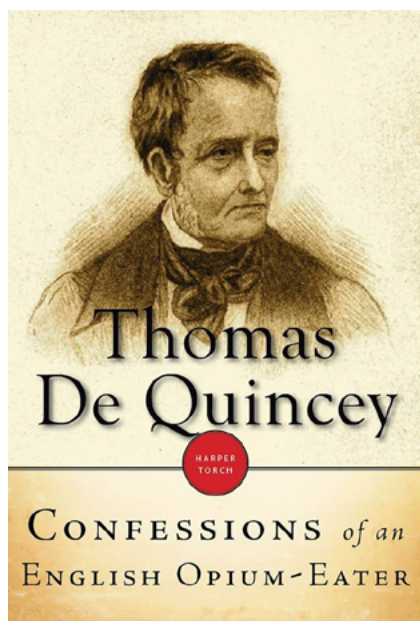


# Van realisme, herstel en rebellie

De uiteenlopende verslavingsverhalen

Gemma Blok



Een verslaving — of, in de huidige psychiatrische terminologie, een stoornis in het gebruik van middelen — behoort tot de meest gestigmatiseerde aandoeningen. Mensen met een verslaving zijn lange tijd beschreven in sterk negatieve en moraliserende termen als ‘dronkaards’ en ‘junks’. Ze zouden zwak, egocentrisch, manipulatief, escapistisch, onproductief, asociaal en onverantwoordelijk zijn. In medische publicaties, maar ook in politiek, media en cultuur, werden zij vaak verbeeld als het tegenovergestelde van de rechtschapen burger die zichzelf kan beheersen en controle heeft over zijn gedrag en verlangens. Ook vandaag de dag is dit stigma nog groot. Onderzoek laat zien dat zelfs binnen de geestelijke gezondheidszorg de ‘verslaafde’ geen geliefde patiënt is.

Tegelijkertijd probeert men in de psychiatrie dit stigma te verminderen, onder andere door het woord verslaving te vermijden. In de DSM-5, het diagnostisch handboek van de GGZ, spreekt men nu van stoornissen in het middelengebruik,

die mensen in verschillende fasen van hun leven en in uiteenlopende gradaties van ernst kunnen doormaken. Daarmee wil men duidelijk maken dat de ‘verslaafde’ geen aparte mensensoort is. Er bestaat geen strikte tweedeling tussen ‘verslaafden’ enerzijds en ‘normale’ mensen anderzijds. Steeds vaker wordt middelenproblematiek gezien als een continuüm, variërend van licht tot ernstig problematisch gebruik, en bovendien niet als een levenslang vonnis.

Maar hoe hebben ervaringsdeskundigen zelf geschreven over hun problematisch middelengebruik? Welke vertelvormen zijn er ontstaan sinds ongeveer 1800, toen ‘verslaving’ voor het eerst als aandoening werd beschreven? Wat hebben ervaringsdeskundigen bijgedragen aan de framing van verslaving, en vooral: hoe hebben zij dat gedaan. In welke narratieve vormen? Welke verhalen zijn er verteld? Voor het gemak beschouw ik autobiografische fictie en autobiografische non-fictie (memoires) hier samen.

Er zijn grofweg drie belangrijke narratieve formats waarin mensen met eigen ervaring van problematisch middelengebruik hierover hebben geschreven.

Ten eerste is er een realistische stroming, waarin auteurs proberen een zo eerlijk mogelijk beeld te schetsen van middelengebruik en -misbruik. Zij beschrijven zowel de aantrekkelijke kanten als de schaduwzijden ervan: de voortdurende spanning tussen genot en lijden, tussen *pleasures en pains*.

Een tweede vertelvorm is het zogeheten herstelnarratief. Dat volgt doorgaans een herkenbaar patroon: iemand raakt verstrikt in verslaving, weet zich daar na veel strijd uiteindelijk aan te ontworstelen en deelt vervolgens zijn of haar leerproces, vaak expliciet bedoeld als steun of leidraad voor lotgenoten.

