

# 疯狂成瘾者

TED 脑科学家的戒瘾成功之路

[加] 马克·刘易斯◎著 石湖清◎译

MEMOIRS OF A  
ADDICTED BRAIN

大脑有其天生的脆弱性，

唯有强大的意志力和归属感能让人脱离万劫不复的深渊。

## 《天生变态狂》姊妹篇

诺贝尔会议演讲嘉宾、成瘾研究专家倾情讲述  
药物、毒品与爱情的真实冒险故事

北京联合出版公司  
Beijing United Publishing Co., Ltd.

# 版权信息

书名：疯狂成瘾者：TED脑科学家的戒瘾成功之路

作者：（加）马克·刘易斯

译者：石湖清

出版社：北京联合出版公司

出版时间：2017年4月

**ISBN:9787550294592**

版权所有 侵权必究

# 目录

[赞誉](#)

[前言](#)

[第一部分 泰博学院记](#)

[第一章 改变状态](#)

[第二章 失控](#)

[第三章 飞蛾扑火](#)

[第四章 多巴胺与欲望：一个浪漫插曲](#)

[第二部分 加州生与死](#)

[第五章 告别低潮](#)

[第六章 致幻剂，性，暴力](#)

[第七章 迷幻的终章：警察与天使](#)

[第八章 海洛因，三人组，死亡之眠](#)

[第九章 沉沦](#)

[第三部分 飘来飘去](#)

[第十章 旅行开阔心胸](#)

[第十一章 意识的失去与找回](#)

[第十二章 鸦片地](#)

[第四部分 疾病与健康](#)

[第十三章 老鼠乐园的夜生活](#)

[第十四章 罪与罚](#)

[第十五章 治愈](#)

[后记](#)

[致谢](#)

## 赞誉

“引人入胜的个人史，关于绝望、失去和胜利的主题，巧妙地提及脑科学，对成瘾困境的清晰思索……既对专家有所启发，也适合普通人阅读。”

——盖博·马特（Gabor Mate）

医学博士，著有《饿鬼王国：与成瘾的亲密接触》

“刘易斯通过自己的鲜活而又不安的记忆，将成瘾的生理学知识和心理学知识无缝融合。这是对这个充满药物与需要的世界的惊艳而写实的一瞥。”

——乔治亚·斯特雷特（Georgia Straight）

“《疯狂成瘾者》可能是自托马斯·德·昆西（Thomas De Quincey）的著作《一个英国瘾君子的自白》以来，最具原创性和启发性的成瘾回忆录。它能从众多同类题材的平庸之作中脱颖而出，不仅因为它流动的智慧和微妙的风格，还因为作者的独特视角。”

——《修复》（The Fix）

“《疯狂成瘾者》非常努力地成为（虚度青春的）日记和药物成瘾的神经学教科书。”

——《温尼伯自由报》（Winnipeg Free Press）

“成瘾回忆录的反对者抱怨这个引人注目的题材已被榨干.....在《疯狂成瘾者》中，马克·刘易斯机智地用新方法通过了检验——一本关于成瘾的神经化学方面的入门读物.....漫长的堕落和逐渐的康复本身就是一个吸引人的故事，刘易斯也把故事讲得很好。对于这一题材的怀疑者来说，刘易斯提供的教材绰绰有余。”

——《渥太华日报》（The Vancouver Sun）

“《疯狂成瘾者》令人信服，对于努力克服成瘾的读者来说，刘易斯先生的机制观很可能足够新颖，能激发他们去寻找现在可享受的幸福。”

——《华尔街日报》（The Wall Street Journal）

“马克·刘易斯的《疯狂成瘾者》是个解密高手.....有最新的科学内容。刘易斯对他所在的领域有清晰的了解。”

——《澳大利亚人报》（The Australian）

“有着和奥利弗·萨克斯（Oliver Sacks）的个案研究一样奇特、直接、艺术的笔触，因其主题构成而愈加才华横溢。”

——《英国卫报》（The Guardian）

“在泛滥的同类题材中令人惊喜且着迷。”

——《波士顿环球报》（The Boston Globe）



# 前言

我们很容易陷入这样的循环：渴望自己所没有的事物，追寻它，用尽或失去它，然后愈发渴望它。这种循环是一切成瘾的根源——对药物、性、爱情、香烟、肥皂剧、财富和智慧上瘾。但为何如此？我们为什么极度渴望自己所没有或不能有的东西，常常付出我们所拥有的东西作为代价，为此冒险失去自身的平和与满足，不顾安全，甚至失去生命？为什么我们这么容易被自己的瘾所驱使，要么屈服于它们，要么用尽力气抵抗？本书通过一种独特的视角揭示了大脑的基本运转是如何成为成瘾问题的根源所在，以我人生中所发生的事件作为跳板来讨论成瘾的大脑。事实上我在这件事上里里外外都是个专家，因为我就是从一个药物成瘾者变成心理学家和神经科学家的。

从某种程度上来说，药物成瘾与其他成瘾不同。它比许多成瘾更强烈，比大多数成瘾更有害，仿佛彩虹尽头的终极宝藏一样可望不可即。与其他成瘾都不同，药物成瘾透露的信息更多，因为它们直接刺激与健康有关的神经流，不须借助任何特定经验或事件。药物欺骗大脑释放与奖赏有关的神经化学物质，或模仿那些神经化学物质。药物提供了捷径，它们使用自己的语言——多巴胺和肽类、神经调质和受体的语言对大脑说话。所以药物可以教会我们很多关于大脑的事，而我们所知的大脑也可以教会我们很多关于成瘾的事。成瘾的神经科学研究在近20年来取得了巨大的进展，但这还不够。研究展开了拼图的图块，却没有把它拼起来，因为它忽略了真实的体验。正是受到了希望与享乐、决心与沉

迷的驱使，人们才会一再地成瘾。

本书结合大脑机制和真实体验，叙述我是如何堕入药物成瘾的境况中的，同时穿插着关于大脑的知识和当代神经科学研究中所揭示的大脑工作基础。我的冒险之旅开始于新英格兰的一所寄宿学校，当时15岁的我情绪低落，与远在多伦多的家相隔千里。接着我从那里搬到了加州伯克利，适逢毒品鼎盛之时，我从偶尔尝试咳嗽药升级到迷恋摇头丸再到海洛因。在伯克利上大学的期间，我有两年在亚洲，在马来西亚丛林与军医一起嗅一氧化二氮，在老挝直接从工厂买海洛因，在加尔各答的鸦片烟馆成为常客。后来，我搬回多伦多，和一个合不来的女人结了婚，开始从心理学实验室偷毒品，然后从医学中心偷毒品，戒毒，离婚，复吸，最后在精神病院工作，那里的疯人们的咆哮让我重新走上了犯罪道路。最终我被捕并被定罪，而后踏上了迂回而漫长的康复之路。在30岁时，我卖掉了医药制剂去读研究生，最终成了发展心理学教授，然后成了神经科学教授——神经科学是我近12年来的研究领域。目前我致力于研究问题儿童和青少年的大脑，通过头皮产生的电信号来研究大脑内部发生了什么。但我时常想起自己曾经也是这些问题青少年中的一个——不管参加过多少科学会议，始终都是。

本书的每一章以一种新的药物体验或药物成瘾的一个新阶段作为我人生段落的中心主题，时而穿插我所遇到的恋人、探索者和罪犯的生活。而且每种体验都是由某个大脑系统、神经化学流或突触过程所产生。我通过生活体验和神经活动的共同作用来揭示成瘾的大脑，显示出成瘾是神经系统本身的一种基本弱点。

这里叙述的所有经历都是真实的，是尽我所能记住的，尽管为了保持行文节奏模糊了部分情节，姓名和地点也偶有伪装，但我是绝对编造不出这么奇怪和可怕的瘾君子生活经历的。对话尽可能地接近真实的交谈，有些片段从我记忆中消失了而另一些片段则从相对笼统的回忆中推断出来。通过20多卷日志的帮助，我回忆了自己十几岁和二十几岁时的

生活是怎样的。尽管本书中涉及的神经科学内容已简化且适合普通人阅读，但仍是最新且准确的。许多“脑科学书籍”传递的内容来自于20年以前的发现，或模糊了细节让它们更易读。本书中的细节是准确的，数据来自于近年来的科学文献。我想告诉大家的是，大脑虽极其复杂，却并非无法了解。



# 第一部分 泰博学院记

## 第一章 改变状态

我第一次醉酒是和惠特尼·塔尔科特（Whitney Talcott）一起，那是个三月的夜晚，很冷。那时我刚来泰博学院（Tabor Academy）<sup>[1]</sup>不到半年，明显感到抑郁每天如影随形，让人难以应付。日子时好时坏，好的时候我还能忍，坏的时候差点让我送命。我讨厌这学校，它比我大，也比我强。岩石密布的海湾和成排的枫树，构成了看上去再寻常不过的新英格兰风景，我不属于这里，来这里就是个错误。我高中的前两年在多伦多一所美丽而普通的郊区学校，离家只有几个街区。我可能不是班上最受欢迎的孩子，但似乎也没人说过不喜欢我。我有几个朋友，会受邀去一些聚会，还有一个交往数月的女友。而且关键是，我晚上可以回家。在泰博，一天结束之后我无家可归——除了宿舍。可我讨厌宿舍。我讨厌那些粉刷的白板、嘶嘶作响的暖气、抛光实木地板间的裂缝，我讨厌我的房间和室友，我讨厌住在隔壁的那哥们儿。我还讨厌我的学长们，那些高年级男孩的职责是监管和照顾我们，同时引导我们融入这个怪异的准军事化氛围之中。

实际上，是准海军。泰博学院是个准海军学院<sup>[2]</sup>，但这对当时的我来说没太大意义。海军术语像是个冷笑话，努力再现着二次世界大战中

的好莱坞式英雄主义。我们偶尔能看到貌似海军上将的人和校长一起在路上散步，他的深蓝色袖口上有金色条纹。在这里，晚课有特殊的祈祷；海军制服要熨好，一年里有几个星期要穿；还有带枪的训练课和军乐队。没错，我们学院坐落在水上，而且还有很多船：帆船、划艇、停在港口的纵帆船。前一年春天在多伦多的时候，最初吸引我的就是这些船。

“马克（Marc），我们想跟你谈谈你明年的去向？”我母亲的语调直接而又带点侵略性。

“什么去向？”我被召唤到厨房桌子前和父母一起坐着。桌子上摊满了各种私立学校的宣传小册子，大多数是新英格兰的学校。

“你似乎有点厌倦上学，”我妈继续说，“还对什么都有点不满？”那双有穿透性的眼睛扫描着我以得到精准解读，清澈的褐色眸子，眉毛微弓。她中年却美丽的脸庞环绕着散布得恰到好处的头发，发色随着年岁增长渐渐变成金色。她坚定地盯着我，似乎在用自己的第六感看穿我并发现一些什么。一如往常，我很快意识到必须把她想要找到的东西藏起来，不管那是什么。

“我很好，妈妈。一切都好。”爸爸坐在她旁边，驼着背，坐得不太舒服。他的容貌和蔼可亲，头发薄而黑，棕色的眼睛认真严肃，可能在家庭经营的皮革生意会上他会更自在。爸爸很少参加情感主题的家庭讨论，如果这是这次谈话的目的的话，没准他和我一样一无所知。他半微笑着，表现得不以为意。但我有种不祥的预感。

“我知道一切都好，”她说，“但记不记得我们曾讨论过寄宿学校？你说你可能会感兴趣？记住，我们两年后就要搬到旧金山去，上美国学校可以让你省掉一年的高中时间，你可以在我们到美国的那年就直接上大学。所以.....”她的笑带着鼓励，“我已经研究过了，拿了一些非常好的学校的宣传册。我们觉得.....”她看了一眼爸爸，“你可能想看一

下。”

这一切似乎令人兴奋，但想起来却很遥远。我们一起看着面前堆积的宣传册，爸妈指出这个或那个学校的这个或那个特点。我试着集中注意力，但我的思绪飞得很远。想到未来很可能要离开家，我的脑子被某种可怕的迷失感占据了。此外还有一种无形而又强烈的恐惧感。他们是想要摆脱我吗？我做错了什么吗？

现在我的世界就是泰博：其他没什么要想的。每天早晨我和另外400个少年一起，在冷雾中踏过砖砌大楼之间的木质步道，解决早饭，逼近集合大厅，想着如何才能不被注意到。我们的校长维特斯坦（Witthe rstein）先生<sup>[3]</sup>看上去像是从老电影里走出来的一样。他的头发几乎在正中中分，像个阴沉易怒的庄严的海军上将。他在讲台那儿等着我们，流露出一不自然的热情。他高兴地宣布一系列的规章制度，紧接着会庄严地诵读出来。我按照指定的位置坐下。每个座位后面挂着的小铁架里装着一本赞美诗。我自动地拿出自己的那本，我们一齐打开赞美诗，纸张的沙沙声充斥着会堂，然后我们开始唱诗。

“上帝是我们坚固的堡垒！永不动摇的保障！”上帝对我来说从来不是什么堡垒或保障，也许因为我是犹太人，不过我不介意唱赞美诗，因为它能麻痹我。在这激昂的礼堂里，在男孩们堆叠的人群的海洋之中，有种令人欣慰的默默无闻感。那个当下的我是安全的。

回到宿舍，就是适者生存了，而我却不太适应。社会等级在最初的几个月固定下来，而我的地位接近最底层。一开始我的室友托德（Todd）受到几乎所有人恶毒的戏弄，特别是比尔·瑞德（Bill Reed），那个住在隔壁的帅高个儿。瑞德是足球前锋，尽管只念高一，他依然是人人羡慕的对象。托德晚上会在脸上涂一种乳液，可怕得像吸血鬼一样惨白，更糟的是他的黑色胡须从中长出来。很快大家都叫他蝴蝶夫人<sup>[4]</sup>。起初我很同情他，但我不太喜欢他。他很刻薄、爱抱怨又不友好。我试着去喜欢他，去对他好，但我暗暗地希望他的受害能够保证

我的安全，让我有些喘息的空间。同时，瑞德很快得势。他自己的室友兰迪（Randy）是个长相可笑的人，瘦长、耳朵突出，天生完美地扮演着一个乡下白痴的角色。而他的室友是瑞德！我为兰迪感到难过，他会受到怎样的折磨？但我又感到宽慰，因为瑞德周围的人都适合成为受害者。尽管我知道这样很自私，但这是我所需要的，我需要对我有利的环境。

可让我惊恐的是，事情向不利的方向转变了。统治的等级最后波动了一次，而后兰迪和托德变成了瑞德的副官和奴隶。瑞德要什么兰迪就给他带什么，他甚至就站在那儿等瑞德发号施令。托德则在一旁奉承讨好，对着他的残酷笑话满脸堆笑，拼命嘲笑瑞德所欺负的人。

下一个受害者是我。

“嘿，刘易斯（Lewis）！”瑞德站在连接我们房间的门廊上，几乎是温和地对着我笑。外貌粗犷、充满男人气概的他笑逐颜开。

“嗯？”

“过来啊，加入聚会。”

“好啊。”我无法拒绝。

“你看过我的衣橱了吗？”

“没有……”

“看一下。”

“我什么也没看到。”

“靠近一点。”他的邀请很诱人。我几乎要相信自己是真的被接纳了。但我没看到任何不寻常的东西。

“近点！”

“我没看见……”

“把你的头放到这里的边缘，对啊，笨蛋！你要从一个刚刚好的角度去看。”我按照他说的做了，把我的脸移到距衣橱表面接近一米的距离，那里似乎有一摊水。

“我看到有水。怎么会呢？”

然后砰的一声！他的手掌用力地拍那个小水滩，我的脸湿透了。从我的脸颊上流下来的不知道什么东西刺痛了我的眼睛，我立刻开始流眼泪。须后水？盐酸？酒？我的眼泪才是最糟的。

“怎么回事？”瑞德装腔作势地重复着。“怎么回事？”他在房间里跳起来，声音里带着难以置信，“你哭了，刘易斯？可怜的宝贝儿，我们应该给你妈妈打电话。”然后他们爆发出笑声，除了瑞德、兰迪、托德，还有另外一个男孩。我透过眼泪看着瑞德咧着嘴像鬣狗的样子，轻蔑地抿着嘴，想钻到地底下去。我怎么了？！

我开始尽我所能地避免回宿舍，作息也与其他男孩同步，这样瑞德就无法在我单独的时候找我。我交了些朋友，这很管用。也有其他人不适应这种运动员统治的等级制度，他们对此不感兴趣，也没有地位。到了圣诞节，我大部分时间与施瓦兹（Schwartz）和伯顿（Burton）待在一起。乔·施瓦兹（Joe Schwartz）<sup>[5]</sup>和我一样是高一，但他在某些方面有种独特的坚韧，非常自负而又十分聪明。伯顿就是个大型泰迪熊，粗鲁又淘气，没人会不喜欢他。我渐渐认识了他们的朋友，盖尔斯索普（Gelsthorpe）、佩里（Perry）、诺里斯（Norris），都是高年级的学生，他们都是年底就要毕业的男生，住在另一个叫庞德之家（Pond House）的宿舍。我大部分时间待在庞德之家，而且我想换宿舍。但到了晚上我不得不回到自己的宿舍。为了不引人注目我常悄悄地爬后楼梯。有时候在回到自己房间面对托德之前，我会去看看劳伦斯·卡尔（Lawrence Carr）<sup>[6]</sup>，泰博仅有的两个黑人孩子之一，另外一个黑人拉

瓦尔（Lavalley）被所有人瞧不起：他走到哪儿都充满心酸。但是卡尔保持冷静且独来独往，在我眼中他很了不起。

“你是怎么应对的？”我想知道。

“我把一切当成理所当然。”他回答。他的笑容很温柔，带着责备。“你指望什么呢，哥们儿？泰博不是友情的神殿，它就是它所呈现出来的样子。”

“是啊，但是.....”

“耐心等待，保持自己的本色。”

对他来说似乎很简单。

当我终于学会怎么避免瑞德展示他的“善意”时，麻烦又来了——住在走廊对面的叫罗什（Roche）的男孩，每次经过他门口我就头痛。

“犹太人！犹太人！不好意思！我是说阿嚏！保佑我！嘿，刘易斯，你听到有人打喷嚏了吗？”他的声音响起，带着做作的疑惑。罗什又圆又胖又滑头，眼睛小小的，说话飞快。他深陷在房间里对着门的椅子上，一动不动的，连下巴都看不见，等着新鲜的诱饵在无须他从窝里移动的范围经过。我就是诱饵，毫无防备的诱饵。

“别让他们觉得你被打倒了。”妈妈在电话里建议。“如果你没有反应，他们就会停止。”这大概是我从别人那里得到的最糟的建议，也可能我只是不知道怎样执行这个建议。我不能想象自己怎样才能装出没有受到打击的样子，我明明很崩溃！我匆匆经过时罗什看得到我的样子，他也能发现我在低头避开他的目光。

可是我很快就从一个不大可能的来源得到了强有力的建议，有一个叫麦尔斯（Miles）的男孩，他和卡尔一样独来独往，也和卡尔一样自信——事实上是蔑视发生在他周围的一切残酷。某天晚上我坐在他床边，看着他那神秘莫测的南方腹地的大家庭的照片。

“刘易斯，”他靠着床头板像个国王一般问道，“你为什么要容忍罗什挑你的刺？”他仔细地审视着我，想要找出那个必然存在的奇怪缺陷。

“我不是.....有意的。我还能有什么选择？”

“什么选择？”他略微嫌弃地哼了一声。“刘易斯，你的问题在于缺乏常识。你是个聪明的孩子，但你不知如何运用自己的才智。”

“我应该怎么做？”我真想知道有什么行得通的办法。

“你看罗什，他有弱点吗？”

“呃，没有。事实上他有很多朋友。”

“是啊，但他有什么事情是.....他不那么骄傲的？他不想让朋友们看见的？”

“那只有他的胖了，我猜。”

“那就对了。他不喜欢胖，不是吗？”他像对着一个六岁的孩子那样说。“所以你可以像他伤害你一样地去伤害他。”

麦尔斯开始训练我唇枪舌剑的技术。我每天练习，假装对决，说“嘿，罗什，你这么胖，你妈妈需要用炸弹来把你轰出去。”“嘿，罗什，你这么胖，擦屁股都够不着，怪不得你这么臭。”“嘿，罗什，你从来都不出房间是因为你胖得穿不过门。”我无法想象真的大声地说出这些话来，直到某个周末早晨，简直不可思议的是，我莫名其妙地怒了。然后正好在我经过他门口的时候，对着他脱口而出说了上面的话。他轻蔑的傻笑突然瓦解成了愤怒和一丝害怕（可能吗？），就像他被蚂蚁咬了一样。

由于我时不时对他说些刻薄的话，罗什变得好对付了，他只会窃笑和瞪眼了。但我还是没法反抗学长们，他们有终极权威和自信，而且似



乎很享受惩罚我。我一度需要擦亮他们的鞋子然后整整齐齐地摆在他们的门边，整整两周，每天如此。这让瑞德和罗什很高兴。又一个星期我需要帮他们铺床——铺得毫无瑕疵，作为我自己因为赶时间没有铺好自己床的惩罚。就这样我学会了迅速和秩序，但比惩罚更糟的是他们随之而来的嘲弄。

“不够好啊，刘易斯。重做。”

“你究竟在这儿干什么呢，刘易斯？是不是因为你太娘娘腔才被赶出加拿大？”

“嘿，这鞋擦得挺亮！你看，你还是可以把事情做好的。”

他们为什么折磨我？肯定是我有什么问题，但是是什么呢？我目不转睛地看着镜子里的自己。我看到的只是一个正常长相的15岁男孩，棕色鬃发，黑色的胡须楂不太整齐，和妈妈一样的褐色眼睛，过得去的鼻子——有点像犹太人，但并无不妥之处。妈妈甚至说过我很帅，但她又能说啥？而且不管怎样，我也不是唯一的少数人士。我不是唯一的犹太人也不是唯一的外国人，尽管我们人数确实不多。一种黑暗的沉思周而复始地蔓延。上课来回的路上、吃饭的时候、躺在床上无所事事时，这种沉思就浮出水面，像零星流动着的地狱般的毒素。零星的对话中夹杂着焦虑、羞耻和恐惧，自我批评盘旋着，你为什么不能做好？你为什么不能学会？你到底哪里出了问题？你为什么这么无能？自我责备不断进行着长篇大论，就像不断入侵的广播电台。有何不可？我离家千里，周围的小伙伴都不太喜欢我，而父母似乎失去了我的消息。

在圣诞假期前的一晚，我无比绝望地敲开了住在我们楼下的沃顿（Wharton）先生<sup>[7]</sup>的大门，他是房东。他和妻子以及两个可爱的女儿住在底层的大套房里，有客厅、厨房和卧室，是个真正的家。但房东的家是禁止入内的，事实上房东一家也几乎见不到人。我们能在教室、体育场、食堂里看到他们，和他们一起做晚课唱诗，仅此而已。现在是晚

上十点，一棵巨大的圣诞树占领了我面前的房间，但沃顿先生像个足球守门员一样把它挡住了。他的目光严厉、冰冷、明亮得让人毛骨悚然，他双臂交叉地斜靠在门上，问道：“什么事？”起初我一吐为快地说得很悲惨，不过后来即便我自己听着也觉得可笑、可怜、懦弱，慢慢地不再开口。沃顿先生笑得像个假冒的慈父一样，呼吸里都是伏特加味，向我保证我会没事的。男孩们有时候会闹着玩儿，但他们只是孩子。我才刚来，而且我的成长环境……不一样。我很快就会坚强起来。

可我并没有坚强起来，而是越来越多地待在庞德之家。那儿只住了五个男孩，不过其他人会定期来玩。庞德之家是泰博边缘人的天堂——我们几乎做什么都失败，除了写作。证据是我们希望通过写长篇存在主义论文来保证英语水平不跌入谷底。在二月的一个寻常的周六下午，我爬上侧楼梯，喝着酒听着迪伦（Dylan）<sup>[8]</sup>的专辑和佩里（Perry）房间传来的对话。我推开门，一股暖流包围了我。周围都是友善的面孔。男孩们坐在桌子上、架子上、衣橱上、床上，聊着泰博文化的愚蠢和下一年重生的愿望。我坐在地板上。巨大的九重葛从墙上的洞中穿出来。床上方的海报里阿伦·金斯伯格（Al-an Ginsberg）<sup>[9]</sup>标志性地笑着。可乐罐散布在房间里，大多是空的，花生酱、三明治在手中被传来传去。我感到安全。晚些时候，当我们无法在播放哪张专辑上达成一致的时候，就抓起外套跑到海岸边堆满雪的草地脚下。我们爬上港口边的岩石，然后依次跑着穿越被冰覆盖的地方，一直跑，一直跑，直到看见黑漆漆的水面就在脚下。你可以感觉到水在向上挤压着脆弱的冰膜，等着你一旦选错路线就把你吞没。我们为彼此欢呼，疯狂地不顾生死，在逃亡的狂喜中迷失。

最终我释放了自己。要是我能一直待在那儿就好了。

青少年花费了大量的精力来打造自己，他们发现在自己身处的世界里，社会比较意味着一切——远远不只从五岁就开始的人气比赛。现在是一分定胜负锦标赛，如果输了，你的整个自我会受到冲击，而且没有

家长在一旁拯救你。有太多方法让你不快乐，发现自己是局外人，失去来之不易的社会基础。性格的支撑物时常需要通过努力工作和令人痛苦的自我检查来修复和重建。青少年时期是心理上最脆弱的时期，这绝非偶然。在13岁到16岁之间，每种情绪障碍的发生率从直线变为上升曲线，这包括抑郁症、自杀倾向、心境恶劣、品行障碍，当然还有物质滥用。青少年时期是脆弱期，自我更新的急剧变化使得自我这个建筑留下了许多湿砂浆和接缝，可能危及整个自我的建构。一旦断层线触到了表面，自我的核心就会受到感染并坍塌。

我到泰博的时候，新打造的人格面貌正要开始定型，它具备男性的力量、幽默的元素——我可以把人逗乐——而且我希望它既低调又机智。我是个聪明的孩子，令人喜爱、大方随和、强健勇敢，就像电视剧里的英雄一样，有着女孩们喜欢的迷人的细腻。至少那是我想要成为的样子，而且我在为此努力。和其他同龄的孩子一样，我的任务是继续摆弄这些人格面貌的碎片，直到我能一一抓住它们并粘好，逐渐积累成自我。

这个任务很艰难，但我正在努力完成，直到我去了泰博。在那里我失去了自我这个建筑物的一个重要部分——用来支撑其他部分的水泥地，那个水泥地就是安全感。我的世界里没有了安全感，没有家，没有安宁。焦虑像水流一样粉碎了所有心情。我的床是唯一的天堂，就连这个避难所也不定时受到托德的侵犯。这个长着鲜嫩白皙的脸、龇牙咧嘴的小混蛋晚上被瑞德从他的残忍小屋里赶出来，在我假装睡着之前过来发出剪刀的咔嚓声。没过多久我就意识到来泰博是个巨大的错误，这是一次错误的转学，而某种程度上我认为自己的错，这意味着我必须忍耐，必须坚持到底。我试着不去想为什么我会被送来这儿，宁可想着怎样用男人的方式去面对挑战。日复一日，向所有人证明我足够坚强。

但我没那么坚强。抑郁摧毁了我，我不知道该怎么办。我没有指南和处方来缓解思乡之痛，更糟的是我身边还有不可预测的陷阱。终于，

也许不可避免地，绝望撬开了我心中某种反抗的迫切愿望。在冬日最后的灰暗岁月，我准备要抗议了。

大多数在通往成人的路途上迷失了自我的男孩会开始参与“反社会行为”，我当时也那样。我人生中第一次认真地准备要打破陈规。我们晚上被明令禁止离开住所，禁止去森林，无论白天还是晚上，更别提喝酒了……！如果被抓到身上有酒味你就是亵渎了圣经或者国旗。所以当惠特尼·塔尔科特主动提出带我去喝酒时，我的神经系统兴奋得要爆炸了。

当时我们正在食堂排着队，等着去拿装着烧糊了的肉球、豆子和土豆的餐盘，这时他对我耳语：“我有酒。晚上在树林里和我见面，我们一起喝。”我和他不太熟，但他看上去很孤独，有点被遗弃的感觉——无聊而又散漫，可能不合群——这让我在接近他时感到温暖。他的邀请好像来得很突然，不过我不在乎。“好啊！只要告诉我在哪儿。”

他说到做到，站在利拉德大厅（Lillard Hall）对面的森林入口，为了避免被发现而躲在路的后面。天黑已经很久了。我小跑着去见他，然后我们迅速躲进树林里。起初我们被树林所包围，然后我们一直走，艰难地穿过湿雪，雪下面是冻住的落叶，像没铺过的床一样。我们的路线很不明晰，只能通过两侧深色树丛间稍浅的阴影来确定一条空出来的路。我们发现一片小空地，有掉落的树枝可以作为凳子，然后我们就一致同意坐下来。我们肯定已经离其他人好几公里远了。惠特尼从口袋里掏出一瓶苏格兰威士忌，我们的罪恶无人看见，无人听见，无人知晓。

我们彼此无话可说。于是没有任何多余的形式，塔尔科特扭开瓶盖喝了一口，试着不做鬼脸，并露出他的假笑。他把瓶子递给我，我喝了，味道很糟，但是酒经过的灼烧感让我感到温暖，我很喜欢这温暖。我递回给塔尔科特，他又递给我，我再递给他，他又递给我。然后我就忘了递回去。我凝视着我们的小空地边缘的一团黑色物体，而这个注视向我的身体反馈发生了什么：我们在这儿干什么？我们在喝酒——就是

这样。我的思绪开始累积偷偷潜入每种感官的变化。寂静越来越浓，越来越清晰，黑暗释放成了光与影的拼接。我想真切地分享这样的变化。

“惠特尼，我想我感觉到什么了。”

