

VERNEUKT!

Liefde, seks, drugs en ontspoorde levens in de gay scene

Marc Verburg

VERNEUKT!

Liefde, seks, drugs en ontspoorde levens in de gay scene


SILLIUM

VERNEUKT! *Liefde, seks, drugs en ontspoorde levens in de gay scene*

© 2020 MARC VERBURG

Eerste druk: mei 2020

Tweede druk: november 2020

Derde druk: december 2020

Uitgever: Sillium

Druk: Pumbo.nl

Vormgeving: Marc Verburg | Communicatiedesign

Foto auteur: Dennis Vloedmans

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever.

ISBN 978 90 903309 6 9

ISBN 978 90 903321 6 1 (e-book)

NUR 320

WWW.VERNEUKT.COM | INFO@MARCVERBURG.NL

VOORWOORD
van Dick Aartsma, psychotherapeut

Dick Aartsma (1958) is als psychotherapeut zeer ervaren op het gebied van inzichtgevende psychotherapie aan onder meer verslaafden – en hun partners – die eerst zijn afgekickt en vervolgens met behulp van zelfonderzoek meer inzicht in en grip op hun denken, voelen en handelen willen krijgen, om zo te voorkomen dat ze terugvallen in hun oude gedragspatronen.

Verslaving lijkt in onze moderne samenleving, waar we steeds meer onder controle denken te krijgen, eerder toe dan af te nemen. Er komen ook weer andere verslavingen bij, maar dat is natuurlijk oude wijn in nieuwe zakken.

In vroeger tijden werd er door arbeiders een groot deel van het loon verspild aan alcohol om even te ontvluchten aan het leed van armoede en veel te hard werken. Nu we al meer dan een halve eeuw, op een enkele dip na, steeds rijker worden, lijken andere vormen van verslaving eerder samen te hangen met verveling en zingeving dan met geldgebrek.

We staren ons steeds meer blind op de maakbaarheid van het leven en veel lijkt te koop. In de wereld van vandaag, waarin je alles blijkbaar een keer moet meemaken en je eigenlijk een loser bent als je niet het uiterste uit het leven weet te halen, is het bijna vreemd wanneer je niet meedoet aan het optimaliseren van je geluk en het maximaal prikkelen van de 'dopaminereceptoren' in je hersenen. Lijden en pijn zijn ogenschijnlijk te vermijden met de vele pilletjes en medicijnen die we vandaag de dag tot onze beschikking hebben en waarvan we ons afhankelijk maken.

'VERNEUKT!' is een relaas over zulke hedendaagse verslavingen, gevat in een volwaardige roman die leest als een trein.

Marc Verburg houdt onmiskenbaar van schrijven en heeft het hart op de tong. De gedrevenheid achter de woordenstroom in 'VERNEUKT!' laat voelen dat hij meer dan zomaar een verhaal kwijt moet nadat hij enkele jaren zelf in een nieuwe dimensie verstrikt was geraakt; de spannende, euforische wereld van seksfeestjes onder gays die zich afspelen achter gesloten deuren en waarbij chemische drugs, de zogenaamde 'chems', een belangrijke rol spelen.

Het verhaal van 'VERNEUKT!' begint ogenschijnlijk onschuldig en zelfs luchtig. Al snel echter belandt de hoofdpersoon in een soort achtbaan, waarbij hij gaandeweg bemerkt dat het karretje niet terugkomt bij de start, maar juist verder van huis geraakt. De roman vertelt over de heftige periode waarin de hoofdpersoon en zijn partner in een turbulente relatie terecht komen en hoewel het hun veelvuldige drugsgebruik beschrijft, gaat het vooral ook over liefde, afhankelijkheid en vluchten uit de werkelijkheid. Een universeel verhaal over vriendschap, intimiteit en seks dat pijnlijk en droevig is, maar desondanks ook speels en spitsvondig wordt verwoord.

Verlatingsangst en bindingsangst zijn klassieke, tijdloze thema's die in elke liefdesrelaties een rol spelen. Wij mensen zijn nu eenmaal overduidelijk sociale dieren en vrijwel ieder van ons heeft vanaf zijn geboorte tot aan zijn dood behoefte aan een veilige verbinding met één of enkele anderen. Echter, er is nooit een garantie dat de relaties die we aangaan voor altijd zullen duren. Juist die wetenschap zorgt er vaak voor dat we ons niet durven binden en/of veelal bang zijn de ander kwijt te raken. Ook hier speelt de wijze waarop de chemie in de hersenen werkt ons parten. Bij de hoofdpersoon in 'VERNEUKT!' leidt zijn angst voor liefdesverlies dan ook tot een soort 'oerpaniek' wanneer bij hem het alarm afgaat in zijn 'amygdala', het angstcentrum in het brein.

