasting coördinatie, en mentale vermogens, oordeelvermogen etc.
	.14-.15%	Ernstige aantasting mentale en fysieke controle. Onduidelijke spraak; aantasting gezichtsvermogen en motoriek.
	.20%	Verlies motorische beheersing. Verwardheid.
	.30%	Ernstige intoxicatie; bewustzijnsverlaging — minimale controle geest en lichaam.
	.40%	Bewusteloosheid; grens van coma.
	.50%	Diep coma.
	.60%	Dood door totaal tekortschieten ademhalingsfunctie.


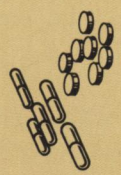
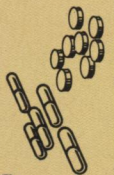

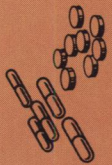
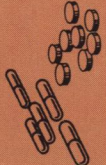
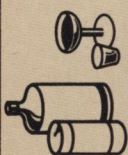



Voor het tijdsverloop van één uur kan men het bloedalcoholgehalte met 0.15% verminderen, of met ongeveer 1 drankje.

Eén drankje = 1 bier (4.0%, 12oz.) of 1 cocktail (1oz. whiskey, 4oz. ginger ale).

GANGBARE DRUGS

— TWEESNIJDENDE CHEMISCHE ZWAARDEN

OFFICIËLE NAAM	CHEMISCHE OF MERKNAMEN: POPULAIRE AANDUIDINGEN	OORSPRONG	CLASSIFICATIE	MEDISCHE TOEPASSING	BEOOGDE EFFECTEN	GERIJKELIJKE EFFECTEN OP LANGE TERMIJN
Heroïne 	Diaceylmorphine; H., Horse, Junk, Smack, Scag, Stuff	gesynthetiseerd (uit morfine)	narcoticum	pijnstilling	euforie (opgewekte stemming); voorkoming van onthoudingsverschijnselen	verslaving; constipatie; verlies van eetlust; toxisch syndroom
Morfine 	Morfinesulfaat; White stuff, M.	afkomstig uit opium	narcoticum	pijnstilling	euforie; voorkoming van onthoudingsverschijnselen	verslaving; constipatie; verlies van eetlust; toxisch syndroom
Codeïne 	Methylmorphine; Schoolboy	afkomstig uit opium; gesynthetiseerd (uit morfine)	narcoticum	onderdrukking van pijn en hoesten	euforie; voorkoming van onthoudingsverschijnselen	verslaving; constipatie; verlies van eetlust; toxisch syndroom
Methadon 	Dolophine amidone; Dolly	gesynthetiseerd	narcoticum	pijnstilling	voorkoming van onthoudingsverschijnselen	verslaving; constipatie; verlies van eetlust; toxisch syndroom
Cocaïne 	Coke, Snow, Flake, Toot, Star dust, Happy dust, Bernioe	afkomstig uit coca	stimulans; lokaal anaestheticum	lokale anaesthesie (lokale verdoving)	excitatie (stimulering);	depressie; convulsies (toevallen)
Marihuana Hashish 	Cannabis sativa; Pot, Grass, Tea, Dagga, Kif, Joint, Reefer, Weed, Dope	afkomstig uit de gedroogde cannabis sativa	relaxans; in hoge doses hallucinogeen	experimenteel onderzoek	relaxatie (ontspanning) verhoogde euforie	mogelijke psychische verslaving; mogelijke aantasting van longen, geheugen, waarneming en seksualiteit
Mescaline 	Buttons, Beans, Cactus	afkomstig uit de peyotecactus	hallucinogeen	geen	visuele hallucinaties; bewustzijnsverruiming	kan bestaande psychische problemen intensiveren
Psilocybine 	Mushrooms, Los ninos	afkomstig uit Mexicaanse paddestoel	hallucinogeen	geen	visuele hallucinaties; bewustzijnsverruiming	kan bestaande psychische problemen intensiveren
LSD 	Lysergeenzuur-diethylamide; Acid, Trip	gesynthetiseerd uit moederkoren	hallucinogeen	experimenteel onderzoek	visuele hallucinaties; bewustzijnsverruiming	kan bestaande psychische problemen intensiveren; paniekreacties
PCP 	Phencyclidine; Angel dust, Hog, Horse tranquilizer	gesynthetiseerd	werking niet voorspelbaar, varieert naar gelang de dosis: stimulans, analgeticum (anesthetica)	experimenteel onderzoek; veterinair verdovend middel	omnipotentie	flashbacks; angst; sociale onthoudingsverschijnselen; toxisch syndroom

Quaaluden 	Methaqualonium; Ludes, Soaps, Quacks	gesynthetiseerd	sedatium-hypnoticum (kalmereend middel en slaapmiddel)	kalmring	angstvermindring	verslaving met ernstige onthoudingsver- schijnselen; mogelijk convulsies; toxisch syndroom
Barbituraten 	Fenobarbital, Nembutal, Seconal, Amytal; Blue devils, Yellow jackets, Blue heavens, Barbs	gesynthetiseerd	sedatium-hypnoticum	kalmring; verlaging hoge bloeddruk, toepassing bij epilepsie en verhoogde werkzaamheid van de schildklier	angstvermindring; euforie	verslaving met ernstige onthoudingsver- schijnselen; mogelijk convulsies; toxische psychosis
Amfetaminen 	Benzedrine, Dexedrine, Methedrine; Speed, Bennies	gesynthetiseerd	sympathicomimeticum	onderdrukking lichte depressie	waakzaamheid	verlies van eetlust; hallucinaties; toxische psychosis
Tranquillizers 	Valium, Librium, Miltown, Equanil	gesynthetiseerd	sedatium-relaxans	kalmring	relaxatie; kalmring	mogelijke verslaving met ernstige ont- houdingsverschijnsel- en; toxisch syndroom
Aspirine 	Acetylsalicylzuur	gesynthetiseerd	analgeticum	pijnstillende en koortswerende werking	pijnstilling	mogelijke gastro-intestinale irritatie of bloeding; mogelijk toxisch syndroom
Aspirine substitutie 	talrijke combinatiepreparaten	gesynthetiseerd	analgeticum	pijnstillende en koortswerende werking	verlichting van pijn en onbehagen	kan toxisch syndroom veroorzaken: stupor, convulsies, anaemie of abnormale bloeding
Alcohol 	ethanol, ethyl-alcohol	afkomstig uit druiven, granen etc. via fermentatie	sedatium-hypnoticum	slijmoplossing; antisepticum	bewustzijnsveran- dering; vermindering van angst; gezelligheid	cirrhosis; toxische psychosis; neurologische stoornissen; verslaving
Nicotine 	Nicotinia tabacum	afkomstig uit tabak	stimulans-sedativum	sedatie (kalmring); emeticum (braakmiddel)	kalmring; gezelligheid	emfyzeem; long- mond- en keelkanker; cardiovasculaire stoornissen; verlies van eetlust; verslaving
Caffeine 		afkomstig uit koffiebonen, thee, colanoten en cacao bonen	stimulans	stimulering	waakzaamheid gezelligheid	nervositeit; lichte verslaving
Inhalatie- narcotica Solventia Aerosols 		verscheidenheid aan huishoudelijke en industriële chemicaliën	gevarieerd: stimulans sedativum hallucinogeen	euforie	euforie	toxisch syndroom; aantasting van hersenen, nieren, lever en andere organen

WAARDOOR WORDEN JONGE MENSEN GEMOTIVEERD ALCOHOL TE DRINKEN?

MOTIEVEN (Zwitserse kinderen in de leeftijd van 12 tot 16 jaar)		PERCENTAGE VAN ALLE „JA“-ANTWOORDEN			%
		DUITS- TALIG	FRANS- TALIG	ITALIAANS- TALIG	
VOOR EIGEN GENOEGEN	„omdat ik het lekker vind“	36.9	34.7	48.6	90
	„omdat het prettig is een beetje 'tipsy' te zijn“				80
	„omdat ik me verveel“				70
SYMBOLISCH AANDEEL/ DRUK VAN LEEFTIJD- GENOTEN	„omdat mijn vriendjes ook drinken“	8.2	12.7	12.0	60
	„opdat mijn vriendjes niet denken dat ik een spelbreker ben“				50
	„omdat de meeste volwassenen ook drinken“	11.8	4.6	5.2	40
	„om gemakkelijker met anderen om te kunnen gaan“				30
PSYCHISCHE VERLICHTING	„om me moed en zelfvertrouwen te geven“	6.5	7.0	8.2	20
	„zodat ik gemakkelijker met andere mensen kan spreken“	9.2	6.5	3.1	10
		4.5	6.2	4.3	0
		3.8	4.5	3.2	
	„om mezelf te kalmeren“	5.7	6.1	7.7	
	2.5	2.2	1.9		

World Health magazine, August, 1981

EFFECTEN VAN PSYCHOSTIMULANTIA EN PSYCHOLEPTICA PSYCHOSTIMULANTIA

(middelen die de psychische functies stimuleren)



ALCOHOL EN TEENAGERS

VERENIGDE STATEN

- 3.3 miljoen teenagers hebben een drinkprobleem
- In 1980 antwoordde 30.1% van de ondervraagde teenagers dat ofwel zij zelf ofwel hun vrienden tenminste eens per week dronken waren; 6% antwoordde dat zij dagelijks dronken.
- In 1975 kwamen 8000 teenagers om bij auto-ongelukken die een directe relatie hadden met alcoholgebruik. En nog eens 40.000 werden hierbij ernstig gewond.
- 90% van deze leeftijdsgroep probeert alcohol, 8-9% vertoont dronkzuchtig gedrag (veroorzaakt door druk van leeftijdgenoten) terwijl zij niet werkelijk alcoholist zijn, en 1-2% is werkelijk alcoholist — gewoonlijk verslaafd aan verscheidene drugs.
- Een in 1976 uitgebracht rapport voor een jury in een Los Angeles County toonde aan dat 80% van alle jeugdcriminaliteit verband hield met alcohol.
- Volgens een rapport uit 1967 voor een jury in St. Louis County stond bijna 100% van de nachtelijke auto-ongelukken met teenagers aan het stuur in verband met alcohol.
- 42 miljoen kinderen verblijven in gezinnen waarin ouders, familieleden of voogden van alcohol afhankelijk zijn. Ongeveer 50% van deze kinderen zal zelf een probleem met alcohol krijgen.

WERELDWIJD

- ENGELAND — dronkenschap onder teenagers is de afgelopen 12 jaar verdubbeld.
- ZWEDEN — een onderzoek heeft aangetoond dat 90% van de 15-jarige Zweden regelmatig drinkt.
- SOVJET-UNIE — 90% van de bevolking begon reeds voor zijn 15e jaar en 33% voor zijn 10e jaar te drinken. Deze en andere cijfers verontrustten de Sovjet-autoriteiten die met een ernstig alcoholprobleem te kampen hebben.
- OOSTENRIJK, WEST-DUISSLAND, NOORWEGEN, DENEMARKEN, TSJECHOSLOWAKIJE, FRANKRIJK, IERLAND en ZWITSERLAND besteden miljoenen aan overheidsinformatie over alcoholisme of hebben alcoholreclame in de verscheidene media verboden.

HOE MENSEN ONDER DE 20 MET ALCOHOL KUNNEN OMGAAN

door Michael A. Snyder

Indien u onder de 20 bent, is de kans 7 op 10 dat u al enige ervaring met alcohol hebt opgedaan. Uit het globale beeld kan men duidelijk opmaken dat tieners tegenwoordig meer alcohol gebruiken dan vroeger.

