

OP ZOEK NAAR JE WARE IK

Ayahuasca-ceremonies zijn populair. Volgens liefhebbers verhelpt 'het medicijn' verslavingen, geneest het ziektes en fobieën. In het kader van: je mag ergens pas over oordelen als je het zelf hebt geprobeerd, nam de anti-spirituele Marith Iedema deel aan een bijeenkomst.

TEKST MARITH IEDEMA
FOTOGRAFIE JORNA WIERTS

Speeksel vulde mijn mond. Omhoog. Ik moest omhoog. Mijn lichaam reageerde niet. Lichtflitsen dansten voor mijn ogen. De kamer golfde. Ik was in de war. Wat was boven, onder. Wie was ik, waar? Pas toen kots mijn slokdarm vulde, richtte ik me op. Prullenbak. Waar was dat ding? Zonder vormen te onderscheiden, scande ik de ruimte. Een begeleider schoot te hulp, net op tijd. Met veel lawaai leegde ik de inhoud van mijn maag in de voor mij gereserveerde emmer, voor de zoveelste keer die dag. Ik kreunde. Waarom? Waarom moest ik zo nodig Ayahuasca proberen en nog een tweede portie nemen ook? Naast me ondergingen mijn zeventien medegebruikers een vergelijkbaar lot. Als ik nog niet misselijk was, werd ik het wel van de constante braakgeluiden om me heen.

Zes uur daarvoor arriveerde ik bij Om Mij, 'praktijk voor persoonlijke ontwikkeling en bewustwording' waar je in korte tijd fundamentele ver-

anderingen kan bewerkstelligen'. Dat doe je door onder begeleiding Ayahuasca te nemen. De drug wordt gemaakt uit twee planten die in het Amazonegebied groeien. Een daarvan bevat de stof DMT (illegaal, maar gedoogd in Nederland) waarvan je heftig gaat hallucineren. Het is vast moeilijk voorstelbaar na het lezen van bovenstaande scène, maar het gebruik van het hallucinogene middel is hot. Om Mij-eigenaar en ceremoniemeester René van der Zouwen ontvangt net als zijn collega's elk jaar meer 'reizigers', op zoek naar hun 'ware ik'.

Twee jaar geleden hoorde ik voor het eerst over de Zuid-Amerikaanse drank. Ik liep een oude kennis tegen het lijf waarmee normaliter geen gesprek te voeren valt, omdat hij aan comazui-pen (en snuiven) doet. Die avond was zijn blik helder en stond hij rechtop. Als reden voor deze metamorfose noemde hij Ayahuasca. Sinds hij het twee weken daarvoor nam moest hij 'niet denken aan alcohol of coke'. Heel demonstratief rilde hij bij het idee. De daaropvolgende maanden bleven succesverhalen over Ayahuasca me achtervolgen. Mensen in mijn omgeving zagen massaal het licht. Er werden korte metten gemaakt met kwalijke karaktertrekjes, slechte gewoonten en zelfs depressies. Melodramati-



sche teksten over Ayahuasca-ervaringen vulden mijn tijdlijn. Zo deelde model Sharon Pieksma (114.000 Instagram-volgers) recent met de wereld: 'Ik heb mezelf ontdekt, en zie alles nu zó anders.' Ik was even sceptisch als geïntrigeerd. En hoewel ik bepaald niet spiritueel aangelegd ben, of misschien juist dáárom wel, vond ik het de hoogste tijd om zelf te ervaren wat Ayahuasca doet.

Emotionele blokkades opheffen

Zo kwam het dat ik op een middag, ergens in het oosten van Nederland lichtelijk nerveus op een matras zat, met een glas vol donkerbruine drab in mijn handen. Om me heen zat een bont gezelschap. Ik weet niet wat voor publiek ik verwachtte, maar dit niet. Helemaal links in de kring zaten vier keurige bejaarde Duitsers die ik eerder zou plaatsen in een all inclusive-resort in Benidorm, rechts van me twee Amerikaanse jongens van net boven de twintig en voor mijn neus een Nederlands meisje van 27, dat stotterend vertelde dat ze hier (net als het gros) was om 'emotionele blokkades op te heffen'. Toen ze was uitgepraat nam brandweerman Mark (36) het woord. 'Ik leef al mijn hele leven voor anderen. Nou, waarom leef je dan?' Hij zat

er verslagen bij, met hangende schouders. 'Ik hoop dat moeder Ayahuasca me leert voor mezelf op te komen, nee te zeggen. Rust, dat wil ik.' Met zijn mouw veegde hij de tranen van zijn gezicht. Ik was aan de beurt. Aarzelend vertelde ik over mijn beweegredenen: pure nieuwsgierigheid. Ieder leven kent dieptepunten, maar ik heb geen trauma, vertelde ik René eerder. 'Geen bewust trauma, nee,' antwoordde hij ernstig. 'Maar je eerste trauma is je geboorte.'