Vanuit wetenschappelijk onderzoek én vanuit de psychotherapiepraktijk weten we dat sommige mensen veel heftiger reageren dan anderen wanneer zij bang zijn hun partner kwijt te raken. Dit blijkt veelal samen te hangen met een verkeerd gelopen hechtingsgeschiedenis van deze personen met één of beide ouders. Geblokkeerd verdriet hierover, oude pijn of hevige angst kan dan in de weg blijven zitten en leiden tot overmatige afhankelijkheid of juist extreem vermijdingsgedrag. Therapie kan hier verandering in brengen. Pas na verwerking van de pijn en het krijgen van inzicht in beperkende denk- en gedragspatronen ontstaat er een hernieuwd vertrouwen in zichzelf en in de ander en komt er ruimte voor nieuwe inzichten en gedragsmogelijkheden.

'VERNEUKT!' laat zien dat het gebruik van drugs een negatieve invloed kan hebben op onze kwetsbare emotionele huishouding en de zo subtiele werking van ons gevoelige brein. Het boek wil echter niet primair een aanklacht zijn tegen drugsgebruik op zich, noch een wetenschappelijk verantwoord betoog over chemseks. Het geeft vooral een psychologische analyse van de even aantrekkelijke als riskante aspecten van drugsgebruik in het algemeen en biedt daarnaast een boeiend inkijkje in de chemswereld in het bijzonder. Het boek is daarmee heel geschikt voor eenieder die nieuwsgierig is naar deze vrij gesloten wereld. Het is echter tevens een niet-normatieve waarschuwing voor de gevaren die helaas toch altijd op de loer liggen bij al die stoffes die het systeem in onze hersenen weten te prikkelen.

Want verslaafd raken kan iedereen. Toch zijn er – uiteraard – grote verschillen tussen mensen. We weten nog niet zo heel erg lang dat er naast

sociaalpsychologische factoren eveneens fysiologische redenen zijn waardoor sommige mensen een stuk verslavingsgevoeliger zijn dan anderen. Dat komt er kort gezegd op neer dat iemand genetisch minder dopamine-receptoren heeft in zijn beloningscentrum in de middenhersenen, waardoor alcohol en drugs bij hen een krachtigere en positievere werking hebben. Helaas neemt door het frequent gebruik van drugs bovendien het aantal van deze dopaminereceptoren verder af waardoor meer gebruikt moet worden om nog hetzelfde effect te kunnen waarnemen. Als je wilt weten hoe verslavingsgevoelig je bent, zou het dus handig zijn om te kunnen achterhalen hoe rijk je van nature bent toegerust met deze 'genotsknotsjes'.

Zelf niet (meer) verslaafd zijn en leven met een verslaafde partner is doorgaans een hel. Het lijkt vrijwel onmogelijk om je partner te overtuigen van zijn verslaving, hetgeen je confronteert met de fundamentele dilemma's van elke hulpverlener, zoals 'zachte heemeesters maken stinkende wonden' en 'je kunt pas van een ander houden en voor een ander zorgen als je van jezelf kunt houden en voor jezelf kunt zorgen'.

Een verslaafde kiest als het erop aankomt voor de fles of de pil boven de levenspartner. Hulp van buitenaf is dus meestal nodig en gelukkig zijn er diverse instanties waar je kunt aankloppen. Als partner van een verslaafde is het belangrijk een eigen gezond netwerk te hebben waardoor je de realiteit blijft zien. Vervolgens is het van belang inzicht in jezelf te hebben en vandaaruit je eigen grenzen te kennen en te bewaken. En om uiteindelijk de partner, als hij echt niet geholpen wil worden, los te laten in plaats van, door te steunen, de verslaving ongewild in stand te houden.

Voor mij als psychotherapeut gaat 'VERNEUKT!' vooral over de fundamentele afhankelijkheid in een relatie en over het zoekproces van de hoofdpersoon die zich na zijn eigen ontworsteling aan drugs nog lange tijd afhankelijk blijft voelen van de 'liefde' van zijn verslaafde partner. Daarbij neemt hij de lezer op indringende en niets verhullende wijze mee in al zijn twijfels en bespiegelingen.

In zijn verdere zoektocht leert hij met vallen en opstaan om uiteindelijk voor zichzelf te kiezen, met alle pijn die hoort bij loslaten en bij de existentiële eenzaamheid waaraan ten diepste niemand kan ontkomen.