Ten slotte is er een derde narratief dat we het rebelse narratief zouden kunnen noemen. Dit zijn verhalen van auteurs die zich verzetten tegen het concept van verslaving zelf en die de medicalisering van hun gedrag betwisten. Zij richten hun kritiek vaak op de samenleving, op drugswetgeving of op sociale misstanden die volgens hen hebben bijgedragen aan middelengebruik. Hun ervaringsverhaal functioneert daarmee ook als maatschappijkritiek.

Ik zal enkele voorbeelden van deze drie narratieven bespreken en reflecteren op hun functies, hun onderlinge verhoudingen en op wat er in dit landschap ontbreekt.

### **Pleasures en pains**

Een voorbeeld van het realistische narratief biedt Thomas De Quincey, die een cruciale rol speelt in het ontstaan van het schrijven over verslaving door ervaringsdeskundigen. De Quincey was een Britse schrijver uit welgestelde kringen die opium begon te gebruiken tegen hevige aangezichtspijnen en andere lichamelijke klachten. Al snel ontdekte hij echter ook de aangename mentale effecten ervan. Wanneer hij onder invloed naar de opera ging, ervoer hij de muziek tienmaal intenser en mooier. Op straat in Londen raakte hij verward in diepzinnige gesprekken met marktkooplui over het leven. Opium ervoer hij aanvankelijk als een wondermiddel.

In zijn beroemde boek *Confessions of an English Opium Eater* beschrijft De Quincey zowel deze *pleasures* als de *pains*. Hij vertelt over de nachtmerries, de vervreemdende gevoelens wanneer opium niet beschikbaar is, en over zijn groeiende angst dat hij afhankelijk raakt en de controle over zijn leven verliest. Juist deze openheid over de voor- en nadelen van opium maakt zijn werk zo belangrijk — niet alleen als voorbeeld van het realistische narratief, maar ook vanwege het debat dat het oproept.

Want De Quincey's boek leidde in het begin van de negentiende eeuw onmiddellijk tot felle discussies. Critici vonden dat hij met zijn nadruk op de aantrekkelijke kanten van opiumgebruik mensen op gevaarlijke ideeën bracht. Straks zou iedereen high naar de opera willen, zo vreesden zij. Een argument dat ook vandaag de dag nog terugkeert in discussies over drugsvoorlichting. Onder maatschappelijke druk voegde De Quincey in latere edities steeds uitgebreidere beschrijvingen toe van de lichamelijke afkickverschijnselen, zodat

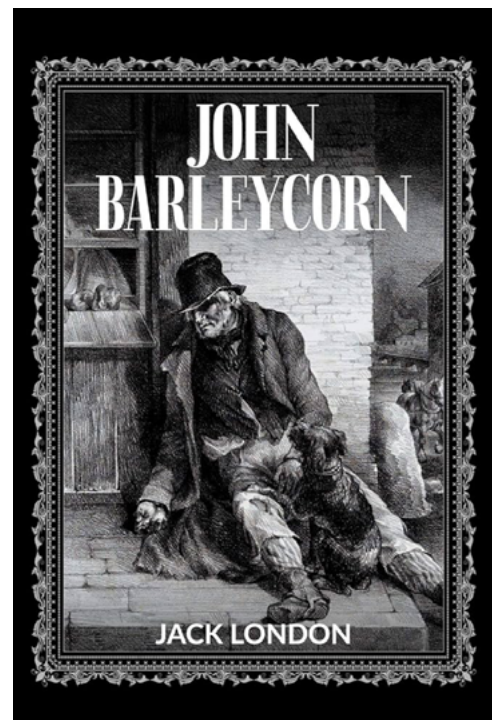
de *pains* meer nadruk kregen dan de *pleasures*.

Deze discussie raakt aan een fundamentele vraag: hoe mag je schrijven over verslaving? Wat vindt men verantwoord, en acceptabel, en wat niet?

De Quincey kreeg veel navolging, onder meer in het invloedrijke boek *Junkie* van William S. Burroughs. Burroughs maakte deel uit van de Amerikaanse beatgeneratie vlak na de Tweede Wereldoorlog, een groep schrijvers die fel ageerde tegen wat zij zagen als een materialistische, conformistische en gevoelloze samenleving. Zij zochten naar alternatieve manieren van leven, vaak aan de rafelrand van de maatschappij.

