

Memoires van een verslaafd brein

**Een hersenwetenschapper onderzoekt
zijn verleden als drugsverslaafde**

Marc Lewis

Vertaald uit het Engels door Willem van Paassen

**MAVEN
PUBLISHING**

Inhoud

Inleiding 9

DEEL EEN: DE TABOR-KRONIEKEN

1. Verandering van staat 15
2. Controleverlies 37
3. Het wordt menens 55
4. Dopamine en verlangen: een romantisch intermezzo 73

DEEL TWEE: LEVEN EN DOOD IN CALIFONIË

5. Alle registers open 85
6. Psychedelica, seks en geweld 109
7. Een psychedelisch slotstuk: agenten en engelen 133
8. Heroïne, de Heap en de slaap der doden 147
9. Getting down 167

DEEL DRIE: OP AVONTUUR

10. Reizen verruimt de blik 189
11. Verloren en hervonden bewustzijn 215
12. De opiumvelden 237

DEEL VIER: IN VOOR- EN TEGENPOED

13. Nachtleven in het rattenpark 261
14. Misdaad en straf 277
15. Genezing 313

Epiloog 326

Woord van dank 330

Noten 332

Inleiding

10 Wij mensen zijn vatbaar voor een cyclus waarin we hunkeren naar wat we niet hebben, dat verkrijgen, verbruiken of verliezen en er daarna des te meer naar hunkeren. Deze cyclus ligt ten grondslag aan elke verslaving, of het nu verslaving aan drugs, seks, liefde, sigaretten, soaps, rijkdom of wijsheid zelf is. Maar hoe komt dat? Waarom snakken we naar wat we niet hebben, of niet kunnen krijgen, iets wat vaak ernstig ten koste gaat van wat we wél hebben, en waarbij we ook nog eens onze rust en tevredenheid, onze veiligheid en zelfs ons leven op het spel zetten? Waarom laten we ons zo leiden door onze verslavingen en zwichten we ervoor, of verspillen we onze energie aan het verzet ertegen? Dit boek laat vanuit een uniek standpunt zien dat de bron van dat probleem de fundamentele werking van het brein is. Ik gebruik de gebeurtenissen uit mijn eigen leven als springplank naar het verslaafde brein. Ik ben namelijk een ervaringsdeskundige van binnenuit en van buitenaf, want ik ben een voormalig drugsverslaafde die neurowetenschapper is geworden.

In bepaalde opzichten behoren drugs gewoon tot een grote groep verslavingen. Machtiger dan veel andere, schadelijker dan de meeste,

maar evengoed de belofte van een pot vol goud aan het eind van de regenboog. Tegelijkertijd zijn drugs ook onvergelijkbaar met andere verslavingen, omdat ze de neurale roes van genot direct ontsteken, zonder dat daar een bepaalde ervaring of gebeurtenis voor nodig is. Drugs zetten de hersenen aan om de chemische boodschappers van beloning af te geven, of ze bootsen die stoffjes zelf na. Drugs bieden een kortere weg. Ze spreken de hersenen in hun eigen taal aan – de taal van dopamine en peptiden, van neuromodulatie en receptoren. Drugs kunnen ons dus een heleboel leren over de hersenen, en wat we over de hersenen weten kan ons heel veel leren over verslaving. Het neurowetenschappelijk onderzoek naar verslaving heeft de afgelopen twintig jaar grote vooruitgang geboekt. Maar het gaat niet tot het uiterste. Het legt de puzzelstukjes op tafel, maar maakt er geen geheel van, want het gaat voorbij aan de echte ervaringen waardoor echte mensen telkens weer verslaafd raken, net zo goed gedreven door hoop als door hedonisme, net zo goed door vastberadenheid als door overgave.