“我希望如此。”他用模糊的讽刺语气回答，“如果没感觉才丢人呢。”但通常伴随着他的讥讽而来的焦虑还没开始就迅速融化了。

“确实丢人，惠特尼。不过幸好我感觉到了。感觉很强烈，真的。”

他又大喝了一口然后咧嘴笑了，第一次直勾勾地看着我：“幸好我也感觉到了，幸好我们都感觉到了。”

我们突然开始笑。这可能是最好笑的评论了。我们来回地递瓶子，扮鬼脸，说愚蠢的笑话，假装我们不是不快乐的高中生。当然酒精很快起作用了。我的身体感到异样：轻松而愉快，但在快速伸手接瓶子时十分笨拙。我被这变化惊呆了。我的思维迟钝不清，却异常集中，就像一个放大镜放大了一些无意义的垃圾碎片，这怎么可能？

我愉快而又头晕，寒冷似乎开始变得清晰而不是危险。事实上再也没有什么是危险的。我很兴奋——头晕眼花又开心的兴奋。我是个特别的人在做特别的事：喝酒！喝醉！

但我也想弄清楚自己到底发生了什么。我的思维从一个流动到下一个，连接，融合。我感到越来越清晰，越来越自信，我感到特别。塔尔科特和我分享着，就像直接传染一样，对于此时此刻此地有种不可置疑的热情，在这片小空地，不顾寒冷，不顾泰博的黑暗污点。

“惠特尼，我觉得我醉了。”

“是啊，马克，我也觉得你醉了。事实上，我觉得我们都醉了。”

“我觉得我想更醉一点，如果你不介意把酒递给我。”

“我的老朋友马克，非常乐意。”

“非常乐意，惠特尼，我都没发现你人这么好！”

我们的对话尽是胡话，话也说不清，这太好笑了，然后我们又突然大笑。我们夸张地踢着正步，模仿我们在训练课时学的动作，在那小空地上为对方表演。我们是海军！我们愚蠢无比的生活现在变得可以忍受了，甚至很有趣。但最让我惊讶的是我惯常的那些忧虑似乎也消失了。通常我会很在意对像惠特尼一样的新朋友所说的话。我够不够酷？是不是太热情了？友善过头了？急于得到赞许？我让他反感了没？但这些全都不见了。没有丝毫犹豫的迹象，我的话像连珠炮一样从嘴里蹦出来，然后我看到它们消散在我们的对话四周——无忧无虑而又自信。我一点儿也不顾虑世界如何回应我，而此刻的世界具体来说就是模糊版的惠特尼·塔尔科特。

我变勇敢了。

我们在树林中跳舞，我感到不可否认的明明白白的快乐。我兴奋不仅仅是因为自己变成了树林中的一个坏孩子，我兴奋是因为在一整个漫长冬天里这是我第一次感到真的快乐。

这种魔法，这神秘的变化为什么会出现？它是如何起作用的？即便此刻我还是一个在黑暗中摸索的少年，我仍想要了解这样的蜕变。在不友善的对待之下生活，导致我一直被关在抑郁的棺材里。然而突然间我完全摆脱了这一切。我的心情像从盆中洒出又在某个完全不同的地方着陆。我醒来，眨了眨眼，发现自己既放松又敏捷，像只站在篱笆上的猫回头看着过去的我。那是怎么发生的？改变感受的秘诀是什么？

酒精进入到我的身体，通过胃黏膜进入到血液，嗖嗖地经过黑暗的通道，直抵分隔大脑与身体的关卡——血脑屏障。一旦通过了它，这些酒精分子就四散开来，从脑中的大血管到小动脉，再到毛细血管，最后到脑组织——这伟大物质就是我们所有体验的来源。脑细胞或神经细胞

通过氧的帮助吸收这些分子，然后.....它们产生变化。我们可以通过这些分子研究脑中的化学过程，研究神经元本身<sup>[10]</sup>。上瘾的关键在于一个简单的等式：大脑变化=心情变化。成瘾的所有科学原理也始于此，即体外分子与我们生来就有的细胞产生交流<sup>[11]</sup>。大脑已是习惯的奴隶，安卧在忧愁的自造洞穴之中，被一群来自苏格兰木桶中的分子<sup>[12]</sup>叫醒。而我们不知怎地已学会分辨、培育、种植、蒸馏、贩卖而后大量地消费它们，这些外来分子对我们与生俱来的细胞有特殊的亲和性，于是导致醉酒的罪恶结合开始了。于我而言，这结合是必需的。

酒精是最无聊的药物，但它的效果和所有药物一样，且功效又快又好：它会改变你的感受。正因为从本地商店的货架上就能容易地买到，酒精成为西方世界的年轻人滥用最多的物质。截止到2000年，绝大多数美国高中生报告最近一年内使用过酒精，其中32%报告最近一个月内至少喝醉过一次<sup>[13]</sup>。这是我第一次尝试酒精，第一次意识到身体内环境可以像湍流中的飞机一样颠簸，只一眨眼的工夫。而这肯定不是最后一次。

大脑皮层有着世上最复杂的结构。如果把哺乳动物的神经系统比作皇冠，大脑皮层就是这皇冠上的宝石。它像盘绕的细胞地毯一样覆盖了大脑的全部，有着特异化的功能，如思考、计划、沉思、想象、观察环境、控制冲动，而后在恰当的时刻促使肌肉精准而有技巧地行动。大脑皮层中包含着由200亿神经元彼此连接形成的最复杂回路，也就是灰质。而这纤维状的网络（每个神经元有成千上万的连接）正是大脑运转之处。大脑皮层是个超级网络，神经元在其中交流信息、喋喋不休、产生脉冲，这一生理基础决定了我们是谁、我们的所思所为和我们的体验。我们的技能、分析判断和感知世界的能力，我们的白日梦和沉思也都来源于此。它为我们提供了一个特定视角、一种心理结构、一种“模型”，像翻滚的情绪海面上凝聚的一个巨大气泡。这就是家。我们真正生活的地方不是周遭不断变换的人与事的风景，而是这电流的海洋。



大脑皮层的神经元通过向相邻神经元的突触释放微量化学物质来共享信息。在突触中，一个神经元的分支轴突向下一个神经元的树突（接收端）传递信息。这些化学物质改变每个接收它们的神经元的电位，促进或抑制它在下一刻的激活。也就是说，它们改变了神经元的激活程度。这看似没什么大不了的，但由于神经元是团队协作的，每个神经元的贡献迅速在毫秒水平内积累起来。一个神经元影响周边神经元的激活模式，神经元们再影响它们的周边神经元，如此类推，不到半秒内，信息就像海浪一样席卷整个大脑。整件事就是如此，当你每次思考、感受，或动动胳膊去抓东西的时候，它们就发生了。多么奇特啊，我们的知觉和动作复杂如交响乐，竟然可以简化成一堆灵敏好动的神经元细胞的激活变化，真的这么简单吗？

并非如此。神经传导还有一些其他的花招，其中最重要的就是原始代码，也就是让整个系统工作的机器语言。一个神经元对下一个神经元的影响有两个方向：要么提高它的激活程度，称为“兴奋”；要么降低它的激活程度，称为“抑制”。事实上，每个皮层的神经元都可以被认为是兴奋了或抑制了，只取决于它的职责是什么。穿过突触传递信息的分子被称为神经递质。药物，包括酒精，常常通过改变这些神经递质的行动来改变大脑的激活模式。有两种主要的神经递质，对应于两种神经传导模式。兴奋的神经元通过突触传导、发送谷氨酸（glutamate）——一种葡萄糖分子的衍生物；而抑制的神经元发送GABA——这是一个复杂化学词的缩写。这两个信使扮演着截然相反的角色。谷氨酸产生兴奋作用，GABA则产生抑制作用，相当于我们大脑的阴和阳、电子计算机的0和1。但和电子计算机的二进制一样，兴奋和抑制可以产生各种复杂的结合。简言之，兴奋集合了激活的神经元，成为自我放大的同步波浪，仿佛体育赛事中响起的自发合唱。这些神经元集合形成的时间不足二十分之一秒。抑制不仅能减少这些波浪，还能减少神经元对谷氨酸输入的响应，使得同步的波浪变得不一致，变得有组织而单调。抑制的神经元确保神经元群保持缓冲状态，被限制在一定范围内，集中于当前任务，

无法形成类似于癫痫发作的巨大电流海啸，像是人群喧闹而不是合唱。

酒精对这如同交通信号的脉冲系统起了什么作用？它增加了GABA的传导，压制了谷氨酸的传导。换句话说，酒精使神经元抑制的化学物受到了提振，而使神经元兴奋的化学物被封口了，仿佛一个对称的神经学悖论。当然，16岁的颤抖着的我并不知道是怎么回事。直到几年后我才明白，当威士忌在我的腹中积累，我完全不知道自己的大脑皮层已经开始同时通过两条途径产生功能紊乱。每吞下一口，就有更多的乙醇分子流入我的突触之中，这个原本是谷氨酸和GABA时常穿来穿去的地方。然后一切都变了，谷氨酸传导的地方变得麻木而无效，信息流变得迟滞，大信号刚一进入小信号就已静止。这意味着我的注意、知觉、记忆和感觉都减少了。而这是件好事——因为我所注意的、记住的和感受到的都没什么乐趣。同时，GABA传导得到了额外的提升，让电流变小、变窄，被选择。GABA的职责就是微调思维和知觉，让它们变清晰，但现在一切达到了像漫画一样清晰的程度。我眩晕着，空洞地确定我喝醉了，愚蠢的动力让我不断地重复说着：“惠特尼，这真是个好主意。好主意啊，惠特尼。”神经元的抑制和社交上的抑制不一样，它并不是压抑了什么，而是，它通过抑制外部的一切，清理了大脑活动。一直以来像背景音乐一样的嘶嘶的不确定的声音被静音了，而随着我的GABA通道打开，那些琐碎的不确定的正常知觉像背景噪音一样几乎完全被关闭了，剩下的是思维闪现之间的呆滞寂静。换句话说，我思考的内容微乎其微，但我的思考却异常清晰。多亏了塔尔科特给我的威士忌，我现在思维清晰却毫无内容。我喜欢这感觉！我赞赏而又感激地看着塔尔科特，就是他给我带来了这种新鲜干净的心理麻醉之光。我太喜欢了！我的感觉越来越棒！我很开心！

是啊，我开心了。因为我喜欢我所失去的，正如我喜欢我所获得的。一直以来那些丰富的结构化的沉思，反复咀嚼我的缺点、弱点，我不被喜欢的倾向，我所不需要的自我批评的电波声终于安静了，就好像我突然跳进了一个深深的地道。而我是通过威士忌的洗礼才到了这儿，

覆盖了所有信号后，我终于可以完全地、彻底地休息。这一切，像蛋糕上的糖霜一样有归属感，我终于感到自己生活在这儿，拥有这个身体，属于这个星球。

当然，随之还要付出一个代价。我醒来时冻僵了，呕吐物厚厚地粘在身上，我发现自己躺在树林里的地上，而天正要亮起来。之后的几天我都病得很厉害，塔尔科特也是。但除了回到现实的感觉一团糟之外，我想，某天我要再尝试一次。

在泰博学院的日子持续过了四月和五月，然后六月终于来了，接着就是暑假的到来。我回到多伦多，却已经和离开时的那个我大不一样了。我的父母发现无法跟我交流，而我也确实与他们无话可说。我只想独处。我在一个墓地里当园丁，我看书、睡觉、听唱片。我一直不知道我的父亲是否注意到了随着夏天过去，酒柜里的酒味变得越来越淡。我躺在客厅地板上，头放在音箱之间，听着《奇幻之旅》[\[14\]](#)。但大多数时候我在一个岛的岸边漫步，搁浅，等待，积蓄力量准备回去的又一次旅途——在泰博学院的又一年。我并没有考虑放弃学业留在家里，已经过了一半了，我必须完成它。

我学习了基础代数和高级代数，美国历史和元素周期表。我了解到大脑是可以被影响的，是可变的。我可以改变它的化学过程和平衡，如果我去尝试找到对的物质，就可以让它脱离现在的轨道，转换到另一条轨道上。这不是我有意识的思考带来的东西，而是在表面之下的某处愈合。我感知到的可能性变丰富了。这是一个安全阀，一个逃离舱，一个出口。

## 第二章 失控

我走向镇上唯一一家药店，准备来点咳嗽药过过瘾。我很紧张，咳嗽药是重症药，不是吗？并不是不合法，但绝对不是什么好药——如果没弄错的话，喝上一整瓶就能把人完全迷倒。秋季的白天迅速缩短，留下更长时间给夜晚。风警告着严峻的十一月即将到来，而十一月正是单调冰封期的前奏。冬日漫长而空洞，它唯一的可取之处就是标志着这一年的过去，然后缓慢地倒数计时到第二年六月，和泰博学院告别。

我正处于抑郁的状态，和去年一样严重。但它对我的打击早已过去。现在它只是一个熟悉的每日伴侣，像一片平淡的雾气，掺入些许焦虑，时常凝结成自我轻蔑。我讨厌自己的无助，讨厌无法控制自己的生活，但似乎我也没什么能做的了。我把日子分成可以忍受的小段，一个接一个地熬过去。我只需要做完数学作业，然后去吃午饭，吃完午饭可以去岸边漫步半小时。我的心情像一条船，我仔细地掌舵，让它们保持在顺滑的水中，避开石头。我过上了一种富于幻想的生活，一旦需要时就能接通讯号。幻想中的我是个聪明又有能力的科学家兼探险家，好几种武术达到了黑带水平；我发现一种避免核战争的方法，就是掌控东西方两大超级力量集团的军事领导权，我在我岛上的堡垒里远程控制，阻断他们对导弹的使用权；电视直播里我的漂亮女友紧靠着我，而全世界范围内的常规电视节目都中断了——这是另一种电子政变。一旦我有几分钟独处的时间，比如从一栋大楼走到另一栋上课时，或等待食堂开门时，我就会回到这个白日梦，一点点地升级它，并慢慢地玩味它。

去年冬天和塔尔科特喝醉的那一晚在我们之间产生了一种友谊，于是那年夏天我们在一起待了几个星期。我们开着他爸爸买给他的卡尔曼吉亚跑车（Karmann Ghia）<sup>[15]</sup>去1967年的世博会<sup>[16]</sup>，之后我们申请成

为室友。但后来塔尔科特变了，短短几个星期之内，他逐渐从朋友变成了敌人。他不再和我多说话了，变得躲闪而疏远。他笑得自鸣得意，甚至有些嘲讽。我每每回到瑞文之家（Raven House）的宿舍，他都在和彼得·莱西（Peter Lacey）说话。莱西的室友是伯德尔（Burdell），他们宿舍从走廊上过去不远<sup>[17]</sup>。我知道莱西不喜欢我，他说过一些针对犹太人的话，很隐晦，以至于你甚至无法确定是否有恶意。“你喜欢培根和鸡蛋吗，刘易斯？”我去浴室路上碰到他的时候他会转过来对我这样说。“我超爱培根和鸡蛋！但是你不能吃，是吗？”带着嘲讽的关心。莱西这一类的恶意对我来说与以往不同，它不像瑞德的随意侮辱，也不像罗什令人刺痛的打趣，它的温柔之下藏着一些更阴暗的东西，一种难以言说的恶毒。他让我想起电影里纳粹准备严刑拷打的场景，充满微笑而又亲切地、忙碌地准备着。实际上我很确定他和塔尔科特都是某个基督教兄弟会的成员，而我在他们的黑名单上。我无法相信塔尔科特就这样变成了我的敌人。事实再次证明了这世界不仅很危险，还很令人费解。

十月的天气越来越凉，我的担心变成了现实。一晚，我如常在晚祷告后回宿舍学习，然后发现我的吸墨纸上画满了反犹太的十字形涂鸦。这是侵犯，是对我干净整洁的吸墨纸的亵渎：大卫之星<sup>[18]</sup>的正中是乱写的“哎哟”和“犹太人”。塔尔科特就在那儿，房间另一边的桌子旁。

“这是谁干的？”

他愚蠢地耸了耸肩。“我不知道。”

“什么叫你不知道？你就在这儿。”

“我又不是整天都在这儿，我什么也没看见。”

“是莱西干的吗？”

他又耸肩。“不知道。”他试着一边笑一边耸肩。

过了几天，我的抽屉被翻了个底朝天，再一次没有任何挑事者的迹

象，只有我的推断——以及绝望。接下来的一周，我的床单上有黏黏的东西，我不想去猜那是什么，但我真的生气了，我的私人领地被侵犯了。怎样才能阻止这一切？我质问过莱西一次。他亲切而同情地笑着说他会留心，我们会抓到那个人，不管是谁。接下来，我感觉自己的漱口水里有某种东西的颗粒，那时候每个少年都有一瓶漱口水，但我不确定——可能是我想多了。质问他人没有任何意义。

不定时发生的破坏行动一直持续到二月，我和塔尔科特终于打了一架，拳头、指甲和牙齿都上阵了，但还差得远，那时的我毫无防备能力。我渐渐撤退，进入不省人事的状态，情绪远在千里之外，只是偶然出现短暂的复仇幻想。愤怒燃起又消失，像廉价焰火筒一样燃烧，发出噼里啪啦的声响之后熄灭。没有明确的敌人，塔尔科特和莱西不过是所有令人讨厌的事情的其中之一。我不知道该恨谁，或怎么恨。我只恨自己一开始被送到这里来。然后是羞耻之情——它总是忠实地伴随着没有手段或能力来打击报复的受害者。少女们变得抑郁的原因是觉得自己没有吸引力，少男们变得抑郁的原因则是觉得自己很软弱。而羞耻是构成抑郁的核心特点，是光线渐渐流失的黑暗吊灯。一旦受到攻击，驻扎在内心的羞耻像寄生虫一样吸走我的价值感，只剩下忍耐，在日复一日地自我保护中累积。白天我用幻想来填满千篇一律的日子，晚上我在图书馆里消磨时光以拖延回宿舍的时间。图书馆关门后，恐慌的苦涩滋味四散开来。

但这一天不同。这天下午我告诉自己，我有个计划，仅是不断重复地对自己说着，我淤积的抑郁就都消除了。我拉长了步伐，感到活力十足。

“请给我一瓶超强效咳嗽药（Romilar）[\[19\]](#)。”

药剂师会发觉吗？他肯定知道了。他从柜台后面的高座上俯视着我，我感到汗水从脸上流下来。不过他薄薄的嘴唇没有吐出一个字，大概他也不在乎。而我一出大门，就不紧张了。我坚定地沿着路走，离开



药店，握着我的小小宝贝——装着暗红色液体的细长形瓶子，把手插进大衣口袋里。没人能看见我口袋里的瓶子，也没人知道我脑子里在想什么。没人能阻止我。

伯顿说过一次要喝一整瓶，尽量不要品尝它，并且确保接下来的6到8个小时里不用去任何地方。好吧，如果晚上11点之后还待在外面，我可能需要解释一下，但如果待到第二天就不用了，我可以在塔尔科特和莱西睡着之后回去，这样就不用面对他们了。我已经想好了。

我太天真了，我对什么是“毒品”根本没有清楚的认识。我不确定这瓶咳嗽药是不是像大麻或致幻剂一样，属于毒品。杂志里关于大麻和致幻剂有许多争论，但咳嗽药是什么呢？这单词听上去像个古老的王国。这黑暗的万灵药能带我去向遥远的地方吗？它能带我去到另一片土地吗？我还回得来吗？走在倾斜的阳光下，我感到快活、轻盈而自由。尽管还没打开密封，我已经有点飘飘然了，只因为我付诸了行动。

那么计划是什么？我可以在图书馆待着直到关门，然后在码头边坐着直到所有人上床睡觉。未知的事件是很难计划的。微弱的阳光洒在马里昂（Marion）<sup>[20]</sup>的街道上，我走出只有几家商店的中心城区，经过令人印象深刻的新英格兰房屋，它们有着棕色瓦片屋顶和粉彩墙面，阴沉的屋顶天窗与庄严的形象互补。教堂，有很多教堂，马里昂是个虔诚的社区。人行道上没什么人，我已接近城区的边缘。我把瓶子从口袋里拿出来，扭开瓶盖，闻了闻。这是一个错误。我的决心突然坚定起来，然后把它倒了出来。四盎司非常难喝的液体，几秒之内就被我吞下。

现在我感觉自己很调皮，甚至有点儿恶劣。我漫无目的地走来走去，找了个垃圾桶把罪证销毁。凛冽的风断断续续，奇怪的人经过我身边，我们避开彼此的目光，仿佛突然间别处有引人注目的风景。我离开主干道，穿过体育场和其他空旷的地方，朝图书馆的方向走去。我感到一种平静的空虚，空虚的来源却是兴奋。我嗑药了，会发生什么事呢？



45分钟之后，我渐渐觉得没事会发生。我坐在图书馆外的长椅上，天有点凉了。我该怎么办？

放弃计划然后去吃晚饭的念头真令人讨厌。400个男孩坐在20张大桌旁，每张桌子有一位长官和他的妻子坐在尊位上。我们低头祷告，埋头吃着湿乎乎的食物，试着进行无聊的对话以免陷入死一般的沉寂。我才不要。但现在我觉得有点感觉了，不，可能只是我的想象，只是冷。等下，那是什么？我的确感到有点异样，但不确定是什么。倦怠爬上我的双腿，可能就是冷，但现在不是别的了。一种饥饿感好像从我的胃蔓延开来，我的身体好像要变僵了，思想开始不集中了，思绪像蹦蹦跳跳的田鼠。这东西对我起作用了。

我从长椅上起来，腿沉沉地抬不动，得费点力气才能像没喝醉那样走路不摇晃。多大点事儿，就这样而已吗？想找个暖和的地方，但图书馆看上去幽闭而又恐怖，于是我走开了，走到斯普林大街（Spring Street）。这条街把校园一分为二，从主干道弯弯地通向树林。一辆接近的汽车吸引了我的注意，它音量过大，声音增大的时间慢得不可思议，经过我时车声轰鸣达到顶点，在车灯远远消失之后，挥之不去的声音还一直填满我的感官。我觉得那车的司机肯定在哪里见过我，他大张旗鼓地开过去就是在向我传递讯息。接着我发现自己在想，这车经过我是件史诗般的壮举，是为我准备的大型演出。多荒谬，但我在笑，发现自己在笑又让我笑得更厉害了。某些奇特的事情发生了，我发觉自己有种奇怪的成就感：我做到了。我改变了自己的大脑！这时我的皮肤开始痒，脑子里有压力的感觉；我注意到很可能是脉搏在隐隐地强力跳动，我感觉脑子在膨胀，像填满了厚厚的棉花；我有点摇晃，但还是加紧了步伐。视线变模糊了，街灯投射出重叠的影像。我有点害怕：接下来会发生什么？我会死吗？我的大脑发生了什么？里面怎么了？

口服400毫升的氢溴酸美沙芬（dextromethorphan hydrobromide）对于神经系统有重大影响。这种药被列为解离性药物或镇静催眠药。想象

一下自己被催眠了，你不再受到控制，不再做决定，意识被局限在一条无限延伸的小巷子里，而你平静地沿着它的方向走着。知觉不断地闪现，就像路两边一片片闪过的风景，你漂浮在缓慢而诱人的做梦的冲动之中，不再反复思考现在要怎么做，或过去本应怎么做，只要跟着走就行。夜变得深邃而神秘，我沿着为我准备好的路进入原始森林。这种感觉很像喝醉，但它是彩色的，就像《绿野仙踪》里的桃乐丝

（Dorothy）撞到头然后被送入仙境一样，这里某处也有人陪着我，有熟人的感觉，我不是一个人。

美沙芬通过降低谷氨酸的传递速度来减弱咳嗽反应，它的作用方式很像酒精，但更有针对性<sup>[21]</sup>。首先，它抑制脑干（大脑核心处的杆状组织）和小脑（位于脑干后方的花菜形层状皮质）的正常功能——调节肌肉活动，这就解释了走路摇晃和重影的原因，但它特别瞄准了大脑神经元中位于树突（输入区）的一种特定受体。美沙芬及其同类，如聚会毒品氯胺酮（Ketamin）<sup>[22]</sup>，阻断了NMDA受体——谷氨酸进入脑细胞并促使其激活的主要途径之一。NMDA受体是大脑中最关键的通道之一：它们是突触可塑性的基本代言人，其实也就代表了学习能力。一旦有重要的东西值得记录，不仅限于当前，而是要记几天、几星期、几个月，甚至一生的时候，蛋白质会对新进入的突触传导进行组织，而NMDA受体就是激活这些微小蛋白质工作群的阀门。由于它们负责学习，因此必须能聪明地辨别什么东西是值得记住的。NMDA受体在做这种决定时会采用一种技巧，称作一致性检测(coincidence detection)——只有当发送和接收神经元同步、共鸣、处于同一频道，即一致时，它们才打开大门。换句话说，NMDA受体允许正在传递信息的神经元之间建立连接。当发送和接收神经元同步时，NMDA受体打开大门，接受谷氨酸的额外帮助。就这样，神经元A和神经元B的偶然接触变成了联姻，它们打上的结把信息原子绑在一起变成了感知(sense)。“佩里戴那条围巾看上去很艺术，就像乔说的一样……”“这人是口琴大师，搭配他所投射出来的漫不经心的风格。”是碎片之间的一致性，以及象征着这些碎片

的神经元之间的协调，共同组成了皮层中清晰的图像。短暂的联结组合成一个模型，把印象(impression)变成了感知。NMDA受体允许神经网络快速而灵活地变化，去匹配我们所谓现实的微妙之处——即世上与自身目标有关的不断变化的特性。

当美沙芬阻断了脑中的NMDA受体，感知开始分崩离析，现实不再进入大脑，这就是解离(dissociation)的本质。这也是为什么氯胺酮在战场上被当作麻醉剂来使用，以及许多实验中用氯胺酮来模拟精神分裂症的原因。归根结底，大脑皮层如何保持与现实的联系？当它乱了头绪时会发生什么？大脑皮层在进化过程中形成了获取、编译、记录外部世界精彩细节的功能，为的是我们可以对周遭环境的复杂性有某种程度的了解。蜥蜴几乎没有皮层，生活在一个简单的世界里：只有冷热、运动、饥饿、危险、逃跑……噢，还有性，这便是蜥蜴。但对于我们人类来说，世界结构异常复杂，这使得我们可以根据知识来采取有目的的、精准的行动，我们的智慧使这一切成为了可能。完成这惊人的任务需要感知，以及另一个要素……

感知是由NMDA受体积累而成的详尽而清晰的现实地图，不过我们还需要动机(motive)这一要素。动机也就是所谓的意义(meaning)。意义是关于世界与我们如何联系起来的独特的个人见解。但意义不是凭空产生的，我们要培养它：我们必须知道自己是谁，想要什么，需要什么，了解现实中的每一个变化对我们的目标、喜好、恐惧和欲望有何启示。我们从生命的最初就在学习意义——比如母亲怀抱的好处与安全——直到青少年和青年时期趋于稳定，通常变为对爱、尊敬、成功的追寻。意义等于重要性，它给皮层产生的源源不断的感知赋予重要性，它会增长并在大脑中稳固——不在皮层，而在边缘系统——皮层覆盖下的一组器官。边缘系统的主角是海马，负责记忆事实与事件、时间与地点。它的前方是杏仁核，记录感情色彩、体验及期望的强度（如图1）。这些边缘结构不仅共同工作，还与收集身体感觉（肌肉紧张、浅呼吸、掌心流汗、恐惧引起的肚子刺痛）的其他神经组织相联系，因此

它们了解什么感受是重要的。而感受(feeling)是意义的基础成分。

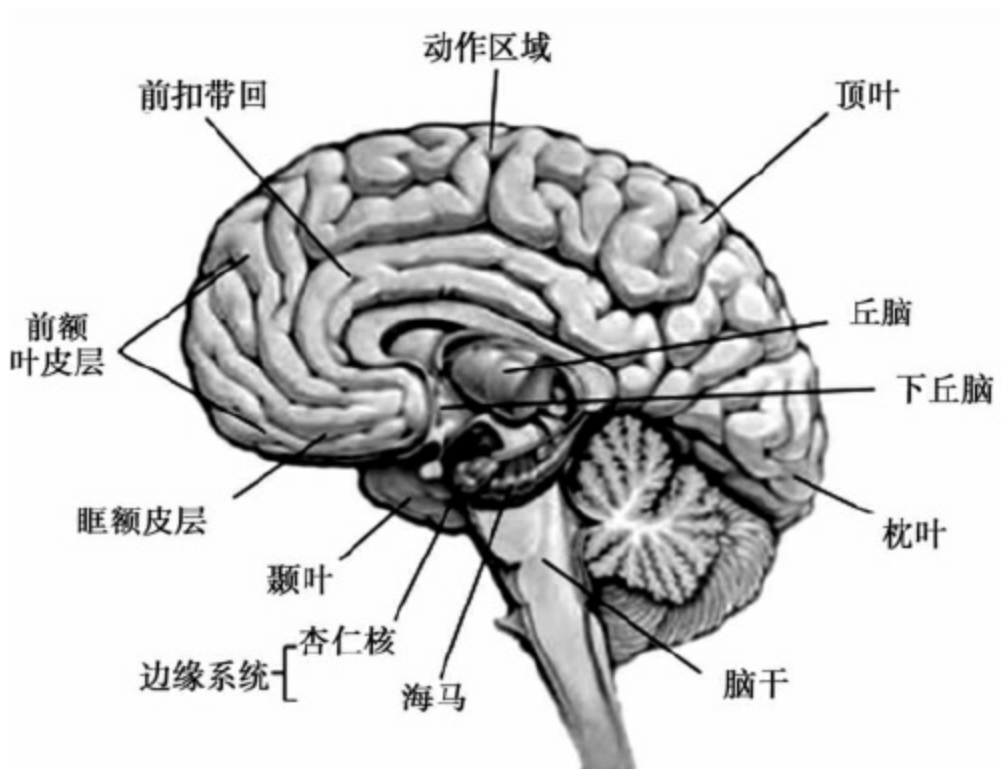


图1：大脑剖面图，显示了大脑皮层的脑叶以及边缘系统、丘脑、下丘脑、脑干。

边缘系统分为左右两侧，大脑皮层包在外面就像一条有褶皱的毯子包着细金属丝一样。不过事实是：边缘系统和大脑皮层之间必须保持通信，即意义和感知之间的通信——且通信是双向的。皮层需要给边缘系统提供组织好的细节——看到和听到的世界、正在发生什么、可以做些什么。与此同时，边缘系统必须为皮层提供意义——我期望的、想要的、需要的、我记住的、重要的，若没有我的指示，你所做的一切都没意义。指示很简单，就是过去——你所注意或完成的一切，从中提取出一系列熟悉的事件、目的、恐惧、愿望。在一个运转良好的大脑中，边缘系统的意义（由感受和熟悉产生）与皮层的感知（近乎真实）是同步的，无缝地进行简单交换。这个交换就是皮层边缘双向通路，像布鲁克林大桥<sup>[23]</sup>的车道一样，日夜川流不息。