Een uur na de inname van mijn tweede portie kwam mijn maag nog steeds heftig in opstand tegen het brouwsel. De overtuiging dat mijn Ayahuascatrip weleens mijn 'tweede trauma' kon worden groeide gestaag. Zou je net zien, iedereen vertrekt hier 'verlicht' en ik voor het leven getekend. Veel gebruikers ervaren het kotsen als een opluchting. 'Het is geen normaal braken,' had René uitgelegd. 'Je lichaam ontgift. Je kotst je blokkades, verdriet en problemen uit. Dat kan erg prettig zijn. Sommige mensen krijgen last van diarree. Dat duidt op woede.' Ik zakte rillend achterover, kon me niet voorstellen hoe iemand dit prettig kon vinden. Ik had een begeleider om een kruik of extra deken kunnen vragen, voor wat warmte, maar het idee te moeten communiceren, weerhield me >

'Ik hoop dat moeder Ayahuasca me leert voor mezelf op te komen, nee te zeggen. Rust, dat wil ik'



'Moeder Ayahuasca heeft me leren ademen. Ineens had ik door wat ik verkeerd deed en sinds vanmorgen stotter ik niet meer'

hiervan. In foetushouding krulde ik me op, trok de deken over mijn hoofd, sloot mijn ogen en deed een verwoede poging de kotsgeluiden buiten te sluiten.

Vast in een lift

Beweegredenen om Ayahuasca te nemen, verschillen sterk per persoon. Ik kan er inmiddels over meepraten dat dit geen drug is die je neemt voor de lol. 'Zo'n trip is keihard werken, vechten,' vertelde ceremoniemeester René al bij aanvang. 'De ervaring kan zelfs angstaanjagend zijn.' Zes jaar geleden gebruikte René zelf voor het eerst en herstelde van zijn lichte depressie. Vastbesloten anderen te helpen richtte hij kort daarna Om Mij op. Zo'n drie keer in de week organiseert hij, samen met vier begeleiders, een bijeenkomst. Soms met wel achttien mensen, net als vandaag. Een sessie kost 175 euro per persoon inclusief twee maaltijden en overnachting. Fobieën, migraine, stress, kanker, rouw; bij Om Mij passeert van alles de revue. René: 'Zo heb ik een aantal stellen op bezoek gehad die tijdens de aanslagen in Noorwegen in 2011, door Anders Breivik, hun kinderen zijn verloren. Ze hoopten hun verdriet met behulp van Ayahuasca een plek te geven.' Net als de vrouw die hem vorige maand bezocht. Haar dochter was vermoord en ze wilde dat 'moeder Ayahuasca' haar zou helpen te begrijpen wat er precies was gebeurd. In haar visioenen was zij de dochter die op gewelddadige wijze van het leven werd beroofd. Een nachtmerrie die je liever bespaart blijft, zou je zeggen. De vrouw ervoer het anders. Ze had de laatste momenten van haar kind meegemaakt, haar angst gevoeld, haar pijn. Ze was

niet langer onwetend. 'Natuurlijk, het verdriet blijft,' zei René. 'Maar Ayahuasca kan het leven weer enigszins dragelijk maken.' Hoeveel 'reizen' iemand nodig heeft om zich verlicht te voelen is per persoon verschillend. 'Soms duurt het lang om tot de kern van je problemen of pijn te komen. In andere gevallen krijgen mensen al na één sessie het inzicht waarnaar ze zoeken.' Voor mij geen visioenen. Mijn hele trip had ik het gevoel dat ik vastzat in een lift. Ik hoorde een stem in mijn hoofd, die jammer genoeg vooral wartaal uitsloeg, me van geen enkel inzicht voorzag. Ik wilde dingen zien. Door de ruimte vliegen, zoals veel Ayahuascagebruikers beschreven. Wees voor één keer niet zo nuchter. Misschien kon Ayahuasca mij wat leren. Ik zou best wat minder ongeduldig willen zijn, minder onrustig. Geef je over, prentte ik mezelf in. Maar hoe ik ook mijn best deed, er gebeurde niks.

Wondermiddel

Scepticus of niet, het idee dat drugs kunnen helpen bij het verwerken van een trauma, of het genezen van een aandoening, is zo gek niet. Vaak worden verschillende verdovende middelen – lsd, paddo's, marihuana – genoemd als succesvolle behandelmethoden bij bijvoorbeeld clusterhoofdpijn. Onderzoeken wijzen uit dat de partydrug ketamine werkt als antidepressiva, en MDMA blijkt effectief tegen het posttraumatisch stresssyndroom. Het is niet ondenkbaar dat DMT een vergelijkbaar effect heeft. Frappant is wel dat 'het wondermiddel', schijnbaar werkt bij alle kwalen. Als je het mij vraagt, is dit een typisch geval van het placebo-effect. Het merendeel van de gebruikers is voor ze Ayahuasca nemen al overtuigd van de magische werking van het middel. En ergens heilig in geloven is een krachtig medicijn.