De vraag is, *waar* gebruikt u alcohol.

Drie op de tien van onder de 20 schijnen er niet al te best mee om te gaan. Deze jonge mensen zijn reeds „probleemdrinkers” — die om de een of andere reden hun gebruik van alcoholische dranken niet kunnen beheersen. Statistisch worden deze jonge mensen minstens zes keer per jaar dronken, komen in aanraking met de politie of hebben problemen op school, met vrienden, familie, autorijden etc.

Indien u (tiener of niet) niet een van deze probleemdrinkers bent, is de kans toch groot dat u iemand kent die het wel is.

Maar hoe kunnen ouders en teenagers dit probleem het hoofd bieden en een goed gebruik van alcohol leren?

Oorzaak en gevolg

Er moet onmiddellijk op gewezen worden dat tiener-alcoholisme en alcoholmisbruik slechts symptomen zijn van een veel ingewikkelder probleem: het wereldwijde verval van de gezinsverantwoordelijkheden.

Bedenk eens: wanneer u een huiscomputer of een ingewikkeld instrument koopt, is er enige voorafgaande oefening en onderzoek nodig om behoorlijk met het nieuwe produkt te kunnen omgaan.

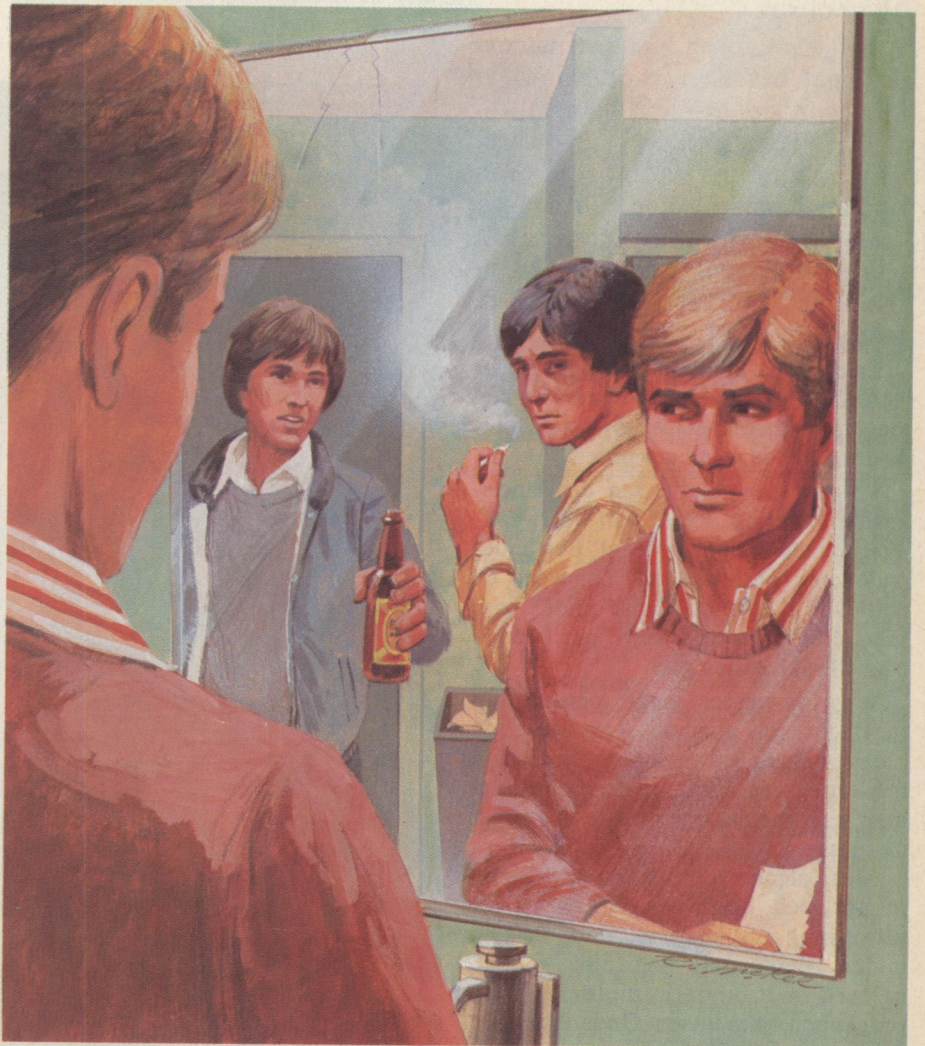
Maar anderzijds krijgen tegenwoor-

dig heel weinig mensen training voor het huwelijk of het krijgen van kinderen.

Het resultaat? Ongelukkige relaties en later gestrande huwelijken en

lijden. Indien u een hulpeloos slachtoffer bent van deze tragedie van nodeloze scheiding, zult u het begrijpen!

Maar wat de meesten niet beseffen is dat lijden en problemen die voort-



kinderen met psychische problemen. Men heeft vaak gezegd dat bij een echtscheiding kinderen het meeste

vloeien uit onstabiele gezinnen, feitelijk permanent zijn. De problemen die men
(Zie verder pagina 26)

LEER UW KINDEREN OVER ALCOHOL

door Dexter H. Faulkner

De grootste invloed op het alcoholgebruik van een kind hebben de ouders, en niet zijn leeftijdgenoten. Dit zegt Dr. Patricia O'Gorman van het Amerikaanse National Institute on Alcohol Abuse and Alcoholism.

Jammer genoeg zijn veel ouders zich niet bewust van deze invloed waardoor de drinkproblemen bij hun kinderen worden bevorderd. Daarentegen leren anderen hun kinderen matigheid, die hen goed van pas komt wanneer ze in aanraking komen met de druk van vrienden om teveel alcohol te gebruiken.

En die druk komt op steeds jeugdiger leeftijd. Het drinken van tieners en nog jongere kinderen neemt toe — alcohol is de drug van de jeugd geworden.

Volgens een studie van de Amerikaanse regering drinkt van de twaalfjarigen meer dan 60 procent. Een ander onderzoek onthulde dat ongeveer de helft van de Amerikaanse middelbare scholieren minstens eens per maand naar drankfeestjes gaat.

Waarom nemen jonge mensen hun toevlucht tot alcohol? Om dezelfde redenen als de volwassenen: om bevrijd te worden van spanningen; om problemen te vergeten; om mee te doen met de massa.

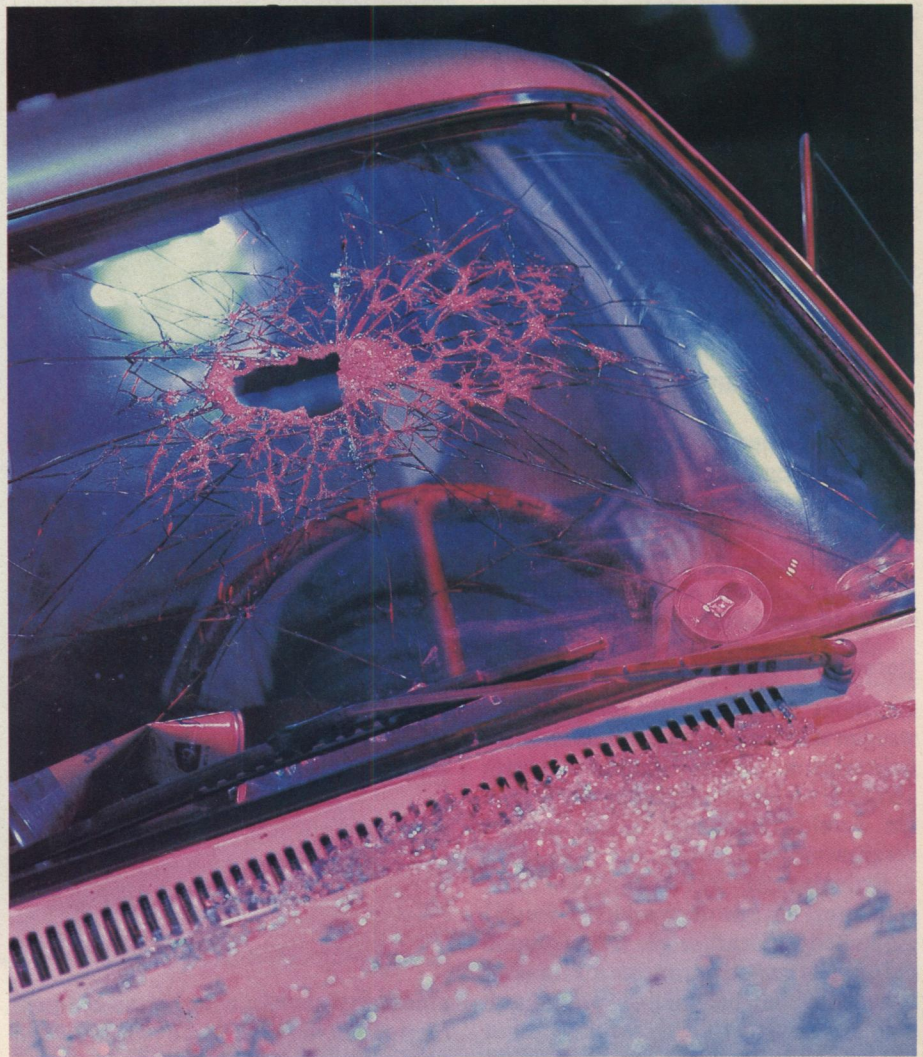
Maar alcoholgebruik om problemen te ontlopen heeft een nog ernstiger uitwerking op jongeren dan op hun ouders omdat zij nog niet hebben geleerd met andere middelen hun problemen op te lossen. Ondanks alle in de maatschappij heersende mythen vergoedt alcohol niet het gebrek aan zelfvertrouwen of het gebrek aan vermogen om problemen de baas te

worden — het maakt de problemen alleen maar erger.

Ouders verantwoordelijk

Hoe kunnen de betrokken ouders tegenwicht geven aan de druk van onze met alcohol verzadigde maatschappij? De eerste stap is hun eigen drinkgewoonten onder de loep te nemen. Als de volwassenen, die in het leven van een kind de meeste invloed hebben alcohol gebruiken om bij te komen („wat een dag — ik moet beslist een borrel!“) zal dat

een sterk effect hebben op de houding van dit kind. Daarentegen, als de ouders, al was het maar onbewust, het voorbeeld geven van werkelijke matigheid bij het drinken en op andere terreinen van het leven, dan zullen hun kinderen merken: „Mijn ouders hebben geen alcohol nodig om ergens tegen opgewassen te zijn of om plezier te hebben.“ Dit te weten maakt het voor hen gemakkelijker uit te zien naar andere mogelijkheden, die hun teveel drinkende klasgenoten niet in de gaten hebben.



ROLAND REES—PT

Ouders die alcoholische dranken met mate gebruiken om een maaltijd een feestelijk tintje te geven en een ontspannen sfeer te scheppen, leren hun kinderen het verantwoordelijk gebruik van iets dat vaak wordt misbruikt. Het voorbeeld van de ouders behoort ook die dingen te omvatten als het serveren van drank op een feest. Als u een feest geeft, presenteer dan niet alleen alcoholische dranken en dring ze niet op aan hen, die er de voorkeur aan geven niet te drinken. Uw voorbeeld zal uw consideratie met anderen tonen.