NMDA受体像是交警或收费站，根据感受性引导大桥上的皮层通路传导。它们提供实时更新的流动精准的世界构成及其所处位置图，并不停把更新的版本送到边缘系统让其变得有意义。之后边缘系统的信息回到皮层，变成了微调版（在枕叶），有了声音（在颞叶），再指挥舌头、四肢（通过运动皮层）行动，以最有利的方式改变世界。问题是，现在我脑中的NMDA受体被美沙芬分子阻塞了！谷氨酸通不过，受体神经元无法激活，或激活得不够快，像傻子一样呆坐在那儿。结果同步的相邻神经元及其所象征的那部分现实，像拼图碎片一样变乱了，仿佛是个陷入瘟疫或暴乱的城市，通讯被阻滞、切断，警察罢工。皮层边缘通路大桥上是混杂的破烂马车，带着印象的大杂烩，却几乎没有感知。不仅如此，垃圾的河流堵住了通向大桥的路，因而大桥的交通状况游离在混乱和阻塞之间。

边缘系统的意义产生器与真实世界的认知地图间的通路还在建设中，但意义还是很鲜活。“佩里很漂亮，他让我想起上帝。”意义仍然在我的边缘系统高唱着熟悉和吸引力之歌。交响乐团似乎从未像今晚这般纯粹，产生如此强烈的共鸣，但共鸣和纯粹的原因在于它没有受到认知输入的限制。没有了感知的注入，边缘系统可以随心所欲地合唱。布鲁克林大桥因为维修而关闭，结果就是解离。

你可能会奇怪这样的神经灾难怎么会吸引人。但美沙芬及其同类氯胺酮是所有物质滥用里最常见的，尤其是对年轻人而言。目前中产阶级的孩子最常把氯胺酮作为聚会毒品（或狂欢毒品），他们大多处于18到25岁之间<sup>[24]</sup>。它代替摇头丸作为一种社交润滑剂风靡了整个西方世界。氯胺酮在大多数国家是违法的，那为什么还要服用它？总的说来，不管是毒贩还是总经理，人们服食毒品是因为他们感觉不太良好。像美沙芬、氯胺酮、PCP<sup>[25]</sup>等毒品以及那些极具损害性的物质，如嗅胶（Glue）<sup>[26]</sup>、能量酒饮料（Gasoline）<sup>[27]</sup>，它们之所以被称为解离性药物就是因为其作用和毒品完全一样：将感觉与现实、意义与感知分离——这就是它们所起的作用，既不会让你精力充沛，也不会让你精神不

济，在生理上也不成瘾。它们只是关闭皮层边缘通路，使你的边缘系统——大脑产生意义的中心——不再与世界有联系。当世界不那么好的时候，这样真是太方便了。而我身为一个抑郁的少年，根本没觉得这世界有什么好。

意义本该随着现实而产生，只有这样，我们的大脑才能在自然选择的艰苦马拉松中获胜。一旦关于世界的意义松动了，一旦边缘系统脱离了皮层，就像巨大的冰山脱离大陆一样，解离性药物给服用者带来一种与众不同的自由。与现实断联意味着重新组合，把你人生中经年累月形成并稳固的所有记忆与连接、愿望与恐惧都拿出来，然后按你喜欢的任何样子放在一起；或者按它们自己喜欢的样子来。由于这些自我碎片有自己的化学作用与联结，一旦皮层的掌控受到破坏，这些碎片会极有创造性地自己组合在一起。它们会聚在一起形成魔法故事或者鬼故事，而那个故事会把你周围的世界呈现在舞台上，内容是糊成一团的持续占据你皮层的感觉物质。它是私人的，完全属于你的。

这时，经过的车声终于退去了——刚好当我想要拿回片刻的控制权，决定该怎么做、该去哪里时，血流中渗出的美沙芬关闭了整个大脑的NMDA受体，在我面前竖起了巨大的充满原生态意义的彩色墙面，阻挡了我的去路。这些咳嗽药分子像疯狂的无首领军队一样占据了主导，我周围世界中的图案和美丽不再有任何意义。我摇晃着走进路边的树林。垫在脚下的树叶有种奇特的、毛茸茸的质地，看上去像布料而不是树叶，树林仿佛被宽阔的地毯覆盖着，真令人震惊，它放射出自己的光，一种不属于黑暗树林的荧光绿；近处的树下有一团物质，让人想起巨大的活体器官，似乎有心跳一样地搏动着。这一切都说不通。

不过让人感到安慰的是奢侈的印象流……以及一种惊人的熟悉感。边缘系统产生的意义使得一切看上去很熟悉——弯曲的枝条，粉刷过的路肩，草上湿润的微光。我的耳内咆哮着现实倾入深海的声音，波浪重重地拍打、侵蚀悬崖的声音。不，这是我的心跳，或是一群非洲鼓手聚



集在山腰后浓浓的橘色灯光中。我离路越来越远，慢慢走向树林深处。我不知道双脚要带我去哪里，我一点也不在乎。灰色的天空孕育着意义，灰色浓重得仿佛要融合树林里的所有颜色和声音。对于夜晚来说这太亮了。空气抖动着，聚集成波浪，我瞬间看到一个海绵沙滩球，然后变成了一堆有弹力的腐烂树叶。我迷失在边缘系统的走廊上，卡通形象从过去的拼贴中冒出来。而这时熟悉感占据了我，浓缩成几乎清晰的人声嘈杂的背景，好像一群行人走在繁忙的人行道上，但我看不见，也不怎么听得见，仿佛他们在听力范围之外，这更像是思维而不是真实的声音。这熟悉的印象非常诱人，又无限地令人欣慰。

我走上刚好在面前的一条路，起起伏伏地穿过树林。我的腿很沉，脑子又热又涨。悬在头顶的树既熟悉又善解人意，这时我注意到，它们的枝条组成的绣花图案美得不可思议。树枝伸展开来欢迎着我，我感到它们一直在等着我，这些图案是赠予我的美好供品，能够绑好我的伤口、治愈我。当我闭上眼睛原地站着，存在感从内心涌出：背景再次细语着，绽开成声音，说着稀奇古怪的虚构的东西，白日梦变成了瀑布流。我睁开眼再次环顾四周，我感觉自己是个全新的人，在一个全新的世界，被亲密的、温暖的雨淋得湿透。

几个小时之后，我回到了岩石海岸，坐在瑞文之家后面的码头旁。波浪翻滚着从我身边经过，带着圣经的意义，而我是诺亚（Noah）<sup>[28]</sup>，是第一个也是唯一的船员，在唯一的海上的唯一的船上。上帝就在不远处：我伟大而善良的催眠师，慈祥地低头看着我。我的脚在码头边上晃着，进入持久而起伏的波浪之中。我不确定是怎么从斯普林大街旁的树林走到这儿的。我感觉自己在一个长长的梦的结尾，但我还没清醒，也不想清醒。我脑中的压力消失了，恐惧的片刻早已不见，我感到真正的快乐。我坐在离宿舍50米远处，折磨我的人现在肯定睡着了，离下一个无趣的黎明还有好几个小时。我被困在十月，离圣诞节还远得很，更别提明年六月毕业的时候了。我被封死在自己的牢笼里，但我逃亡了。我发现了一个新世界，而且我知道在想要的时候怎样回到这里。



我扬扬自得。

我也有了大麻烦。苏克特（Sukert）先生像个部落神兽埋伏在瑞文之家的前门，非常清醒地等着我出现。他问我去哪儿。

“我不知道。”我说，大约意识到这听上去有多糟。我的声音失真又含糊，负责协调我下巴和舌头肌肉的神经冲动还处于一团糟的状态，很难发出“d”这个音，我不得不试了两三次。

“什么叫你不知道？你知道现在几点了吗？”

我试着回答，但糟糕的发音和最终没什么好说的战胜了我。我只说了“不”这个漂亮的弱音节，用舌头说出来很容易的。

“现在凌晨两点半了，我一直在等——你还好吗？”

“嗯。”

“你喝醉了吗？”

“嗯。”

“你去哪儿了？”苏克特先生不会真的生气。我开始有些喜欢他了。

“苏——苏克特先生，你知道吗？”休眠的大脑系统开始运转，我阻止了自己。“对不起，我要去睡了。”

接下来的两个星期我被禁止在晚上外出，那真如地狱一般。但这带不走我个人的成就感。

### 第三章 飞蛾扑火

现在是十一月，我渐渐有种奇怪的错乱感，尤其是在早晨和夜晚。早晨我会配合地坐着听维特斯坦先生不停地唠唠叨叨，努力地置身事外。我试着让自己变得疯狂一点。“你们这些孩子很清楚关于自习时间上厕所的规矩。”如果突然疯了会怎样？会完全不在乎了吗？“希勒（Hiller）议员将在本周末来访，泰博是他的母校。”希特勒议员，他说的是希特勒议员吗？“看着你们，我感到无比地骄傲。”如果我只把注意力集中于事件之间的空白，我能让现实消失吗？我盯着前座的椅背，直到视线模糊，声音汇成一片轰鸣。我在模拟美沙芬兴奋后的第一个小时的状态。“周日晚饭前会有一个特别的晚祷仪式。希望每个人都要穿正装，就是说不能穿灯芯绒的，知道吗，斯蒂威尔（Stillwell）先生？”我们的上帝是强大的堡垒，这膨胀的声音像动画片里的一样。亲爱的上帝，请让我解脱吧。

几个星期以来我一直练习着放空，去上课的路上在放空，吃饭时又回到放空状态。我那个统治世界的白日梦像从久远小镇传来的无线电信号一样渐渐消散。晚上我在街上游荡，寻找一切不寻常的事物。我沿着岸边的岩石走着，脚又湿又冷；我走进没锁门的教堂，坐在中间的长凳上，在几乎完全的黑暗中，假装礼拜这个基督徒之神；我缓缓地走在空旷的街上，想象着自己是地球上仅存的人类。

但泰博没有消失。法语课上，四五个大废物占据了主导。他们都是足球队员，他们的身体下垂，腿向前伸到前排，懒懒地靠在座位上，像巨型的爬虫。巴克（Barker）先生<sup>[29]</sup>的愤怒让他们感到扬扬得意。我害怕他们，因为他们有权势而又冷漠。他们不会好好念法语单词，巴克先生也没法强迫他们念。他们又笑、又耸肩、又打呵欠，让他屡屡受挫。

最终他会红着脸辱骂他们，畸形的牙无助地凸出来。他们把巴克先生的生活变成了对教学的嘲弄，不过他已经比彼得斯（Peters）先生——我的英语老师幸运多了。彼得斯先生的一只胳膊发育不良，如果没有小心地把手别在身旁，它会像鱼鳍一样摆动起来。我很崇拜彼得斯先生，他教我们如何在康拉德（Conrad）<sup>[30]</sup>、劳伦斯（Lawrence）<sup>[31]</sup>、梅尔维尔（Melville）<sup>[32]</sup>等人的作品的叙述表层之下发掘深层的含义。我觉得这技巧很棒，它用视觉和智慧填满了世界的空白。但其他人叫彼得斯先生“爪子”，这让我反感。他会听到的，他肯定能听到。他们没有小心地去确认他是否在听不见的地方，他们为所欲为。但有些老师不一样，他们属于泰博。一旦察觉到有人反对，他们严厉的眼中只有武力解决。一天，塔奇（Tudge）先生在数学课上因为我和同桌说话，拎着我的衬衫领子拽我出来。我不是有意不敬的，我忘我了，先生。但大多数老师都是不同年龄的可怜人，除了受排挤之外毫无共同点。他们所处的阶层比教练们要低，这让他们饱受折磨。

我在庞德之家的朋友们去年春天都毕业了。伯顿在某处做树木砍伐的工作，佩里去了一所大型中西部大学，诺里斯也走了——不知道去了哪里。诺里斯在五月末就消失了，每日三餐和上课时都不见他的踪影。由于他气色不好，身体瘦弱又毒舌，似乎没人热心要找到他。终于，校长助理德克（Decker），我们最害怕的人，有天早上去他房间了。相传，德克发现他躺在床上读尼采，而且和尼采一样，他疯了。施瓦兹说诺里斯在学校最后的三个月里疯了的事不可能被公开，最好让他自生自灭，等待他的是悲惨的未来。诺里斯赢了，他的胜利传递出一条宝贵的教训：一旦一切都失败了，就会发疯。然后就没人动得了你。

现在只剩我和施瓦兹了。高尚的小型文明在掠夺来的钱财面前化为乌有，而我和施瓦兹像是这个文明余下的残渣。这一年，我们都高三了，轮到我们在明年六月到来时离开。

托马斯·盖尔索普（Thomas Gelsthorpe）是唯一保持着联系的庞德之

家毕业生，很快他就会成为带我去另一个世界的向导。他去伯克利（Berkeley）了。是的，伯克利，那个嬉皮士的圣地。他第一次给我和施瓦兹写信是在十一月中旬，信很长，字母没有大写也没有句号，极少有标点符号，内容是一首赞美西海岸的意识流诗。乔一边读，我一边想象着他矮胖的形象，戴着学术范儿的眼镜：“阳光洒在一个又一个女孩身上让人晕眩照出她们的可爱她们的胸部她们的身材她们的胸部胸部胸部女孩们没穿内衣你问在哪里听好了听好了在加州听好了听好了没有内衣每个人都在抽大麻每个人无时无刻不在抽大麻和嗑药可怜可悲的发霉的你们我真希望你们也在这儿你们一定要来！”

我们也想去啊，托马斯。噢，什么时候呢？

我经常去施瓦兹的住处。他会像《爱丽丝梦游仙境》里的毛毛虫一样躺在床沿，我会坐在他书桌旁的椅子上。没有其他地方了，没有其他家具，我会靠在椅背，听乔·施瓦兹这个哲学家高谈阔论是什么神秘力量带我们来到了这里。这是社会的严峻考验，他解释着，下一代军队-工业领袖就此炼成。当所有人性被瓦解的时候，我们就可以回家了，但那时已经太晚了。施瓦兹是大师，是青少年文风的悲观主义桂冠诗人，可是他有种我所羡慕的冷漠而又自信的含蓄。他住在波多黎各，父母都是大学教授。这些在我看来都太棒了。他编织了一个天堂岛的场景，在那里我们可以自由地喝朗姆酒、骑摩托车、抽大麻、追女人。我不知道追女人会是什么样的，仔细想想好像很可怕，但乔应该知道怎么做。

他放下盖尔索普的信认真地看着我，“我们必须去。”他说。

“当然，但怎么去呢？”

“我有个主意，我觉得能行。”

“什么主意？你什么意思？”

“听着，马克，我们要有点创造性。”他耐心地解释，“我们可以申请去波多黎各读完高中。我知道那个学校，在我爸妈教书的大学附近。

我们可以住在我爸妈那儿，反正他们有半年都不在家，他们不会介意我们住在那儿。我们可以去学校，白天很早就放学，然后环岛骑车，寻找沙滩，漂亮的沙滩。我们能行，这不是不可能。”

“施瓦兹，你真是疯了。他们会让我们中途入学吗？”

“我们可以转学，有人这么做。圣诞假最适合转学了……”他看着我，有点不悦，仿佛我自己本应该想到这些。

我和施瓦兹开始构建一个梦，在接下来的几周里进展迅速。我们经常聚在一起拟定计划。他负责联系学校和父母，我的角色像是魔法师的学徒，提出种种细节，乔会熟练地把它安排到位。我的抑郁某种程度上减退了，我停止放空，开始感觉到未来有些美妙。我给父母打了电话，说我过得很好。我总是在电话里这样说。打电话之前我会花几分钟时间练习怎样听上去状态很好。我说我有个惊喜要给他们，妈妈很好奇——也有点儿怀疑。爸爸照例说了祝我好运。我跟施瓦兹报告说我已经让他们做好准备了，我觉得他们会同意。施瓦兹精明地点点头。

三周之后，我去他房间，既兴奋又害怕——这种状态我很熟悉。他抬头看看我，带着一抹忧郁的笑。

“怎么了？”我问。

“我们必须早点儿去，不能晚于……”

“什么意思？”

“我还没收到学校的回复，还有两周就是圣诞，我爸妈在亚洲，唯一能离开这儿的办法就是靠自己。”他静静地说着，听上去比我认为的成熟多了。“你圣诞假期能过来吗？有可能我们就不用待着了。”他冷笑着总结道。

“我必须回家！我必须见我的家人……”

“所以呢？你回家之后，我们在纽约见面，只是不回到泰博，而是继续去.....圣胡安（San Juan）<sup>[33]</sup>。如果你觉得行的话。”他咧嘴笑了。

学校一放假我就立刻飞回多伦多。晚饭前我在车库里排练语句和更重要的语调：我是个坚定、自信、成熟的16岁少年——这是《年轻爱好者》里的一段。我宣布了转学的计划。但是20分钟紧张的即兴演说之后，我开始意识到他们几乎没怎么听。

“妈，已经全安排好了.....”我坚持着，击退一闪而过的呜咽。

“什么安排好了，马克？”

“学校。是个非常好的学校，尤其是对国际学生。偏向于艺术和政治之类的。”

“你还没告诉我们学校的名字。”她说，然后我试着回想，但想不起来。我不确定施瓦兹究竟有没有告诉过我。我避开她的目光，波多黎各的微光开始闪烁不定。她直言不讳：“我们不能冒险让你浪费这一年时间，马克。今年换学校太晚了，你同意吗？再有几个月你就可以离开泰博了。”

这个计划一直以来是真实的吗？施瓦兹能让它起死回生吗？当晚我就想登上飞机，但我已定在五天后离开多伦多。再在泰博过一个冬天的画面侵入我的遐想。在欢快飞过的逃亡念头之下，抑郁在我胃中翻滚。我还没准备好，绝望来得太快，我感到恐慌。

于是我从一个小学时的朋友那里买了一包大麻。

我第一次尝试大麻是在三四个星期之前。在十二月初的冷风中，我和施瓦兹还有另一个男孩挤在一起，从三支细长大麻卷里吸着刺鼻的烟。直到最后一支吸完，我的喉咙因为咳嗽而疼痛，我才开始感觉有作用。据说第一次要吸很多才有感觉，但我很兴奋.....不可思议的瀑布般



的思维和图像，每个都完美成形，漂亮、详尽、精致，而它们是我想象出来的。只要想着一个念头，我就在遍布纵横交错的走廊的大厦中创造出新的侧翼。我很开心。毒品再一次让我跟随着自我不断创造出来的路径，从绝望的现实转换到了一个惊人的新天地。我可以再一次让某物进入自己的身体并改变自己的感觉。于是在我的波多黎各幻想开始垂死挣扎之前，我已被大麻所带来的可能性深深吸引。此时我比任何时候都需要它。

在多伦多剩下的日子里我又吸了几次。我坐在家里，既不因为我们做的糊涂梦而感到羞耻，也不生气，再无悲伤。我可以自由地改变我的感受。只要我有大麻，我就可以与抑郁保持安全距离，摆脱羞耻所带来的恶心。

在十二月末的一个下雪的晚上，我与施瓦兹按计划<sup>[34]</sup>在拉瓜迪亚（La Guardia）机场见面，但他似乎没有买去圣胡安的机票。我很失望，我觉得我本应该更失望的，当我告诉他我父母的反对时，他只是耸了耸肩。

“你不难过吗？”我问。

“永远都不会成功的。”他说，“而且反正今晚所有的航班都取消了。”广播中有暴风雪警告。“我们要在曼哈顿过夜了。”他总结道，好像这就是他一直以来的目的，我不理解他在想什么。

不到两小时，我们到了曼哈顿附近的霍华德·约翰逊（Howard Johnson's）饭店。我来回地盯着吧台，被纽约人迷住了：穷人，街头流浪的人，黑人，这些人你永远不会在多伦多或新英格兰见到。

饭店里面温暖湿热，阻隔开了外面的暴雪，温暖让我平静下来。我不断告诉自己：我们不去波多黎各了。今晚不去，明天不去，永远都不去了。突然间我想试试我的大麻，我想确定它的作用是否够强劲。因为如果作用够强，我就有了自己的遥控器，我小小的心情调节器啊，它能

给我多么强大的力量！这力量可以盖过即将到来的，和泰博一起席卷我沉重的绝望。

此刻我坐在楼下洗手间的马桶上。离开多伦多前我卷好了两支大麻，我拿出其中一支，另一支和价值25美元的散大麻一起放在袋子里。我缓慢安静地抽着，尽量不咳嗽。施瓦兹肯定在想我在做什么需要这么久。烟雾飘过我，温暖着我。我想着波多黎各，想着家——爸妈模糊的面容。厕所门上的涂鸦吸引了我的注意。“最棒的口活儿”和一个电话号码。这东西多奇怪啊，听上去像什么高级东西的广告：百老汇音乐剧之类的。我无法把眼睛从这上面挪开，因为它似乎很有趣，尽管它让我惊讶。接着我意识到我正在换个方式体验世界。我的注意力在物体周边环境，它拉长了，变成一个可伸缩的地道，我的路线留下的痕迹吸引着我。我不禁一边回头一边前进，这不是地道，而是墙上有蚀刻的过道。我检视着这些蚀刻——我的思维——发现每个迷宫都进一步展开，通往新的过道，我的思维形成新的蚀刻，每个都吸引我的注意停留好几分钟。

我跟着走，不断迷失在不断产生分支的过道中。这些房间是什么？上一个里面有什么我怎么都不记得了？一切变得如此迅速，而这种即时性创造出一个没有转向标记的迷宫。“最棒的口活儿”在那儿像个明灯。我笑着，但我也很吃惊：为什么每个思维有自己的世界？这个迷津的主动脉，那个称为“我”的主动脉在哪儿？

大脑如何从协调合作的管弦乐团切换成这系列的独奏？就好像一种乐器宣布独立脱离指挥，按照自己的乐谱演奏，甚至创造自己的乐谱，然后被首席女高音所取代？这种深刻而戏剧性的兴奋，是否由某种损害而产生？我疑惑了：我是在毒害自己吗？抑或是我挣脱了内心独裁者的控制，而释放了自己？

我之前服用过的药物、酒精和美沙芬，对主要神经递质如谷氨酸和GABA有巨大影响，但这些苦涩液体中的分子与我们身体中的分子毫无

相似之处，它们的作用来自于蛮力，而非模仿。大麻不同，与大多数我还没尝试过的违禁药物一样，大麻中所含分子——大麻素类物质

（cannabinoids）——与我们人体自身产生的分子十分相似。大麻素是自然产生的大脑化学物质，但那并不意味着我们的大脑被设计成一个无止境的大麻聚会。自体产生的大麻素在体内循环，远远小于我从大麻卷里吸入的分子数量。其他许多毒品也是一个道理，包括鸦片（opiates）和安非他命（amphetamines）。大多数让我们兴奋的毒品会激活已存在于脑内的化学传递物，或模仿它们的作用，但毒品中的分子数量之大——或性能之夸张——远超进化之目的。

大麻素是由刚被激活的神经元所释放的特定神经递质。通常神经元会在激活后短暂休息，在几毫秒内变得不应答，这是大脑阻止更多神经元激活的方法，免得它们在传递了信息之后还继续狂欢。不过大麻素干扰了这项规矩，它们宣告“同样的多来点儿！”至少在脑中有某些部分，大麻素通过它们施加到前一个神经元上的影响，增加刚刚释放大麻素的神经元的激活率。想象一下你是个懂礼貌的保守主义者，通常等其他人说完话之后再说话，这样对话才能正常、平衡、稳定地进行。现在你受神奇的大麻驱使不停地说话，以至于别人没法插话。通过增加已经激活的神经元的动作，大麻素使得每种思维、反应、知觉动作、想象都放大了。其他的声音都被毁了！这是神经可塑性的一种形式——即神经元增加其反应力的趋势<sup>[35]</sup>。这几乎是美沙芬关闭机制的反作用。大麻素使活动的神经元敏感化，这更像是NMDA受体的正常功能。它使已经发声的神经元具有可塑性，增加它们的影响力，却忽视了合作这个更重要的规矩。

大麻素让当前演出的影响成倍地增长，思维和知觉在自我放大，心灵探险中不断分岔的走廊由此而来。你看不见全景，因为你被困在当下，被无法停止的对当前映射的渴望牢牢吸引了。就是这个！这就是重要的！这是史上最重要的、最惊人的、最有意义的、最深刻的东西！但若大脑本身就产生大麻素，哪怕数量有限，它所造成的心理失真一定有

其意义。进化不会浪费几百万年的时间打造一个主要目的是自我毁灭的神经递质系统，除非这样是有好处的.....