Dick Aartsma

Voor mijn lieve ouders en grootouders
wier goede voorbeeld ik op een dag hoop te volgen

INHOUDSOPGAVE

PROLOOG

1	De gevallen engel.....	17
---	------------------------	----

DEEL I **Ludo**

2	Een ballon, een ballon, een ballonnetje	23
3	Stille tranen.....	32
4	Chemsfriendly	34
5	Voor alles een eerste keer.....	39
6	Party, party!.....	44
7	Ja tegen het leven.....	59
8	Mijn grootste nachtmerrie.....	64

DEEL II **Rafael**

9	Droomvent.....	77
10	Verslaafd.....	86
11	Tot de dope ons scheidt.....	91
12	Over en uit	95
13	Als een jongen 'nee' zegt.....	101
14	Verleden leed.....	107
15	Berg af, berg op	113
16	Huiselijk geweld.....	120
17	Gegijzeld	129
18	Mooie reis, bad trip	134
19	Diagnose: Oost-Indisch doof.....	137
20	Achter slot en grendel.....	141
21	Het houdt een keer op (tenzij niet)	151
22	De val.....	159
23	Zwarte zaterdagen.....	164
24	De ezel en de steen.....	180
25	Happy everything.....	186
26	'Sorry'	193

DEEL III	Ik	
27	'Dan verlies ik jou'.....	205
28	Het breken van de code.....	208
29	Cocaïnecoach.....	213
30	Relatieslachtoffer, punt nl.....	221
31	Tikkie terug.....	228
32	Keukentafelpsychologie van de koude grond.....	233
33	De ezel en de zoveelste steen.....	240
34	Terug naar 'Af'.....	249
35	Vals spel.....	256
36	Dag des oordeels.....	266
37	Stap uit het leven (I).....	271
38	Rafaels schreeuw.....	283
39	Ik beloof het je.....	289
40	Monddood in niemandsland.....	295
41	De ezel en de laatste steen.....	309
42	De Zeven van Bokalen.....	315
43	De teerling.....	324
44	Geen geheimen meer.....	333
45	Stap uit het leven (II).....	339
46	Sprekens is zilver, zwijgen is fout.....	348
EPILOOG		
47	De donkere dagen voor kerst.....	359
48	Liefde zonder uitweg.....	365
CREDITS.....		373
HULP EN INFORMATIE.....		374

*You can't go back
and change the beginning,
but you can start where you are
and change the ending.*

C.S. LEWIS

PROLOG

1. DE GEVALLEN ENGEL

“Jij bent wel iemand op wie ik verliefd zou kunnen worden.”

Losjes leunt hij met zijn slanke blote lijf tegen het aanrecht. Zijn armen stevig voor zijn subtiele maar welgevormde borst gekruist, al kunnen die een beginnend buikje niet verbergen. Zijn stevige, behaarde benen eindigen in een paar lompe voeten die een beetje dissoneren met dat verder zo mooi geproportioneerde lijf. Langzaam brengt hij zijn rechterhand naar zijn gezicht en kort voordat zijn volle lippen zich stevig vastzuigen om het laatste stukje van zijn sigaret, merk ik zijn vergeelde tanden op, waar ik een klein beetje op afknip. Met onnodig veel kracht, maar zonder geluid te maken, laat hij de walm door de hoek van zijn mond ontsnappen. De rook stijgt op langs zijn brede, perfect gevormde neus terwijl hij me uitdagend aankijkt met de prachtigste blauwe ogen die ik ooit heb gezien. Of eigenlijk zijn het niet eens zijn ogen zelf die naar me proberen te lachen; het is meer alles eromheen. De donkere, fronsende wenkbrauwen, de prachtige, oneindige rimpels die vanuit zijn ooghoeken omhoog en omlaag uitwaaieren en via zijn wangen onmerkbaar over lijken te gaan in zijn met zorg getrimde baard. Alles bij elkaar lijkt het of ik kijk naar een even onweerstaanbaar als ingenieus instrumentarium waarmee elke gewenste emotie vakkundig kan worden geboetseerd.

Achteloos tik ik met mijn hand tegen zijn kleine, bijna jongensachtige kont.

“Even aan de kant, schat, je staat precies voor de koelkast,” zeg ik terwijl ik de deur achter hem opentrek en hem alsnog opzij moet duwen, “dat zien we morgen dan wel weer als de xtc is uitgewerkt.”

“Maar ik ben niet op zoek naar een relatie, hoor,” voegt hij er ongevraagd aan toe.

Hij is wel aantrekkelijker dan ik had verwacht, deze eerder vanavond nog wat verlegen man die zomaar uit de lucht leek te zijn gevallen. Kijk hem nou staan dan, met zijn brutale blik, zijn rommelige, blonde krullen, zijn aandoenlijk kleine oortjes en zijn – op dit moment – belachelijk grote pupillen. Je lijkt nog op een engel ook, denk ik bij mezelf.

