

'Dwars' boek legt uit waarom rokers zo van hun sigaret houden

'Roken is gezond... voor de geest'

AMSTERDAM • Roken is goed voor je! Psychologe Christianne Vink en therapeut Clemens Vogt gaan dwars in tegen de heersende opinie met hun boek Holy Smoke. „Rokers zijn geen zielepoten. Het zijn levensgenieters met een toverstafje dat inspiratie en creativiteit brengt.”

HANS-PAUL ANDRIESEN

Voor veel Nederlanders is het vloeken in de kerk. Roken stinkt, is a sociaal en je krijgt er kanker van. Rokers zijn verslaafde paria's die onder een afdakje zielig staan te paffen. „Rokers worden volkomen onterecht in een kwaad daglicht gesteld,” zegt Clemens Vogt (55), die een praktijk heeft voor lichaamsgerichte coaching en medische shiatsu (een Japanse massagetherapie). „Dat is de reden dat we dit boek hebben geschreven. Tuurlijk zijn er gezondheidsrisico's, maar de medaille heeft ook een andere kant. Roken is genieten en heeft de mens veel goeds te bieden.”

Roken betekent voor velen een broodnodige pauze in het drukke kantoorbestaan. „Even afstand nemen, even puur genieten, dat werkt goed,” zegt Vogt. „Inademen schept ruimte, je borstkas verwijdt zich, er ontstaat ruimte voor iets nieuws. Je krijgt inspiratie.”

Niet-rokers Vink en Vogt steken er een-tje op. 'Roken heeft de mens veel goeds te bieden.'

FOTO TOUSSAINT KLUITERS

De sigaret verbindt de moderne stadsmens met het vuurelement. „Door te roken bieden we vuur de ruimte in ons leven en scheppen we, naar oosterse wijsheid, een platform voor passie en creativiteit.”

„Verschillende rokers vertelden ons dat zij het idee hebben dat passie en levenslust aan hen kleven. Niet-rokers komen bij hen staan als ze op het terras staan te roken omdat zij niets willen missen als de

gezelligheid naar buiten gaat. Daar buiten worden ook de belangrijke beslissingen genomen.”

In het boek gaan de auteurs de geschiedenis in en besteden ze aandacht aan rookrituelen in verschillende culturen. Van de vredespijprokende Indianen tot de 17e eeuwse Engelse tabakscultuur. Rond 1950 beleeft de sigaret haar hoogtepunt. In West-Europa rookt dan maar liefst 80 procent van de

mannen. En het wordt dan steeds geaccepteerder dat ook vrouwen gaan roken. Hollywoodsterren als Humphrey Bogart en Marlene Dietrich maken de sigaret sexy.

Rode raad door de geschiedenis is dat veel machthebbers het roken hebben bestreden. Van de Chinese keizers tot Napoleon en Hitler. En ook nu ontmoedigt de overheid het roken nog. Het pakje sigaretten is bijna onbetaalbaar gemaakt, no-



rookzones rukken op en mocht je toch een sigaret willen opsteken dan waarschuwt Vadertje Staat op de verpakking: Roken is dodelijk.

Dat is toch waar? „Het kan kloppen. Maar betekent dit dat, wanneer je niet rookt, je niet dood zal gaan? Waarom worden we gewaarschuwd voor iets dat ons allemaal, rokers en niet-rokers zal treffen?”

In het boek prijzen de auteurs de roker juist omdat hij flirt met de dood. „Juist de dood geeft betekenis aan het leven. De gezondheidsideologie is een uiting van de collectieve angst voor de dood. Door rokers naar de zijlijn van de samenleving te dirigeren worden we minder geconfronteerd met de kwetsbaarheid van het leven.”

Zo. Dus u geeft er de voorkeur aan om jong te sterven? „Nee, ik ben twintig jaar geleden gestopt uit gezondheidsoverwegingen,” zegt Vogt. En ook zijn medeauteur, medisch psychologe Christianne Vink (33) die aan de Universiteit van Amsterdam werkt, rookt zelf niet.

Waarom dan dit boek? „Als therapeut kom ik veel mensen tegen die willen stoppen met roken. Daarom ben ik me in het roken gaan verdiepen. Waarom zijn mensen gaan roken? Waarom kunnen ze zo moeilijk stoppen? Het blijkt dan dat roken heel veel voordelen heeft, waardoor mensen gaan roken. Die voordelen maken het ook zo moeilijk om te stoppen.”