大麻素受体系统成熟最快的阶段，既不是童年，也不是成年，而是青少年阶段，因此大麻素在青少年阶段的功能性，多于在人生其他阶段的功能性，这不意外。就进化而言，青少年按照自己宏大的思维、目标和计划行事很可能是有益的。这样做忽略了堆积在他们面前的现实的重量——或严苛的考验，可能会大大增强他们去探索、尝试、有信心地实施计划的倾向。青少年的进化目标就变得独立，产生新的联系，找到新的领域、新的社会系统，最重要的是新的伙伴。青少年的思维失真可能正是为了促进这些目标的实现。

实际上，青少年思维与大麻兴奋带来的深度幻想异曲同工。青少年不怎么在乎父母的话和绝大多数的传统智慧，而是完全被自己的想法所主导。他们遵循的逻辑链没人觉得有逻辑，他们过度地忠于自己所预期的事情进展。青少年往往活在自造的理想世界里，跟随着思维的列车驶向极端结论，不管有多么强大的证据表明他们完全是错的。实际上，这种自我放大和高度私人的幻觉正是我和施瓦兹在过去的几个月里做的白日梦，我们神圣地构建着波多黎各学校的画面，在它的精致中迷失，忽略了几乎渺茫的可能性，直到圣诞假期时这个泡泡终于破灭。可以说施瓦兹和我创造了属于我们自己的解离状态，但这并非美沙芬式的冲昏头脑的、与现实分离的状态，我们是在世界的可能性里迷失，而不是在脱离现实的黑暗中。鲁莽的计划可能随大麻素受体的成熟被支撑起来，我们自体产生的大麻素又推波助澜。若大麻素能帮助青少年绘制自己的现实，那么我最近对大麻入迷也许就不算太失常了，这只不过是又一次某种程度上为了保留我选择权的绝望的努力。

但此时是1967年，大麻是完全违法的。我坐在霍华德·约翰逊饭店的马桶上，跟随着内心野性的召唤，我这青少年的大脑有点超出进化学目的地东摇西晃着。可我不觉得这有多疯狂。我的神经元在释放自我催

眠的信息流，这些信息有自己的目的。每个思维都有巨大的重量，我的感知大开，但我被推上一个又一个认知泄洪道，沉思之路上的每个转弯都让我着迷。直到下一个思维，下一个神经连接建立起的火力强到能掌控舞台，之后可能性的迷宫开启了一个新的走廊，我走了下去。而我不记得刚才在想什么，因为我所在的泄洪道太大了，没有回头路，我甚至不记得我是在纽约的一个饭店里。我没法减缓前进，定下来或把东西拼起来。波多黎各.....我欢快地笑了。那是什么意思？我坐在那儿傻笑，“最棒的口活儿”在背景中闪烁，只不过现在，不可思议地，厕所里某处有个可怕的重击声。肯定发生了令人兴奋和可怕的事情，有人在重重地击墙啊。过了好几秒，我才意识到是我这个隔间的门在随着击打而摇晃。为什么有人这样做？

“开门，年轻人！”是电视里警察的声音。我有片刻觉得这很搞笑，不过万一真是警察呢？我的想象冻结成了脆弱而恐怖的画面。现实闯入视线，就像火车旅行到站一样。我是不是睡过去了？我在纽约，我在吸大麻。这是违法的！我愚蠢地把那袋大麻塞进了大衣口袋。为什么警察要逮捕我呢？我只是个孩子。我正要开始站起时，门被向内撞开，进来两个壮实的纽约警察。一个警察进来了，几乎是温柔地把我推着走。他把我带离隔间，站在我旁边，另一个警察负责搜还挂在钩子上的我的衣服口袋，然后拿出我的宝贝。我恐慌地感到马上会失去它，但我不明白即将还有更糟的后果。

当两个警察护着我穿过饭店出去时，所有人都转过来看我。有些人在笑，但施瓦兹面如死灰，他的表情混杂了害怕和同情，我永生难忘。我的汉堡和薯条就放在那儿等着我，我多希望我只是坐下来和施瓦兹一起吃饭，但我现在明白我要去一个完全不同的地方，不是波多黎各，不是在城里过一晚，而是没有返程票的意外旅程。

我在纽约市看守所度过了我首次被捕的第一个小时。黑人穿着粉色套装斜着眼调笑着，猥琐地争吵着；白人像死尸一样惨白，靠着栏杆，

目光呆滞。这些人是谁？我不能动也不能说话。偶尔有人用像鱼一样的眼睛看看我，我的目光惊恐地看向别处。一排人像动物园里的野兽，每个都如此不同，如此独特，却又如此不可思议。一个肥胖的、身材走样的、皮肤起皮的白人盯着我，越靠越近。每次我抬头，他的目光就等在那儿。恐惧像持续的电流将我击倒在地；但之后还是那两个警察凭空出现将我带走，穿过一个又一个走廊，坐上了一辆警车的后排座位。一段短暂的颠簸之后，他们打开门，带我穿过另一栋大楼的走廊，之后我被告知这是少年犯看守所。我停下来，吐在这座监狱迷宫的过道的一个角落，他们奇迹般有耐心地等我吐完，他们比我更明白我的恐惧。最终我被带到一个单间，倒在床垫上睡着了。

第二天，我被告知我的父亲来了。他的到来似乎很英雄，很神奇。有一刻我想象他是来拯救我的，不只是从警察手里，而且从泰博那里。不过之后我明白这又是一个愚蠢的幻想。我坐在小而封闭的无窗等待室里，想要把事情说清楚。被捕了等于生病了，或发疯了吗？可能会有用。他们现在是不是必须带我回家了？我听见施瓦兹说：“别傻了。”爸爸肯定很生气，肯定；妈妈肯定非常非常失望。门开了，我被护送到一个大休息室中，父母、孩子、律师一小群一小群地聚集在这里。爸爸就在那儿，他粗暴而迅速地抱了我，他问了我还好吗，然后我们就不说话了。很快有个律师来了，我们换到回荡着男声的走廊上。我试着在直饮喷水池除掉嘴里的味道。穿着得体的人在愉快地争执，爸爸现在看上去是这里的一分子，明显地放松了。但我不能看他，我也不想要他看我。

法官同意了六个月的缓刑，然后是各种握手和交换文件。我不知道该感到失望还是轻松，爸爸也不知道。我们并排坐上纽约的出租车，看着经过的曼哈顿商店门面，对话像连载漫画里的气泡一样。他告诉我我很幸运——可以回到学校，而不是坐牢。对我来说，这二者的区别暂时毫无意义。

“我想我应该坐牢。”



“呃，你做的事情真的很蠢。”

“我知道，我非常非常抱歉。”

“那也没用。”

我悲惨、羞耻、畏缩地坐在座位上，想要掉进座位和门的缝隙中。低贱，这就是我的样子。难以置信地愚蠢、不负责任：自私，自私，自私！但不全是如此。这个描述着我、指责着我的内心的声音，并不完全是自私和懦弱，还有包含了两者的自我责备，以及肮脏、恶心……可能只是坏。

我像个自虐狂般严厉地指责着自己，为接下来一个月的自我厌恶做热身。我使家人蒙羞，给他们带来损失与担忧；我让自己蒙羞。在泰博存活下来的全部目的在于在相对黑暗处完成换毛期，像个蜥蜴在窝里蜕下儿童时期的皮，然后生出强壮、自由、独立、自信、男子气概。但现在我被爸爸送到机场，回到学校——而他回家。过去的两年里被筛出的、被沉淀的坏，现在凝聚成了纯粹的实质。我被审判了，被定罪了，不是我和施瓦兹经常玩的文字游戏。我真的被定罪了，我是个罪犯。

回到泰博，我努力去变好，我向父母、老师、缓刑监督官展示他们想象出来的那一面，展示我有多好。我感觉自己被一个幽灵观众观察着，我清除了懦弱，避开了大麻。但我的内心被冻住了，被羞愧吓晕了。因此我设法静止不动，我设法不去引起注意——不只是被人注意，也不被自己注意，静止到没有什么能激活待机图像。

然而另一个我闪烁不定地存在着，从崩塌的悲惨粒子中收集物质。某种程度上我会打败他们——我的父母和老师，我不会服从地走向绞刑架，我会让他们看着。等着瞧。还有第三个我的碎片实体化了——不反抗但爱管闲事。这个我扫视着地平线寻找出口，一个没有守卫的出口，准备从真实或想象的守卫处逃跑，踏上新的冒险。如果我生在一百年前，我可能会去航海。但泰博的海里全是冰，船都被锁住了。而我看向

加州——世界的另一边，在那里，毒品运动在地下进行，征召入伍进展顺利并接收新的应征士兵，还有女孩们——不穿内衣的女孩们.....托马斯·盖尔索普让人毫无疑问地相信女孩们会在那儿等着。

在那个长长的冬季学期，我的成绩令人惊讶，班上120个高三学生中我排第二。我举重，我当餐厅服务生。我把抑郁压成煤团，再把煤团压成钻石。我读康拉德和劳伦斯，我写关于生与死的诗，我梦想着明年进入大学。我申请了伯克利大学<sup>[36]</sup>、斯坦福大学，以及UCLA<sup>[37]</sup>。我想要去和托马斯·盖尔索普生活，和女孩们嬉戏。我想要尝试LSD<sup>[38]</sup>。我可以坐上家人护送的车，然后在到太平洋时下车。

之后我会和父母及弟弟告别，并且找到我的自由。

我晚上尽量晚地回到瑞文之家，但来自莱西和塔尔科特的攻击每隔几周便发作。然后有一天我爬上床关掉从塔尔科特的无聊音响里传出的废话时，他拉了我的腿，这激怒了我，一种完全不熟悉的暴怒突然冲上来，我拉住他的衬衫把他的头撞向床柱。他拉着我的脖子，企图把指甲戳到我脸上。我们一直打一直打，都没法老练地做出决定性的一击。但房间被毁了，最后我们脸上都是血和淤青。当时是二月份，之后攻击彻底停止了，没人来管我了，我不再觉得自己是个消极的受害者，但这世界似乎是个危险的地方。

## 第四章 多巴胺与欲望：一个浪漫插曲

我在泰博的最后半年因为一个新问题而复杂化了，这个新问题带来预料之外的快乐和无法避免的痛苦。从一月末开始，每个月我都不得不找一个借口去纽约见我的缓刑监督官。“我奶奶.....又病了，我必须这周末飞回多伦多。”连我的父母也帮忙演戏，给助理主任打电话为我的借口做担保。“我们不能让他们知道你的.....情况。没必要。”每次我去纽约，票都没有了，我得从拉瓜迪亚机场坐火车，再转地铁去鲍威利区（Bowery）。下车后走上半小时，穿过巨大的灰色大楼之间的街巷，经过一群又一群面目可悲、衣着肮脏的人。我刚满17岁，抑郁再次复苏跟上了我。

我要去一栋占据整个街区的大楼，走上第五层，然后是一个暖气过热的走道，两边是破旧的办公室。我会敲其中一间的门，这门和其他的看上去并无不同，然后我的缓刑监督官会打开门歪着嘴笑。他的印花宽领带上有污渍，我很喜欢他，因为他似乎很友善而且他关心我过得怎么样。

“还不错。”任何一点关心的迹象就能融化我，我是如此地渴望关爱。

“你会在纽约玩玩吗？”

“嗯。”我低头。

“玩些什么？”

“不知道。”

“你住哪儿？”

“住在父母的朋友家，在白原（White Plains）。”

“白原！好地方！你在那儿玩些什么？”

“不知道。可能会和他们的女儿丽莎（Lisa）出去玩<sup>[39]</sup>，她和我一样大。”

“你喜欢她？”

“嗯。她人很好。”

“想稍微采取点儿行动吗？”

“不，我不知道，大概不是那方面的。”

“但也可以有？”

“不知道。会很怪吧，毕竟她是我父母的朋友的孩子。”

“她漂亮吗？”

“嗯。”

“嘿，和女孩们一起找点儿乐子，没事的。只要别碰大麻，能答应我吗？”

让我惊讶的是，第一晚丽莎就和我采取了点儿行动。我们去了曼哈顿的一家意式餐馆。她主动，我被动，谢天谢地。我们喝酒喝了几个小时，越喝越兴奋，没人在意我们的年龄。我们回到家时，她爸妈已经睡着了！他们留了个贴心的字条。她把我推到沙发上，扑到我身旁，开始亲吻我。那是充满酒味的吻，我吻得停不下来，她的吻一点儿也不像那个喜欢在晚上约泰博男孩们到树林里纵欲的贝蒂（Betty）。没有令我感到恶心，我沉浸于最基本的感觉之中：欲望，不那么文学地说就是需要。这种情况下，是需要和得到，需要我可以获得的某物，然后得到它。肌肤和舌头的触感，共享的变淘气的秘密，已醉大脑同时发出的凝视，承诺的某种连接，这种连接我们与任何人都未曾有过，也不会再

有。

回到泰博，我开始觉得自己恋爱了。陷入爱情只需一晚，需要、得到，需要、得到，还有学坏。没人知道，它让我度过了接下来的纽约之旅的抑郁。二月份见完缓刑监督官后，我和丽莎整个周末都在喝酒，然后我告诉她自己终于和塔尔科特打了一架，摆脱了他的困扰。我描绘了碎裂的家具和塔尔科特血流成河的场景。接下来是胜利者该做的事，她允许我亲吻她、抚摸她的胸部，就在她家沙发垫子上。她让二月的生活变得可以忍耐了，她是我活到三月的目标。我们一直亲到嘴都疼了。我的双手从她的大腿坚定地向上，她会让他们停留在胸上。我的手在她的胸上，需要并得到胸部。我重生了。

和大多数少年一样，我经常想象自己和女孩们在一起。但丽莎不再是幻想了，她是可以接近的。当我解开胸罩时，她的胸部明显地弹了一下。即便在泰博，她也并非触不可及的，很远，但并非触不到。我可以每天都触到她，通过与需要的张力等量增长的神经肌肉。需要、需要、需要，佛教徒称之为渴望，而且他们正当地宣布它是以自我的中心，是人格的基础。我从未像渴望丽莎一样渴望过任何事物。而后，像演出的高潮，像迷宫尽头的一片芝士一样，是每月一次的：“得到”。

大脑皮层有前半部分和后半部分，如图2所示。后半部分掌管知觉，意义在于感知事物的样子、声音和感受——即世上的事物是怎样的。而前半部分主要由前额叶皮层组成，它的功能是让事物可能的样子有意义——即世界如何通过意志的执行被改变和改造，它的功能是计划、形成目标、比较选项、选择最优选项。后半部分大脑皮层的意义来自于边缘系统——杏仁核和海马——前面已介绍过。而前半部分，前额叶皮层的意义主要来自于另一组皮层下结构，它很像边缘系统并与之交错，这些结构被统称为纹状体，位于皮层底部附近并与之通过自身的桥梁相连。大脑所谓的奖赏系统位于腹侧（底部）纹状体，而正是这些奖赏——对快乐和成功的预期，目标达成时的满足感——驱使额叶皮层做

出有益于自己的行动。

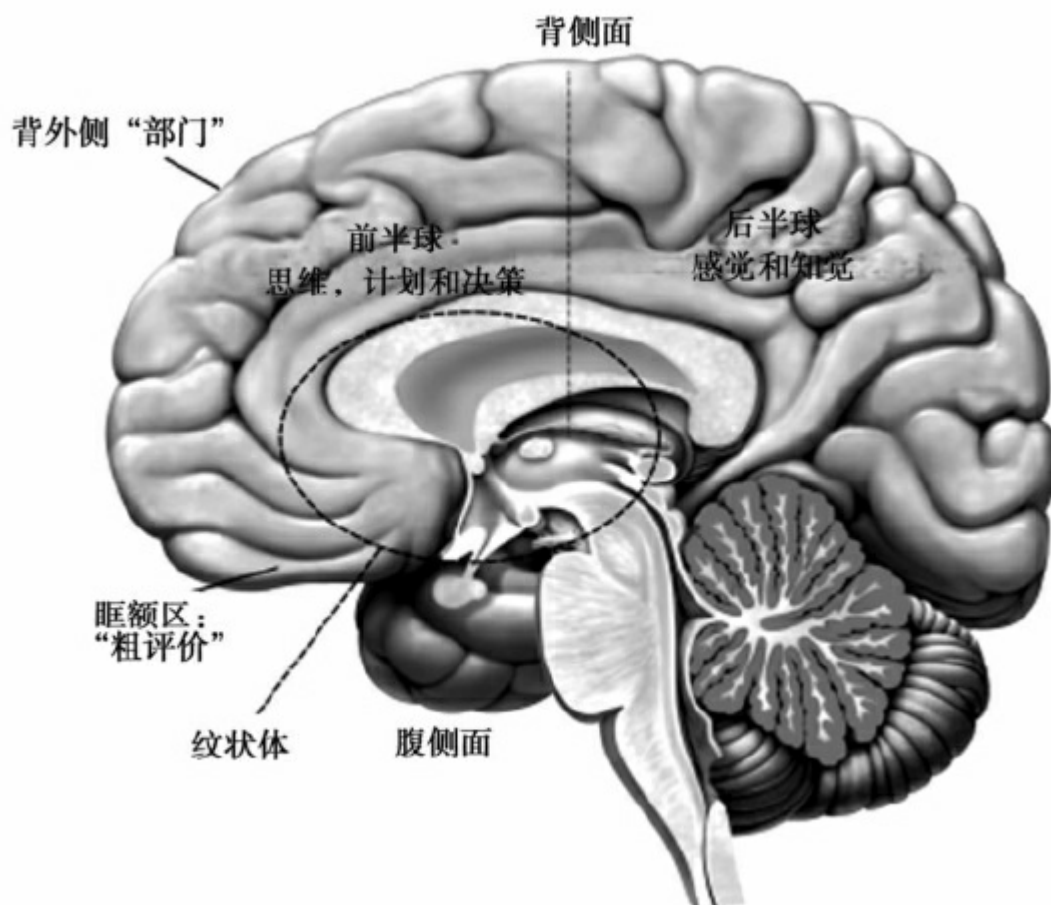


图2：大脑正中矢状断面图，突出显示了两种维度：前侧与后侧，背侧与腹侧。纹状体未在本图中显示，但其位置已用椭圆标出。

前额叶皮层与许多大公司一样，不同的楼层具有不同的功能。高一点的楼层，即背侧高地，属于执行部门。该部门的大多数办公室沿着背侧前额叶的外部排列（图2所展示的是大脑中部，故而看不到背侧前额叶）。这些办公室有个职能被称作工作记忆，它每时每刻创造与再创造着一个精准理智的模型。记忆是指保持住细节——大约一分钟以内发生的任何事件——而工作是指将细节拼起来并使其有意义。在背侧过道后不远处，靠近中部的地方，有另一套办公室，是产生决策的地方。这里有个叫作前扣带回的侧厅，相互矛盾的想法和策略在此被快速而智慧地进行比较，公司战略在此被执行，这就是我们将要做的事，这就是将来



的样子。而前额叶皮层的低层包含了更原始的粗评价机制：好与坏，接近与回避。这个区域分散在前额叶的腹侧表面，称为眶额皮层（orbit of rontalcortex,OFC）（因为它刚好处于眼眶上方），它负责评价视觉和听觉信息，带来每个后半部分大脑产生的已被边缘系统赋予意义的新鲜瞬间，然后迅速决定应该怎么做。在眶额皮层看来，世界可以看似美妙、友善、安全、有希望、有意义、伟大，甚至是谨慎地乐观——引起接近行为；抑或不幸、危险、邪恶、可耻，或不确定——引起回避或抑制行为，有停下或躲起来的冲动。眶额皮层不需要意识判断就知道当前的世界是有吸引力还是令人生厌，接着它只需要启动一个动作模式，前进或撤退，同时其上方的执行部门（背侧）预测前景，批准、接管、调整后产生的一系列行为。

想要了解眶额皮层如何评价世界——可能的世界——以及启动动作，我们必须更仔细地了解它的支持者：位于其后方的腹侧纹状体。注意在此变得狭窄，只集中于特定目标；动机被打成泡沫，变成向前的驱力；目标在此被激活并被赋予能量，行动被显现出来，而不是凭空创造。为了使思维和动作相联系，使前额叶皮层和渴望相联系，在眶额皮层和纹状体之间必须有许多双向通路。这些眶额-纹状体环路就是注意力集中的熔炉。驱力推动我们从需要到得到，从欲望到行动。但它们是如何做到的？为了让我们前进，这些环路需要燃料，需要电化学物的流动，即神经调质（调节大脑活动的特殊神经递质）。它们所需的神经调质就是多巴胺。

多巴胺作为有意动作的燃料，进化了上亿年，它既高能量又可再生，因此进化认定了几乎所有与动作有关的事情都需要多巴胺<sup>[40]</sup>。帕金森病<sup>[41]</sup>患者的多巴胺不断流失，直到他们的运动能力开始瓦解；强迫症患者苦于多巴胺过多，无法停下被唤起的动作；性——尽管是被另一些化学物所启动——也需要多巴胺提供能量，而动作的前驱力常常不一定来自于“必须”——一个极度渴望的需求，也可以来自于“想要”，在一个下午的白日梦中缓慢沸腾。那么如何进行区分？不要去问爱人、成

瘾者，或盯着饼干罐的两岁孩子如何区分“需求”和“欲望”，“必须”和“想要”。他们想要的东西占据了他们的思维，放大了他们的知觉，引起追寻、追逐、获得的期望，驱力的多巴胺之流在时空上前进，目标向着.....任何一切。他们无法停止思考，被专注、企图、需要占据，最终若有幸，得到已烙印在注意力中心上的奖赏，这似乎和需要非常像。而我无法停止思考，无法摆脱对丽莎的强烈需要。

她给我的信上的每个字都激活了多巴胺泵<sup>[42]</sup>，而这又引起了渴望、需要，让我想先尝尝得到的滋味。她紧闭的唇，她温柔匀称的身材，她用力抱着，需索我，想要我，她的身体投降在我不断抚摸的怀抱之中，她坚定的凝视.....这些细节，从记忆中混合，集中于我的眶额皮层，好像上帝在创世六天之后的评价，说它“很好”。好极了！多巴胺在洪水淹没的管道中汹涌。这管道把多巴胺带往眶额皮层：哦，非常非常好！眶额皮层将它的评价以及从弱水三千中取出的一瓢新鲜多巴胺返回到纹状体中。快点，该走了！该给她回信、打电话，想象着她，想象触摸着她，该去纽约了！更多的多巴胺被吸入，经由管道流入纹状体，直到纹状体嗡嗡作响，产生意图。多巴胺分子淹没我的突触，激发搏动的轴突进入更深的狂热。从突触到突触，此时这电流携带着比赛指令——动作步骤和顺序，最终结束于动作皮层的特定肌肉区域，并在那里表达为手指、手、躯体、舌头的动作，使我的身体变成意图的工具，促成事情发生在我的世界里。我的笔飞速地写在一张又一张信纸上，泰博的其他事情都见鬼去吧！还有我的父母、施瓦兹、缓刑监督官都见鬼去吧！我只需要再见到她。

多巴胺给了我击败抑郁所需的勇气，而丽莎给了我多巴胺。三月中旬，港口的冰已融化，我偷偷从帆船屋借来的小船能漂在水上了。我在傍晚的波浪中出港，在斜阳下，因为寒冷和兴奋而颤抖着打开今天的来信。

“亲爱的马克，我只在乎你。我的父母没发现、没意识到我们多么

相爱。他们知道我们有点儿什么，但他们不明白到底是什么。他们仍认为你是个有点儿坏的男孩，你知道吗？要是他们能看到我所看到的就好了。此刻我可以想象出你的样子，你柔软温暖的眼睛，你的凝视，那么强烈的爱、温柔、悲伤。我甚至不知道你看到我时看到了什么……”

我看到了什么？亲爱的丽莎，我看到你时，只有汹涌纯粹的多巴胺，这是我所了解的所有的你。我在丽莎那看到的是一种狂喜的大脑状态，代替折磨人的抑郁呈现出来。得到、需要，需要、得到。

学业终于在六月初结束了，一股释然的暖流注入我的全身。我说服我的父母和丽莎的父母，让我在搬去加州之前在纽约待几周。我最后一次去见了我的缓刑监督官，然后在法官面前短暂露了个面。我的表现无可指摘，我的判决终止了。过去几个月里的害怕累积成的一切黑暗此刻都消失在初夏的薄雾中。

丽莎和我日复一日地散步聊天，一直聊一直聊。日子渐长，我们漫步纽约，寻找新的冒险、新的戏剧、未知的公园、未发现的周边地区、新的港口或天际线延伸处。但我们的对话变得拼凑而勉强，沉默不断延长，长到边缘都卷曲起来。发生了什么？

晚上是亲热时间，丽莎终于让我把手伸进她的内裤里，我的指尖探索着这片新奇地带。但沙发上的时光变得乏味和机械化，我想把丽莎的裤子都脱光，不只是褪到膝盖而是脱掉扔在地上，这欲望在最初的一周里非常执着，但现在它渐渐减退了。丽莎爱我，每天她都更沉醉地宣告着，但我对她的感觉无法避免地持续变弱了，这让我烦躁得恼怒不安，我躺在客房的床上，试图想弄清楚这一切。发生了什么？既然我完全拥有她了，怎么会不爱她了？惊讶变成愧疚，愧疚变成羞耻。什么样的人 would 会厌烦这么专一而又可爱的女孩，这个陪伴我度过之前几个月刑期的女孩？

但答案很简单，多巴胺消失了。我一直得到、得到、得到，而不是

需要然后得到。得到的太多，需要却不够。我坐在一个巨大饼干罐旁狼吞虎咽，在房里吃得太饱而筋疲力尽。我的多巴胺突触干涸了、硬化了，不再对丽莎的思维和图像做出响应。我的眶额环路曾像野草一样疯长，把丽莎的图像当作纯粹的价值，现在熟透了，重新变回了种子，失去了这个特殊寻宝游戏的线索。我想试着独自去散步，去独处，以便重新在她身上找回驱力。我只想再一次感受那驱力，那纹状体的爆发，但她坚持时刻与我在一起，我没法走开。多巴胺的制造会在动物得到如下线索时启动：刺激与可能的奖赏相配对，对可能的奖赏的期待，或得到的奖赏数量增加。但若每次总是出现同样的旧奖赏，多巴胺水平会下降！一旦奖赏是确定的，是注定的事，你就不需要多巴胺了。于是，我这个少年动物进入的状态，被临床心理学家不通情理地称作快感缺失——一种缺乏快感的状态。我的眶额-纹状体神经元活动减弱并静止了，就像蚌类生物在搁浅时死亡一样，呆呆地看着暗淡的蓝天。

没有了爱，我的情绪之缸被羞耻填满了。这个夏天新获得的自由真令人沮丧，虽然这感觉很熟悉，我没有感到骄傲、高贵、英勇，也没有感到年轻、有吸引力、强大、是个人生赢家，我甚至没有感到本打算来享受的那种令人愉快的淘气。和丽莎在一起不再符合神秘的状态——既不英勇也不邪恶，和丽莎在一起变得无聊。经年形成的自我轻视如泥石流般不时发生且无情地倾泻，我确定了，从某种意义上来说，我不是个好男孩，也不是个好人。

---

### 【注释】

[1] 译者注：创建于1876年，位于美国马萨诸塞州，是一所高质量的美国私立高中。

[2] 原注：泰博学院仍然存在，但已不再是“准海军”学院，且现在对男、女生都开放。

[3] 原注：维特斯坦先生是化名。

[4] 译者注：普契尼四大歌剧之一，此处指剧中蝴蝶夫人的日本艺伎形象。

[5] 原注：乔·施瓦兹是化名。

[6] 原注：本章部分姓名——卡尔、拉瓦尔、麦尔斯——均为化名。

[7] 原注：沃顿先生是化名，但他的冷漠是真的。

[8] 译者注：指鲍勃·迪伦，美国摇滚、民谣艺术家，被广泛认为是美国20世纪60年代反叛文化的代言人，于2016年获得诺贝尔文学奖。

[9] 译者注：美国诗人，被奉为“垮掉的一代”之父，一度宣扬使用毒品的自由。

[10] 原注：青少年大脑及其成瘾易感性的研究综述由钱伯（Chamber）、泰勒（Taylor）、波坦察（Potenza）于2003年发表在《美国精神病学杂志》第160卷上。

[11] 原注：想了解更多关于酒精的神经药理学信息，参见[http://www.cerebromente.org.br/no8/doencas/drugs/abuse07\\_\\_i.htm](http://www.cerebromente.org.br/no8/doencas/drugs/abuse07__i.htm)。

[12] 译者注：指苏格兰威士忌。

[13] 原注：美国青少年酒精使用的统计结果于2001年发表在美国卫生部的全国药物使用调查结果中。

[14] 译者注：披头士乐队于1967年圣诞节后一天发行的专辑。

[15] 译者注：大众汽车公司在1955-1974年生产的一款较经典的敞篷小跑车。

[16] 译者注：1967年在加拿大蒙特利尔举办的世界博览会。

[17] 原注：瑞文之家和博得尔均为化名。

[18] 译者注：犹太人标记。

[19] 译者注：氢溴酸美沙芬制剂的商品名，一种中枢性镇咳药。

[20] 译者注：美国马萨诸塞州普利茅斯的一个镇。

[21] 原注：维基百科上总结了美沙芬中毒的部分效应和机制：<http://en.wikipedia.org/wiki/Dextromethorphan>。维基百科还提供了包括美沙芬、氯胺酮、PCP在内的NMDA受体拮抗剂的延伸讨论：[http://en.wikipedia.org/wiki/NMDA\\_\\_re-ceptor\\_\\_antagonist](http://en.wikipedia.org/wiki/NMDA__re-ceptor__antagonist)。

[22] 译者注：即K粉。

[23] 译者注：美国纽约市东河上连接曼哈顿和布鲁克林区的大桥。

[24] 原注：当前氯胺酮的统计结果来源于美国卫生部下属的物质滥用和精神卫生管理局。

[25] 译者注：苯环己哌啶，也称“天使粉”，是一种有麻醉作用的致幻类药物。

[26] 译者注：一种廉价毒品。

[27] 译者注：一种酒精与能量饮料混合的饮品。

[28] 译者注：圣经人物，希伯来人的族长，人类的新始祖。

[29] 原注：本章中所有教师的名字均为化名。

[30] 译者注：指约瑟夫·康拉德，英国小说家。

[31] 译者注：指戴维·赫伯特·劳伦斯，英国作家。

[32] 译者注：指赫尔曼·梅尔维尔，美国小说家。

[33] 译者注：波多黎各首都。

[34] 译者注：美国纽约市的三大机场之一。

[35] 原注：弗罗因德（Freund）、凯顿（Katon）、皮奥梅利（Piomelli）在2003年的《生理学综述》第83卷上对大麻化学成分引起的“可塑性”神经机制有详细讨论。

[36] 译者注：加州大学伯克利分校。

[37] 译者注：加州大学洛杉矶分校。

[38] 译者注：一种致幻剂。

[39] 原注：丽莎是化名，她不住在白原。

[40] 原注：关于多巴胺在欲望、需要、渴望中的作用与成瘾的关系的研究是最多的。著名的全面基于多巴胺的渴望模型由罗宾逊（Robinson）和贝里奇（Berridge）首次于1993年发表在《大脑研究综述》第18卷上。更新、更前沿的疗法参见舒尔茨（Schultz）于2007年在《神经科学趋势》第30卷上的文章。

[41] 译者注：一种神经系统疾病。

[42] 原注：多巴胺（以及催产素和其他神经化学物）对爱与依恋的作用由苏·卡特（Sue Carter）总结在1998年《精神神经内分泌学》第23卷上。



## 第二部分 加州生与死

### 第五章 告别低潮

噢，伯克利，你等着我。

我和迈克尔（Michael）、爸妈分别开了两辆车跟着前方的搬家车横穿全国，途中唯一的难忘之夜是路过内布拉斯卡州（Nebraska）的林肯市<sup>[1]</sup>时，我们去看了刚上映的库布里克（Kubrick）<sup>[2]</sup>的电影《2001太空漫游》<sup>[3]</sup>。内布拉斯卡的金发碧眼的人们似乎并不是很享受荧幕上的迷幻意象——但我却感到那意象像是巨大的广告牌在对着我说：去加州走这边！更多精彩等着你！爸妈很显然也没太看懂，而迈克尔还太小，等他再长大一岁吧。我在停车场远处吸了一支不太强劲的大麻烟，很小心地掩盖着不可避免的大麻味，然后征求爸妈的允许不吃晚饭而又去看了一遍电影，我想完全看懂它。几天之后，我们驶过海湾大桥（Bay Bridge）进入旧金山，在萨克拉门托大街（Sacramento Street）上找好了一所离儿童医院不远的房子。在我在泰博萎靡不振的日子里，爸爸换了工作，不做皮具生意了，而是投入到人体组织器官的新事业中。他刚完成了四年繁重的医学院学习，大部分是晚上的课，而他即将开始在旧金山实习。但爸爸的职业生涯并不是我现在最关心的事，我不太确定父母为什么决定搬到加州来，我也不太在意，我只知道自己万分高兴来到这

里。来的第一天，在穿过大桥、透过无比晴朗清澈的空气看到闪光的塔和五彩房子的那个瞬间，我就被旧金山迷住了。

那个夏天的大多数时间中，我都和家人待在萨克拉门托大街的房子里，但我也越来越多地待在海湾那边的伯克利，这主要是因为托马斯·盖尔索普。我在到达后没过几天便给他打电话。自从离开泰博，我就把写着他的地址和电话号码的皱巴巴的纸揣在口袋里。他在电话里的声音听上去很怪异——有种由神秘而非记忆产生的熟悉感——不过他在言谈之中展示出了热情和欢迎，他让我后天就过去，他住的地方离校园六个街区。在7月4日美国独立纪念日那天，会有个盛大的聚会还是游行还是什么活动，大家都不太清楚。他说让我去他家然后我们一起去看看。我们会混入众多嬉皮士之中，对美国在越南的战争表示抗议。不仅如此，我们还要庆祝自己的独立——从麻省马里昂的泰博学院独立出来，从压迫的地狱通往文明和进步。