Wat kunnen we zeggen van het gebruik van alcohol door de jeugd? Behoren ouders het gebruik ervan geheel uit te sluiten? Sommige specialisten adviseren dat in de meeste gezinnen alcohol niet geheel moet worden uitgebannen. Welbeschouwd verwachten de meeste ouders tegenwoordig niet dat hun opgroeiende kinderen zich hun hele leven van alcohol zullen onthouden. Waarom zouden ze in dat geval hen niet de juiste drinkgewoonten thuis bijbrengen? In plaats van alcohol te maken tot een soort „verboden vrucht”, die stiekem wordt gebruikt om maar „groot” te schijnen, kan men beter het voorbeeld geven van het juiste gebruik bij een ontspannen gezinsmaaltijd om te tonen, dat alcohol op zichzelf geen probleem is. Door een dergelijke omlijsting wordt aangetoond dat overmatig gebruik niet grappig is of moet worden bewonderd — eerder wordt daarmee gedemonstreerd dat juist matigheid een teken van volwassenheid is.

De Westerse samenleving heeft geen vaste gewoonten of regels inzake het gebruik van alcohol, maar bepaalde bevolkingsgroepen die wel zulke tradities hebben, kennen aanzienlijk minder alcoholproblemen. In sommige van deze groepen wordt matig drankgebruik onder familieleden en thuis volkomen aanvaard; overmatig gebruik wordt sterk afgekeurd. Het voorbeeld in het gezin en in groepsverband kan tezamen alcoholmisbruik voorkomen. Het ouderlijk voorbeeld van niet al te toegeeflijk te zijn, voorkomt de al te veel voorkomende opvatting onder de jeugd, dat er een dubbele moraal geldt: volwassenen kunnen buitensporig drinken en kalmerende middelen gebruiken, maar als kinderen drank of drugs proberen, dan is dat iets heel anders.

Spreek erover

Naast het voorbeeld zijn er openhartige

bespreking en onderricht nodig als tegenwicht voor de overmaat aan onjuiste voorlichting, die jonge mensen krijgen van hun kameraden, van advertenties over alcohol, van films en televisie. Het onwerkelijke image van het zwaar drinkende quasi mannelijke

veel indruk te maken in onze afgestompte samenleving. Teenagers denken over het algemeen: „Dat kan mij niet gebeuren.” Toch behoort u zeer duidelijk richtlijnen over drinken en autorijden te geven en uw kinderen te laten weten, dat u altijd bereid bent ze



TOM ZIMBEROFF — SYGMA

Teenagers denken over het algemeen: „Dat kan mij niet gebeuren.” Toch behoort u zeer duidelijk richtlijnen over drinken en autorijden te geven . . .

type en de snobs die altijd met een drankje in hun hand staan, moeten worden ontmaskerd wegens hun oppervlakkigheid en de gevolgen van overmatig drinken moeten worden duidelijk gemaakt.

U dient te weten wat uw kinderen van alcoholgebruik denken en hoe ze denken over vrienden die drinken. Door te spreken over de druk, die ze zullen ondervinden, kunt u ze steunen in de beslissing hoe op een verantwoorde wijze om te gaan met alcohol, omdat uiteindelijk de doelmatigheid van uw onderricht zal worden getoetst als zij buiten uw toezicht zijn.

De jeugd verwacht dat de ouders grenzen aangeven, dat ze consequent zijn en blijk geven van hun zorg. Dit geldt met name in de gevarezone van drinken en autorijden. Gruwelijke verhalen over ongelukken door dronken achter het stuur te zitten schijnen niet

op te halen, liever dan ze ooit de kans te geven een lift te krijgen van een dronken automobilist.

Waarschijnlijk is het allerbelangrijkste tijd te besteden aan uw kinderen en ze te helpen sociale en andere bekwaamheden te ontwikkelen, om enkele van de oorzaken van alcoholmisbruik te voorkömen zoals het drinken wegens verlegenheid, spanningen, neerslachtigheid en eenzaamheid. Stel belang in hun leven (zonder bemoeizucht of hun een minderwaardigheidsgevoel te geven). Zorg dat hun vrienden welkom zijn als ze langs komen en laat het ze merken door ze ongedwongen in de familiekring op te nemen. Uw verantwoordelijk voorbeeld, uw kennis, begrip en liefde zullen uw kinderen helpen te strijden tegen de druk, waardoor miljoenen, zowel volwassenen als tieners, hun toevlucht tot drank nemen. □

VRIJHEID VAN KEUZE: HOË DE DRUG-DRUK AAN TE PAKKEN

Drs. Martin Evans, directeur van TACADE —
*The Teachers Advisory Council on Alcohol and
Drug Education* werd in Engeland geïnterviewd door
John R. Schroeder, auteur voor *De Echte Waarheid*.

Mijnheer Evans, neemt in Engeland verslaving aan verdovende middelen toe?

Verslaving aan drugs neemt toe in dit land. Maar men zou deze uitspraak moeten nuanceren door een stap terug te doen en te vragen wat wij met verslaving aan drugs bedoelen.

Een van de werkelijke problemen met deze uitdrukking is het feit dat men geneigd is te denken dat hard drugs de enige drugs zijn die tot verslaving kunnen leiden. Er is een enorme stijging in het voorschrijven en het gebruik van tranquillizers zoals Mogadon, Valium en Librium. Wij hebben nu circa 28 miljoen recepten voor lichte verdovende middelen per jaar. Het onderzoek met betrekking tot deze tranquillizers geeft werkelijk aanleiding tot bezorgdheid. Bij zeer veel mensen blijken ze tot verslaving te leiden. De kwestie is dus dat men een vorm van drugverslaving heeft gekregen die als het ware medisch gewettigd is en die niet slechts een paar duizend mensen in het land omvat, maar mogelijk miljoenen. Ik zou het woord drugverslaving in zo'n ruime zin willen gebruiken dat het zowel lichte kalmerende middelen omvat en stoffen als alcohol, alsook de zogenaamde hard of illegale drugs. In dat geval luidt het

antwoord beslist ja — drugverslaving neemt toe.

Op welke wijze is drugverslaving een groot sociaal probleem in het Verenigd Koninkrijk aan het worden?

Iedere drug schept zijn eigen problemen. Illegale drugs scheppen bepaalde typen sociale problemen, zoals zwarte markten en het hele netwerk van misdaad dat daarmee samengaat. Alcohol veroorzaakt zijn eigen sociale problemen met betrekking tot het soort gedrag dat ontstaat door dronkenschap. Tranquillizers scheppen problemen zoals bijv. de wijze waarop een moeder met haar kinderen omgaat. Tranquillizers nemen de eigen persoonlijke spanningen weg of wat men de eigen ware emotionele gesteldheid zou kunnen noemen. In een dergelijk emotioneel vacuüm zijn mensen tot allerlei dingen in staat. Verschillende drugs veroorzaken verschillende sociale problemen. Ze zijn alle op verschillende wijzen ernstig.

Is het zo dat de houding tegenover verslavende drugs in Engeland neigt naar toegeeflijkheid?

Er bestaat zeker een mate van toegeeflijkheid in ons land. Wanneer het probleem zich uitstrekt tot ongeveer 28 miljoen recepten voor tranquillizers per jaar voor eenvoudige angstgevoelens waarvoor veel mensen best andere oplossingen zouden kunnen zoeken, dan zou ik zeggen dat wij een

zekere toegeeflijkheid bezitten. En het is een situatie waaraan stellig iets moet worden gedaan.

Wat wordt er door overheids- en particuliere instellingen gedaan om het probleem te bestrijden? Wat doet met name uw organisatie, TACADE, om het probleem in dit land te lijf te gaan?

Het is wellicht goed om eerst iets over TACADE te zeggen. Wij zijn een heel kleine organisatie van vrijwilligers. Onze staf telt slechts zeven of acht mensen. Sinds 1969 werken wij op dit gebied als een fundamenteel opvoedkundige organisatie. Wij krijgen heel weinig aandacht in de pers omdat wij achter de schermen werken met leraren en andere vakmensen. Wij zeggen dat het probleem te maken heeft met het hele scala aan legale en illegale middelen die men in mindere of meerdere mate gebruikt.

Het belangrijkste is wel onze recente publicatie *Free to Choose*, een handboek met educatiemateriaal betreffende drugs.

Het bevat 40 uren lesmateriaal dat op middelbare scholen kan worden onderwezen. Het materiaal is in 10 „units” ingedeeld. Drie van deze onderdelen hebben betrekking op alcohol; één op roken; twee tot drie behandelen drugs op recept en de kwestie van de rol van de arts; één gaat over nog oplosbare gevallen; en twee tot drie onderdelen hebben als onderwerp

illegale drugs. Dit programma streeft naar een ruim perspectief.

De methoden die wij in de klas gebruiken zijn niet van formele aard. Ze scheppen een context, met behulp waarvan jonge mensen hun eigen houding kunnen nagaan en hun gedrag in de verschillende situaties waarin zij met drugs in aanraking kunnen komen. Ons programma is dus informeel in zijn benadering.

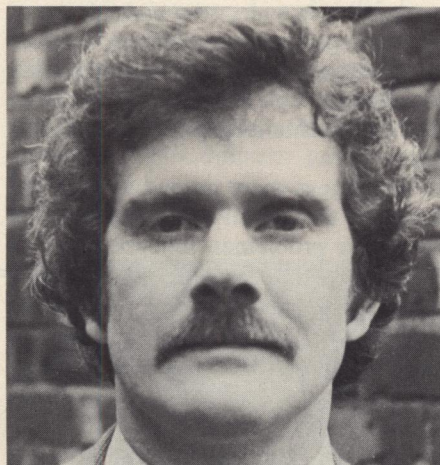
Ten tweede ziet dit programma als zijn voornaamste doel het onderwijzen van wat men sociale vaardigheden zou kunnen noemen. De vooronderstelling waarop wij dit materiaal baseren, is het feit dat jonge mensen wanneer zij in situaties verkeren waarin zij moeten besluiten al dan niet een drug te gebruiken, zij dikwijls niet de sociale vaardigheden of de competentie hebben om een vrije keuze te maken. Wat wij voorstaan is dat het onderricht hun de vaardigheden moet verschaffen waardoor zij zich een behoorlijke mate van zelfstandigheid kunnen eigen maken of de mogelijkheid hebben te kiezen.

Bijvoorbeeld: één van de onderdelen van dit programma gaat over het eerste aanbieden van cannabis. Wat gebeurt er met een jongen die bij een groep belandt en die, terwijl ze praten, van iemand een joint krijgt aangeboden met de woorden: „Waarom probeer je er niet een?” Dit geeft een situatie weer waarin iemand cannabis wordt aangeboden en wordt blootgesteld aan de druk om deel uit te maken van de groep. Indien hij weigert, wat zullen ze dan van hem denken? Dit oefent een zekere mate van sociale druk op hem uit. Hij moet een besluit nemen. Hij heeft niet de tijd om dit over zes maanden te doen. Hij doet het dan en daar, binnen zeg vijf seconden. Dat is wat ik bedoel met sociale vaardigheid — de mate van sociale competentie die wij altijd in de normale sociale omgang gebruiken.

Wij verruimen dus die vaardigheid, zodat deze jongen niet zomaar de joint aanneemt, maar de sociale competentie heeft ontwikkeld, met behulp waarvan hij inderdaad zijn eigen verstandige keuze kan maken. Dat is het eerste doel van het materiaal — *Free to Choose*. Het voornaamste doel is het opbouwen van sociale competentie. De feiten in het materiaal zijn ondergeschikt aan het alomvattende doel.

Welke leeftijdsgroepen staan bloot aan alle soorten verslavende drugs?