In dit boek voeg ik het brein en de menselijke ervaring samen en dat doe ik aan de hand van het verhaal over mijn afdaling naar drugsverslaving, afgewisseld met lessen over de hersenen en de werking ervan op basis van de huidige neurowetenschap. Ik volg de reeks avonturen die begon op een kostschool in New England, toen ik vijftien jaar was, en wanhopig, en op duizend kilometer van mijn woonplaats Toronto zat. Van daaruit ging ik op het hoogtepunt van de drugsbeweging naar Berkeley, in Californië, en breidde mijn zwak voor hoestdrank uit tot liefde voor lsd en vervolgens heroïne. Mijn studietijd in Berkeley werd twee jaar onderbroken door een verblijf in Azië, waar ik in het Maleisische oerwoud bij lachgas snuivende medici belandde, in Laos heroïne rechtstreeks van de producent kocht en in Calcutta een vaste klant werd van de opiumkits. Ik ging terug naar Toronto, trouwde met een vrouw met wie ik niet kon praten, begon drugs te jatten uit het psychologielaboratorium en vervolgens uit medische centra, raakte van m'n verslaving en m'n vrouw af, raakte weer verslaafd en ging uiteindelijk werken in een psychiatrische instelling waar het gejang van de krankzinnigen me weer in de armen van de misdaad dreef.

Tot slot werd ik gearresteerd en veroordeeld, waarna de martelende weg naar blijvend herstel volgde. Op mijn dertigste verruilde ik mijn farmaceutische voorraad voor het bestaan van een masterstudent en uiteindelijk werd ik hoogleraar in de ontwikkelingspsychologie en later in de neurowetenschappen, het terrein waarop ik sinds twaalf jaar werkzaam ben. Nu bestudeer ik de hersenen van kinderen die in de problemen zitten: ik onderzoek aan de hand van de elektrische signalen binnen hun schedel wat daaronder aan de hand is. Maar ik denk er vaak aan dat ik vroeger zelf zo'n kind was; hoeveel wetenschappelijke congressen ik ook bijwoon, ik zal altijd een van die kinderen zijn.

12 In elk hoofdstuk beschrijf ik een nieuwe drugservaring, of een nieuwe fase van de al bestaande verslaving, als het centrale thema van een periode uit mijn eigen leven en soms uit dat van geliefden, zoekers en zondaars die ik onderweg tegenkwam. En ik zal laten zien dat die ervaringen stuk voor stuk voortkomen uit een hersensysteem, neurochemische stroom of een synaptisch proces. Aan de hand van de wisselwerking tussen doorgemaakte ervaringen en neurale activiteit leg ik het verslaafde brein bloot en laat ik zien dat verslaving een fundamentele kwetsbaarheid van het zenuwstelsel zelf is.

De gebeurtenissen die in dit boek aan de orde komen zijn allemaal waargebeurd, voor zover ik in staat was me ze te herinneren, al heb ik sommige ervan omwille van het tempo wel samengevoegd, en heb ik namen en plaatsen zo nu en dan verhuld. Een verhaal dat zo vreemd en beangstigend is als dat over mijn leven als verslaafde zou ik niet kunnen verzinnen. De dialogen zijn een zo betrouwbaar mogelijke weergave van feitelijk gevoerde gesprekken, waarvan sommige flarden in mijn geheugen gegrift staan en andere uit meer algemene herinneringen zijn afgeleid. Ruim twintig delen dagboekantekeningen waren behulpzaam om me weer te herinneren hoe het leven was in mijn tienerjaren en toen ik in de twintig was. Tot slot is de in dit boek besproken neurowetenschap up-to-date en accuraat, zij het dat zij is vereenvoudigd en toegankelijk gemaakt voor de leek. Veel 'breinboeken' bevatten bevindingen van twintig jaar geleden of maken de details vager om ze lichter verteerbaar te maken. In dit boek zijn de

details exact en de gegevens even bij de tijd als de artikelen uit de vakliteratuur van het afgelopen jaar. De hersenen zijn ongelooflijk complex, maar niet onbegrijpelijk.