两天后，爸爸送我到公交站。我顺利地找到了去伯克利的路，只不过在去卡尔顿大街（Carleton Street）时要问几次路。每个人都不介意我问路，每个人似乎都流露出善意，传说中西海岸的友好都是真的。终于我来到他描述的那栋破旧的维多利亚式建筑——他就站在前面的门廊处。

“欢迎，马斯（Marse），我的孩子。”马斯这名字已经伴随我几年了，是汤姆逢名必改的强迫症的结果。“很高兴见到你，非常非常高兴。”他的音调升高，话里带点自嘲的夸张，拖长了发音。我们尴尬地抱了一下，他的头发拂过我的手指。他戴着圆眼镜，凸显出他柔弱的相貌：圆脸颊，柔和的下巴被金色的长发放大，头发长度超过了在泰博时只能到衣领长度的限制，仿佛一种炫耀。高高的额头显示出深邃敏锐的思想。一个深刻的思想家思考着肤浅的问题，这是他所展现出来的自己。但他在我眼中是很威风的，他不仅逃离了泰博，还在大学里待了一年。他独自生活，而且还能搞到毒品！此刻他站在垃圾遍地的合租公寓

的门厅里，用近视眼困惑地看着我。他看上去不知所措而又无辜地快乐着，像个傻傻的光辉的金发天使。我盯着他，带着不自然的快乐。他是否介意我出现在他门口？他知道他代表着——实际上是实体化的——我的旅程终点吗？我——一个来自他自己令人沮丧的过去的可怕而不稳定的流亡者？

“托马斯，我的好伙伴！”我无意识地模仿着他的风格。“你说让我来，现在我来了。我都不相信我在这里！”

“噢，相信吧，相信吧。你的旅程太久，应该得到奖励。”

“奖励……？”

“进来吧。”他的声音有种奇怪的高亢——我觉得像个女孩。“你永远不知道邻居们在想什么。”他紧张地环顾四周。“在我们干点儿什么之前，我建议先来抽一支大麻。”

“一支大麻？”

“我们当然要抽了，马斯，我的孩子。当然了，我们在加州。”

半小时之后，我们的突触被大麻素麻醉。我们穿过南校区附近一片点缀着可怕的20世纪50年代粉刷的有点破旧的维多利亚式建筑，它们大多半掩在各种各样的树和一丛丛繁茂植物的后面。大片的花朵，有的朝向太阳，呈亮橙色或白色，它们奇异而野性，趾高气扬地炫耀着自己；有的像红色和紫色的灯笼从枝条上精致地垂下。在最不可思议的地方突然出现一小丛一小丛的红杉。还有很多被刷成粉彩色的房子，这些房子早已被分割成学生公寓，一栋房子分成三四间，它们看上去和它们的住客一样，寻找着新身份却没怎么找对路。米色灰泥的百年建筑分散在这些房子之中，小窗户充满了色彩和声音，是音响在播放迪伦或滚石乐队的音乐，自制扎染窗帘在微风中摆动。也有新一点的建筑，20世纪60年代的现代风格，棕色房梁之间是白色粉刷，它们在我们迷醉而敏锐的眼中可悲地像是假的。我们一边走，托马斯一边念叨：“塑料的，马斯，

都是塑料的。在大桶里长出来的北方迪士尼乐园。你嗑药的时候看着它们，你会发现它们甚至都不是真的。”然而几乎每个结构，从肮脏的灰色公寓大楼到有褐色房梁的破旧大厦，都是经过了装饰的，各处——门框、大门、前门台阶的砖、奇异的窗户玻璃——都有装饰艺术的象征，曼陀罗或花朵饰样被某些嬉皮士屋主费心地上色。

我们到达电报大街（Telegraph Avenue）并左转朝校园走去。空气明亮而温暖，不过处处布满小块的雾。某些雾块散开到伯克利校园里的穹顶和树的后面然后变暗，好像在提醒着抑郁仍有可能会抹去这一天的好心情。尤其是西边，雾在每一条街的尽头凝结成灰色的地平线，你无法看见海湾和它后面的旧金山远处的塔。但从东边往上看，伯克利山填满了壮丽的蓝天，山的两边延伸到视线之外。

那时的电报大街满是商店和街边小贩，移动的人潮和僵持的车辆在其中蠕动。大型唱片店和小型独立商店售卖着最新的摇滚、迷幻摇滚、民谣摇滚音乐。还有服装店售卖着可以向他人展示自己政治和社会派系的披肩和围巾，比如可以显示出自己很酷、很怪、天生丽质，是嬉皮士或正常人中的一员。有正常的卖蓝色牛仔及饰物的商店，也有迎合85%的仍然留着短发的伯克利大学生的名牌折扣店和直销店，这些学生对越南战争毫不关心。但在这些商店之中，有一种新型商店像路边的野草一样冒了出来，它们的前窗和展示柜满是大麻烟斗，用浮木精美地雕刻而成或由陶、吹制玻璃、铜管制成型，台面下展示着装有各种颜色和香味折叠纸的盒子。架子上的元气漫画（Zap Comix）<sup>[4]</sup>展示着难以言喻的图像：四肢纤细的瘦弱裸体男人，试图爬上巨大的怪物——半是女人，一半是鸟——有着巨乳的女人和露出挑逗笑容的鸟嘴；还有各种大小和形状盒子：来自印度的色彩华美的黏土纸，镶着石头和假珠宝的阿富汗银器，都是为了存放那影响你精神的宝物。餐馆里挤满了人，他们拿着豆芽泛滥成灾的大盘沙拉回到长木桌和长凳旁，当他们付钱给毛发旺盛的好脾气收银员之后，获得了最温暖友善的亲密感，即兄弟姐妹们大大的阳光笑容，这笑容是与活动绑定的，不管这活动是什么。这一切暗

示着一个地震般的文化转换，你无法实实在在地触及但可以从土地的震颤中感受到。我们穿过香巴拉书店（Shambhala Books）的香气，那里墙上的海报和书的封面都装饰着曼陀罗，吸引着你的眼球甚至是意识，直到盖尔索普说：“走吧，马斯。我们随时可以再来。我们去史布劳尔广场（Sproul Plaza）吧，活动在那里。”

但我几乎无法移动。商店前面是层层叠叠的手艺人和女人以及他们的毯子和桌子，还有他们的篮子和毛毡面板上的廉价珠宝，各种长度、大小、颜色的珠串。珠子是种子、石头、贝壳、陶制小球做的，有的小而精致，有的大而俗气。场面一片混乱，手艺人为了地盘而精力旺盛地互相争吵，而商店老板徒劳地试着把他们赶走，手艺人则完全无视他们。我有时会满意地盯着某些刚做好的工艺品，不知是着迷于他们的手艺还是被街上递来递去的大麻烟卷迷醉了。宽边皮帽根据种族凸显出不同的酷的细节：白人嬉皮士，暗藏乡村气质，善于使用工具；厌烦享乐的黑人，见过世面，经历丰富；方巾表示你的酷是那种不抽一支大麻烟卷就无法度过下一个小时的酷；骑摩托车的人，胖而且有纹身，手和脸都黝黑肮脏，令人害怕却又闪耀；还有换零钱的人、游手好闲的人、瘦小精干的人、嗑药的人，以及看上去半死不活的人。

托马斯是我首次进入这王国的向导，而我脸上肯定露出了天真十足的开心，从而引起了周围饥饿人群的围绕，他们知道我是初来乍到的鲜肉，口袋饱满，思想开放。但这不会持续太久，因为这些自由商店并不只是为你提供装饰手腕或耳垂的饰物。电报大街上的一切都是用来售卖的，不只是一切你想要试穿、挂在衣柜或买给你女友当生日礼物的东西，还有一切你可能在当下的兴奋、在重塑自我的时候，想要吞咽的东西，像《爱丽丝梦游仙境》里一样，等着看接下来会发生什么。我最想探索的是电报大街的这一面……早在我与泰博告别之前，我就想要探索了。

“致幻剂。致幻剂。”一个弯着膝盖的瘦弱男人拖长了声音喊着，斜

靠在一家商店前面的墙上，空洞的眼神搜寻着我的目光。

“橙子角（Orangewedge）。橙子角。”

“托马斯，那是什么？”

“它药效很强，马斯。它是迷幻药和STP<sup>[5]</sup>的混合物，可以持续几乎24小时，他们是这么跟我说的。我们继续走吧.....”

“蓝色欢呼。”

“紫丸。我有紫丸。”

“红丸。嘿，哥们儿，很好的红丸。”

“大麻，摇头丸，LSD<sup>[6]</sup>。大麻，摇头丸，LSD。”

“托马斯！”我不断转向他。“这些是？我的意思是，它们真的是.....？”

“当然了，马斯，我的孩子。这些货通常都是真的。当然也没人能保证。”

“你觉得.....我是说，我们能不能？”

托马斯半微笑着叹气，“我们今天太着急了吧？好吧，马斯，如果你坚持的话。但我会避开那些扎着长马尾的人。”确实，一个极瘦的眼神空洞的男人正朝我们摇摇晃晃地走过来。

“不用，谢谢。”托马斯回头答道。然后过了一阵子他说：“终于有个值得信任的家伙了，他每天都在这儿。等我一下。”然后他消失在人潮中，我环顾四周，感到惊叹而又快乐。

“你买了什么？”他重新出现时我问道。

他摊开手掌，里面是一颗小药片。

“紫色的。这是LSD吗？”

“我希望是。”他回答。“其实他们告诉我这是紫色烟雾（Purple Haze）。”他笑了。“你欠我两美元。”然后他阴沉地看着我说，“你以前没试过LSD吧？”

“没有。”

“好吧，可能我们要等到游行之后了。气氛可能会有点热烈。”

的确如此。一大群人涌入史布劳尔广场，这是个在政府大楼的新古典主义柱子和学生会的阴凉台阶之间延展的柏油路面广场。各色人种站在自制的站台或凳子上，用扩音器喊着话，煽动着人群。说的大多是关于“国家”和军工的复杂事。越南战争似乎每说几句就被提起一次，但我在咆哮声中几乎听不见说的是什么。

“这是谁的战争？是我们的战争吗？”某处传来微弱的齐声说不的声音。“还是说这是有钱人的战争？这些制造武器的人！这些制造金钱的人！美国的统治者想要统治全世界！他们说他们讨厌共产主义！要我说他们讨厌的是自由！”

但几乎没人在听，所有人都在享乐。人们三五成群传递着大麻烟，喧闹的谈话声和笑声从四处升起，人群向各个方向混合与流动，没人要去任何地方。变戏法的人站着抛他的球，人们穿着小丑的服装或者脸上涂着颜料。而且有些人看上去真的疯了，至少对我来说是这样，他们喃喃地说着废话，对所有人说，或者不对任何人说。这是一场狂欢，就在这里，加州伯克利的大学校园中间。为什么不呢？这是独立日，人们都在庆祝。我因为大麻素而兴奋着，而且我感觉好极了。学校放假了，真的放假了。

当天色变红时，托马斯和我回到了他的公寓，没多久他的客厅里就满是人了。



“这是马斯，他刚从东海岸流亡过来。这是维京（Viking），这是特特尔（Turtle），这是斯皮迪（Speedy）。”多么奇怪的名字，我感到尴尬，畏缩不前。但有人拿了酒出来，手手相传，不需要杯子。酒让我舒缓下来。有人拿出了大富翁，然后我们开始玩游戏，但我真正想要的是那个我想要了一整天、想要了几个月的东西，我想试试LSD.

“托马斯，你觉得我们可以.....你懂的。”

“马上，马斯，马上。”

之后又是半小时过去了。“现在怎么样？现在是个好时候，不是吗？”

最终我说服了他，然后他给了我那片紫色药片。“你呢？”我问，“你不和我一起吗？”

“我要招待客人，不过大家都很酷的。你会没事的。”我吞了下去，然后坐回到大富翁游戏旁边，感觉到头昏眼花而又迷失方向，但非常兴奋。药片在我体内，而我所要做的只有等待。

等啊等啊等，时间过得如此缓慢。托马斯和我每隔几分钟就交换一次眼神。他看上去有些困惑，可能有点恼怒，或者这只是我的想象？我可能看上去的确像个新手，而且极其没有耐心。它什么时候开始起作用？

我吞下药片将近45分钟之后，它突然开始起作用了，这个变化令人费解。这不是毒品，这是个开关。现实分崩离析，我四周正在进行的活动从背景转换成了前景，再也没有任何背景了。没有事物能够被忽略：谈话的嘈杂声膨胀了，分解成短语，每一个短语都闯入我的思想，像是被风暴驱逐的波浪。每张脸、每个动作都呈现出巨大的能量，仿佛是通过某种直接环路与我的感觉中枢相连接。房间膨胀了，变换着形状和大小。它变得不止一个房间——它是一个巨大的空间，分解成子空间，扣人心弦的戏剧通过每个眼神、每个说出或没说出的单词、每个面部运动

展现出来。这些面孔的皮肤分解成由毛孔、面部特征、面部毛发组成的异国织物，面部毛发似乎在我盯着它的时候生长出来，令人目瞪口呆、惊讶不已。我不需要这么多细节，我被加速本身弄得不知所措，不管发生了什么，都发生得太快了，而且有一阵强烈的生理唤醒在我腹中迅速增长，与感觉的崩塌保持同步。每一秒我都感到更加窒息，因为庞大的视觉环境、声音的洪流、身体涌出的兴奋和无法忍受的恐惧。

大麻素能减弱皮层神经元控制的统治，但300毫克麦角酸酰二乙氨（d-lysergic acid diethylamide）可以完全破坏它们。这是一网打尽，这是黑暗时代之后的文艺复兴。多巴胺——欲望的燃料——只是四种主要的神经调质之一，每种神经调质都以自己独特的方式为大脑运作提供燃料，但这四种神经调质都具有两个特性。第一，它们的释放和使用遍布全脑，不仅限于特定区域。第二，每种神经调质由一个特定组织器官产生，即大脑某一部分的目的在于产生相应的强效化学物质（如图3）。神经调质的释放像是洒水器系统，而不是像浇花一样一个接着一个。这也是为什么神经调质引起的变化是全脑的，而非局部的。多巴胺为吸引、专注、趋向，尤其是需要和行动提供燃料；去甲肾上腺素为知觉、警觉、唤醒、兴奋，对感觉细节的注意提供燃料；乙酰胆碱为所有心理操作、意识和思维本身提供能量；但最后一种神经调质5-羟色胺的作用更为复杂。5-羟色胺在很多不同的地方起到不同的作用，因为有许多不同种类的5羟色胺受体，而它们占据着大量不同的神经角落，组成一个复杂的网络。

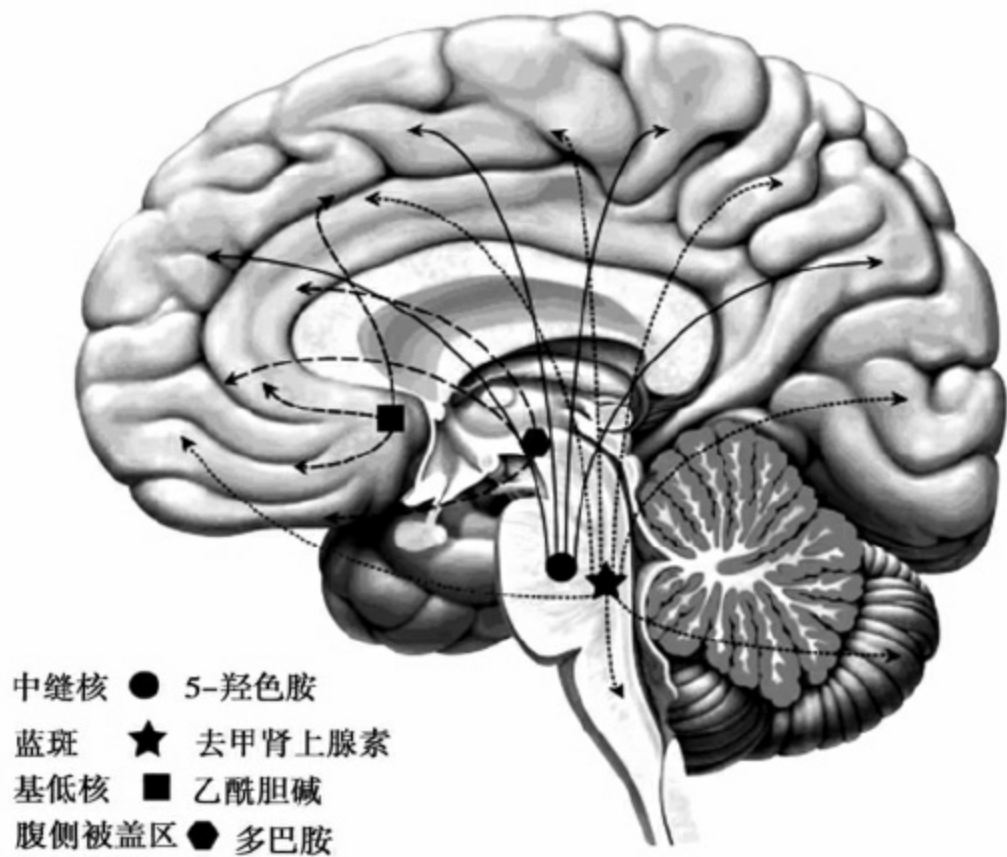


图3：大脑神经调质系统示意图，粗略显示了路径的来源与目标区域。每一种神经调质各用一种图形表示，图形所在位置为该神经调质分布最广的位置。

5-羟色胺最重要的职责之一就是通过抑制多个区域的神经元激活来调节全脑信息流。而LSD所摧毁的就是5-羟色胺系统<sup>[7]</sup>。5-羟色胺起到抑制、调速、缓和的作用。它提高了神经元对于谷氨酸引起的电压变化的阈限。还记得谷氨酸吗？它是主要的兴奋性神经递质，在脑中将信息从一个突触传递到下一个突触。5羟色胺能让这种兴奋平息下来，推迟下一个轴突的激活，使得感受神经元对于它从其他神经元所接受的信息更不敏感。慢一点！慢慢来！不要因为每个谷氨酸小分子而不能自己。5羟色胺能缓和那些可能太经常激活、太快激活的神经元。如果你想知道5羟色胺增加是什么感受，去问问抑郁症患者在接受抗抑郁治疗几天后的感受吧。帕罗西汀（Paxil）<sup>②</sup>、左洛复（Zoloft）<sup>②</sup>、百忧解

（Prozac）<sup>[8]</sup>以及所有它们的衍生物在突触中留下更多5羟色胺，它们在脑中停留，等待在大脑变得活动性过高时起作用。通常是在你感到世界黑暗且具有威胁性的时候，多余的5羟色胺会使思维过程更加放松——这对抑郁症患者来说是好的转变，使他们有机会沉湎于相对正常的状态。总而言之，5羟色胺给你的神经元提供了一层厚厚的皮肤，因此它们可以承受激怒、忙乱的神经大都会的节奏。而随后还有一小队LSD分子，从特洛伊木马——一片紫色小药片——中列队走出，而它们看上去正像是5羟色胺分子。如果你是受体部位，你也无法分辨它们之间的差别。通过这种狡猾的花招，LSD分子愚弄那些通常吸收5-羟色胺的受体，它们把5羟色胺推开，并由自己代替它们进入受体。LSD作用的部位有皮层知觉区域，如掌管视觉和听觉的枕叶和颞叶，也有与认知更相关的区域，如意识判断发生的位置，前额叶皮层。它们作用于脑干核团，向全脑和全身传递它们的信息，比如唤醒和警觉的感受。而一旦它们占据了所在位置，特洛伊城就开始陷落。LSD不是通过诸如酒精和美沙芬的毁灭性打击一样的武力，而是通过消极攻击。一旦在5羟色胺受体安营扎寨，LSD分子就只保持消极。它们不抑制，不缓和，不调节，不过滤，不调整。它们袖手旁观，邪恶地咧嘴笑着说：“演出时间到了！你尽管去激活，随你喜欢。你会接收很多你从没接收过的频道，玩得开心，大约8小时后我下班时记得打给我。”

当自我调节的毯子被突然扯下，当不可思议的原始感觉的凉风吹拂着每一寸表面时，大脑应该怎么做？这时的大脑发现自己注意着所有事物，不仅仅是那些重要的、新奇的、有意义的、可预期的事物，还有思维和知觉的最细小的碎片。大脑现在充满了图像、信息流，以及以往从未知觉到的世界细节的印记。由于5羟色胺像墨镜一样保护着大脑脆弱的通路，这个世界可能永远不会被知觉到。而这样的大脑有三个非常直接的问题：第一，对于所有的信息该如何应对，所有……事物……从每个频道涌入；第二，如何设法做到某种理性，让它现在知觉到的世界有些许意义；第三，如何控制行动，这也是大脑的终极责任。当如此多的

信息淹没你的神经元而又没有特别的原因让你去往何方时，如何控制诸如听、说、去某处，甚至计划去某处这样的行动？

我的大脑眩晕着，失去了控制，没有了前进的线索。我被每一次迅速增长的微妙意识占据、淹没，被可怕而又美妙的视觉景象、任性的思维暴风雪以及意料之外的情绪力量无方向地推进。

我站了起来，摇晃着走向大门。

“你要去哪儿？”托马斯担心地问道。

“不知道，去走走。我需要空气。”他盯着我好一阵——上升、膨胀——然后我逃出门外走下楼梯。此时的我有点慌乱地走到门厅，它看上去扭曲而虚假，像是廉价道具，但墙上的亮黄色灯光涌入了我的视网膜。之后光开始瓦解，分裂成彩色，就像棱镜突然破裂一样。红色、绿色、蓝色、紫色、黄色旋转着形成花体，浮现出来，奇迹般地黏附着复合体，像是曼陀罗浮雕的纹理壁纸。没有了5羟色胺过滤系统，我的大脑被感觉输入塞得满满的，失去了整合的能力。细节在爆炸，每个都是独特的四射的亮光，而我呼吸困难，感觉像是被水淹没，快要溺死。我必须继续走下去。通往大街的门开着，而一男一女朝我走来，笑着、开着玩笑，此时他们大而肥胖的脸盯着我，大嘴中发出河流般的声响。他们如此不可思议地存在着。我跑过他们，然后终于一头扎入温暖的夜。

我几乎立即感到巨大的慰藉，夜晚以温柔的空气流动和人声狗吠拥抱着我，这生活的世俗声响啊。谈话的碎片聚集成卡通般的对话，展现着漫画般的场景，但我仍然可以识别出这是伯克利的某种变体，是现实的某种变体。我注意到深深的夜色，而花朵的气味渗入我的恐慌并将其释放，我能感到恐慌像退潮般减弱。我很好，而夜晚非常美。

我从前门向左转，在街上闲逛。我驱使自己穿过感觉充沛的逆流的冲击，强迫我的脚走路，一只迈在另一只前面，一次迈一只脚，伴随着色彩和运动穿过黑暗的花园。前方电报大街的声与光慢慢接近，有着戏

剧化的意义。起初我被音量、拥挤的人群、驶过的车速、场景的复杂性吓到了，但随后我看到人行道是半空的，而路上往来的是可笑的花车游行——这些车注定是拙劣的模仿——20世纪50年代的外国车，咔嗒咔嗒的自行车，大众客车。是什么样的阿拉丁神灯一直被5-羟色胺埋藏，又被LSD的轻抚释放了？为什么会有借鉴感和过于老套的剧本感？这一切只是由一个失去动力与追求的大脑拼凑成的迪士尼式默认设置的连接吗？科学家们已经对LSD和5羟色胺受体有所了解，但他们还弄不明白为何LSD的世界会具有荒谬主义狂欢的特征。彩色的人群沿着看上去不太自然的人行道列队前进，像是海豹表演，他们说笑着，穿着嬉皮士独有的服装，围巾飘扬着，珠串咔嗒作响。他们穿得像是自己的漫画版，因某个疯狂的内部艺术家的隐藏天赋而得以呈现。没有什么是真实的，没有什么是可烦恼的。于是我的心情从恐惧的边缘回到了惊叹，随着每一次吸入我周遭的新奇世界而自我更新着。

此时我成了游行的一部分，成群结队的人在我面前膨胀而后突然消失，他们的对话飞入我的意识而后消失于无形。起初我想要跑过他们，但我被自我意识麻痹了，害怕迎接他们的目光。我尴尬地盯着人行道，但它的纹理旋动比人群更让我害怕，而我的目光再次固定在了眼前。不过要是他们跟我说话呢？我怀疑自己现在是否能说出话来。我因为无比突出的关于我想成为的样子的意识而窒息，这都是由于自我监督环路中细胞的激活失控，这个环路在我的前额叶皮层中线旁边，是一个改变社会意义的脑区。家具店深色玻璃上映出的我的身影在我皮层后部的感觉脑区中变形。那个看上去怪异的人体模特是谁？与此同时，我的背外侧前额叶皮层，这个负责判断的机能结构正着迷地对这些化脓般的影像建构一个解释。我是人类.....是亿万分之一.....是生命长河中的一部分。但这太老土了。这些前额叶细胞，致力于让事物有意义，在我大脑后半部分形成的词语还没有被翻译时便勇往直前。可能这就是荒谬的来源。

我让我的双脚带我走到电报大街，朝着校园的方向，但焦虑又回来了，像是下定决心的蚊子。我在哪儿？我要去哪儿？人行道越来越嘈

杂，越来越拥挤，然后突然就没有人了。我看向路边杂草丛生的一块地，满是垃圾——各种形状的瓶子和破损的家具和无法辨认的开始卷起或松开的东西——它们从背景中分离了出来。之后我面前有东西在动，我急忙扭头来看，几米开外，一个站在路灯柱旁的人影盯着我。他的脸让我呆住了，我试着想要看清它，但看不清。太暗了，他帽子下的影子分解成大片的色彩，从他的轮廓中分离出来，融入路灯柱的纹理之中。他的嘴在抽动，他的眼睛眯了起来，那双眼睛突然像打火石一样闪烁，然后一声意料之外的恶语凝固了我的血液。

“什么？你说什么？”我结巴着、僵硬着，等待着回应，想要跑走。

“你知道。”他似乎咆哮了，然而我不觉得他说了任何话。那些词语没有任何回声，没有记忆。我的恐惧如同心圆般一波一波地爆发。我需要知道他是谁，是干什么的。

然后他像蛇一样突然动了，而我跑得很快，飞跑在街上，摆动着胳膊，努力不让自己摔倒，确信他就在我后面。我跑个不停，付出了极大的努力，一直跑到我的呼吸在肺里撕扯。我不跑了，倾身向前，飞快地走，然后我鼓起勇气回头看却没看见他。我接着走，经过史布劳尔广场，走进一片黑暗的树林，里面是巨大的树和楼群——这里是校园正中心。我走着，东倒西歪，小跑，回头，然后继续走，但没有他的迹象，最终我完全停了下来。

夜晚闯入我的四周，用百万种闪烁的声音：青蛙、流水、蟋蟀……含糊不清的声音填满我逃跑所留下的空隙，此刻夜晚的低吼将它们编织成一件简单的织物，未经修饰却充满能量，安宁而寂静。

我环顾四周，再一次地惊叹夜晚之美。但随着一阵新的恐慌，我意识到我完全迷失了。

我肯定看上去和我所感受到的一样迷失，因为有两个人，一男一女，笑着朝我走来了。就在这里，校园的中心。我开始注意到他们的衣



服有那种松垂的嬉皮士的质感，女人脖子上围着的深红色围巾和男人穿着的紫色背心都充满了嬉皮士风。他们都很有魅力。

“你需要帮助吗？”男人似乎在说话。

我试着回答，但我的声音是啜泣的沙哑声，而令人恶心的自我意识的波浪再次席卷而来。正常情况下，我的前额叶细胞能将句子的短语保持足够长的时间来形成回答，但现在它们忙于注意着从两个漂亮男女的松垂宽大的衣服上散射出的一连串彩色轮廓。

然而他们等着我，充满耐心、温暖而亲切。然后话语的元素在我的大脑和嘴里自我组装起来。

“我不太确定要去哪里，而且那边可能有个坏人在等我。”

“坏人？那么我们可以保护你不受坏人伤害。我们是邦妮和克莱德<sup>[9]</sup>。没人能欺负我们，你怎么说，邦妮？”

“当然了，”女人说，“我们叫萨尔（Sal）和阿尔（Al）。但你可以叫我们邦妮和克莱德。你嗑药嗑大了，是吧？”我不知道他们是不是在开玩笑，也不知道他们开的哪种玩笑，不知道他们到底是谁，也不知道他们是不是真实的存在。但我很开心他们知道我嗑药嗑大了。那么也许他们可以保护我不受化学攻击的伤害，因为伯克利现在只剩下化学攻击。也许他们可以。而他们了解我嗑药的这一事实形成了我们之间联系的纽带，一种特殊的纽带。事实上我开始崇拜他们，开始爱慕他们，每一秒都更加强烈。

“你想去哪里？”

“回家！”我脱口而出。

“那我们就带你回家。”

“真的吗？你们能帮我找到地方吗？那里有个人，我觉得他会伤害

我。”我完全不记得刚刚已经提起过他。

“别担心，”阿尔说，“你和我们在一起很安全。”

沐浴在橘色天空的奇异光线之下，我的两位守护天使每人伸出一只胳膊绕着我的肩膀，一人一边，带着我沿着校园里的小路前进。

我不觉得我在路上说了很多话。萨尔和阿尔彼此聊着天，而我快乐地在他们中间保持沉默。不管是穿着打扮还是为人处事他们都是极好的人。他们狂野而又美丽，危险而又友好。他们在说疯狂的事情：犯罪和抢劫。他们确实真的像邦妮和克莱德，但他们是不是只是为了我而扮演这样的角色？我想不明白。

他们肯定问了我从哪里过来的，因为我们反方向地沿着我来时的路走到了电报大街。我们到了离校园三个街区的黑斯特街（Haste）的角落，他们停下来和朋友聊天，不久之后我们就站在一条小巷的加宽人行道上——八个还是十个人——传递着大麻烟。没人跟我说话，但我紧挨着萨尔和阿尔，以防有人试着和我说话。每个人似乎都很友好、健谈，以某种方式相交，我们是夜晚的一部分，是伯克利的一部分，实际上是伯克利的精华。温和在他们之中流动，而我感到它的波浪轻拍着我的边缘。不需要参与，只需要听着、学习，然后接受你已降落在仙境的事实。这里没人希望你生病，这比你曾去过的任何地方都好得多。

然后警察来了。四个警察不知从哪儿突然冒了出来，该死！我站着完全不动，扫视着大家的手和脸，找寻那支大麻烟。但它奇迹般地消失了。既然如此他们想要干什么？他们带着枪、警徽和其他随身用品，他们看上去像是某个雇佣军的成员。他们展现的是权威……而不是敌对。实际上他们似乎与这一小群人共享着某种精神，某种感知，我们都是1968年加州伯克利的这出经典夜戏中的演员。当然，他们是警察。嬉皮士和警察，警察和嬉皮士，他们的角色扮演得都很好。

但他们想要得到些什么。焦虑开始产生，我的呼吸声在我的耳中回

响。我想要逃走。有人说了些关于宵禁的事。什么宵禁？警察现在一点一点地转圈检查衣衫不整的人群，研究从这些人口袋里掏出来的东西——钱包、纸。绕着转圈，对，这是他们在做的事。沿着绕圈直到.....他们.....走到.....我这里。其中一人看着我，没有同情也没有侵犯，只是等待。而我必须做些什么，做什么呢？我的神经元是被这个厄运来临的一幕吸引的观众，这场戏在我的眶额环路安营扎寨，有很多东西需要领会。

直到我面前的警察声音响亮地说：“你的身份证呢？”我才开始慌张地搜寻我的口袋然后掏出我的钱包。他满意地看了看，与寂静合为一体。

“我们问有没有人未成年的时候你怎么不说话？这上面写着你是1951年1月生的，那你只有17岁。”

“我，呃.....唔。不确定.....”