Het behoort tot de populaire mythologie betreffende gebruik en misbruik van drugs in dit land dat het een probleem van jonge mensen geldt. De laatste tien jaar is het alcoholgebruik in ons land bijna verdubbeld. Wij zijn geneigd te zeggen dat jonge mensen meer drinken. Inderdaad, jonge mensen drinken meer. Maar er bestaat geen bewijs dat ze meer drinken in verhouding tot wat alle anderen drinken. Dit is een heel belangrijk punt, omdat volwassenen geneigd zijn zich te concentreren



„Het gebruik en misbruik van drugs in dit land . . . is niet alleen een probleem van jongeren. Het is het probleem van de hele maatschappij.”

op jonge mensen en zij rechtvaardigen daarmee voor zichzelf hun eigen gedrag.

Maar het is niet alleen een probleem van jongeren. Het is het probleem van de hele maatschappij. Neem eens verslavende middelen als tranquillizers en pijnstillers. In wezen is dit *niet* een probleem van jonge mensen maar van mensen van middelbare leeftijd die met het klimmen der jaren verschillende psychische crises doormaken en drugs gaan gebruiken omdat deze een bron van verlichting zijn gebleken. De middelbare leeftijdsgroep raakt er dus heel gemakkelijk aan verslaafd. Een

van de redenen waarom er zoveel aandacht aan jonge mensen wordt geschonken, is natuurlijk dat verslaving op jonge leeftijd bepaalde implicaties voor de toekomst van de jongeren met zich meebrengt. Drugs als alcohol bezitten sterke psychoactieve eigenschappen. Tijdens de post-puberale fase, de emotionele ontwikkeling, kan deze drug vertraging van de ontwikkeling tot volwassene tot gevolg hebben.

Ik werk voor de drug-adviesraad in Manchester. Ik heb een aantal mensen in behandeling die ik van advies dien. Ik ken gevallen waarin iemand van bijv. 25 nog de post-puberale emotionele ontwikkeling moet doormaken, omdat deze totaal afgeremd is door ongelukkige voorvallen met drugs in de late tiener-jaren. De moeilijkheid is dat sommigen met 25 jaar het hoofd van een 25-jarige hebben, maar de emotionele ontwikkeling van een 17-jarige. Bij jongere mensen bestaat er een veel grotere kans op allerlei nare bijkomstige zaken. Het is in sommige opzichten heel juist dat wij ons op de jongeren concentreren. Maar bedenk dat men door het probleem op jonge mensen af te wentelen zeer gemakkelijk iets kan maskeren dat wijdverspreid is en alle leeftijdsgroepen raakt.

In hoeverre leidt drugverslaving tot misdaad?

Dronkenschap kan tot een hele reeks misdadige gedragingen leiden — van gewone bedreiging tot zware misdrijven.

Maar het feit dat vele drugs, zoals heroïne (en ik bepleit volstrekt niet dat ze legaal moeten worden) illegaal zijn, leidt tot misdadig gedrag. Illegaliteit leidt uiteraard tot een zwarte markt. Het feit dat aan deze drugs verslaafden meer drugs moeten hebben leidt tot een systematisch misdadig gedrag om aan geld te komen.

Hierbij zou ik ook willen zeggen dat door drugs veroorzaakte misdaad in dit land met al te veel sensatie wordt omgeven. Wij zien veel te veel Amerikaanse misdaadfilms. Het aantal Amerikaanse films met drugverslaving als centraal thema is beslist verbazingwekkend! De mensen in dit land krijgen een verwrongen kijk op wat drugverslaving is en het soort leven dat ermee gepaard gaat. Dat is in vele opzichten te betreuren omdat het eens te meer de werkelijke verslavingsproblemen in dit land verbloemt. Lichte tranquillizers en alcohol plegen naar de achtergrond

te worden gedrongen. Illegale drugs zijn in werkelijkheid meer een Amerikaans probleem.

Is het werkelijk mogelijk mensen van hard drugs af te helpen? Is er werkelijk hoop voor, bijv. een heroïne-verslaafde?

Er zijn twee soorten afhankelijkheid: fysieke en psychische afhankelijkheid. Het is heel gemakkelijk iemand tijdelijk te bevrijden van fysieke afhankelijkheid van een drug. Je moet hem eenvoudig twee of drie weken in een verpleeginrichting laten doorbrengen. Er bestaan vormen van chemische behandeling die men hun kan geven om een hard drug te ontwennen.

Dat is echter niet het eigenlijke probleem. Om mensen vrij van drugs te krijgen moet men in feite hun levensstijl herzien om hen van psychische afhankelijkheid af te brengen. En dat is de moeilijkste taak die er bestaat. Het

veranderen van iemands levensstijl, het veranderen van iemands gedrag en dagelijkse gewoontepatronen is het moeilijkste waarvoor iemand geplaatst kan worden. Niets is moeilijker dan je gedrag veranderen! Druggebruik los te maken uit het verband van iemands gehele levensstijl is absurd. Ik bedoel dat je hen niet alleen van drugs af moet helpen, je moet hun alternatieven bieden. Misschien een alternatieve levenswijze, misschien alternatieve bezigheden, misschien nieuwe vrienden!

Het gebruik van drugs kan iemand werkelijk een soort evenwicht geven of een soort gevoeligheid voor het leven, al is dit verkeerd en leidt het tot schade die iemand zou kunnen doden. Men moet dus echte alternatieven verschaffen.

Vervolgens moet gezegd worden dat drugs als alcohol en tabak ongetwijfeld veel meer problemen scheppen dan de

illegale drugs. Dit betekent niet dat ze gevaarlijker zijn. Ze zijn alleen gemakkelijker te krijgen. Neem de pubs eens in dit land. Ze zijn een belangrijk bestanddeel van de sociale structuur van onze cultuur. Het is dus onvermijdelijk dat mensen deze drugs geregeld en uitgebreid gebruiken, die allerlei vormen van fysieke schade aanrichten.

Als sommige illegale drugs legaal zouden worden gemaakt, zouden we een escalatie van de problemen hebben. Want hoewel tabak en alcohol problematischer zijn dan de andere in cijfers uitgedrukt, fundamenteel blijft de oorzaak of een drug beschikbaar is of niet.

Een van de essentiële dingen die ons land dient te doen is uitmaken wat wij werkelijk willen bereiken. Wat zijn onze doeleinden? Dan kunnen wij een deugdelijk educatief kader voor dit hele gebied in werking stellen. □

TE VEEL?

(Vervolg van pagina 12)

afweten, dan zal hij hoogstwaarschijnlijk abortus adviseren.

Al jarenlang hebben medici het ernstige vermoeden dat er verband bestaat tussen alcoholgebruik door zwangere vrouwen en hersenbeschadiging bij hun nog ongeboren kinderen. Maar begin 1981 werd voor de eerste maal het *directe bewijs* hiervan bekendgemaakt door onderzoekers van de universiteit van Iowa.

Door middel van experimenten met ratten konden deze Amerikaanse onderzoekers aantonen dat een bepaalde dosis aan de moederrat toegediende alcohol tot abnormaal functioneren van haar nog ongeboren jongen leidde, een permanente hersenbeschadiging. De waarnemingen en conclusies van dit onderzoek zijn gepubliceerd in het tijdschrift *Science* van de American Association for the Advancement of Science (27 februari 1981).

Het „foetale alcoholyndroom” (FAS) wordt met name in verband gebracht met abnormale fysieke eigenschappen: een klein hoofd, diverse gelaatsafwijkingen en een laag geboortegewicht en geringe lengte. Ook afwijkingen aan het skelet moeten aan de lijst worden toegevoegd.

Dr. Patrick M. MacLeod, Canadees medisch geneticus, laat de volgende waarschuwing horen: „Het is van het

grootste belang dergelijke skeletafwijkingen tijdig te onderkennen, omdat zulke kinderen een grotere kans lopen hun nek te ontwrichten bij de dikwijls nogal ruwe stoeipartijen op het schoolplein of in de gymzaal” (Uit *Medical World News*, 6 augustus 1979).

Alcohol komt gemakkelijk door de bloedstroom van de moeder via de placenta in haar ongeboren kind. De kans op beschadiging van de foetus is zelfs nog veel groter als de zwangere behalve alcohol ook nog drugs gebruikt.

Er wordt ook onderzoek verricht naar de mogelijkheid of de vader die aan de drank is, hierdoor bijdraagt aan geboortefwijkingen of zelfs aan foetale dood. Inleidende onderzoekingen hebben al aangetoond dat kinderen van vaders die zwaar aan de drank zijn, een veel hoger percentage gebreken vertonen.

Het zou ons volstrekt niet verbazen indien een stof die voor het doden van bacteriën wordt gebruikt — als ze maar in voldoende hoeveelheden wordt ingenomen — ook de ontwikkeling van een kleine, delicate foetus kan belemmeren.

Hoeveel is nu eigenlijk te veel? Bestaat er bij alcoholgebruik wel een „veilig niveau” voor zwangere vrouwen? De meeste deskundigen zijn het er wel over eens dat een gebruik van ± 85 gram alcohol per dag absoluut gevaarlijk is. Onderzoekingen hebben intussen al uitgewezen dat 11% van

vrouwen die 25 tot 50 gram per dag drinken, ontwikkelingsstoornissen vertoonden.

Een zwangere die per se alcohol wil gebruiken, moet te voren ernstig rekening houden met factoren als stofwisseling, gewicht, voeding, medicijnen en — al dan niet legaal verkregen — drugs.

In de Verenigde Staten heeft de National Council on Alcoholism (NCA) verklaard, dat zwangeren — uit veiligheidsoverwegingen — volstrekt geen alcohol dienen te gebruiken.

Helaas echter is het foetale alcohol syndroom in de Westerse wereld een van de voornaamste geboortefwijkingen. En dat terwijl het de *enige* factor is die zo te zien gemakkelijk kan worden vermeden!

Lezers van *De ECHTE WAARHEID* zijn verantwoordelijk voor dit soort bewijsbare voorlichting! Precies zoals wij allen verantwoordelijk zijn voor de kennis die we bezitten van de gevaren van het roken, zoals op ieder pakje sigaretten staat aangegeven. Misschien konden rokers voor de jaren '70 zich nog beroepen op onbekendheid met de gevaren van het roken; maar *nu* toch niet meer. En evenmin kunnen zij die alcohol en drugs gebruiken zich nog langer op onwetendheid beroepen voor wat de aan hun eigen lichaam en aan hun nakomelingen toegebrachte schade betreft!

U beschikt nu over de kennis! Wat gaat u ermee doen? □

HOOP VOOR EEN JEUGD ZONDER HOOP

door Clayton Steep

H Heidi S. houdt een dagboek bij. Zij is een „junkie” — verslaafd aan heroïne. Neggen weken nadat ze voor het eerst heroïne gebruikte, noteerde zij: „Zelfs wanneer ik verslaafd raak, kan me dat geen barst schelen. We krijgen toch weer oorlog.”

Een Duits probleem

Een groot deel van de Westduitsers wordt tegenwoordig gekweld door *lebensangst*. Vrees voor een kernoorlog vormt een van de vele redenen waarom Heidi drugs begon te gebruiken, en een van de talrijke redenen waarom drugverslaving in het algemeen in heel West-Europa toeneemt. Dat gevoel van hopeloosheid heeft het aantal drugmisdrijven in West-Duitsland van 1979 tot 1980 met 21,3% omhoog gedreven — dat is een snellere stijging dan welke andere vorm van misdrijf ook. Marihuana, hasj, heroïne en cocaïne worden in toenemende hoeveelheden het land binnengesmokkeld. Ook andere Duitstalige gebieden — Oost-Duitsland en Oostenrijk — worden getroffen.