Burroughs was zelf langdurig verslaafd aan opiaten en andere middelen, en beschrijft in *Junkie* in een bijna klinisch, stoïcijnse proza het dagelijkse bestaan van een verslaafde. Hij eigent zich bewust de negatieve term 'junkie' toe en laat zien hoe het leven eruitziet: hoe je als opiaatgebruiker aan je middelen komt, hoe je je lichamelijk en geestelijk voelt, hoe terugvallen bijna onvermijdelijk zijn. Het boek is geen reclame voor dit bestaan, maar werd desondanks een cultboek voor generaties gebruikers in de jaren zestig en daarna.

Ook rond alcohol ontstonden dergelijke realistische narratieven. Een bekend voorbeeld is *John Barleycorn* van Jack London uit het begin van de twintigste eeuw. London was een



zeer succesvolle Amerikaanse schrijver, maar kampte met ernstige alcoholproblemen. In deze autobiografische roman beschrijft hij zowel de geneugten als de verwoestende gevolgen van alcohol. Hij laat zien hoe alcohol in zijn beleving lange tijd inspiratie bood en verbonden was met mannelijkheid, kameraadschap en avontuur, maar ook hoe het hem uiteindelijk leegzoog en isoleerde.

Veel van deze realistische narratieven eindigen niet hoopvol. De worsteling blijft bestaan en kent geen duidelijke oplossing. Toch hebben ze vaak een waarschuwend en didactische functie: ze pleiten voor openheid, maar tonen ook hoe gemakkelijk gebruik kan omslaan in misbruik en hoe precair de balans is tussen genot en lijden.

### **Een biechtcultuur**

Deze literatuur maakt deel uit van een bredere culturele ontwikkeling waarin het privéleven steeds openlijker wordt besproken. Die openheid is sterk toegenomen in de negentiende en twintigste eeuw en is vandaag de dag overal zichtbaar. Boekhandels liggen vol met persoonlijke getuigenissen over onderwerpen die ooit strikt privé waren. Cultuursociologen duiden dit als een *confessional mode*: een biechtcultuur waarin persoonlijke problemen publiek worden gemaakt, samenhangend met een verdere therapeutisering en psychiatrisering van de samenleving.

Een ander mooi voorbeeld van zulke biechtcultuur is *Long Journey into the Night* van toneelschrijver Eugene O'Neill. Dit toneelstuk is een sterk autobiografisch narratief over zijn eigen familie, iets wat O'Neill in interviews ook vaak heeft benadrukt. Het doet denken aan het door Edward Albee geschreven toneelstuk *Who's Afraid of Virginia Woolf?*, een schrijnend familiedrama waarin onderdrukte emoties, trauma's en ellende centraal staan. Het is bijna niet om aan te zien hoe de personages met elkaar omgaan.

Ook bij O'Neill zien we dit terug. Het stuk gaat over een vader die een mislukte acteur is en aan de drank raakt, een moeder die door haar huisarts verslaafd is gemaakt aan morfine, en een zoon die eveneens drinkt. Het is een uiterst autobiografisch werk dat destijds zowel geschokte als gefascineerde reacties opriep, vergelijkbaar met het werk van Jack London. Dit realistische genre won terrein in een cultuur waarin steeds meer openheid ontstaat over emoties.

Ook in Nederland zijn er navolgers. Een

bekende naam is René Stoute — later Renate Stoute, na haar geslachtsverandering in de jaren negentig. In de periode dat zij nog als man leefde, was zij verslaafd aan opium en later heroïne. Daarover schreef zij aangrijpende verhalen, onder andere in bundels als *Uit het achterland*. Ze werd vaak omschreven als de Nederlandse Burroughs, en terecht: haar werk besteedt expliciet aandacht aan lichamelijke, genot en het dagelijkse leven van de mens die van middelen afhankelijk is geraakt. Sociaal realisme is ook hier het doel.

Uiteindelijk kickt Stoute af, al beschrijft zij dat niet als een helder of lineair verhaal, en zeker niet als een herstelverhaal met praktische tips. Ze zegt zelf: "Ik snap eigenlijk ook niet waarom het me opeens wel lukte." Wat ze wél doet, is empathie oproepen voor de mens die kampt met middelenproblematiek. Daarmee vormt haar werk een brug naar een tweede belangrijk narratief genre: het herstel-narratief.