DEEL EEN: DE TABOR-KRONIEKEN

1

Verandering van staat

16 De eerste keer dat ik dronken werd was met Whitney Talcott. Het was een avond in maart en het was ijskoud. Ik zat nog geen half jaar op Tabor en depressie was inmiddels een tastbare dagelijkse metgezel, een ziekte die in de hand gehouden moest worden. Je had goede en slechte dagen, maar de goede waren net draaglijk en de slechte kostten me bijna de kop. Ik haatte de school. Hij was groter dan ik, sterker dan ik en hij leek net zo'n natuurlijk onderdeel van het landschap van New England te vormen als de rotskust en de esdoorns. Ik was hier niet op mijn plaats. Ik was hier per vergissing beland. Mijn eerste twee jaar op de middelbare school zat ik op een leuke, normale school in een voorstad van Toronto, op een paar straten van huis. Ik was misschien niet de populairste jongen van de klas, maar er was niemand die echt een hekel aan me leek te hebben. Ik had een stel vrienden. Ik werd soms voor feestjes uitgenodigd. Ik had een paar maanden lang een vriendinnetje. En ik kon 's avonds naar huis. Dat was het belangrijkste. Hier op Tabor was er geen huis waar ik aan het eind van de dag naartoe kon – er was alleen het slaapverblijf. En ik haatte dat slaapverblijf. Ik haatte elke gewitte plank, elke sissende radiator, elke barst in de geboende hard-

houten vloeren. Ik haatte mijn kamer. Ik haatte mijn kamergenoot. Ik haatte de jongen in de kamer ernaast. En ik haatte mijn opzichters, de oudere jongens die toezicht op ons moesten houden en voor ons moesten zorgen terwijl ze ons inwijdden in deze bizarre paramilitaire cultuur.

Paramarine, om precies te zijn. Tabor was een paramarineacademie, maar dat zei mij op dat moment niet veel. De marineterminologie leek een misplaatste grap, een poging om de hollywoodheroïek van de Tweede Wereldoorlog na te spelen. Soms zagen we mannen die op admiraals leken met de rector over de paden wandelen. Goudkleurige strepen op donkerblauwe manchetten. Tijdens de vespers waren er speciale gebeden, er waren marine-uniforms die gestreken en een paar weken per jaar gedragen moesten worden, exercities met geweren en een muziekkapel. En we zaten inderdaad vlak bij het water en er waren een heleboel boten: zeilboten, roeiboten, vrachtboten, een schoener in de haven verderop. Het waren die boten die me aanvankelijk, het voorjaar ervoor in Toronto, wel wat hadden geleken.¹

‘Marc, we willen even met je praten over je opties voor volgend jaar,’ had mijn moeder op haar onbeschroomde, licht indringende toon gezegd.

‘Welke opties?’ Ik werd naar de keukentafel geleid, waar ik met mijn beide ouders aan ging zitten. De tafel lag bezaaid met folders van verschillende particuliere scholen, waarvan de meeste zich in New England bevonden.

‘De school lijkt je een beetje te vervelen,’ vervolgde mijn moeder. ‘En misschien ben je überhaupt nogal ontevreden?’ Die doordringende ogen – lichtbruin en helder, met licht gebogen wenkbrauwen – keken me onderzoekend aan om na te gaan of ze gelijk had. Ze staarden me lang aan vanuit haar knappe gezicht – het gezicht van een vrouw van halverwege de dertig, een gezicht dat werd omkranst door met haarlak op zijn plaats gehouden haar dat naarmate de jaren zestig vorderden steeds blonder werd. Mijn moeder leek haar eigen zesde zintuig te hanteren. Zij kon in mijn binnenste kijken en dingen ontdekken. Zoals gewoonlijk kreeg ik al snel het gevoel dat ik datgene waar zij naar zat te vissen moest verstoppen.