De drugproblemen in het Duitstalige deel van Europa vormen een afspiegeling van de nijpende sociale problemen in het hele geïndustrialiseerde Westen. De geleidelijke uitholling van het gezin speelt een beslissende rol. Zestig procent van de verslaafden is afkomstig uit gezinnen waar de ouders gescheiden zijn. En in geval de gezinnen nog intact zijn, krijgen de maatschappelijk werkers op dit terrein vaak te horen: „Mijn ouders hadden nooit tijd voor me.” In een Keulse studie over het gezinsleven van

honderd achter de tralies gezette drugverslaafden, stootten de onderzoekers in vrijwel alle gevallen op een chronisch tekortschietende gezinscommunicatie.

Daar komt bij dat veel ouders zelf hun toevlucht nemen tot stimulerende middelen. Westduitsers geven ongehoorlijk veel geld uit aan alcohol en tabaksprodukten. Volgens de autoritei-

sterke drank . . . Een drankje pakken is een onmisbaar bestanddeel van het 'leven in overvloed' geworden . . . en dus voelt de jeugd zich door de groep waartoe de ouders behoren min of meer gedwongen ook te gaan drinken . . .”

De autoriteiten realiseren zich de invloed van deze dodelijke druk. Een brochure van het Bondscentrum voor



PANDELE — GAMMA/LIAISON

De gemakkelijker dan drugs te verkrijgen alcoholica worden door een groeiend aantal jongeren in Europa geconsumeerd. Opgegeven redenen zijn druk van leeftijdgenoten; zucht naar „high” zijn; verlangen gezins- en wereldproblemen te vergeten.

ten zijn er 1,6 miljoen alcoholisten in de Bondsrepubliek, 1 miljoen in Oost-Duitsland en nog eens 300.000 in Oostenrijk. De psychotherapeut dr. Reinhart Stalman uit München klaagt: „Wij Westduitsers zijn de afgelopen dertig jaren een volk van drinkebroers geworden. Achtenvijftig procent van de mannen drinkt dagelijks bier, 18 procent wijn en 13 procent

Gezondheids Educatie waarschuwt: „Misbruik van verslavende middelen zoals alcohol, sigaretten en medicijnen door ouders en andere volwassenen dient als een blauwdruk voor onze jeugd. Zij leert drugmisbruik kennen als een vorm van 'onpersoonlijke behoeftebevrediging'.”

Vanwaar deze „drang” om aan de werkelijkheid te ontsnappen — om de

geest te benevelen en de zintuigen af te stompen of kunstmatig te stimuleren? Wat mankeert er aan het leven dat het voor velen geen vervulling betekent? Dr. Rolf Affemann, een bekende psychotherapeut uit Stuttgart, legt de vinger op de wonde. Onlangs schreef hij met betrekking tot drugovertreddingen door jongeren: „Wanneer wij... als een gemeenschap willen overleven, dan dient ieder zich persoonlijk nieuwe prioriteiten te stellen. Wij moeten opnieuw de oude waarheid leren dat de mens niet bij brood alleen leeft... Als wij volharden in onze huidige levensstijl, dan zullen wij onszelf en de wereld die wij gebouwd hebben vernietigen.”

Desillusie en teleurstelling over de tegenwoordige wereld is het gevolg van een op zichzelf geconcentreerde, winstbeluste, materialistische en inhalige maatschappij. Er dient een volslagen verandering te komen in de richting waarin onze samenleving zich beweegt, en in de algemene levenswijze. Alleen dan kan het probleem van het misbruik van drugs en alcohol worden opgelost.

Grootste zorg van Zwitserland

De voornaamste zorg van de Zwitsers is het drugprobleem. De mensen maken zich er meer zorgen over dan over het geweld in de straten, over de inflatie, de milieuverontreiniging of de woningnood.

In een Zwitserse enquête gaf 10% van de ondervraagden toe weleens drugs te hebben gebruikt. Die traditionele, niet zo gemakkelijk te verkrijgen drugs vormen echter niet het enige probleem. Verontrustende aantallen jonge Zwitsers zoeken het nu in pijnstillers en andere vrij over de toonbank verkrijgbare medicijnen, die ze soms zelfs met alcohol mengen. Iedereen kan dergelijke middelen kopen. En alcohol is heel makkelijk te krijgen.

Zoals in zovele andere landen, zijn de pogingen die worden ondernomen om het drugprobleem op te lossen, in de eerste plaats gericht op het afsnijden van de aanvoer; de vervolging van de handelaren; het verspreiden van informatie over de gevaren van het druggebruik; en andere soortgelijke middelen om de gevolgen te bestrijden. Maar er wordt veel te weinig aandacht besteed aan de *oorzaken!*

Een strafpleiter in Genève die tal van gevallen van drugverslaving heeft

behandeld, merkte onlangs op: „Ik ken geen enkel geval van drugverslaving onder jongeren dat niet gekenmerkt wordt door een volslagen gebrek aan communicatie tussen de jongere in kwestie en zijn familie.”

Verstoorde gezinssituaties leveren een belangrijke bijdrage. Maar het zit dieper. Drugs vullen een leemte in het leven op; zij vervangen het gevoel van doelgerichtheid dat ontbreekt wanneer iemand niet helemaal begrijpt wat het leven nu eigenlijk te betekenen heeft. Het hoofd van een drug-rehabilitatieprogramma in Genève vatte het in de volgende woorden samen: „Het is gemakkelijk aan drugs te komen. En dan treedt door afkeer van het leven en door een gevoel van hopeloosheid een proces in werking dat via een kunstmatig opgelegd paradijs tot zelfmoord leidt. Ik blijf erbij dat het niet juist is te praten over het 'genezen' van mensen die aan de drugs zijn. Ze zijn niet ziek. Ontgiftiging zonder dat er iets aan het eind van de weg ligt is waardeloos.”

Er is een doel in het leven om naar toe te werken. Maar hoevelen hebben het gevonden? Hoevelen weten waarom ze geboren zijn?

Frankrijks eigen „Franse connectie”

Toen het deksel werd opgelicht van het drugprobleem zoals het onder de jonge mensen van Frankrijk bestaat, was de afschuw algemeen. Zoals er voorheen tegenzin had bestaan om het probleem onder ogen te zien, en zelfs maar het bestaan ervan te erkennen, zo kwam het nu opeens op de frontpagina's van de kranten en op de tv. En hoe groter de publieke belangstelling die het trok, hoe omvangrijker het bleek te zijn.

Wat bijzonder verontrustend bleek was dat het gebruik van drugs niet beperkt blijft tot sociale „drop-outs” of tot delinquenten in de een of andere Parijse achterbuurt. Het speelt in heel Frankrijk, zowel in schilderachtige plattelandsdorpjes als in naargeestige industriewijken, en in alle lagen van de samenleving. Het experimenteren met drugs door jonge mensen kan niet langer worden afgedaan als „een Amerikaans verschijnsel dat hier niet voorkomt”.

Alarmerend is de „trend” naar toenemend druggebruik in de jongere leeftijdsgroepen. De meeste druggebruikers zijn tussen de 12 en 25 jaar.

Waarom wenden zoveel jonge men-

sen zich tot hasj en andere hallucinogenen? De doorgaans opgegeven oorzaken omvatten het verlangen naar plezierige gewaarwordingen, de opwinding van iets te doen dat verboden is, het zelfde te doen als de vriendjes, de bevrediging van een tot gewoonte geworden behoefte, of het „vergeten” van de problemen thuis of op school. Of, zoals een jeugdige lijmsnuiver opmerkte, „Ik wil mezelf helemaal niet vernietigen. Maar ik heb niets te doen, niets te doen, niets te doen...”

Bezorgde ouders, opvoeders, rechters, artsen en politiemensen hebben de voornaamste karakteristieken verzameld van het milieu dat bijzonder bevorderlijk schijnt te zijn voor beginnend druggebruik. Zij kwamen tot de conclusie dat het vaak gaat om een verstoorde gezinssituatie; een kapot of door moeilijkheden bedreigd huwelijk; conflicten of gebrek aan communicatie tussen ouders en kinderen; gezinsleden met geestelijke afwijkingen of zelfmoordneigingen, en drug- of alcoholmisbruik door andere gezinsleden.

Alcoholisme in de familie kan vooral in Frankrijk een rol spelen doordat dit land wereldrecordhouder is van alcoholconsumptie per hoofd der bevolking. Zij bedraagt 16 liter *pure* alcohol per persoon per jaar!

De Franse programma's ter bestrijding van het drugprobleem leggen over het algemeen de nadruk op informatie aan het publiek over drugs en hun gevaren, de begeleiding van ouders wier kinderen aan de drugs zijn, en de hulpverlening aan druggebruikers die met de gewoonte willen breken. Maar deze wijzen van benadering dringen niet tot de kern van het probleem door. Ze houden zich niet bezig met het gladstrijken van gezins- of andere problemen vóórdat deze tot druggebruik leiden. Ze zijn niet gericht op het veranderen van de menselijke natuur.

Een omstreden film die op het ogenblik furore maakt onder jongemensen in Frankrijk en in andere delen van Europa, is een film van Ulrich Edel. Hij gaat over een 13-jarige verslaafde en prostituée. Edel zegt dat hij via het realisme in zijn film de verschrikkingen van de drugscene tracht te illustreren. „Wat je bij de jonge verslaafden van de jaren '80 vooral treft,” aldus zijn commentaar, „is dat ze het leven al opgeven voordat ze wat levenservaring hebben. Ze zien de wereld van de volwassenen en ze 'stappen eruit' zoals

je uit een trein stapt . . . En je kunt er niet mee volstaan dit soort totale afwijzing te verklaren in termen van secundaire oorzaken, eentonige steden of terkortkomingen thuis of op school. Het hele 'geestelijke apparaat' van de maatschappij dient de schuld te krijgen. De malaise is niet alleen economisch en sociaal, maar psychologisch — geestelijk."

Het is juist dit geestelijke aspect dat de meeste tegenwoordige anti-drug-programma's te veel buiten beschouwing laten. Maar zolang ze dat doen, kan het drugprobleem niet worden opgelost.

Het probleem bij de wortel aanpakken

Veel mensen die betrokken zijn bij preventie/rehabilitatie-programma's voor drugs en alcohol erkennen dat de wortel van het hele probleem van geestelijke aard is. Maar tegelijkertijd moeten veel van deze mensen toegeven dat ze zich gedwongen voelen de grondoorzaak buiten beschouwing te laten en zich in plaats daarvan te beperken tot pogingen de gevolgen te bestrijden. Waarom?

De gemeenschap als geheel voelt er niets voor, met haar geestelijke verantwoordelijkheden te worden geconfronteerd. Dat is altijd al zo geweest. Toen

God de eerste mensen schiep, gaf Hij hen zijn grote geestelijke wetten. Bovendien bood Hij hun zijn Geest aan — zijn innerlijke karakter en zijn kracht. Deze gaven vormden een garantie voor het ontstaan van gelukkige, gevulde, overvloedige levens.

Een samenleving die door Gods wetten wordt geregeerd, zou geen problemen van drug- en alcoholmisbruik kennen. Er zouden geen kapotte huwelijken zijn, geen verstoorde gezinsrelaties en geen vervreemde kinderen. De mensen zouden worden onderwezen in de redenen van hun bestaan. Zij zouden begrijpen wat het ontzagwekkende doel van het leven is. Er zou geen noodzaak bestaan om „high" te worden met behulp van stimulerende middelen. Niemand zou een knagend gevoel van leegte hebben te overwinnen en zich door middel van psychoactieve chemicaliën hebben af te vragen wat eigenlijk de bedoeling van het leven is. In plaats daarvan zou die leegte worden gevuld met Gods Geest — met zijn vitaliteit en inspiratie.