“那你最好确定一下。你多大？”

尴尬的停顿之后——这个问题并不太难：“17岁。”

“你住在哪儿？”这个问题需要好好思考一下，而正当我想着如何组织我的回答，他继续说，“而且现在是晚上11点，过了宵禁时间你还在这里做什么？”

这个问题把我难倒了，我不知道我在这里做什么。问谁都不应该问我在这里做什么。如果我试着去解释我在这里做什么，可能要花上几个小时。我的嘴巴悬在那里，不知道如何开口。我知道我有麻烦了，我的脆弱像瘀青一样肿起来。警察展示的是权力，不可能去抵抗他。我没有技能，没有知识，没有过滤器，没有过滤器意味着没有语言，而这是个棘手的问题。我清楚地明白上次我遇到警察的结果是进牢房。我看向萨尔和阿尔，他们也回看我，我明白他们救不了我。勇敢点，你必须自己渡过这个难关。但我不完全是我自己，我失去了一大部分的我——5-羟

色胺这个皇家卫队，5羟色胺的自我调节方阵。LSD还在门口，像绝地武士一样坐着，露出神秘的微笑，说：“这是你的演出，宝贝。你是作曲家、指挥家，也是大部分的听众。做你应该做的事。”

“你听见我说话了吗？怎么了，孩子？你吃了什么吗？”

问题是，警官，我已经失去了说话的能力。在我服用含有LSD的药片不久之后它就消失了。我不确定你对LSD怎么想——我猜那可能就是你所说的“吃了什么”——但我更希望我们能避开这个话题……

我们站着面面相觑，瞬间定格了。我的嘴仍然是麻痹的，直到时间终于开始启动。

“来吧，”他懒洋洋地对他的同事说，“我们最好把他带走。”

当我被警察在街上带走时，萨尔和阿尔关切地在我身后注视着。但我那晚之后再也没见过他们，这也是为什么我一直不确定他们是谁或他们为什么要帮我的原因之一。警察把我带到警局，我再次受到简短而敷衍的讯问，他们对我够好了。这是我第二次被捕，而他们似乎仍然对我没有恶意。还没到时候。我了解到他们知道我吸毒了但并不打算控告我。他们知，我知，而我们不谈论此事，正如我所希望得那样。讯问之后我被带到一个小房间，里面除了长凳什么也没有。我被告知坐下来等：我父亲会来接我。这完全没有给我留下印象。我坐着，面对着墙。多么奇妙的一面墙，接下来的大约一小时里，我看着这面墙做着从未有过的各种事情——任何墙都不会做，也没有权利做。它的表面变成了透明的外衣覆盖在多层的空间上，每一层都有它自己精致而绝对新颖的图案，它的透明度持续变换着，和其他层交换位置，竞争着突出性。而且它在呼吸！墙在呼吸！就像托马斯说过的一样。

晚些时候，当我坐在长凳上时，我可以回忆出两个不同的短语。首先，我告诉自己我吃了LSD并且在牢房里，而人们通常在这种情况下会产生迷乱幻觉（freakout）。我听说过迷乱幻觉，人们会变得精神错乱

而且不会恢复，有时持续几天或几周——谁知道呢？——也许会一直持续。我真的不想产生迷乱幻觉，但如果我还没有产生迷乱幻觉——而随着时间的过去，这件事变得越来越令人放心——那么可能我就不会产生迷乱幻觉，不会产生，可能我会没事。即便那时我对自己成为一个资深“瘾君子”还保持乐观。之后，对于产生迷乱幻觉的焦虑渐渐减弱，对于面对爸爸的焦虑却又在原地生长出来。爸爸再一次被召唤过来把我从牢里带走，对此他肯定会不高兴的。

我坐着、等着，墙娱乐着我。终于，门开了，我被带去见爸爸。过了几分钟，我们走了出去，到他的绿色阿尔法·罗密欧（Alfa Romeo）<sup>[10]</sup>车上——他最近新买的，作为他的加州精神的象征——我们坐了进去，没说一句话。我开始想象他并不知道原委，警察只是告诉他伯克利有宵禁而我违反了宵禁。他没注意到我的状态，这似乎太棒了。但他开着车没说话，可能他有所怀疑，或者也许他只是像我一样全神贯注地加速到五档，第一次跨越几乎无人的海湾大桥。我感到我的胸腔松弛了，我的手松开了。我不用解释这整件事，我只有一个任务，我告诉自己：在开车回家的路上这件事需要我花费所有精力去做：把服用LSD的迹象留在你这边，不要让蛛丝马迹越过界限。小心点，因为它可能会轻易地蚀穿界限——界限就在车子中间，在我们之间，在变速杆和手刹的上方。LSD以液体的形式在空气中的存在感如此强烈、令人确信，我并不怀疑它的真实性，而我很小心，小心到不敢多说话，小心地计划着表达方式。这变得越来越容易，因为我的LSD之旅到达了平台期，我的大脑找到了暂时的似乎可以运转的逻辑。实际上我可以聚集足够的思维并且明白事情已经没什么大碍了，这一段剧情通向了大团圆结局，我的麻烦毕竟还没那么大，而LSD的确是最让人惊叹的东西。我爱伯克利和这里的每个人：即便是警察……即便是爸爸。

## 第六章 致幻剂，性，暴力

每周一和周四的晚上，除非我们混淆了日子，否则我和托马斯都会吸上几碗大麻，然后踏上省钱族（Penny Saver）超市之旅。我们在开学前的九月初搬到了一起住。我们合租了一间破旧的一居室公寓，位于黑斯特街，在电报大街以西，相隔五个街区，而且房租足够便宜，我还能从父母每月给的120美元生活费里留出买日用品和毒品的钱。我很喜欢我们的公寓。屋前草坪上挺立着两棵棕榈树，狭长人行道的两侧一边一棵。棕榈树！几个月前我还是泰博学院的一个囚徒，此刻我却生活在加州，还进入了大学。伯克利大学录取了我。王国之门已向我敞开，向我这个急于寻求满足的东海岸逃亡者敞开。我被接纳与包容，融入了伯克利学生生活中的准嬉皮士风格的群体里，我非常感恩。我带着敬畏和狂热的心情选了课——英文、哲学、心理学导论、天文学。为什么不呢？我几乎是迎着清晨的阳光跃入校园，这简直令人难以置信。之后，晚些时候，我的最后一节课上完后，我会漫步在史布劳尔广场，看看美女，再沿着电报大街漫步，穿过熙攘的人群，然后我会沿着黑斯特街回到我们的公寓。而托马斯会坐着，等待着，像一只可靠的老猫，读着奇怪的漫画或陀思妥耶夫斯基（Dostoyevsky）<sup>[11]</sup>或艾伦·金斯伯格。而如果是周一或周四，我们之后就会一起去省钱族超市购物。

我对大麻产生了深厚的感情。它是沙质的、用油处理过的、顺滑的、抛光的木材，颗粒优雅地沿着小小的滤碗分离。它在我手中的感受如此甜美而又令人欣慰，独特而又给人启发，它将神奇的属性作为礼物赋予它的主人。如此温良的东西怎会包含如此的快感？而它随着我们每一次的使用变得更加顺滑，更加令人欣慰，它的木质表面吸收着我们被化学改变的汗液。许多个夜晚，即便不去购物时，我们也会从我们集资



买来的四分之一盎司的迷幻爵士（Lebanese Blonde）<sup>[12]</sup>上切下少许碎片，小心翼翼地、虔诚地把它们放入碗中，吸入，然后它们就此进入我们的大麻素受体。喋喋不休的神经元洪流开始了，造就出极其深奥与欢乐的场景，对每个物体产生新奇的观点和新的哲理，之后我们会去某处散个步。托马斯的金发扎成了马尾，而我的卷毛渐渐长成一个球，像个光环，标志着我的新身份。

吸大麻很快成了例行公事，而吸完大麻再逛省钱族超市常常是冒险之旅。逛超市的秘诀是，不要被一排排五颜六色的食品罐麻痹；不要目瞪口呆，仿佛在看一场沃霍尔（Warhol）<sup>[13]</sup>的展览；不要在看到众多卫生卷纸时傻笑个不停；不要在结账的队伍中恐慌、被自我意识冻结得说不出话。逛超市的秘诀是，在我们忙自己的事情时平衡焦虑和狂喜，不引人注目，躲在敌人战线的后方。而谁才是真正的敌人？省钱族超市的经理、穿着粉彩衣服带着聒噪小孩的购物者、收银员、警察、州长罗纳德·里根（Ronald Reagan）<sup>[14]</sup>？根据托马斯和他朋友的说法，坏人，就是那些“正常的人”。或者，即使不是坏人，这些人也肯定是误入歧途的人。我们和他们相反，是怪人，是公民，是心智前沿的勇敢探索者。我们读过赫胥黎（Huxley）<sup>[15]</sup>的《知觉之门》。我们服食LSD，我们出现在省钱族超市本身就是一种反叛。我们昂首阔步地走在象征着企业过度财富的超市走道上，每一次爆笑都传播着个体表达的教义。

我们是美国社会大分裂的一个地方性乐章——或许是核心的、引领潮流的一章，那时的伯克利以此著称。你要么是个怪人，要么是个正常人；你要么和我们一起，要么与我们作对；你要么是问题的一部分，要么是解决问题的一部分。这些口号在社交集会的场所回荡，而社交集会往往变成了政治集会。这是《逍遥骑士》<sup>[16]</sup>的时代，斯皮罗·阿格纽（Spiro Agnew）<sup>[17]</sup>的时代，一个喊着“美国：爱它或离开它”的时代。年轻的孩子们不时因为他们的长发和尖锐激进的观点而遭痛打。我和托马斯都无心认真参加任何正经的政治活动，甚至根本没什么政治主张，但我们还是充满热情地高举着“自由的怪人（freakdom）”条幅。我们心



怀敬畏，我们喜爱毒品，也喜爱装扮自己。我们是时髦的嬉皮士，哪怕事实并非如此。我们是即将成年的小男孩，却不知通往成年的方向在哪里。

与托马斯聚会成了我生活的中心。我们的客厅里磨破的波斯地毯上散落着大富翁游戏币和象棋棋子，这里成了我最有安全感的地方。我既开心又欣慰，托马斯真的很喜欢我，愿意和我一起住，而这也让我轻易忽视了他的怪异性格——特别是他辞藻华丽的带假声的说话方式，以及他回避各种认真直接对话的决心。他只是偶尔让我受不了，但大多数时间里我会跟着他，模仿他无忧无虑的气质，感激自己被包括在了他的这个小世界里。我和托马斯一起住在黑斯特街，我在伯克利上学，这似乎很好，很对。这是真正的大人的生活，是独立于父母的生活（除了每个月收到的支票之外），我不需要他们照顾我，这是我在泰博就建立起来的信条，而现在它特别好地实现了。事实上，爸妈似乎比之前在泰博时更少与我联系了——尽管距离只有1小时车程，可能一部分是因为他们自身的问题。

迈克尔和我父母一起生活在旧金山租住的房子里——一幢阴暗的、被藤蔓覆盖的房子，蜷缩在一个巨大公园的矮砖墙旁。每周我过来住上一晚，感觉越来越像是故地重游的游客。我和迈克尔会在四周晃荡，沉迷于旧金山夜晚的魔力——这到处的湿润和神秘的景色。随后，十月末的某个晚上，爸妈宣布要开一次家庭会议，我们很迷惑，这不是他们往常的风格。他们让我们在沙发上坐下然后几乎同时开口说话：“我们正在考虑离婚。”就这样，没有喊叫和争吵，没有情绪为这件事提供真实的背景。“我们现在还在讨论，还不一定。”这场团队合作的哑剧呈现出一种诡异的寓意。那晚我回家见到托马斯的时候，我渐渐明白自己已经没有别的家了。

我一周服用两到三次LSD，通常是在美丽的伯克利山上，或是漫步在校园里看着天鹅飞过；要不就是在金门公园（Golden Gate Park），

或夜色中的普雷西迪奥（Presidio）高尔夫球场的高地，那里起伏的草地像是粉色的冰川；或者只是在街上闲逛时，通过辨认人行道上的象形文字来确信自己的状态良好而兴奋。我几乎每天都吸大麻。虽然每个人都吸大麻，可是我对致幻剂的强烈迷恋——LSD、摇头丸、STP、酶斯卡灵（mescaline）、迷幻蘑菇（psilocybin）——即便是与同龄人相比，也显得有点怪异。托马斯和他的朋友大概每隔几周或几个月就服食一次LSD，但对我来说，只要一想到服食LSD——就在此时此地——就会引起多巴胺回路的突然变化，就像是变焦镜头牢牢对准了兴奋的目标。一旦我开始想它，就无法摆脱，就像之前对丽莎一样，对于某种即将得到的事物的强烈渴望，是最强力的仙丹。这是真的，我对于LSD、毒品的态度，与我对丽莎的感情、对女孩的热情是差不多的，这都是因为在我腹侧纹状体内流动的多巴胺——不断地需要，需要，再需要，然后终于得到，这种感觉因目标的不确定性而放大。而还有什么会比在一个陌生世界的陌生地点，吞下不明剂量的改变心智的非法药物更具有不确定性？大多数时候，尤其当我感到不安、抑郁、被疏远的时候，诱惑会不断积累然后最终到达顶点：去他妈的，结果变成了又一次未经计划的致幻剂之旅，距离上一次服食相隔不过几天。服食LSD的目的就是走出去——远远地离开，去某个全然新鲜的地方，某个令人兴奋而略微可怕的地方。我不确定为什么，大概是为了逃离对于千篇一律的我的恐惧。

之后我陷入了各种各样的麻烦。

夏末的时候，我坐在史布劳尔广场的台阶上晒太阳，听着民间音乐会，踏上了一次LSD之旅。夜幕降临时，我伸出大拇指搭了一辆便车，没多久司机就挑明要和我发生性关系。我神经突触中的5羟色胺已不足以抵御层层袭来的惊恐，我坐在他车子的前座，渐渐因为恐惧而僵硬，我与他丑陋的身体仅相隔几英寸。我被绑架了吗？我应该怎么逃走？终于我打起精神开口说：“我到了，我要在这里下车。”车正好开到高速公路的一个匝道上，但他停了车。然后没几分钟，走在高速公路上的我就被加州高速公路巡警带走了。天已经晚了，我才只有17岁。因为打算逃

跑，这次我在牢里待了一整夜，等着LSD带来的色彩渐渐消失，我才能睡着。

之后九月的时候，我在伯克利校园的一片空地上服食了中等强度的LSD，两小时之后我停下来抽了一支大麻烟，那里离草莓溪

（Strawberry Creek）的岸边只有几步远，我觉得那里远离了世俗喧嚣。但有个强壮的年轻人向我走来，问我是不是在抽烟。我本来要把大麻烟与他分享的，但我刚抽完，为了安全起见我说：“没有。”然后他告诉我说我被捕了。我想都没想，立即跳起来。我迅速跑过空地，试图逃离他，我惊恐不已，因为我口袋里还有一支大麻烟。在我打开口袋把大麻烟塞进嘴里之后，他终于追了上来抓着我的脖子。要一边跑一边吞下大麻烟那么大的东西很不容易，何况还一边被一个流着汗的愤怒的便衣警察用纳尔逊（nelson）擒拿法抓着。但当我被要求正步走到附近的警车时，我终于把它吞了下去。我在后座坐了很久，我的手被铐在身后很痛，在一种已经熟悉的近乎惊恐的状态中，我看着惊奇的场景展开。四五辆警车一辆接一辆停了下来，一小队警察走下车，打着手电漫无目的地乱转，他们在寻找大麻烟，而我知道它已经不在那里了。我吞下去了。我开始自我满足地笑，但最终我以“拒捕”和携带贩毒工具的名义被捕了——工具就是一端烧焦了的卷起来的火柴盒皮。我又花了几个小时在牢里盯着墙。之后因为我写了保证书，我被释放了，可是那晚的保证并不是很可靠。

接下来发生的严重意外事件无疑塑造了我未来几年里对世界的感知，而和其他人一样，它始于偶然，以某种扭曲的讽刺结束。那年夏天我工作了7周——我只能坚持这么久——在旧金山市区一个大型百货商店的男装部。在那里，我被一大群同性恋男人包围了。同性恋男人在20世纪60年代末才开始称呼自己为“同志”，但在旧金山，同性恋亚文化在社会上的声势已经很大，并且每个月都在增长。我很喜欢这些人，他们聪明、直接而又幽默。他们似乎有种荒谬感，可以填补我在周围的成人世界中发现的空缺。我渴望学习，而且一如往常地渴望被接纳。我年

轻、面带稚气、完全天真，这些人中可能有某些人对我有兴趣，以某种我从未想象过的方式。我并没有考虑和这些人中的任何一个去约会，事实上也没人邀请我去约会。我不觉得自己是同性恋，但被人喜欢的受宠若惊感抚慰了我持续不断的身份认同危机。

十一月初，我在一个沉闷的夜晚服用了LSD，量不多，是正好能让我兴奋又能保持心智的分量。波斯地毯上的螺纹开始巧妙而富有暗示性地变换。托马斯不知出门去哪里了。我焦躁、兴奋、孤独，迷失在我的客厅里。我决定去拜访斯图尔特（Stuart），他是百货商店里喜欢我的男人之一，我有他在旧金山的地址。我打了电话，走到阿什比（Ashby），然后开始搭便车。25分钟后我到了市区，然后在大约九点左右走到了北岸（North Beach）。

斯图尔特开门时告诉我他有客人，但还是欢迎我来。他似乎有点儿冷漠。我跟着他走进客厅坐了下来，然后我很快感觉到我周围的对话失去了动力。有个人问我从哪里来，另一个人问我喜不喜欢伯克利，都是些老掉牙的用于缓解沉默的问题。我只告诉了斯图尔特几小时前我服用了LSD。我能应付得了，没人能看出来。但他们为什么表现出这样的状态？我为自己不被接纳的事实感到一丝绝望。

“但你不是我们中的一员。”斯图尔特在厨房里一针见血地对我说。

“你是说我不是同性恋？还是……”

“我的意思是你不知道你是什么人。”我不明白他在说什么。

“而且你让大家不舒服。”害怕开始在我的胃里生长。“你和我们调情，而没人知道你到底是认真还是只是玩玩。”

“我……调情？”不知道为什么，我极度渴望得到原谅。“斯图尔特，我没调情。”

“不，你有，很微妙，但就是有。你觉得我们不能探测出像你这样

渴望被爱的年轻人吗？你注视着我，等待着，眼神充满感伤，对其他人也一样。你在等待什么，马克？跟人上床？你要献身吗？没人会靠近你，除非你开始释放清晰的信号。”

片刻之后我离开了，因为羞愧而内心沉重。整个夏天我都在和这些人调情而我却浑然不知？我想被诱惑吗？无意识的？LSD的效力还很强，模糊了我的思考。眼前浮现出我自己的形象，以自我为中心、炫耀自己.....在他们面前，我的罪似乎就是我的自以为是。可是去想象自己是一个宽容的、思想开明的、真正接受同性恋的人，却又做出清高的样子，这难道不可悲吗？一个熟悉的声音蔑视着自己的虚伪。随着我接近百老汇（Broadway），脱衣舞俱乐部的景象和声音扩散开来，而我专注于自己的丑陋，将它们阻隔在外。

我搭便车到了伯克利，在大学大道的高速路口下了车。然后我开始向东朝校园走去。从高速路到校园还有很长一段路，于是大约每隔几个街区我就不抱太大希望地把拇指伸出来拦车。之后一辆货车在我前面慢了下来。车门开了，但我起初没看见有人。他们是为我停下的吗？

直到我走到离货车前门几步远的时候，我才看到一张脸向外看着我。是一个黑人的脸。我的第一反应是后退。这人身形很高大，看上去也不那么温柔，他的小眼睛在黑色面孔上发出邪恶的光。他旁边是一个瘦瘦的黑人，外表看上去不那么吓人，但也没表现出多少善意。黑人不会让白人搭车客上车，他们就是不会。从开着的门里飘荡出一种切实的威胁，我犹豫不前。

“你要搭车吗，哥们儿？”

“呃，不，不用。”

“那你干吗伸出拇指？我们看见你了，所以我们才停下来。我们只是好意。要么上车，要么滚。”

嘲弄同性恋已经够糟了，现在我还是个“种族主义者”。

杏仁核像只螃蟹一样安坐在大脑的左右半球中，徘徊在皮层后部的感觉输入信息流之上。一旦它与以往的情绪性事件相匹配，就将信息标记为具有情绪意义——比如使人焦虑。杏仁核是情绪记忆、情绪联想的器官，它激活一连串的神经化学事件，从而构成情绪反应，它可以告诉你草丛里的响动可能是蛇。但这种反应的水平远在思维甚至是意识知觉之下，它是自动化的警报，让你直起身子并集中注意。而且杏仁核通过它下行的连接执行这一功能：与脑干连接，去甲肾上腺素在此如化学探照灯般释放，让大脑对准每一个知觉的细微之处，与位于脑干上方的下丘脑连接，对其众多功能进行协调（如本书图1）。下丘脑有许多功能，其中之一是激活交感（战斗或逃跑）神经系统——这是大多数情绪的主要成分。下丘脑脑干中还储存着古老的行为程式，比如冻结或逃跑、战斗或勾结，对于任何即将到来的危险或机遇，为身体做好准备。这种低级大脑的所有活动都随着杏仁核的叫醒服务开始运转。但在杏仁核投入运转之后没多久，眶额皮层也开始运转了，当前的威胁通过与大背景相联系得到了情境性的评估。眶额皮层反过来向杏仁核传回信息，使原始的关注平静下来或对其进行协调。这就是人类智慧开始对情绪的动物性冲动进行调节的方法。

近10年来的大脑扫描研究已经精确定位了美国白人通常情况下对黑人面孔的反应<sup>[18]</sup>。在其中一个研究中，黑人面孔在屏幕上仅呈现了1/30秒就引起了杏仁核的激活。但当这些面孔的呈现时间为0.5秒（对于知觉来说这是很长的一段时间）时，杏仁核的激活水平归于正常而前额叶的激活却升高了。因此这些人肯定感受到了某些他们（半意识地）认为是种族主义的情绪反应。最可能的反应是，恐惧。当你看见一张黑人面孔时，畏缩的反应在道德、社会、政治意义上都不太合适。因此他们试着去控制它——而通过杏仁核活动的降低可以判断出，他们的控制是成功的。这可能就是那一晚在伯克利发生在我身上的过程。尽管我疲倦、

心烦意乱、神志不清，尽管我年轻而迷茫，尽管我是一个在美国城市中闲逛的加拿大人、一个试穿西海岸嬉皮士世界服饰的预科生，我仍然明白：不要做一个种族主义者。这些人只是让你搭车而已，要表现得体面、宽容、文明，并且接受这个好心的邀请。我的前额叶皮层做出计算，而无视我的杏仁核发出的持续警报声。我重重地点了点头，对他表示感谢，然后上了车。

可是这体现出大脑并不总是知道什么是有利的。

副驾驶上的大个子把座位往前拉，好让我进入后座。后座是个空空的车厢，散落着一些说不上来的零碎物品。整个内部被脏脏的白色喷漆的无特色涂层覆盖，地面是波纹的金属条，没有一处是令人舒服的。货车向前挪动时，我坐在了一个木板箱上。

“你想去哪里？”

“哦，就从大学大道到校园，我可以在那里下车。”

“不要紧，我们可以送你到你要去的地方。”我什么也没说。我不明白送我是什么意思，一般人不会主动提出送你去你想去的地方，他们会沿着自己的路线把你放在路边。

我们沉默地在路上行驶着，但我的眶额皮层完全困惑于解释当前发生了什么。我的杏仁核激活的速度激增，这里没什么好事发生。

“所以你说你住在哪里？”

“不，没关系，真的。只要.....”