Ik stond op. Mijn benen voelden aan als slierten spaghetti. Begeleider Eric snelde op me af en ik klemde me dankbaar vast aan zijn uitgestoken arm. De wereld om me heen was nog steeds vaag, maar niet meer zo onbegaanbaar als daarvoor. Mijn tweede portie was langzaam aan het uitwerken en ik was klaar met naar het plafond staren. Ik had al mijn zonden inmiddels ruimschoots overdacht en verveelde me. Niet gek dat mensen bij ceremonies als deze tot bepaalde inzichten komen. Wanneer lig je in de tijd van internet en de smartphone urenlang met je ogen dicht over jezelf na te denken? Precies. Nooit. Ik zwalkte naar de woonkamer. Mijn maag rommelde. Dagen voorafgaand aan de ceremonie moest ik op dieet, voor het beste tripeffect. René raadde aan enkel lichte maaltijden te nuttigen en alcohol, stinkkaas, vlees, vis en kip te vermijden (net als seks). De paar hapjes rijstwafel van

die dag waren verdwenen in de plastic emmer. Ik plofte neer naast brandweerman Mark en viel aan op brood met kruidenboter. Pas nadat mijn maag gevuld was, keek ik op. Mark grijnsde. Hoewel de drie grote porties Ayahuasca bij hem nauwelijks werkten, zat hij hier voor me als een 'herboren' man. 'Moet je kijken: ik hou mijn schouders recht. Zonder dat het me enige moeite kost. Het voelt alsof ik een zware rugzak heb afgedaan.' Gefascineerd keek ik hem aan.

'Zou het kunnen,' begon ik voorzichtig, 'dat je zo bewust bezig bent geweest met je problemen, dat je je daarom al beter voelt?' Mark vertelde me eerder die dag dat zijn leven al weken in het teken van zijn Ayahuascatrip stond, zijn onmiskenbare gedaanteverwisseling had dus niet alléén te maken met het placebo-effect. Mark maakte lange wandelingen, praatte over zijn problemen, concretiseerde ze (want dat vraagt René van zijn bezoekers) en at gezond – zelfs compleet zoutloos. Als kers op de taart lag hij net urenlang zijn issues te overpeinzen. Van minder zou een mens 'het licht zien'. Mark keek nadenkend, maar niet geërgerd, dus ging ik verder. 'Je gelooft dat Ayahuasca je redmiddel is, is het mogelijk dat 't het daarom is?' Hij schudde resoluut zijn hoofd. Nee. Hij was het niet eens met mijn theorie. Het was moeder Ayahuasca die hem geroepen, en geneeld had.

Kotsaanvallen

De volgende morgen stond Mark op zijn blote voeten voor het raam. Het sneeuwde buiten. Hij huilde weer. Dit keer van geluk. 'Voor het eerst in mijn hele leven heb ik het gevoel dat ik er mag zijn,' zei hij. In een kringgesprek werden ervaringen gedeeld. Er was slechts één gemene deler: de maag die van streek was. Tot mijn ongenoegen werden toiletbezoeken en kotsaanvallen gedetailleerd beschreven. Een Duitse vrouw was haar hele trip bezig geweest haar 'vieze ingewanden' schoon te schrobben. Bij elke weggepoetste vlek gaf ze over, tien uur in totaal. Een hele bevalling, maar nu voelde ze zich beter dan ooit. Ze straalde. Toen Sabine begon te vertellen, waande ik me een moment in een verborgen-cameraprogramma. Nog geen 24 uur geleden haperde haar stem na ieder woord, nu sprak ze vloeiend. 'Moeder Ayahuasca heeft me leren ademen. Ineens had ik door wat ik verkeerd deed en sinds vanmorgen stotter ik niet meer.' De aanwezigen glimlachten. Niemand deelde mijn verbijstering – en stiekeme argwaan. René zeker niet. 'Ik kijk nergens meer van op. Ik heb in die zes jaar al zoveel aandoeningen genezen zien worden.' Placebo-effect of niet, wat doet het er eigenlijk toe. Eén ding is zeker: Ayahuasca verrijkt levens. Alleen niet het mijne. ✘

BAD TRIP

Het Trimbosinstituut waarschuwt voor het gebruik van Ayahuasca. Het kan gevoelens versterken, dus dient niet genomen te worden als je je down voelt (wat haast zonder uitzondering het geval is bij gebruikers). Blijven hangen in een trip, behoort bij Ayahuasca tot de risico's, al zal je dit weinig ceremoniemeesters horen zeggen. Toegegeven: de kans hierop is klein en slechte verhalen hoor je zelden. De drug zonder begeleiding nemen is sterk af te raden.



Onze Marith vraagt zich waarom ze zo nodig Ayahuasca moest proberen. En dat tweede portie... waarom?!