Maar de eerste mensen moesten kiezen of dit was wat zij bereid waren te doen. „Nee," antwoordden zij met zoveel woorden, „we willen op onze *eigen manier* het geluk proberen te vinden. We willen niet dat God ons door middel van zijn geopenbaarde

wetten vertelt wat wij moeten doen. En God blijft dat allemaal toestaan totdat de mensheid er schoon genoeg van heeft.

Luister naar de beschrijving van de samenleving zoals zij tegenwoordig is en zoals zij het aanzijn kreeg. Romeinen 1:28-32: „En daar zij [de mensen] het verwerpelijk achtten God te erkennen [zij wezen Hem af!], heeft God hen overgegeven aan een verwerpelijk denken [een geest zonder oordeel] om te doen wat niet betaamt". Dit „doen wat niet betaamt" omvat drug- en alcoholgebruik en alle andere problemen die de mensheid plagen. Lees de daaropvolgende drie verzen in de Bijbel en zie hoeveel van de daar opgesomde ellende een integrerend deel vormt van de menselijke conditie van onze tijd.

De enige werkelijke en definitieve oplossing van het drug- en alcoholmisbruik — en van alle andere problemen van deze wereld — is de weg te verwerpen die de mensheid tot dusverre heeft gevolgd. En om ons tot de Eeuwige God en zijn geopenbaarde wetten te bekeren. Dit geldt zowel voor het individu als voor het gehele volk. Schrijf om toezending van ons gratis boekje: *Nooit eerder begrepen — waarom de mensheid haar problemen niet kan oplossen.* □

EPIDEMIE

(Vervolg van pagina 6)

voorbeeld van drugverslaving, maar dat is het wel degelijk! Het is een door de maatschappij geaccepteerde verslaving aan nicotine (en mogelijk aan andere in de tabak voorkomende stoffen), precies zoals de verslaving van een „junkie" aan heroïne of een andere verslavende drug.

Vele volwassenen beseffen niet hoe *hun* voorbeeld om problemen aan te pakken door roken, drinken of drugs, de jongere generatie ertoe bracht met hasj en andere al dan niet legale drugs te gaan experimenteren.

Dat jonge mensen voor het oplossen van hun problemen en ter bevrediging van hun levensbehoeften hun heil in drugs zijn gaan zoeken, werd bepaald door de wijdverspreide praktijken van ouders en maatschappij. In een door drugs overspoeld milieu draagt de druk van leeftijdgenoten enorm bij tot verder experimenteren.

De huidige internationale connecties en hun leger van illegale handelaren zouden eenvoudig niet kunnen bestaan als niet miljoenen burgers er door de beschaving van thans toe waren gebracht bij elk probleem hun heil, opwinding en oplossingen in drugs te zoeken.

Veelvoudige drugverslaving

De instanties die zich met de volksgezondheid bezighouden, zien zich geplaatst voor een betrekkelijk nieuw en uiterst gevaarlijk drugprobleem: de veelvoudige verslaving. Artsen krijgen steeds meer te maken met patiënten (op steeds jeugdiger leeftijd), die zowel aan drugs als aan alcohol verslaafd zijn, of aan een combinatie van verschillende soorten drugs. Miljoenen mensen spelen dit levensgevaarlijke roulettespel, met hun geest en lichaam als inzet.

Dood en verderf, door alcohol en drugs, komen niet uitsluitend voor in de achterbuurten van onze samenleving, zoals dat één generatie geleden

nog het geval was. Het kwaad verzielt nu de hele maatschappij! Stimulerende en verdovende middelen vormen momenteel een aanzienlijk bestanddeel van de voeding van velen die worstelen met de problemen van het dagelijkse leven.

Sommigen proberen van de drank af te komen door op drugs over te gaan. Anderen trachten van de drugs af te komen door te gaan drinken. Maar beide groepen zien geen kans de oorzaak van hun problemen uit de weg te ruimen.

Een Amerikaanse arts heeft verklaard: „Indien men zou beseffen hoe gevaarlijk de chemicaliën die men slikt wel zijn, dan zou men waarschijnlijk nooit meer een pil innemen."

Zoeken naar een betere oplossing

Zou het niet veel beter zijn als u zoveel mogelijk uw problemen oploste zonder de hoge kosten en schadelijke bijwerkingen van drugs of alcohol? Mogelijk zijn er fysieke of geestelijke dingen die

u over het hoofd ziet, en die u nochtans kunnen helpen bij het overwinnen van — of het leren leven met — uw problemen. Is het leven saai en zinloos voor u geworden? Leeft u in de veronderstelling dat er voor het overwinnen van uw moeilijkheden, zorgen en angsten geen andere hoop of geen ander alternatief bestaat dan bewustzijnsveranderende drugs of alcohol?

Doelloosheid, neerslachtigheid, verveling, angst, wanhoop en vrees . . . alle hebben een *oorzaak*. En die oorzaak is wetsovertreding — schending van geestelijke en/of fysieke wetten.

Overheden, onderwijssystemen en godsdiensten hebben verzuimd de geestelijke wetten en wijze van leven te onderrichten, die zouden hebben geleid tot begrip van de menselijke problemen, die de juiste oplossingen zouden hebben gebracht; en die de mensheid van vrede, hoop en geluk zouden hebben verzekerd.

De Schepper heeft de mensen op aarde geplaatst met een ontzagwekkende bedoeling: de vorming en ontplooiing van een verheven, goddelijk karakter! God vaardigde onveranderlijke, geestelijke en fysieke wetten uit teneinde sterfelijke mensen geluk, gezonde emoties, hoop, vrede, en gemoedsrust te verschaffen — waar zij allen zozeer naar verlangen. Deze ons geopenbaarde geestelijke wetten tonen ons een wijze van leven, die constructief van aard is en die uiteindelijk tot het eeuwige leven leidt.

Als wij deze geestelijke wetten schenden, krijgen wij automatisch de straf, die op een dergelijke overtreding staat: zorgen, neerslachtigheid, vrees, doelloosheid, begeerte, haat, tweedracht en schuldgevoelens. Miljoenen mensen beseffen niet dat hun lijden louter het gevolg is van hun eigen schending van de geestelijke wetten. Chemische „hulpmiddelen” zullen nooit de geestelijke problemen kunnen oplossen!

Pijn en lijden zijn altijd bedoeld geweest als fysieke waarschuwingssignalen, tekens dat er iets veranderd of vermeden dient te worden. Zo'n verandering wordt in de Bijbel *bekeering* genoemd — het zich afwenden van verkeerde levenswijzen naar de juiste levenswijze; van de weg der zelfzucht naar de weg van geven en delen met anderen. Heel veel mensen beseffen terdege dat ze aan die pijn en dat lijden moeten zien te ontkomen, maar gaan

toch gewoon door met juist de dingen te doen, die pijn en lijden veroorzaken. Zij concentreren al hun aandacht op de symptomen van hun kwalen, terwijl ze gewoon doorgaan met het zelfzuchtige leven, dat ze altijd al hebben geleid. Wat een tragedie dat onderwijs, wetenschap en godsdienst de mensen nooit hebben geleerd dat zij eerst de ware oorzaken van hun moeilijkheden dienen te kennen, en dat zij zelf die oorzaken moeten wegnemen!

Kracht om te helpen

U kunt — als u berouw hebt over uw schending van Gods wetten — God om zijn hulp vragen voor het oplossen van uw moeilijkheden en angsten; u kunt Hem vragen om geestelijk inzicht, wijsheid, een liefdevol gedrag en kracht; allemaal zaken die alleen God kan geven.

God werkt met mensen door middel van zijn heilige Geest. Door zijn Geest schenkt Hij steun, liefde, hoop en kracht, die nodig zijn om moeilijkheden op te lossen.

Maar als de mensen koppig hun eigen weg blijven gaan en egoïstisch alleen zichzelf zoeken, dan blijven ze verstoken van de hulp die alleen God kan geven. De Schepper zegt: „Zie, de hand des Heren is niet te kort om te verlossen, en zijn oor niet te onmachtig om te horen; maar uw ongerechtigheden zijn het, die scheiding brengen tussen u en uw God, en uw zonden doen zijn aangezicht voor u verborgen zijn, zodat Hij niet hoort . . . Wij tasten [daarom] als blinden langs de wand . . .” (Jes. 59:1-2, 10).

Een hele generatie misleide mensen zoekt valse chemische rust omdat zij geen geestelijke rust en hoop kan en zal vinden.

De Schepper wil niet dat u onverschillig uw menselijke geest, uw capaciteiten en uw gezondheid bedwelmt en bederft door misbruik van chemicaliën.

Het is tijd dat u uw problemen leert oplossen door wat er bestaat aan menselijke bijstand en door contact met God — en niet in drugs of alcohol uw heil zoekt. „Welzalig hij, die de God van Jakob tot zijn hulpe heeft, wiens verwachting is op de Here, zijn God” (Ps. 146:5). Zoek de juiste oplossingen voor uw moeilijkheden door de oorzaken ervan weg te nemen dan pas zult u op weg zijn naar succes, ware vreugde en geluk. □

ONDER DE 20

(Vervolg van pagina 17)

in één gezin vindt, verschijnen vaak weer in volgende generaties. Indien niet bewust aangevat en opgelost, hebben gezinsproblemen vaak de neiging zich te bestendigen.

Wat alcohol betreft, betekent dit dat overal ter wereld alcoholproblemen van tieners eenvoudig een weerspiegeling zijn van de problemen die de ouders betreffen.

Het door ouders en maatschappij gegeven voorbeeld speelt een belangrijke rol in alcohol-ervaringen van jonge mensen. „Dat ouders niet beseffen dat hun eigen drinkgewoonten effect hebben op jongeren, is hun voornaamste fout”, luidt de wijze waarschuwing van dr. Ruth Fox, een psychiater en alcohol-specialist.

Kinderen zijn grote nabootsers van hun ouders. Gedurende de thuis doorgebrachte tijd letten kinderen op hun ouders om aanwijzingen te krijgen hoe zij leven. Als de vader (of moeder) na het werk thuiskomt en zegt: „Ik moet drinkend een glaasje hebben,” gaat de les niet aan het kind voorbij. De betekenis die hierin wordt gelegd is dat alcohol (meestal als sociaal verdovend middel) noodzakelijk is om te kunnen leven.

Voorts, met het overal ter wereld toenemende aantal echtscheidingen raken kinderen in de klem doordat zij blootstaan aan de sterke druk van het opgroeien en de krampachtige, verwrongen affectie van gescheiden ouders.

Kinderen verkeren feitelijk in een uitzichtloze situatie. In plaats van gesterkt te worden door een stabiel huiselijk milieu, worden kinderen overgeleverd aan een onbegrijpelijke wereld van gevoelens.

De thans gescheiden ouders kunnen dikwijls hun eigen problemen nauwelijks aan, waardoor zij jammerlijk weinig emotionele ruimte overhouden om één of meer kinderen groot te brengen.

Wanneer het zaad aldus is gezaaid, oogst de maatschappij later een menigte emotioneel beschadigde tieners.

En deze tieners reageren door naar ieder verdovend middel te grijpen dat ze kunnen vinden — marihuana, barbituraten, alcohol en andere!

De jaren van 12 tot 20 zijn speciale groeijaren — jaren die een sterke

invloed op de volwassenheid hebben. Zelfs zonder de extra complicatie van in een gebroken gezin te leven, ondergaan teenagers duizenden vormen van druk op weg naar volwassenheid.