### **Seks, drugs en roem**

Het herstel-narratief is een genre van ervaringsdeskundigen. Daarin schrijven zij vooral over afkicken en herstel. Het genre bestaat al sinds de negentiende eeuw, met de zogenoemde 'reformed drunkards' in Amerika. Deze bekeerde dronkaards organiseerden zich in zelfhulpgroepen zoals de Washingtonians en de Good Templars, voorlopers van de huidige *Alcoholics Anonymous* (AA). Het herstel-narratief wordt door onderzoekers ook wel het AA-narratief genoemd, omdat het in deze herstelbeweging vaak een vast stramien volgt: mensen glijden af in verslaving, bereiken een dieptepunt ('*rock bottom*'), maken een ingrijpende ervaring door en vinden de motivatie om te stoppen. Ze beschrijven hoe moeilijk dat proces was en welke rol steun van anderen daarbij speelde, vaak met een hoopvolle boodschap voor lotgenoten.

In de twintigste eeuw wordt dit genre bijzonder dominant. Een moderne variant is de rock-'n-roll-autobiografie: levensverhalen van vaak beroemde mensen uit de muziek- of entertainmentwereld, waarin seks, drugs en roem centraal staan, gevolgd door een dieptepunt en uiteindelijk vaak – maar niet altijd – herstel. Deze boeken combineren waarschuwingen met praktische lessen. Ook in Nederland bestaan allerlei zulke autobiografieën, bijvoorbeeld van de drummer van *Doe Maar*, René van Collem, van voetballer Wim Kieft en van cabaretier Najib

Amhali.

Deze verhalen draaien om hoop, het onder ogen zien van destructieve emoties, het herkennen van intergenerationele trauma's en het belang van sociale steun. René van Collem beschrijft bijvoorbeeld indringend hoe trauma's uit de Tweede Wereldoorlog, via zijn ouders, doorwerkten in zijn eigen leven.

Binnen dit genre van het herstel-narratief is tegenwoordig een nieuw subgenre ontstaan: herstelverhalen van voormalige alcoholverslaafde vrouwen. Een bekend voorbeeld is het boek *The Sober Diaries* van de Britse Clare Pooley, in het Nederlands verschenen als *Chardon- nee! Drank leek ooit de vriend van de geëmancipeerde, moderne en bevrijde vrouw, betogen de auteurs van boeken uit dit subgenre vaak - denk aan series als *Sex and the City*, waar de New Yorkse hoofdpersonen talloze cocktails naar binnen werken in mondaine bars en clubs – maar drank is eigenlijk haar vijand. In Nederland beschreven Lois Bisschop, Jacqueline van Lieshout en diverse anderen hun verslaving en herstel. In Engeland noemt men deze vrouwen die de drank af hebben gezworen ook wel 'soberistas'. Je kunt dit zien als een nieuwe, grassroots drankbestrijding.*

### Het leven als pijnlijke zaak

Het derde ervaringsdeskundige genre is het rebelse narratief, met als belangrijke vertegenwoordiger de Franse surrealist, toneelschrijver en ambtenaar Antonin Artaud, een persoonlijke favoriet van mij. In 1925 schreef hij een brief aan 'mijnheer de drugswetgever', toen in Europa en Amerika anti-drugswetten werden ingevoerd. Artaud, die kampte met ernstige psychische problemen en zelf de nodige opiaten en andere middelen gebruikte, verzette zich fel tegen het idee dat politici en artsen zeggenschap zouden krijgen over roes en bewustzijn. Volgens hem was het leven fundamenteel een pijnlijke zaak, en had het individu het recht om daar naar eigen keuze en inzicht middelen in te gebruiken.

Dit rebelse narratief vond navolging, onder meer bij Artauds tijdgenoot Aleister Crowley, maar ook in Nederlandse memoires van heroïnegebruikers. Zij stellen dat de samenleving zelf medeplichtig was aan de heroïnecrisis van de jaren zeventig en tachtig. In het boek *100.000 fietsventielen* beschrijft kunstenaar en voormalige heroïnegebruiker Chiel van Zelst bijvoorbeeld hoe keurige burgers gestolen fietsen van hem



Antonin Artaud (1896–1948)

kochten of gebruikmaakten van sekswerkers. 'De nette burger had boter op zijn hoofd', luidt de boodschap.