“听着，哥们儿，我问的是你住哪里，我们可以带你到那里去，现在我们要带你去哪里？”

“不，真的。没关系。”

他从座位上转过身来，用一种坏人的眼神盯着我：“我说了，我们



要带你去哪里呢？”

“我……”

“我不是在开玩笑，孩子，你家在哪里？”

“好吧，在格罗夫（Grove）那边，但你没必要……”

“我们当然有必要。”他回过头来，他的声音此时变得温柔而讨好。我感觉到我手上、胳膊上到处都是汗，我的交感神经系统全程处于激活状态，我的嘴唇干燥、肌肉紧绷。这些反应不可避免，因为我的杏仁核、下丘脑、脑干被原始的恐惧锁定在一起。我的杏仁核激活了下丘脑和脑干中的环路，而它们反过来引发了化学物的喷发，它们注满了整个大脑和身体系统，并将其调整为逃跑模式。这些反应都是我不能控制的。

货车向右驶入了格罗夫之后，“地址是什么，哥们儿？”

“你看，没关系的……”我结结巴巴地说。

货车转到路边停了下来。“有关系。”司机说，“因为我们让你搭车而你不肯说你住在哪里。”副驾驶的人又转过来，这次是完全转身。他看上去很生气，然后他的脸变柔和了。

“嘿，你有毒品吗，哥们儿？”

“不，我没有。”我的心跳一路攀升，交感神经系统中的肾上腺此时释放着肾上腺素的洪流。肾上腺素被我全身的受体吸收：胃部、汗腺、心脏、肺部。我的心像火箭般飞升，为最坏的情况做好准备。心跳声轰隆作响。

“那家里呢？家里有毒品吗？”我绝不会带他们回家。

“我想在这儿下车。”我嘶哑地说。然后他开始从座位上起身。我撞了货车的侧门，我用肩膀撞它但它没有挪动。我绝望地试着转门把手，

但它被锁住了。然后他骑到了我身上开始打我的脸，而我用力撞向货车的一侧。他无比强壮。另一个人的头这时出现，盘旋在攻击我的人的肩膀后面。两个人都在低低的车顶下面弓起身子，我对着金属墙面跪着。我试着站起来把大个子推开，但这进一步激怒了他。“种族歧视的混蛋。”他冷笑着，然后一次又一次地打我，每一击的力量都强劲到足以把我的身体扔回到墙上。然而我几乎感觉不到疼痛，某个部分的我关闭了，处于休眠状态。攻击慢慢停了下来，颠倒了，变形成一种虚伪的友善——一种冗长的、单方面的对话，我假装在其中明白了我的错误。羞耻渗入我的麻木。之后一连串的侮辱会从他扭曲的嘴唇中冒出来，标志着新一轮攻击的开始。我是个种族主义的混蛋，因为我不想让黑人进我的房间。他几乎温柔地说着这些，抓着我靠近他，然后他的拳头猛击我的胃部，他的膝盖撞向我的腹股沟。我是个该死的种族主义者，而我正在受到惩罚。

他把我扔出货车前说的最后一句话是他们还会回来的，他们几个月后会再来伯克利，而且他们会来找我。而如果他们找到了我，我必须向他们展示我已经学会了一些尊重和客气，否则他们会再教训我一次。

几个星期之后，我的脸和身体才差不多复原。但我一直有种沉闷的恶心感。这感觉这更多是精神上的，而不是身体或心理上的，仿佛我的灵魂生病了，而病魔不会离开。我想要的只是清除那一晚的记忆。我从没被那样地憎恨过，我也从没被那样地伤害过，而且我认输了，不是吗？我没有像个真正的男人那样回击。羞耻和恐惧恶狠狠地出现。他们说他们还会回来的，我没法停止去想这件事，我告诉了托马斯，告诉了妈妈，但没人给我任何意见。似乎没人能了解：我不应该那么晚还搭车……诸如此类的。一遍又一遍，羞耻、恐惧和愤怒凝结成熟悉而又可怕的思想。而我的内在目光，从我的内心某处看着自己的恶毒眼光，延续着这些思想。某种程度上，根据它的裁定，我是那个犯错的人，我活该受到谴责。斯图尔特说我是个调情者、挑逗者，以及我的种族主义思想——不，我愚蠢地否认我种族歧视的尝试——让我被打了。这种自我

责备的反光镜是我所熟悉的，和我在泰博时的日子一样。仿佛自我的某些中心机制被破坏了，除了自身的错误之外我无法指出任何其他的错误。

伯克利的日子此时因为雨季而无聊沉闷，窗外的天空是灰色的，平淡无奇。托马斯找了一个女友，我想她的名字是戴安娜（Dian-na）。她很高，颧骨突出，脖子松弛，发色是暗金色。她戴着眼镜，行为举止有种奇怪的僵硬，感觉像是托马斯失散多年的姐妹。但他似乎很满意。我们合住在小公寓的同一间卧室里，那里有两张并排的单人床，而且我们共同使用同一个客厅。客厅像是个三维的曼陀罗，中心是波斯地毯，我们坐在上面玩大富翁游戏或是对着紫色螺旋纹产生幻觉。然而，这对于戴安娜来说不是个吸引人的安排，她热情的声音大得地动山摇，对于这个隔壁室友来说像是交通信号灯。我会等在客厅里，或是在小而明亮的厨房，直到最后一次震颤声平息下来，然后我才溜回到我的床上。床的边缘离他们的床只有一米，我伸出手就可以像托马斯一样用胳膊围住戴安娜。而正是因为这一点，我很肯定，他们更喜欢在戴安娜家约会。我们的公寓大多数时候是空的。

正是在这样的世界里，以一个缺席的室友和一个未消化暴力的残余为界定，我试着将自己的身份认同美化为一个青年人：一个自信、愉悦、敏感却又成熟的人，一个你乐于在他身边待着的令人舒服的人。但这并没有起作用。一方面，我是孤独的，我似乎无法找到真心的朋友；另一方面，我焦躁不安，我不知道该拿自己怎么办。坐在家里然后做.....什么呢？出门然后做.....什么呢？去旧金山和父母待在一起？迈克尔现在有自己的朋友了，我跟着他们混也感觉不对。不，大多数夜晚只有我一个人。而在服用一次LSD的三天之后才能再服用一次，我搞不太懂的某种耐受性使得毒品在服用后的72小时内几乎是无效的，之后才能继续起效。我一遍又一遍地告诉自己，我真正需要的是一个女友。

但我能给女人提供些什么？我能把什么样的大脑——更别提身体了

——放在桌面上亮出来？我的5羟色胺受体每三天就受到LSD分子的入侵，已经处于半粉碎、宿醉、混乱的状态。传入的信息粗糙不齐，而这信息体现在我自己的思维上，在我翻滚、凌乱、时常完全邪恶的内部对话中，它们像有刺的植被一样填满了空隙。对于任何潜在的女友来说，这都是个闲人免入区。我的杏仁核处于高度警觉，他们说他们会回来的，他们说他们会来找我。世界孕育着危险。警察不是我的朋友，我的同性恋朋友不是我的朋友，而我的父母即将离婚。我的公寓，我的天堂，是个牢笼，悬挂在看不见的捕食者的利爪之上。里里外外，没有什么地方是安全的，而去甲肾上腺素的潮水将我的注意力集中在一切不寻常、新奇、有潜在危险的东西上，比如夜晚时分街道上空荡的回响，隔壁公寓轰隆作响的摇滚乐——甚至是性，目前为止还完全是个谜。我需要抚慰，我需要感受到联系，我需要感觉自己像个男人。

我最好的办法就是找个状态同样不太好的人。所以我出于方便选了苏珊（Susan）——而她也选择了我。苏珊有小而羞涩的眼睛，薄而纤弱的嘴唇。她和我一样高，有点笨拙，有点像长颈鹿，她上臂的皮肤因为某种疹子而起了皮。她说话轻轻的，仿佛对自己所说的话感到尴尬。实际上，苏珊本可以表现出缺乏安全感，可她却没有逃避生活。她不是选美冠军，但她长长的黑发甩动着，有种自带的神秘。她以某种大女孩的诚实面对这个世界，我觉得这很勇敢。苏珊有一个爱人，一个偶然出现的佐罗（Zorro）式的人，骑着他的凯旋·博纳维尔（Triumph Bonneville）650摩托车过来和她过夜——据我所知，一个月只有一两次。他叫彼得（Peter），而且他穿皮衣——一件棕色皮夹克，边缘有流苏。以他叮叮当当的饰物，以他的外貌和老练的举止，我觉得彼得是个抢手货。但他似乎还有很多其他电话要回，而苏珊想要一个更专一一些的人。我想要的是一个足够善良、漂亮、聪慧的人，单纯地让我去喜欢；我想要的是一个能与之愉快聊天的人，一个与之走在街上让我感到骄傲的人，而苏珊基本符合这些条件。

苏珊的到来像是大礼包的一部分：可爱的伯克利女人套装，头发松

垂，含苞待放，神秘而又能干——就我的枯竭感知来说，这是个关于女人的理想化的梦。她们四个女人一起住在皮蒙特（Pied-mont）大街上一栋大而古老的房子里，在伯克利山脚下一个庄严但略破旧的区域，正好在奥克兰北边。房子涂成了淡淡的薄荷绿，周围环绕着精致的灌木丛和花朵喷泉。她们家时常弥漫着素食烹饪的香味，洋葱饼和烩茄子在那房子里苏醒。我的性冲动也苏醒了。我爱上了这房子和它种种的美，我爱上了它对诱人新世界的展望，我爱上了苏珊。我不断地回到这房子，像只流浪猫，寻求安慰、食物、爱与性。

性有着至高无上的重要性。在我遇见苏珊和她的室友之前，我还是个处男，而且对此并不引以为傲。我好像是整个伯克利地区唯一一个处男——基本上我是个怪胎了，但这是可以改变的。我是可以改变的。然后某天晚饭后，我终于鼓起勇气想要试一试。

“你觉得你会想要……你和我……你会想要……？”

“想要……？”她轻轻地笑了，带着一点嘲笑。

“你懂的。一起睡？”好了，我说出口了。但有一瞬间她看上去很悲伤，这把我吓到了。是我要求的太多了吗？太快了？是我表现得太像那些只想上床的男孩了吗？在这个新领域，我的关键传感器对于无礼的行为处于高度警觉状态。但苏珊肯定看出来我是个无能的新手，因为她把她的手放在了我腿上，轻轻地抚摸我，这让事情变得轻松了。她微笑了一下，既聪慧又脆弱。

“来吧。”她说站着了起来，我站起来跟着她。她把我带进房子，穿过其他人的卧室，进入她的房间。那是个陈设简单的女孩房间：到处是小摆设：彩色版画、钉在墙上的织物、香薰台、低矮植物。床上铺着的扎染床单。我们一边亲吻，她一边一只手向下伸，然后移到侧面。她知道她在做什么。很快我们亲热到床边，然后她不急不缓地拉着我躺下，引导我在她上面。她伸手关灯。突然间，一切都不见了，除了影子、陌

生的声音和气味。我感到害怕，她在哪儿？！然后她的手臂环绕着我，我倒在她身上，仿佛她的肉体是安乐窝，是家。

日子渐长，我越来越喜欢苏珊。苏珊式的那些特质，起初我还觉得很反复无常，现在却变得可贵又迷人。我注意力的焦点——随着多巴胺供能的欲望而上升的注意力——现在停留在她白色印度上衣里的红色格子布上。她没有穿内衣，胸部半掩着。她总是裸着精致的脚，她时髦的喇叭裤似乎是女性风格的象征。她的蜡烛和香薰台击中了我，仿佛是体现她更深层次追求的简陋用具。我欣赏她。我开始熟悉当她吐露秘密时会放低下巴；她尴尬的羞涩对于我来说是可爱的；她长长的四肢现在不再笨拙，而是迷人；她的椭圆眼镜某种程度上突出了她的性感；她看上去端庄而不是紧张，柔弱而不是孤僻。而在烛光下，她的一切，从握着她湿润的掌心到她在黑暗中打结的辫子，都轻轻散发出性的气息。

苏珊是我的朋友、伙伴、爱人、密友、旅伴。我并不崇拜她，但我关心她；而她也不崇拜我，但她喜欢我。她让我得到最大程度的快乐。偶尔我会在某些夜晚发现彼得的凯旋摩托车停在她的前门廊，她不崇拜我的事在这些夜晚变得特别清晰。这些夜晚里，我会站在那里好几分钟，迷惑、愤怒、悲伤，等待她、需要她、渴望她，而且没有任何别的地方可去也没有任何别的人可见。但那是在那时候的伯克利，自由恋爱的规则意味着我也可以自由地和其他人发生性关系。

我全力以赴。我和楼下的红发女人有过短暂的一段，在她男友因为头被卡在烤箱里而结束了他们的关系之后。然后是一个叫希莉娅

（Shelia）的护士，她和她室友喜欢与托马斯和我嬉闹，白天在飞盘场上，晚上在卧室里。我和这些女人没什么亲密的联系。我一次又一次地回到苏珊的怀抱，苏珊变成了我神经系统上的一个烙印。我们一起搭车去大苏尔（Big Sur）<sup>[19]</sup>，然后在海滩上露营；我们在伯克利山上服食迷幻药；我们手拉着手逃离一群喝醉的海军士兵；我们一起示威抗议越南战争，抗议大学接管人民公园（People's Park）；我们在塔玛佩斯山

（Mount Tamalpais）上喝酒，远眺100公里外的太平洋海岸线。她总是和我在一起，日日夜夜。我那时总梦见她，几年之后依然梦见她。不完全是她，而是一个脆弱的年轻女人的形象，她的本质已经渗入到我关于女人的图式之中，她毫不吝啬的爱使我在危险的世界里有了一份安全感。

我第一次品尝到令人震颤的LSD的毁灭性力量时，是和苏珊在一起。我得到了一批新的LSD，然后我想和她一起试试。她对LSD的喜爱程度远不如我，它们让她紧张，而我明白原因何在时已经太晚了。但这一晚她同意了，我们在她家吞下了药片。坐在她家客厅里，我们开始感觉到第一波能量，花香和面包香显得异常突出。我兴高采烈，而她很不舒服。

“你不觉得开心吗？”我问。

“它太.....突然，”她说，“而且我不想在别人旁边。我不想.....不得不.....和别人说话。”

“那我们去我家吧！托马斯不会在家，肯定的。我知道他又出城了，所以只有我们俩。”但怎么去那里却成了问题，那是很长的一段路，而我不觉得苏珊能走到那里。我的自行车就在外面，我可以载着她，几乎全程都是下坡路。

我觉得这是个好办法，但苏珊一点也不信。我不得不拉着她、哄着她、说服她，然后我告诉自己我必须快点去做。迷幻药刚开始起作用，而它的作用会越来越强，然后持续一个小时。最好在它强烈起效时我们已经安然无恙地到了，而不是在街上被抓到。

于是我几乎拖着她走到了前门，把她按在座位上，然后开始骑车，车子疯狂地摇晃直到我的双脚在横杠上稳定它的路线。我觉得我们做得挺好，尽管加上了她的体重，我还是可以在皮蒙特街到派克（Parker）街的过程中掌控住车子。我快速地左转然后感觉到她的手用力地抓我，



这弄疼了我。我让她放轻松，但她没回答而且她还是一样地抓着我。我很难在加速时回头看她，我以为她只是紧张。我一直用轻快的语气说着安抚的话，在LSD控制下尽可能地多说话。这药效来得太快了，而且效果很强烈！汽车的轮廓分成了多彩的附加物，前后都是车身的幻影。操纵自行车就像是弹球游戏，眼前是一个倾斜的、难以控制的通道，穿过闪光金属的走廊。我完全专注于这个挑战和它所带来的紧张之中，我不知道苏珊在我身后受到了多么严重的惊吓。

我们安全地到达了，但苏珊的脸色让我惊呆了。她看上去是恍惚的、出神的，完全在我意料之外。我以为她会焦虑地结巴，可能会生气，可能只是很想进屋。但她的脸上完全没有表情，仿佛她不在她的身体之内，而我所看到的只是一具躯壳。

我快速而温柔地带她上楼。她会没事的。我打开音响，里面传出某种柔和舒缓的音乐，这在我太过兴奋时对我总是有效的。但对苏珊没有效果，她僵硬地坐在我让她坐着的地方——一张专门的安乐椅上，她直视前方，对我所说的任何话都没反应。她不会说话了。我走进厨房给她拿了些酒，我觉得这会让她平静下来，但当我回来时她躺在房间里一角的地上，半倒在书柜旁，指尖掠过书脊，仿佛她不知道它们是什么。

“苏珊，怎么了？”我问，自己吓个半死。

她的回答是一连串呜咽声。她没有看我，她开始重复而强迫地舔她的手。

“你是动物吗？”我试着开玩笑。

但这次她终于回答了：“我是一只小猫。你想玩吗？”

她很快抬眼一瞥，似乎不认识我，她的眼睛呆滞不动，她继续舔自己，然后她沿着墙爬远了一点，蜷缩起来并开始呜咽。我试了几次终于完全明白这不是装出来的。她在另一个世界里，她完全告别了我，似乎也告别了她自己。她不知道她是谁或她在哪儿，更别提我是谁。我很

害怕，尽管我也处于服药后的兴奋状态，但情况的紧急性让我必须开始思考。

有一些偏方被认为可以中和LSD服用过量，橘子汁就是其一，但据我所知，最可靠的解毒剂是巴比妥类物质（Barbiturate）——最纯粹的镇静剂。打击心灵的恐惧之所以产生实质上是感觉和心理信息都供应过量的缘故，它们通常被5羟色胺阻隔。我觉得，苏珊淹没在某种心理过量之中，而巴比妥类物质可以将其减少至可承受的水平。她需要镇静剂。

但我去哪里能搞到巴比妥类物质呢，尤其是在这个时间点？

我给旧金山的迈克尔打了电话，我告诉他这里真的有紧急情况，而他必须要帮我。他得去爸爸的药柜里拿一些速可眠（Seconal），我知道爸爸因为失眠而服用速可眠。迈克尔要去拿一些然后立刻到伯克利来。

“打车到汽车站，坐到艾什比和格罗夫的汽车，然后再打个车。别担心，我会还你钱。”

“但如果我没有……”

“我不管！问妈妈要点钱，跟她说……跟她说我要……我要……带几本书。跟她说我要几本书，跟她说我明天有考试。”

迈克尔一定听出了我的恐慌，因为他照做了我所说的一切。不到一个小时后，他到了门口，红着脸而又很害怕。苏珊的情况没有改善，她还在地上，还是发出动物的声音，还是完全意识不到我们在哪儿、发生了什么。我认为她可能永远都保持那样了。

“这是专门给猫吃的药！”我灵机一动，“我们都要吃一点儿，然后我们要一起玩。”起初她把这红色胶囊推开了，但迈克尔和我坚持，我们假装也吃了几粒，然后我们说服了她。最终我们让她吞下了两粒，然后我们就等待着。

抑制性神经递质GABA会因得到了巴比妥类药物而显著提升，这就是巴比妥类药物作用的方式<sup>[20]</sup>。不到20分钟，苏珊的大脑开始减速。半小时之内，信息流变得可控了。没多久，背景噪音降得足够低，允许“现实”的窥视。这个转变并不愉快，她看上去先是紧张，然后是害怕，接着是惊恐，仿佛她在沿着时间轴反向移动，感受那些几小时前占据她的感觉。但让我觉得困扰的并不只是她脸上的恐惧，还有敬畏的领悟：回到现实的恐惧然后意识到她离开得有多么彻底，好像从昏迷中醒来一样，仿佛她在一个梦里活了太久以至于那个梦已变成了她的整个世界。她忘记了还有其他的世界，但现在梦在破碎，那个舒适的世界张开了，而且在它的表层之下是一个溃烂隐蔽的巢穴，巢穴里是纯粹的疯狂，那就是她在她的大脑舒展过度时所建立的家。她曾变得精神错乱，而现在她在爬回现实。这个过程缓慢而痛苦，而这个世界不仅比她所创造的世界更严苛——这个世界里的最新消息是关于她自身的分裂、她作为一个人类的完全彻底的脆弱。她让她自己分崩离析了。

## 第七章 迷幻的终章：警察与天使

1969年春，时任州长的罗纳德·里根决定对“人民公园”进行干涉并按照长久以来的目的把它改建成一个停车场。关于这次改建的流言已经传了好几个月了，而且这对伯克利南部的居民产生了深远的影响。这块空地占据了大半个广场街区，包括从电报大街以东的一条街，到校园以南的四个街区。一些嬉皮士睡在那里，躺在帐篷里或床垫上；有人在细长的低洼地里种了蔬菜；而且可能还有相当多的毒品交易在那里进行。但是这块地属于加州大学，而当人们发现加州大学想要回它的时候，这里已被某种奇异的法术变成了嬉皮士文化的理想乐园。

“你听说了吗？那些猪一样的警察想关闭人民公园。”

“什么？他们不能这么做！”

“噢，是的，他们可以这么做。他们打算铺平它，那里会变成停车场，和其他地方一样。”

“可是花园怎么办？那些睡在那里的人怎么办？”

“他们一点儿也不关心。那是他们的土地，他们有所有权。”

这样的对话时常能听到，接下来人们就有所行动了。木质的游乐场建筑立了起来，一个精心照料的蔬菜园冒了出来，花朵绽放，灌木丛生，仿佛沙漠中长出一片绿洲。而且这块地还神奇地把自己清理干净了：床垫和其他持久的人造物都被搬走了，只保留了一个不大的帐篷社区。乐队一边演奏着，人们一边修缮着公园。真美好！我不知道是谁做出的决定，但是人民公园变了，通过政治和共同理想主义的注入，变成了一个美丽的地方：这是棚户区居住者权利的一次光辉体现。

加州大学并没有因此而感动，双方对此展开了对话和会议，力图寻找一个折中的解决方案。但事实证明，自从加州大学成了政治抗议和言论自由的宝地，里根州长就一直渴望对伯克利的这些嬉皮士、怪人、共产主义者摊牌。于是，当社区和大学的协商停摆时，加州政府采取了行动。加州高速公路巡警和伯克利警察合作，在夜间对公园进行了强制拆迁。大多数花园被破坏，建筑物被移除。他们要么把逗留者赶走了，要么把他们关了起来——没人知道。第二天早上我们醒来时，发现公园外面围着一层高高的铁丝网。向里望去，可以看到和从前一样的一片荒地，公园没有了，而且街上满是警察。

暴乱就此开始了。在位于学生会大楼和史布劳尔会堂（Sproul Hall）中间的史布劳尔广场上，一次集会最终演变成聚集了几千人的游行示威。他们努力拆掉铁丝网，扔东西，并且喝得烂醉。接下来的几天里，伯克利变成了战区。人行道上都是临街店铺的碎玻璃、木制挡板和成卷的带刺铁丝，而且伯克利南部的每个角落都布满了国民警卫队士兵和阿拉米达县（Alameda County）的警官。人们被盘问、逮捕和殴打，而且传言中说警察使用的都是真枪实弹！大多数消息都是口口相传。据说有400人被带到某地，然后被逼着在太阳下趴了一整天，谁反抗就打谁；几十个人进了医院，有人送了命，有人失了明；每晚都有人把花种下，而每天早上又有警察把它们拔出来。

这些关于暴力的传闻很难辟谣。一个朋友的朋友的眼睛被打青了，我们认识的人只不过是去问那些警察自己为什么就被捕了。但我偶尔去市区时只看到了一块被木板封起来的无人地带，安静得不合情理。昼夜实行宵禁，大学关闭，课程取消。不，街上不安全这几乎是肯定的，而我大多数时候都和托马斯保持低调，抽着大麻，打电话聊八卦。

一天，我们听说史布劳尔广场上将要举行一次大规模示威游行，我不想错过这种大事。我对公园或大学都没有什么强烈的情感——警察和士兵让我害怕——但他们产生争端的根本原因似乎有点儿傻。我只是想

要参与行动，我想看一次有可能演变成暴乱的大型示威游行。我想用自己的双眼亲自看一看，我想身处它的浩大声势之中。于是我站在人群之中听着演讲，和几百人一起站在学生会大楼的台阶上。在我们的正对面，史布劳尔会堂的台阶上，站着一队凶神恶煞（我们都这么称呼他们）——穿着蓝色制服、带着盾牌和防毒面具的警察或士兵。他们黑色的长鼻子让他们看起来像外星人——不怀好意的外星人。

这看似有点儿滑稽：示威的人群一次会前进大约一米左右，然后再前进一米，喊上几句口号，然后小心翼翼地往近处移动。接着一排凶神恶煞会突然同时往前迈大约十步，至少有200人。接着大家会惊恐地退回到原来的位置。在阳光明媚的下午，这场景滑稽而又愚蠢，是很好的消遣。最后直升机来了。我从未见过这样的场景：凶神恶煞们这时持续前进进入人群，他们的枪口对准了我们！同时直升机从天空中洒下催泪气体，看上去没人逃得了。我们开始四处乱跑，但广场四周的出口都被士兵堵住了。气体不断下落，而人们真心感到了恐慌。他们跪了下来，咳嗽着、窒息着、呕吐着。我跑到了一个小峡谷，跳过草莓溪，然后不知为何一直跑着，直到把一切远远甩在身后。我受到了震撼，这个世界似乎远比我所想象的要危险。政府怎么能这样对待人民？如果说有什么东西让我接近了政治化，那就是那天下午。

在史布劳尔广场决战的几天后，我第一次见到了希普三人组（the Heap）。那天下午的阳光明媚又炎热，然后我决定吞下两片LSD药片——一面涂成天蓝色的白色药片。我觉得这个剂量很合适，可以让我找到一些视角去看待发生在我亲爱的伯克利的这些怪事。一小时后，感觉信息的波浪到达顶峰，一如往常，但我很快开始感到幽闭恐惧，我这周大部分时间都待在室内。不顾托马斯的好心建议，我决定出去走走。

“可是马斯，到处都是警察！你会被打的。他们没心情和像你这样的嗑药的怪胎讲道理。”

“我会小心的，别担心我。”

“而且我们还有客人要来，我跟你说过约翰（John）会带来的那三个人。我觉得他们好像有点儿双性恋还是什么的，总之是非常酷的人。你会想要见见他们的。”

“托马斯，”我说，“我会安然无恙地回来的，而且我会见你的那几个完美的朋友。”

我朝着电报大街走去，走向那些被木板封起来的店面。我深感愉悦。我的5-羟色胺受体此时完全被LSD所占据，我神经系统中的警戒封条像阳光下的薄雾般被揭开。未经过滤的刺激涌入我的感觉通道，空气是鲜活的，它像是分子的海洋，闪烁着、来回反射着。热气从彩色的对流气流中升起来，我能看见每一朵花、每一根围栏柱四周的细微气流，像是一幅画工拙劣的画中出现了很多轮廓。我的心中充满能量，脸上突然露出止不住的笑容。

当我走到电报大街旁的一个街区时，我开始放慢脚步。这地方真是毫无生气，在这么好的天气里，街上却空无一人。我的眶额皮层搜集着碎片式的联系，空旷的街道——愤怒的警察——光天化日——空旷的街道，警察对战嬉皮士，这些成分合并成一种简单而令人不安的解释，通过一束束轴突传回我的杏仁核。我的杏仁核激活了脑干中的去甲肾上腺素中心，而它们很快将每个神经元都调整到了威胁性的频段。但有威胁性的是什么？既不是那些轮廓和彩虹般的色调，也不是人行道上的象形文字。这些都是我的朋友。有威胁性的是我身后从德怀特路（Dwight Way）上开上来的汽车，它放慢了速度，现在离我只有两三米远，完全以和我相同的速度移动着。一辆白色的车：警车。我的杏仁核爆发了，摆脱了眶额皮层的限制。警车：严重危险！我的杏仁核发出一道刺耳的警报鸣叫。我的肌肉开始紧张，不过我还能思考。尽管5羟色胺枯竭了，而去甲肾上腺素如海浪般涌入。别看他们，继续走，表现得随意些，不要改变你的步伐。我继续走着。慢慢地，那辆车停了下来，窗户正好与我的头平齐。继续走，不要改变你的步伐。



我不得不看了一眼，如果不看的话好像更不合理，仿佛我在回避他们、忽视他们。嗨，哥们儿，我会很有礼貌，我的眼神会是某种问候，一种我向他们传递的信号，从我的世界传递到他们的世界，一种淡定与和解的信号，掩饰所有的怀疑与不信任。

但当我看向那辆警车时，场景并不太美好。我看到四个大个子男人，两个坐在前排，两个坐在后排，他们穿着米色制服，他们有枪。他们汗流浹背，他们肥硕身体上的肥硕脸庞上的粗大毛孔里渗出厚重、凝结的汗水。这便是保存在我惊恐的大脑中的画面，而且他们都看着我，所有人。他们的样子像是流淌着敌意的面具：滴落的汗水和敌意，小而圆的眼睛，他们粗大的脖子和下巴中间臃肿的皱褶，以及向上分支出的迅速扩张的肥大的脑袋，当然还有每人前面立着的威力十足的霰弹枪。我非常害怕。

“嘿，小孩。”

“是，长官。”

“干吗呢？”

“只是走走。”

“你要走去哪里？”

“只是出来散个步。”

“你是那些嬉皮士中的一员吗？”

没有回答。

“我问你是不是那些嬉皮士分子？”

“不是，长官。”

“那你怎么看上去像呢？”大笑。

然后他们继续开车在我旁边慢行，盯着我，满是脓包的脸上泛起邪恶的微笑。我放慢了步伐。没人能开车开得这么慢，但他们做到了，现在他们随时会下车然后把我往死里打。我努力想做出决定，用我大脑中还没被去甲肾上腺素麻醉的部分：我该往哪里跑？还是我应该让他们打我？然后我想到：最好的办法是掉头。德怀特路是条单行道。

“呃，现在要回家了。”我礼貌地说，然后我慢慢地——非常慢，慢得他们察觉不到——转身并开始朝反方向走。如果他们要继续跟着我，就会不得不违反交通规则来开车——哪儿还有什么交通规则？

我走着，发现旁边已经没有车了。没有刺耳的刹车声，没有愤怒的叫喊，没有嘘声，没有命令我躺在人行道上的扩音声，没有枪声。过了一会儿，我感觉比之前安全了点儿，然后我走得也快了点儿。接着我一路跑回我的公寓。

在短短一年多时间里我被捕5次，在监狱里待过两晚，然后我渐渐学会了如何小心谨慎地与司法官员打交道，但我从未像现在这样害怕过警察。当我冲进我的公寓大门时，我气喘吁吁、惊慌失措，我很确定自己刚才差点儿就要被打得鼻青脸肿，那些家伙看上去是做得出来的——而且会乐于这么做。被四名大个子警察拳打脚踢的画面在我脑中挥之不去，我的杏仁核仍然马力全开。当然我服食了LSD，这似乎是有坏事发生在我身上时的常态。5羟色胺对于杏仁核是特别重要的镇痛药，没有它，我们会很容易焦虑和抑郁。此刻5-羟色胺的抚慰对我来说再需要不过了，然而我的神经系统却一直甩开它。

而我们家里有客人在，所以我试着让自己平静下来去和他们打招呼。我们的诗人朋友约翰坐在角落里，非常讲究地卷着一支大麻烟。还有三个我从来没见过的人在我们的地毯上分散地坐着，姿势有种质朴的宁静。两男一女，他们都非常貌美。

他们一一向我介绍。“这是拉夫（Ralph）。”他用好奇的眼神长时

间地看着我，他透过表层看向我的内心，想汲取关于我的真相——我自己也无法想象的真相。他的相貌无比精致：如雕刻般的地中海马耳他人，他黑色的鬃发形成了一个凌乱的光环。然后他拉过我的手。他没有握手，他只是拉住我的手。

“你好，马克。”他温柔地说，眼睛里闪烁着同情和某些其他的东西，可能是讽刺。然后，停顿了一会儿之后，仿佛是检查了我的脉搏，“会没事的。”他的声音似乎无所不知又令人胆怯，而我被迷住了。什么东西会没事？你怎么知道的？

拉夫比我们都年长，大概有30岁。他把其他人介绍给我：“这是南瓜（Pumpkin）。”然后，看到我在盯着她看，“她是不是很美？”

她看上去一点儿也不像南瓜。她和我差不多大，苗条又娇小，穿着那时流行的柔软宽松的衣服，衣服之下是小而完美的胸部。她像个精灵女神，闪烁着橙色和金色的光。之后我发现她的外号是受了她对橙色的偏爱的启发。是的，她非常美丽，她容貌的对称美点缀着微笑，然后转为大笑。她的眼珠是绿色的，仿佛略微经历过痛苦，但灵动而热情。她向我伸出手，但她没拉我的手，而是拉住我的肩并将我拉近她。不知不觉她就抱住了我。“外面太糟了，不是吗？”她低声说。我渐渐忘乎所以。

三人组中的最后一个成员是吉姆（Jim），和另外两人比起来，他的相貌平平，但他也是个帅哥。他的形象可以成为露营用品的模特——壮实、孩子气、朝气蓬勃，洋溢着一种简单的自信。吉姆看上去很快乐，就是快乐，每时每刻都如此。

我点了点头然后试着微笑。我看着他们每个人，我不由自主地盯着看。虽然没人明说，但我知道这三个人是情人关系。是的，当然如此：希普三人组！

然后我开始发泄、抱怨和唠叨。

“他们差点儿要打死我。他们有四个人！”