En het is inderdaad niet gemakkelijk.

Indien men positief op spanning leert reageren — door deze als een gelegenheid voor groei te gebruiken — en gezegd is met oplettende, bekwame ouders, komt de tiener uit zijn kinderjaren tevoorschijn als een evenwichtige volwassene, sterk naar geest en lichaam (Spr. 22:6).

Maar in de huidige wereld is dit snel bezig de uitzondering te worden in plaats van de regel.

Hoe ziet de toekomst van de tiener eruit?

In het begin van 1981, moest Jean Mayer, een internationaal bekende voedingsspecialist en president van Tufts University, tot ouders van studenten de schriftelijke waarschuwing richten dat „een belangrijk deel van onze studenten hulp nodig schijnt te hebben om de juiste plaats van alcohol in hun leven te bepalen”.

Een aanzienlijk gedeelte van de studenten gebruikte grote hoeveelheden alcohol, zozeer dat ongeveer 35% van hen die op een enquête aan de universiteit reageerde, zei dat hun alcoholgebruik „onbeheerst” was.

Is dit wat u wilt?

Chemische verdoving heeft slechts twee gevolgen. Op zijn gunstigst wordt ze op den duur afschuwelijk vervelend. Anderzijds leidt voortgezet alcoholmisbruik tot tragische gevolgen: verlies van respect, verlies van goede relaties, verlies van werk en tenslotte de dood, of nog erger: een volslagen zinloos bestaan.

Dit hoeft nooit te gebeuren.

Begrijp in de eerste plaats dat alcohol zelf slechts een willoze stof is die uit zichzelf goed noch kwaad kan doen. De mens is het die het met tragische gevolgen gebruikt.

Met andere woorden, het probleem van alcoholmisbruik ligt niet bij alcohol, maar bij de mensen die het gebruiken. Dit betekent dat *wij* het probleem zijn.

Mensen kunnen hun problemen niet oplossen door eenvoudig bij zichzelf te rade te gaan en uit te maken wat zij willen. Een gezaghebbende bron moet als gids dienen. U zou bijvoorbeeld uw

leven niet toevertrouwen aan de piloot wiens enige vliegervaring bestond in het gadeslaan van vliegtuigen die opstijgen en landen! U zou een volledig opgeleide en gekwalificeerde man eisen en verwachten, met een erkende opleiding.

Jammer genoeg is het juist deze fout die miljoenen ouders maken.

Zij bevorderen onwetend rampen die zowel hun huwelijk als hun kinderen treffen door één bepaald principe te verwerpen.

Ja, slechts weinigen beseffen of begrijpen dat alle interpersoonlijke problemen van de mens geestelijk van aard zijn. Door materiële antwoorden op geestelijke problemen te zoeken, stelt de mens zich met zekerheid bloot aan verdriet, wanhoop en frustratie.

Als de Schepper van de mens gaf God een gedetailleerde handleiding voor het leiden van het leven. In zijn Woord openbaarde Hij de algemene principes, noodzakelijk voor een geslaagd en gelukkig leven. Tragisch genoeg erkennen slechts weinigen het gezag en de opmerkelijke waarheid die de Bijbel bevat.

Met betrekking tot alcohol beseffen weinigen dat de Schepper nauwkeurig het gepaste en juiste gebruik van deze veel misbruikte stof heeft omschreven. Bovendien geeft Hij in dit goddelijke handboek voor de mens concrete principes en richtlijnen die een gelukkig en gaaf huwelijk zullen waarborgen en kinderen het juiste soort thuis bieden.

De voornaamste opdracht in dit boek is dat ouders hun huwelijk en het grootbrengen van kinderen ernstig moeten nemen. Men zie wat God gebiedt in Deut. 6:6-7 over de algemene beginselen voor succes: „Wat ik u heden gebied, zal in uw hart zijn, gij zult het uw kinderen inprenten en daarover spreken, wanneer gij in uw huis zit, wanneer gij onderweg zijt, wanneer gij nederligt en wanneer gij opstaat.”

Wat zijn deze beginselen? Wat dienen wij te weten — en in praktijk te brengen?

Merk in de eerste plaats op dat alcoholmisbruik door jongeren in het algemeen ontstaat door twee grondoorzaken: een gezin waarin alcoholmisbruik voorkwam (wat een slechte, negatieve houding en een slecht voorbeeld betekent); of een gezin waarin geen alcohol geoorloofd was (drankver-

bod). In dit laatste geval wordt het kind geen begrip voor het gebruik en de rol van alcohol bijgebracht.

Neem dit ter harte: alcoholmisbruik kan worden voorkomen door een juist begrip. Op de vroegst mogelijke leeftijd moet u weten wanneer u geen alcohol moet gebruiken, waar u het niet moet gebruiken en hoe u het met mate kunt gebruiken.

Volgens menselijke opvatting zijn alle bovengenoemde grenzen subjectief — hij (of zij) bepaalt deze grenzen.

En dat is nu juist waardoor wij zoveel problemen met alcohol hebben! De Almachtige God, de Schepper van zowel mens als alcohol, bepaalt die grenzen. Door Gods gezag te verwerpen (wat God op dit ogenblik toestaat) en zelf het gezag op zich te nemen om zijn eigen beslissingen te nemen, stuurt de mens met zekerheid op een tragedie aan! Daardoor zien wij overal alcoholmisbruik.

Gods Woord openbaart: „Voor genoeg richt men een maaltijd aan, en wijn maakt het leven vrolijk...” (Pred. 10:19). Hier zien wij dat het juiste gebruik en milieu voor alcoholische dranken een positieve rol kan spelen, maar met matigheid (Filipp. 4:5; Ef. 5:18). De Bijbel onthult ook het gezelschap waarin men alcoholische dranken moet gebruiken (Joh. 2:1-10) en welk gezelschap men moet vermijden: „Verkeer niet met wie zich te buiten gaan aan wijn...” (Spr. 23:20). Hij wijst ook op andere positieve toepassingen van alcohol (1 Tim. 5:23).

Kortom, het besluit geen alcohol te gebruiken is niet in strijd met Gods voorschriften (Rom. 14:21). Maar omgekeerd is het opvoeden van kinderen en hun een juist begrip van alcohol onthouden door een slecht voorbeeld en/of verkeerde informatie, een ernstig vergrijp in Gods ogen.

Er staat thans voor de mens maar één weg open om geestelijke openbaring te begrijpen. Om de kennis die God u aanbiedt te verkrijgen moet u zijn Woord bestuderen. Als gratis hulp bij deze ontzaglijk lonende studie stellen wij de Schriftelijke Cursus van Ambassador College ter beschikking. Met behulp van gratis lessen zult u — via de bladzijden van uw eigen Bijbel — zien hoezeer ter zake en modern God voor uw leven is.

Verwijder de slagboom van geestelijke onwetendheid en leer de wegen van waarachtig succes kennen! □

ECHTSCHIEDING

(Vervolg van pagina 4)

van Ezechiël, waar de geschiedenis wordt geschilderd van een interessante liefdesverhouding en een niet geslaagd huwelijk.

God zei: „Ik zal u richten naar wat men met overspelsters en bloedvergietsters pleegt te doen; Ik zal u maken tot een voorwerp van bloedige grimigheid . . .” — slaande op de laatste plagen bij Christus' tweede komst, waaruit blijkt dat dit een profetie voor onze tijd is (Ezech. 16:38).

Maar ondanks alles smeekte deze echtgenoot zijn vrouw herhaaldelijk bij hem terug te keren en zei dat hij haar zou vergeven en weer ontvingen, maar zij weigerde. „Bekeert u, gij afkerige kinderen! spreekt de Here, want Ik heb u getrouwd . . .” (Jer. 3:14, *Statenvert.*). En ook: „Gij hebt ontucht gepleegd met vele minnaars — en dan tot Mij terugkeren? luidt het woord des Heren” (Jer. 3:1). „Maar Ik zag, toen Ik Afkerigheid, Israël, ter oorzake van haar echtbreuk, verstoten en haar de scheidbrief gegeven had . . .” (vers 8).

Maar Israël zal worden opgewekt in het oordeel van de Grote Witte Troon (Openb. 20:11-12; Ezech. 37) en dan zullen behoud en eeuwig leven worden aangeboden. Zo zal tenslotte geheel Israël worden gered (Rom. 11:26) wegens de dood en opstanding van Jezus Christus. Maar allen die nu door God zijn verwekt, worden nu reeds geoordeeld (1 Petr. 4:17).

Waarom verliep het zo

Het belangrijkste is dat men begrijpt waarom Israël zondigde, waarom God scheidde, waarom huwelijken vandaag stukgaan en wat God daaraan zal doen.

De mensen van het oude Israël waren precies als de tegenwoordige mensen, in zoverre dat ze menselijk waren, behept met de menselijke natuur. Maar hoe is het gesteld met het gemiddelde huwelijk waarin gewoonlijk man en vrouw beiden in gebreke blijven?

Ik haal nog een geschiedenis aan van een paar jaar geleden, waarbij mijn raad door beide partijen werd ingeroepen. De vrouw klaagde dat haar man geen tijd wilde nemen om zelfs gewone echtelijke plichten in huis te doen — zoals het schoonmaken van het souterrain. Hij was zelfzuchtig, want hij

besteedde teveel tijd aan baseball, basketbal- en hockey-wedstrijden — waarvoor zij geen belangstelling had. Ik wist dat dit waar was. „Het is allemaal zijn schuld”, verklaarde zij.

Maar hij beschuldigde haar op zijn beurt: „Het is allemaal haar schuld.” Zij kleinerde hem steeds en minachtte hem. En bovendien zei hij dat zij frigide was.

Ik kwam erachter dat de frigiditeit veroorzaakt werd door seksuele onwetendheid en niet zozeer door een verkeerde houding. Ik vroeg hen een boek te lezen dat volgens mij de onwetendheid kon verhelpen. Zij lazen het inderdaad en zagen beiden hun vergissing in, maar die kennis kwam te laat om te helpen, daar er nog andere problemen in het huwelijk waren. Hem gaf ik de raad: „Zij heeft haar verstand en u het uwe. U kunt haar niet veranderen, maar u kunt uzelf veranderen! U kunt één helft van het probleem oplossen. Ik zal haar trachten te overtuigen haar helft te veranderen.” Ik legde haar dezelfde oplossing voor.

Ik opperde een proef van zes maanden, gedurende welke elk trachtte mede te werken en aan zichzelf te werken in plaats van de ander te beschuldigen. Zij wilden dit proberen. Maar de „proef” duurde nog geen twee weken. Het eindigde met echtscheiding.

Mijn voorgestelde oplossing was deugdelijk, maar redde het huwelijk niet.

Zij waren beiden vleselijk gericht, geen van beiden bereid ongelijk te bekennen of van houding te veranderen. Wanneer in een huwelijk beiden een verkeerde houding hebben, tegenstrijdig met die van de ander, zal het huwelijk niet gelukkig zijn. De mensen begrijpen eenvoudig niet de waarheid over het menselijk verstand. Dit zal God veranderen om vrede en geluk in de wereld van morgen tot stand te brengen.

De gezinsstructuur

Het gezin is de hechte grondslag van een duurzame maatschappij en beschaving. Hoe is de beschaving begonnen? Hoe werd ze gevormd, hoe opgebouwd?