“Mooi zo,” antwoord ik, “want ik ben al getrouwd.”

“Op mijn voorhoofd staat: ‘ik wil géén relatie!’” vervolgt hij zijn in mijn ogen toch al zinloze betoog.

Alsof er ook daadwerkelijk iets te lezen zou zijn, kijk ik hoe zich nog meer nieuwe lijnen vormen boven zijn inmiddels opgetrokken wenkbrauwen. Hoewel hij nog maar tweeënveertig is, ruim vier jaar jonger dan ik, ziet hij er ouder uit. Maar vooral ook stoer en mannelijk.

Provocerend neem ik hem op van top tot teen en weer terug, terwijl ik het kleine flesje met kleurloze vloeistof tussen duim en wijsvinger voor zijn ogen heen en weer laat bungelen.

“Hoeveel milliliter, meneer? Je lijkt me groot en sterk genoeg voor vier, toch?”

Maar ik wacht zijn antwoord niet eens af, pak het spuitje en zuig behendig de door mij bepaalde hoeveelheid ghb uit het flesje omhoog, spuit het in een leeg glas dat achter hem op het aanrecht staat en wurm me nog een keer voor hem langs om de fles cola uit de koelkast te pakken. Onwillekeurig kruisen onze keiharde, door de kamagra met bloed volgepompte pikken elkaar alsof er een klein zwaardgevecht gaat plaatsvinden. Zijn stalen cockring knelt het zaakje behoorlijk strak af en zijn paarse geslacht steekt onnatuurlijk donker af bij zijn verder goudbruine lichaam.

“Bent je er klaar voor, kanjer?” vraag ik hem, terwijl ik het schaars gevulde glas cola met de ghb onder zijn neus duw. “Huppekeee, vier milliliter voor onze eregast Rafael,” jubel ik de knappe man toe en ik noteer de hoeveelheid ghb en het tijdstip van inname op het schrijfblok dat bovenop de magnetron ligt. Rafael, 4 ml ghb, 23.10 uur. Want we houden alles netjes bij. We willen natuurlijk geen ongelukken.

“Hoe laat heb ik die xtc genomen?” vraagt Rafael quasi-niet-wetend en ik denk bij mezelf: je neemt de andere helft van je pilletje ook maar, want we gaan zo weer keihard los en zeker niet stoppen. De nacht is jong en god weet wie we verder nog kunnen uitnodigen straks.

“Halfnegen,” antwoord ik plichtmatig als een geroutineerde verpleegkundige en ik check meteen ook even mijn eigen innames, alsmede die van mijn echtgenoot die al die tijd lekker van de wereld ligt te wezen op het matrasje in de woonkamer.

Ludo en ik zijn nog maar een halfjaar getrouwd, maar hebben al negen jaar een roerige relatie en dit soort seksfeestjes – of chemsparty’s zoals ze in de gay scene genoemd worden – vormen sinds een jaar of twee een verrijkende aanvulling op ons tot dan toe toch al redelijk experimentele seksleven.

“Ik neem ook meteen wat,” zeg ik tegen Rafael en steek daarna mijn

hoofd vanuit de keuken om de hoek van de eetkamer. "Jij ook een beetje ghb, lieverd?"

"Ja... dat mag," klinkt het slaperig nonchalant verderop vanuit de woonkamer, alsof ik hem er zelf niet een heel groot plezier mee doe. "Komen jullie nou nog?"

Ik voel me een klein beetje betrap en glimlach schuld bewust maar geruststellend naar mijn allerliefste schat, verwijs met mijn ogen verlekkerd naar onze welkome gast in de keuken en trek daarna liefdevol een raar gezicht dat het midden houdt tussen vertedering en onbedaarlijke geilheid.

Achter mij hoor ik Rafael verzuchten:

"Vanavond is écht de laatste keer... dan stop ik ermee."

Had ik deze ogenschijnlijk triviale woorden op dat moment maar werkelijk tot mij door laten dringen. Had ik toen al maar de stille schreeuw om hulp gehoord van deze ondoorgrondelijke, maar betoverende Rafael. Of kortweg Raf, zoals ik hem met liefde zou gaan noemen.

Vijf jaar later pompten ze zijn maag leeg en keek ik machteloos toe hoe ze hem op de intensive care aan de beademing legden.

*If ever there is a tomorrow when we are not together...
there is something you must always remember.
You are braver than you believe,
stronger than you seem
and smarter than you think.
But the most important thing is,
even if we're apart...
I'll always be with you*

A.A. MILNE

– Winnie the Pooh –

DEEL I

Ludo