### Ontbrekende narratieven

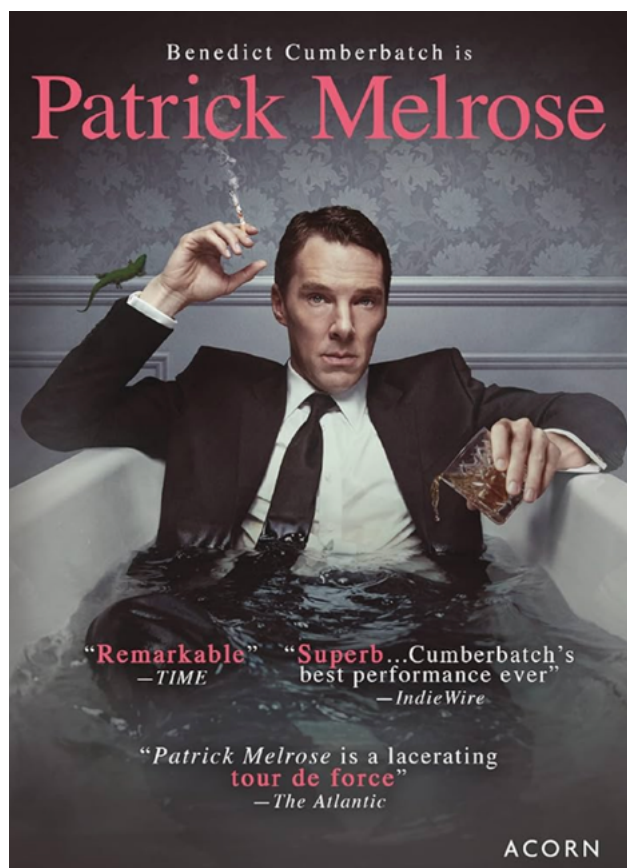
We kunnen dus grofweg drie dominante genres onderscheiden — het realistische, het herstel- en het rebelse narratief — maar met talloze mengvormen. Denk aan auteurs als Hans Fallada en August Willemsen, waar maatschappijkritiek samengaat met realistische beschrijvingen van alcoholmisbruik zonder duidelijke oplossing. Of aan de prachtige *Patrick Melrose trilogy* van Edward St Aubyn, zelf voormalig heroïneverslaafde, waarin realisme en herstel samenkomen.

De meeste letterkundigen en historici zijn het er wel over eens dat het herstel-narratief in de afgelopen eeuwen en ook vandaag de dag het meest dominante genre is. Dat heeft te maken met de behoefte aan lotgenotencontact, het belang van onderlinge steun en openheid over kwetsbaarheid, maar hangt waarschijnlijk ook samen met het stigma rond verslaving, waar ik mee begon. Het schrijven over het herstellen van een stoornis in het gebruik van middelen is een route naar maatschappelijke rehabilitatie. Het

levert waardering op van lotgenoten voor wie dit meerwaarde heeft, en het laat zien dat je alsnog een respectabele burger bent (geworden).

Tegelijkertijd ontbreken er ook narratieven: verhalen van mensen die het niet lukte af te kicken, maar wel gecontroleerd leerden gebruiken bijvoorbeeld. Of verhalen over levens waarin mensen die ondanks een stoornis in het middenmisbruik een productief en stabiel leven leiden.

Zulke verhalen zijn misschien minder inspirerend voor mensen die actief proberen om volledig af te kicken, maar mogelijk wel troostend zijn en hoop bieden aan degenen die zich schamen omdat het hen niet lukt volledig te stoppen. Mensen die het publieke stigma rond verslaving hebben 'geïnternaliseerd' en voor wie zelfstigma een negatieve factor is in hun bestaan. Een beetje terug naar De Quincey, dus, en zijn baanbrekende openheid over de persoonlijke worstelingen die mensen door kunnen maken met roesmiddelen.



Verfilming van het gelijknamige boek van Edward St Aubyn