God zei: „Laat Ons [niet Ik] mensen maken naar ons beeld, als onze gelijkenis . . .” (Gen. 1:26). God heeft denkvermogen — evenals de mens. Dieren niet. Maar de mens is net als dieren gemaakt van het stof van de grond — hij heeft een tijdelijk

fysicochemisch bestaan net als dieren — en hij sterft dezelfde dood (Pred. 3:19-20). De dierlijke hersenen zijn als de menselijke hersenen, ofschoon ze naar grootte verschillen — nochtans van dezelfde opzet, samenstelling, constructie en kwaliteit. Toch denkt, weet, redeneert en besluit de mens, wat dieren niet kunnen. Waarom?

Er is in de mens een geest (Job 32:8) die niet in de dierlijke hersenen voorkomt. Deze geest in de mens schenkt het intellectuele vermogen. „Want ik ben vol woorden, de geest in mijn binnenste dringt mij” (Job 32:18). Het stomme dier kan niet de kennis hebben van de mens, en de mens heeft haar slechts door deze geest van de mens — deze menselijke geest — die in hem is (1 Kor. 2:11).

Evenzo kan geen mens geestelijke kennis bevatten tenzij door de heilige Geest van God (zelfde vers.).

Kennis bereikt de menselijke geest alleen door de vijf zintuigen van gezicht, gehoor, smaak, reuk, en gevoel. Maar geestelijke kennis (de dingen van God) wordt niet gezien, gehoord, geproefd, geroken of gevoeld (vers 9). God openbaart geestelijke kennis door zijn Geest (vers 10). Daarom getuigt de Geest „met onze geest, dat wij kinderen Gods zijn” (Rom. 8:16).

Gods Geest zal de menselijke geest niet binnengaan en zich daarmee verenigen voordat de menselijke geest is veroverd door God — zich onvoorwaardelijk aan God heeft overgegeven. Daardoor denken velen dat ze „bekeerd” zijn hoewel zij het nooit zijn geweest — zij zijn nooit tot volledige overgave en onderwerping aan God gekomen. Het natuurlijke, vleselijk gerichte verstand kan een zekere mate van bijbelse waarheid en leer bevatten. Sommigen zijn in hun ijdele eigenrechtigheid „zo goed” dat ze datgene aanvaarden wat een natuurlijk verstand aan waarheid kan bevatten.

Doch het natuurlijke verstand is vijandig jegens God (Rom. 8:7; Jer. 17:9). Het heeft zich niet onvoorwaardelijk overgegeven.

Hoe zit het met iemand die een relatie heeft met een ander? Geen van hen moet door de ander worden overwonnen. Maar Satan heeft in alle mensen, behalve in Christus, in mindere of meerdere mate deze houding van ijdelheid en hebzucht geïnjecteerd.

De menselijke geest is in wezen op zichzelf geconcentreerd. Maar de men-

selijke geest is een „territoriale” geest. Het zelf omvat alles wat men denkt dat van hem of haar is: iemands kleren, zijn huis, bezit, kind of zelfs ouder, zijn groep, zijn land. Het zelf strekt zich uit tot wat het zelf bezit, zolang het voelt dat het zelfzuchtig kan nemen van wie of wat ook.

De ene menselijke geest kan samengaan met een andere menselijke geest — speciaal wanneer het tot iemands zelfzuchtig of aangenaam voordeel is. Zo kan een onbekeerde echtgenoot opschieten met een onbekeerde vrouw — zolang er geen houding is van vijandigheid, wedijver, misnoegen, ergeris of afkeer. Maar het vleeselijke zelf, aangedreven door de menselijke geest en in wezen op zichzelf geconcentreerd, houdt in de eerste plaats van zichzelf. Het houdt van een ander wanneer het daarbij wint, plezier ontvangt of bevrediging, en voelt dat de ander een deel is van zijn of haar „territoriale” zelf.

Dit verklaart waarom sommige huwelijken slagen, zelfs wanneer beiden onbekeerd zijn. Is één bekeerd en de ander niet, dan kan het eventueel toch slagen zolang het bevredigend is en het de onbekeerde voordelig toeschijnt.

Maar het door de heilige Geest geleide verstand zal een houding van liefde jegens een ander hebben zolang het waarlijk door de Geest van God wordt geleid. Wordt iemand niet gemotiveerd en geleid door Gods heilige Geest en dus niet de heilige Geest heeft, dan kan hij of zij toch harmonisch leven met een huwelijks-partner, zolang zo iemand zelfzuchtig ingenomen is met de relatie.

Maar feit blijft dat de natuurlijke, vleeselijke, onbekeerde geest „vijandig” jegens God is en jegens de medemens „want het onderwerpt zich niet aan de wet Gods; trouwens, het kan dat ook niet” (Rom. 8:7).

De mensen van het oude volk Israel waren natuurlijk vleeselijk gezind. God had „de boom des levens” — de heilige Geest — voor de mensheid afgesloten en verzegeld na Adams ongehoorzaamheid en verkeerde keuze, totdat Christus, de Tweede Adam, zou komen en de straf wegens de menselijke zonde op zich zou nemen. Daarom werd na Adams zonde bepaald dat „het de mensen beschikt is, éénmaal te sterven en daarna [na de opstanding] het oordeel” (Hebr. 9:27) en „evenals in Adam allen sterven, zo zullen ook in

Christus allen levend gemaakt worden” door de opstanding (1 Kor. 15:22). En God gaf door Joël de profetie dat het daarna zal „geschieden, dat Ik mijn Geest zal uitstorten op al wat leeft” (Joël 2:28). Dus zelfs de Israëlieten van de Oudheid zullen sterfelijk worden opgewekt (Ezech. 37). In dat oordeel zullen zij hun zonden gaan inzien, zullen zij walgen van zichzelf (Ezech. 20:42-44) en zo zal heel Israel (als geheel, niet ieder individu) behouden worden (Rom. 11:26).

Deze tegenwoordige wereld is niet Gods wereld. Het is een door Adam begonnen wereld, beheerst en geleid door de kwaadaardige Satan, nadat Adam de boom des levens, het symbool van Gods heilige Geest, had verworpen.

Het is een wereld, gebaseerd op de levenswijze van nemen — niet op Gods weg van liefde of geven. In deze wereld stichtte God één natie — het oude Israel — bestaande uit vleeselijk gezinde Hebreeën, gedurende de tijd dat Gods heilige Geest aan de mensheid werd onthouden (behalve aan de profeten voor het schrijven van Gods Woord). Het oude Israel, een van de naties van deze wereld, wordt in de Bijbel vergeleken met een vrouw die getrouwd is met Israels God en die later als de mens Jezus Christus werd geboren.

De naties worden gesymboliseerd als vrouwen en God stelde Israel voor zijn voornaamste vrouw te worden — maar zij versmaadde de eer en Hij scheidde van haar. Maar Hij had haar nog lief en zal haar toch trouwen bij zijn luisterrijke tweede komst in opperste macht om alle naties te regeren. Zijn vrouw was onbekeerd, zelfzuchtig, vleeselijk. Zij zal bekeerd, onzelfzuchtig en geestelijk worden.

De God van het Oude Testament werd geboren als de mens Jezus Christus — God in het menselijke vlees. Jezus zei: „Ik zal mijn gemeente [of Kerk] bouwen.” „Zijn Kerk bestaat uit geroepenen” (2 Kor. 6:17). Zij zijn uit de wereld geroepen om de natie of het Koninkrijk van God te worden — om de hele wereld te regeren in de wonderbaarlijke wereld van morgen. „Maar hij is een Jood, die het in het verborgen is” (als hij Gods Geest heeft) (Rom. 2:29). Thans is de Kerk de bruid die Christus bij zijn aanstaande komst zal trouwen.

Het Oude Verbond was een huwelijksverbond. Het Nieuwe Verbond zal ook een huwelijksverbond zijn: een

huwelijk met een Israel dat in Gods Kerk gehoorzaamheid heeft bewezen, dat berouw heeft gehad — zich heeft afgewend van de zonde, dat overwonnen heeft, toegenomen is in genade en geestelijke kennis (2 Petr. 3:18) en tot het einde toe heeft volhard (Matth. 24:13).

Dit huwelijk zal er een zijn van ware liefde — doordat „de liefde Gods in [het hart van de vrouw] uitgestort is door de Heilige Geest” (Rom. 5:5). En er zal geen echtscheiding of aanleiding tot echtscheiding zijn. Ditmaal zal de vrouw zich bekeerd hebben en zich van haar overspel en zonden hebben afgewend.

Er is een valse leer volgens welke het Oude Verbond werd gesloten met Israel, maar dat het Nieuwe Verbond zal worden gesloten met heidenen. De apostel Paulus zegt echter: „Want Hij berispt hen, als Hij zegt: Zie, er komen dagen, spreekt de Here, dat Ik voor het huis Israëls en het huis Juda een nieuw verbond tot stand zal brengen” (Hebr. 8:8). Het zal een huwelijk uit liefde zijn en Christus' vrouw zal verheugd zijn met Hem te wonen in liefde en eensgezindheid en gehoorzaamheid voor alle eeuwigheid! □

Persoonlijk

(Vervolg van pagina 1)

hebben vóór de ware, levende God!

Alles wat meer uw belangstelling heeft dan God en zijn woord is uw afgod die u vóór Hem plaatst. Niemand kan zich werkelijk bekeren — daadwerkelijk door God verwekt worden — tenzij al wat zijn afgod is, is verbrijzeld, en met wortel en tak uit zijn gemoed en verstand en hart is gerukt.

De grootste zonde is die welke u afsluit van het grootste geschenk!

De meest verschrikkelijke straf die over enig menselijk wezen kan worden uitgesproken en voltrokken is om permanent en onherroepelijk van alle toegang tot God te worden afgesneden!

Deze wereld is van God afgesneden — zij heeft zichzelf afgesneden! Maar niet onherroepelijk. U kunt vrije toegang tot de Grote God hebben, door Jezus Christus! De weg is onvoorwaardelijke overgave van uw opstandige wil aan Hem — aan zijn weg — zijn goede en volmaakte wetten. De weg is dus door geloof in Jezus Christus als persoonlijke Verlosser. □

DE WORTEL VAN ALLE KWAAD

Heel lang geleden deden de eerste mensen een fatale keuze. Zij namen van de verboden vrucht van de boom van goed en kwaad. Daardoor beslisten zij hoe de mensheid kennis zou voortbrengen — afgesneden van God! Die kennisproductiviteit heeft tot de vele crises geleid waardoor nu totale vernietiging dreigt! Ons gratis boekje *NOOIT EERDER BEGREPEN — Waarom de mensheid haar problemen niet kan oplossen* verklaart hoe de tegenwoordige wereldproblemen uiteindelijk zullen worden opgelost. Uw gratis exemplaar ligt klaar. Gebruik de kaart binnenin of schrijf ons.

**NOOIT
EERDER
BEGREPEN**

Waarom de mensheid
haar problemen
niet kan oplossen

door Herbert W. Armstrong

VERZOEK OM LECTUUR/ADRESWIJZIGING

Kruis aan:

- Zend mij de volgende lectuur: _____
- Adreswijziging: _____
- Nieuwe abonnee:
Schrijf hieronder het nieuwe adres:

Naam _____

Straat _____

Postcode/plaats _____

Land _____

Knip uit en zend dit samen
met het adresstrookje
naar:

De Echte Waarheid
Postbus 333
3500 AH Utrecht
(Nederland)

De Engelstalige uitzending
THE WORLD TOMORROW

Radio. Radio Luxemburg, 208 meter, of 1440 Khz, iedere zondagavond om 19.30 uur over heel West-Europa.

Televisie. R.T.L., in heel België, via de kabel, iedere vrijdagavond om ongeveer 23.00 uur, na het programma van T.R.L. zelf.