“但现在没事了，不是吗？”拉夫和托马斯似乎异口同声。

“可是他们看上去像怪兽！他们充满了恨意！”

“但你现在和我们一起是安全的。”

“可是我忘不了他们的样子。那画面一直在……”

就这样发泄了几分钟之后，其他人似乎挤在了一起讨论现状。然后拉夫转向我。

“我们可以帮忙。”他不知从哪拿出一只药瓶。“这是PCP<sup>[21]</sup>，纯的。你想来点儿吗？”

“我刚吃了LSD，再吃它会……会对我……有什么效果？”

“它会让你非常、非常放松，而且你不会再担心警察了。这些都会消失。”

PCP是一种强效的镇静麻醉品，它会让你松弛下来，但同时也会扭曲现实，其效力与LSD不相上下。但它的起效方式完全不同，它的作用与美沙芬很相似。PCP与美沙芬和氯胺酮一样，是一种NMDA受体拮抗剂，属于解离性物质，它会阻断整个大脑神经元表面的受体——入口的阀门，以至于兴奋性神经递质和谷氨酸都无法进入。回忆一下，NMDA受体是谷氨酸的主要目标，其主要工作就是加速它所在细胞的活动频率。但NMDA受体有个特殊功能，它们能将皮层神经元同步到一个重合检测网络，就像社区领导组织邻里活动一样，通过它们的协调作用，这种锁定会体现在“现实”中。它们允许大脑皮层对现实世界进行加工，将其特征组装成一个有逻辑的、可辨认的结构，即感知的架构。而如果这个同步化的网络受到了NMDA拮抗剂的阻碍，感知就会消失，而与个体相关的意义——原始、无拘无束、无节制的意义——则从边缘系统——海马体和杏仁核中冒了出来。于是服用者会重新陷入对这个世界可能的

样子的反复幻想，这种幻想完全由记忆和个体联结虚构而成。这些药物的作用的确奇异。氯胺酮被认为可以模拟精神分裂症，同时它也被用于治疗抑郁症，可能是因为它可以让杏仁核摆脱真实的恐惧，可能有些人有些时候只是需要远离现实一会儿。

这可能就是我所需要的，和三个不可能的天使坐在一起，因为身处一个正在发生恐怖行动的城市而焦虑。我从未服食过PCP，而且它在伯克利毒品界的名声是处于阴暗面的。但我想要相信这些人——我的确相信他们，胜过相信自己。于是我拿了拉夫倒出来的两粒药片，然后伴着托马斯递给我的一杯水吞了下去，这么一来我的体内混合了两种现存最强的精神类药物。在神经突突地跳了半小时之后，PCP开始起效了。

LSD将一切都打开了，包括迅速增长的知觉中最微小的细节，一层又一层，犹如一朵精美的曼陀罗。由于没有5羟色胺过滤器来调节输入流，外部世界变成了闪闪发光的星系。之后PCP随之而来，它将一切关闭，关闭我们脑中那些将外部世界连在一起的协调活动，将其成分分散成无感知的混乱状态。那么当你关闭了这么多信号之后，信噪比会发生什么变化？你会得到大量的噪音，而且此时噪音伴随着5-羟色胺未过滤的剧烈消耗迅速增加。这可能是因为边缘-皮层环路变成了一个封闭的反馈环路，不断增加自身的噪音。知觉输入、内省、运动演练都被关闭了。世上发生了什么或你选择用什么方式应对它都已经无关紧要了。与LSD的促进作用完全相反，PCP注重的是内部。这种自我增强的对内部世界、本能世界的表征，正是当下细节的分支处。每个内部产生的图像都变大了，有了可怕的意义风格。由于NMDA受到了阻碍，没有新的信息进来，这就是为什么这个环路越来越封闭。原本就在我体内的意义涌入了意识，而它们的默认主题就是我。这里的每个人都是为我存在的，托马斯、拉夫、吉姆，约翰、南瓜，他们的每一句话、每一个姿态、每一个眼神都是为了我。LSD的深奥之处在于世界之美，而PCP的深奥之处在于粉饰自我：占据自我的情感世界和神一般的形象。这十分接近弗洛伊德的本我。但是这个本我现在有十层楼高，而且霓虹闪烁。

地毯上华丽的图案变得厚实、汹涌，并随着内在节奏有规律地跳动着。PCP将LSD的世界分解成巨大的暖流，凝聚在个人意义的池中。我的脑中有种震耳欲聋的咆哮声，我几乎坐不直，我的思维自我折叠起来。我能感知到自己的颈肌僵硬萎缩，但我的情感世界向外延伸，一波感受的浪潮将我与房间里的每个人都联系了起来。我难以相信我与托马斯在一起感觉多么舒适，拉夫多么值得信任，南瓜多么性感.....触摸、拥有、被拥有的冲动是内心深处翻出来的禁忌。拉夫和南瓜如此美丽，汤姆如此温柔，他们都爱我，他们都深深地了解我。而我也爱他们每一个人。

这时我感受到了南瓜的手在深深地按摩着我，以便让我平静下来，像是在安抚一个孩子。然后我倒在这双手里，它们如此了解我，触摸着我身体的每一个细胞。我呼出气来，然后让手伸进去，深入内心，抚摸我的核心。这些年我一直在等待她，而现在她终于在这里，和我在一起。我想要她，我从未像这样地想要一个人。

凭借水晶般的精炼LSD，嵌着PCP共鸣般的悸动，我彻底迷失了。我大哭着。拉夫揉着我的肩膀，吉姆握着我的脚，南瓜一边抚摸我一边在我耳边喃喃细语。他们是我过往生活的同伴，始于时间之初。我早就把警察忘了，我想和三人组永远在一起。

## 第八章 海洛因，三人组，死亡之眠

十八岁时，我的人生就像是弹簧跷跷板，好事与坏事在它的两端保持着平衡。好事包括托马斯和他那帮怪朋友、苏珊和她给予的性的惊人快感，当然还有三人组！好事也包括加州阳光、公园里捡起的飞盘、让我学到新知识和进行智力探索的大学课堂以及让我对音乐更加入迷的音乐会和即兴演奏；此外，好事还包括服食致幻剂后的异样风情。毫无疑问，我对毒品的依赖已经非常强烈了，但仍然会有极致美感的时刻。从附近的高处向伯克利山上的树看去，它们枝干交错，仿佛流动着的生命，织成了一片绿毯。这些知觉的光晕为这个世界重新涂上了绚丽的色彩。这个世界我在泰博的两年多时间里曾变成了灰色。而通过毒品，甚至有时不需要通过毒品，我开始有了连接的新奇感受，不只是与苏珊和三人组的连接，而是与整个大地的连接。它让我自身的局限与树木、风、大地、海洋连接在了一起。

然后是坏事，坏事里最主要的是挥之不去的孤独感。我在秋天经历的暴力事件以及我最近体会到的警察的残忍，映射并强化了我内心的暴力，残酷感在自我认同的核心处聚集。我并不理解这场骚乱的实质及其存在的原因，只是偶尔能分辨来自内心的声音。谴责：对自己，对他人——谴责贫困、贪婪、软弱和不可爱。大多数时候，我只是感觉到.....不对。我讨厌一个人待着，我无法放松，我的注意力被逃离的机会拉走，逃出去找到更大更好的过山车，离开地面，冲向太空。每当太阳落山留下我孤身一人时，焦躁不安就从内心的某个裂缝中涌了出来。当苏珊不在或很忙的时候，当托马斯在戴安娜家的时候，当三人组忙于他们的事情的时候，当这里只剩下我一个人的时候。

坏事还包括旧金山父母家中不祥的抱怨声。情况挺严重的，但是，



和在多伦多时一样，他们没有透露任何信息。无论在那个房子里发生了什么战争，我们都看不见也听不到。我们家的每个人都不明白自己感受到的是什么。我会不时跑回旧金山吃一顿家常便饭，但餐桌上的沉默让食物都变得索然无味。餐桌上是沉默的，客厅里是沉默的，大厅里是沉默的，紧闭的房门里是沉默的。而当第二天早上房门再次打开时，依然是沉默的。我通常很开心能回到伯克利，在这里，我生活中的困惑至少呈现出浓烈奇异的色彩。在我尝试新而强劲的毒品时，我的夜晚被搅起了泡沫，黑暗却又放射着光彩。

我一有空就去拜访三人组，我觉得我像是他们的孩子、他们的信徒，甚至是他们的宠物。有时他们会赶我走，但通常他们会让我留下来，和他们一起吃饭、聊天，一起躺在床上，听他们喜欢的柔软、低喃的音乐。拉夫对我和蔼又严厉，像一个慈爱的父亲，他会试图在自我提升的方面教导我——学会淡定和喜欢自己多一点——通过我半懂不懂的寓言意象来指出我的问题：“马克，想要明白你在找寻什么的唯一途径，就是不再拼命找寻。”南瓜总是对我很温柔，但我很少与她独处。我也没和吉姆在一起待很久，我很喜欢他，而且我觉得我嫉妒他。我从未被邀请加入他们三人组的性活动，而且我也从未能完全理解他们。有时他们三个人一起在同一张大床上过夜，有时是拉夫和南瓜，有时是吉姆和南瓜，有时是拉夫和吉姆。我觉得拉夫和南瓜是主要的一对，像是国王和王后，但是并没有任何等级或领域的迹象。他们极度谨慎。有一次我在他们大床旁的地上躺着过了一夜，他们三个人在床上抱在一起。尽管我很好奇，但那一晚什么别的事都没发生。可我对于保持懵懂是心满意足的，毕竟，我只是他们的小狗，舔食着他们的爱，像是舔食着从餐桌上掉落的剩菜。

他们住在伯克利北边的一栋房子里，离我的公寓有点儿距离。那是一栋挺大的一层高的房子，中间有个走廊从前门延伸到后面的私人套房。走廊前面两边的几间房似乎是三人组的领地，后面的房间被一个叫“不不”（No-no）的人占据，我花了一阵子才理解这个名字。不不会

随时突然出现，穿着浴袍或者某种睡袍，他从来不穿正常衣服。不不身材宽厚，但也不胖，脸上没有胡子，黑头发长而柔顺。不不说话带着女低音，是女低音，不是男高音，因为是像女人的声音。但不不并不是女人，至少我基本肯定他不是，但也没法把他当成一个男人，他/她是无性的——或者说是双性的。这自然让我有点儿紧张。不不和我打招呼时会发出一种猫叫般轻柔的声音，每次发声似乎都在暗示着“到这儿来”之类的意思。这让我产生了强烈的远离却又离不开的冲动。不不——他的名字反映出几分我看不透的柔软禁忌。

你可以说这里是怪人之家，但对我而言，这是一个超级温暖的房子，一种神秘又神奇的爱与性和不可告人的秘密的混合物，它吸引我、震撼我、支撑我。我从未能够属于这里，如果不算陌生人的话，我一直都是拜访者。然而我在这里感受到了关心——尤其是拉夫和南瓜的关心——某种程度上触及了我孤独的核心。而当三人组有其他事情时，就是我离开的时候。

一天晚上，一个叫本（Ben）的男人来访。我之前见过他，我知道他是三人组的毒品供应商，他所提供的毒品之一便是海洛因。本向我淡淡地微笑示意他是来提供毒品的，我毫不犹豫地加入了。

三人组有阴暗的一面，而我马上要了解到了。拉夫是个严重的“瘾君子”，这意味着身体依赖，每日吸食，以及随之而来的所有灾难性后果。我不知道他何时开始吸毒的，吸多久了，他看上去不像是那种人。不过他的体弱多病，暗示出他为了保持完好而进行了长久的挣扎，仿佛他的人生悬在某个不可避免的悲剧之上，等着将他吞没。也许三人组和他们的爱是拉夫的治疗方案，是他的支持系统；也许他们存在的唯一目的就是让拉夫远离复吸的怪石嶙峋，有时候我会这样想象，可是拉夫好像经常复吸。我从未完全弄清楚拉夫多久吸食一次海洛因，这种偶尔的吸食应该算作一种完全的堕落还是只是.....一个弱点。他不和我讨论这些，也不和其他人讨论，不过也没人向我隐瞒这一点。在三人组奇异的

开放式信条里，海洛因的存在是被允许的，它像个恶鬼，对我来说有着强大的吸引力。

在我看来，海洛因是勇气的勋章，是通往内心的仪式。我不想成为一个“瘾君子”，但我想试着吸食几次海洛因。如果说我不能在性的方面加入三人组，不能天天与他们待在一起，那么我至少可以跟随他们走上这条黑暗的道路，哪怕只是中途加入。

本来了一个半小时之后，我在大厅里遇到了拉夫。他正从浴室出来，迈着沉重的步子，双眼低垂。他抬头匆匆看了我一眼，他完全明白我想做什么，我也知道他明白。他的眼神某种程度上是轻蔑的、同情的，同时还很难过。他为什么不阻止我？我看向别处然后继续走，我走进宽敞而且灯火通明的浴室。本刚刚注射完，他似乎很放松，但并不恍惚。他是个熟练的“瘾君子”。

“你想试试吗，小马克？”出于某种原因他们这样叫我。

“想啊。这个多少钱？”

“拉夫同意吗？你不觉得我们应该问问他吗？”

“拉夫看到我进来的，他知道的，没关系。”此时我最不想做的就是去请求准许。我只是想吸一口，想越界，想失去最后的节操。

“像你这么轻的体重，我觉得吸个7块钱的吧。”

我知道海洛因是恶魔，它恶名昭彰。托马斯会怎么想？他大概会说：“你要注射海洛因？海洛因？你怎么不干脆去躺在卡车前面呢！”但我没预料到我会那么喜欢它。海洛因难道不是一种镇静剂吗？让人睡眼惺忪、昏昏欲睡的毒品对我来说没有吸引力，而且要用针头什么的很恐怖。我看着本准备着，他用指尖捏着针头，一根小小的金属刺连着一个看上去像滴眼管的东西。他把它放在点燃的火柴上，然后从汤勺里吸某种液体到滴眼管里，液体是浅棕色的。他拿一根带子紧紧绕着我的胳膊。

膊，并且让我自己拉住。接着我感觉到胳膊上有针刺入。我看到针头里有少量的血，然后我看向了别处，因为这场景让人既厌恶又害怕。我不知道通过这个细金属管向我体内注入的东西是什么。

我又开始了熟悉的等待。我已习惯于等待毒品起效，但这一次没有等待，十秒钟之内世界就开始变化了。我周围的东西，灯火通明的浴室里的墙，就连空气本身都突然旋转起来，而这个旋涡的中心就是我。我是这个旋转世界的漏斗，不断下沉，下沉，直至地面。消失的同时却又融合着，如此丰富。我完全处于当下，完全静止，却又在下落。我的身体变得巨重无比，像是一个浓缩的物块。但这种重量不是身体上的，而是结合了身体的舒适和情感的愉悦，像是一股暖暖的糖浆。没有睡意，也没有困倦，尽管我踉踉跄跄而且不得不坐下，但有种午夜般的清晰。重力和失重同时发生了，而我是处于这一切的中心，在我之外，没有东西存在。本在远处的某个地方，在房间的另一端，他咧着嘴的笑脸仿佛从别处注视着我。

天然阿片类物质——我们自己大脑所制造的那些——在位于脑干上方的化学指挥中心下丘脑中产生，它们会被传输到大脑的众多其他部位，如脊髓、胃部和皮肤等身体部位。阿片类物质构成了神经肽化学家族的一个分支，而神经肽化学家族被称为“情绪分子”（molecules of emotion）<sup>[22]</sup>。神经肽可以告诉你在你的情感世界里发生了什么。在很大程度上，它们就是你的情感世界。它们让你感受到自己在愤怒、激动或相爱时的感觉。阿片类物质是最重要的神经肽之一，没有它们的日常支持，我们的大脑无法正常运作。但此时在我的神经通路中流动的这些分子并非来自于我的下丘脑；它们来自于墨西哥的某个毒品工厂。怪不得人类已经学会了制造与天然阿片类物质具有相同功能的分子——出于它们所能带来的利益。

天然阿片类物质包括“内啡肽”（endorphins），因跑步者在公园里长时间慢跑就能产生而广为人知。但要注意的是，阿片类物质还有更多

更重要的作用<sup>[23]</sup>。它主要有三重功能：一是缓解疼痛或压力；二是产生愉悦感或幸福感，为实现目标提供能量；三是利用上述两种感受或其一——缓解或奖赏——作为人类依恋的情感货币。母乳中含有阿片类物质，对于药物成瘾来说这似乎是一种原罪。婴儿喜爱阿片类物质，并且也喜欢他们的母亲，是因为这些分子给人提供了温暖感和安全感。当父母或爱人进行安抚的触摸时，依偎拥抱时，甚至玩耍时，人体都会产生天然阿片类物质。而在面对疼痛、恐惧和创伤时——无论身体上的还是心理上的——人类和许多其他物种也都会产生阿片类物质。当我们受伤时，无论是由于焦虑、孤独还是创伤，阿片类物质都会抚平我们的伤口。可是怎么会这样呢？很好的事和很坏的事——母亲的拥抱和摔断的腿——怎么会产生同样的作用？似乎阿片类物质中产生好感觉的功能是首先进化出来缓解疼痛的，后来为了其他目的被借用了。这就是进化的经济性：供应是有限的，要最大限度地利用。但是还有另一个谜团：阿片类物质让你感到安全、温暖、有能力——这到底是缓解疼痛，还是愉悦？可能在哺乳动物中，缓解作用是感觉良好的主要成分。不管怎样，自然选择找到了赢家：将缓解疼痛和愉悦揉合成了一个分子。另外，阿片类物质的进化可以追溯到1.5亿年前，而相似的分子在罂粟花中被发现才只有几千年。真是意外发现。

阿片类物质至少有两种方式让你感觉良好。第一种方式是，抑制由疼痛或压力所激活的神经元活动。这些神经元遍布全脑，如脊髓——疼痛最早被加工的地方、脑干、脑岛——疼痛和其他感觉被感受到并进入意识的地方，杏仁核——协调情绪反应的地方，甚至还有前额叶皮层——评价世界和执行的地方。为什么我们在如此多的地方都需要阿片类受体呢？因为我们从生理到心理有着许多层次的疼痛和痛苦，痛苦是一个复杂的过程，它实际上是通过全脑构建起来的。大脑不仅布满了阿片类受体，而且它们的密度沿着脑干到负责意识思维和感受的皮层区域不断上升。这意味着痛苦的层次中最易受到阿片类物质缓解作用影响的是心理层面，而非感觉层面。

阿片类物质让你感觉良好的第二种方式是通过瞄准特定脑区内的受体：纹状体。前面介绍过，纹状体是产生动机、前进推力、需要和欲望的地方，曾在我想象丽莎在纽约等我时在体内被强烈地激发出来。欲望被多巴胺点燃，而多巴胺通过纹状体得到释放。但欲望不等于愉悦。根据一个重要的理论，“需要”和“喜欢”是不同的心理状态，有着不同的神经加工过程<sup>[24]</sup>。阿片类物质产生喜欢——愉悦感或幸福感，而多巴胺产生需要——欲望或吸引的感受。这两种神经化学物质都在纹状体内产生作用，纹状体内有它们各自的受体。而由于它们是邻居，从解剖上来说，这些受体的位置利于它们进行合作。

纹状体情绪环路的能量似乎就是来源于阿片类物质产生的喜欢和多巴胺产生的需要之间的亲密对话。与它们的镇静作用相反，阿片类物质实际上增加了多巴胺在纹状体内的流动，它通过缓和抑制多巴胺流动、实际上也是多巴胺产生地的腹侧被盖区起作用（见本书图3）。因此，在感觉良好的神经结构中，多巴胺的兴奋与阿片类物质的舒缓结合在了一起，这种合作关系是“奖赏”的基础——心理学家将一切让我们感觉良好且想要更多的东西称为“奖赏”。正是这种阿片类物质和多巴胺的组合开启了那晚我在希普三人组浴室里积极情绪的浪潮。然而这种合作关系还有比给予幸福感更加重要的任务：它让我们追求一些事物，它有进化学意义，即一切感觉良好的事物都应成为被追求的目标。而且为了激励对目标的追求，喜欢和需要必须联系在一起。首先你有了良好的感觉，然后你才想要更多。在大脑的层面，纹状体中的阿片类物质产生了幸福感，但随后它们引起了多巴胺的释放，提高了当前呈现在知觉中的事物的吸引力。天然的好东西比如食物和性，自然遵循着从喜欢到需要的发展规律：感觉良好——想要更多。但无论是先天还是后天的好东西，都是由阿片类物质促进多巴胺释放，点燃欲望之火，使得动物为得到满足开始行动。这就是一个简单清晰的学习的基础化学过程，即学习什么东西让人感觉良好以及如何更多地得到它。不过这也有消极的一面：滑坡效应，强迫性重复——它们构成了成瘾。换句话说，成瘾是一种变坏了



的学习。对我来说，这套神经化学把戏在未来的几年里给我带来的痛苦要远远大于愉悦。

海洛因比吗啡强劲很多倍，而吗啡已经比我们自身产生的阿片类物质强劲很多倍了。海洛因激活了所有相同的受体部位，从脊髓到纹状体到皮层，渗入了我从身体到心灵的每一层。这些受体部位本来是用于响应阿片类物质分子的涓涓细流，而非滚滚洪流的，因此此时落在我阿片类受体中的这群分子的影响远远超出了进化的预设。我的脊髓和脑中高度紧张的神经元首先降低了激活率：我的双腿感觉沉重，而且我的唤醒水平急降，只剩响亮的背景音；我的杏仁核中快速激活的细胞减速成满意的低喃；边缘系统和皮层中的神经元改变了它们的节奏，摆脱了周围的神经元，那些神经元被调整为响应对孤独的压力，对抑郁的恐惧；报复行为的迫切威胁——来自拉夫，来自我自己内心的声音，来自父母——他们必然会对我的所作所为进行谴责。我不再担心，所有威胁都被瓦解了，到处都不再有危险。而在我的纹状体中，阿片类受体的海绵浸满了海洛因，关闭了抗争的需要，打开了幸福的感受，而且暗中加速了多巴胺泵，给这黑暗的湖覆盖上了一层吸引力的电光，这一刻被喜悦点亮。而很快多巴胺会将兴奋推进成欲望，将欢叫推进成渴望，在我的细胞中留下持续不断的饥饿感。

这时，眩晕的影响消失了，我只感到一波舒缓的平静和解脱感，那种感觉像是母爱的成百上千倍。这个强有力的母亲用她的双臂环绕着我，用她的温暖和养育紧抱着我。我因那对于不公的无所不在的嘘声而感到解脱，我灵魂中每个情感伤痛，每个挫伤和疼痛，焦虑本身的背景噪音，都浸在了难以置信的强大慰藉中。寂静发出悦耳的声响，即将到来的来自内在和外在的伤害、危险、攻击都被冲走了，我的阿片类受体被它们唯一的食物的巨大体量噎住，向接收它们的细胞体发送命令。这些细胞的活动在许多地方都减弱了，消失了，几乎是抵消了。而在几处特定的制造愉悦的地方，细胞活动却增加了。



我慢慢地沿着浴室的墙向大门走去，时间变得完全属于我自己了。和服用LSD不同的是，它不会瓦解；它像太妃糖一样延展，缓冲我的思维并延伸出伪足——印象和清醒梦。拉夫在那里，那张如此令人心碎的悲痛的脸现在似乎变得友好甚至阴险。我们彼此问候，像是动画片里的人物，像是一窝小狗——他是大哥，恼怒却又宽容、从容不迫；我是那个坏孩子，不知为何在这个场景中出现在他身边，觉得他在这个陌生的世界里是熟悉的——我们是过往的自己的漫画版。我们的对话毫不费力却又毫无关联，开着肤浅的玩笑，穿插着长长的停顿，在停顿中我们忘记了彼此，转而沉浸在自己私人的幻想里。终于我信步走入客厅，坐了下来，然后凝视着笼罩在这房子上方的梦幻般的迷雾。没有路可以出去，现在没有，可能很长一段时间里都不会有。而这对我来说无所谓。

每隔两三周我就从本那里买些海洛因，通常是在他来看三人组的时候，但也有几次是我私下约他。我有了自己的针头，这样我就不用借别人的，也不用担心针头所带来的风险。我学会了如何清洁针头以及如何保管它，我学会了如何在胳膊上找到最适合注射的血管。我试过注射不同的血管——胳膊上、手上，甚至是脚上的血管——有时会造成大块的瘀青，因为液体没注入血管，而是留在了皮肤和肌肉的空隙中，这会让皮肤青一块紫一块。我从来不把袖子往上卷。我喜欢把海洛因放在勺子里加热并通过一小块棉花把它抽到针头里的过程。我再也不让本做准备工作了，我都自己来。之后当我成功刺入血管时，混杂着舒缓和疯狂的兴奋感随之而来，看着我自己鲜红的血液回流，然后把针管里的液体推入到我的细胞之中，这个过程某种程度上仍会让我反感，但每次反感都在减弱，接着没过多久反感就变成了着迷，而着迷又变成了吸引。但是除了兴奋本身带来的愉悦之外，我还充满了某种自豪。现在我确实实地成了一个坏男孩，玩着最强劲的毒品。我被引诱进入了黑暗社会的秘密处，而现在我掌握着它的钥匙。

有时候我和拉夫一起注射，不过通常他还是习惯独自注射海洛因。我有时和本一起，有时独自一人，在自己的公寓里，或有时在亮着灯的

门口，陶醉在这不正当行为之中，让去甲肾上腺素上升引起的焦虑和兴奋与其他神经成分混合在一起。有时我会吞下酶斯卡灵或迷幻蘑菇胶囊后吸食海洛因，让迷幻的图案排列在麻醉剂镇静作用的梦幻世界中。我的主要目标是成为一名大厨，利用全新大胆的菜谱调制出我内心世界的滋味，不仅仅只是像我在泰博时学会的那样将我的感受切换到可承受的状态，而是要选择出一种最适合我心情和意图的状态。这似乎是一项杰出的成就，然而它的背后是意义更为深远的胜利：完全自信我可以让自己感觉开心和自由，不需要依靠任何人，不需要与任何人或事合作——不需要征得同意。

这几周我连续去拜访三人组，我的新爱好似乎没有引起他们的警觉。又怎么会呢？他们比我所认识的任何人都更能通过操控自己体内的化学过程来掌控自己的人生。

在我眼中，卷入毒品使得他们更迷人，更让人钦佩。我并不清楚他们所吸食的毒品种类以及他们与这些毒品的亲密关系将不可避免地带来灾难的情形。

一天晚上，我首次瞥见了那即将到来的厄运，我目睹了发生在拉夫和吉姆之间的一次可怕的入睡仪式。很明显那一晚是拉夫和南瓜睡，而吉姆一个人睡。吉姆上床时，其他人还在走来走去，但他想向拉夫要个特别的晚安。我在门口看着，他们可能甚至没意识到我的存在。拉夫不知从哪掏出一个注射器，吉姆伸出手臂，他的眼中闪烁着幸福的信任。拉夫让吉姆握拳，他照做了，这样就不需要绳子或带子绑住了。拉夫找到了血管然后温柔地将针头刺入。针头里混合了吉姆的血液和某种清澈的液体，接着吉姆的全身随着一波波的生理舒缓而起伏着，他的头倒回枕头，眼睛轻轻合上。我最后注意到的是他的笑容，那晚在他眼睛合上很久之后还挂在嘴边。拉夫准备离开房间时抬头看见了我。即便他被我的出现吓了一跳，他也不会表现出来。

“那是什么，拉夫？”

“巴比妥类，速可眠。怎么了？”

“可是为什么，为什么他需要这个？”

“它能帮助他入睡。”拉夫敷衍地回答。他没心情谈及通过注射让人入睡的美与丑，但他肯定看出了我的震撼和惊愕。

“没事的，小马克，不是每晚都这样。这样是.....有点儿特别。他只是.....喜欢这样。”

有一阵子我淡忘了吉姆的午夜告别，生活继续着。我一直努力尽我所能地到达兴奋。之后的某一晚，兴奋的浪潮停止了。那是1969年的夏天，在那个星期里，我像是执行任务般吸食尽可能多的不同种类的毒品，一种接着一种，它们的药效叠加堆积。我在一个朋友的家中与几个哥们儿一起吸了大麻和鸦片，那里有乐器，我大半个晚上都在玩音乐，然后又吸了致幻剂：酶斯卡灵和羟基二甲色胺，即迷幻蘑菇的合成物。我通常每种吃两片。我肯定还吸食了一些甲基安非他命<sup>[25]</sup>，因为我一整晚都极其兴奋，甚至延续到了第二天。第二天傍晚，我转移到了三人组那里。我在那儿闲逛，神志恍惚、睡眠惺忪，但还是想吸毒。事实上，对毒品的渴望随着夜幕的降临变得更加强烈，因为我已经兴奋了太久，以至于我无法让自己结束。我不想投降，也不想自己一个人回家。除此之外，一种灭绝身体的暗流开始渗入我的意识。我感觉很不好，但唯一让自己感觉好点的方式就是吸食更多毒品。就在这时，本出现了。

起初拉夫假装说本是空手来的，只是来看他们。但当我闯入浴室，看到他在准备器具时，拉夫变得很固执。“离远点，小马克，别这样做。你已经嗑太多药了。”

“但是.....”

“没有但是！你还没睡够36个小时，没人知道会有什么后果。”他从未看上去如此严厉过。

“但是，如果我只吸一点儿.....”

“你没法判断。没人知道——”

“我知道！我非常善于弄清楚我需要什么，而且——”

“听着，我要求你不要这么做，就算为了我。”

他不停地走来走去。是绝望，还是厌恶？他是不是在我身上看到了他自己的毒瘾，然后对我感到厌恶？还是源于拒绝我的虚伪？抑或他只是意识到了我狂热的决心然后决定听天由命？

我已下定决心。那晚我真的只剩下一一种毒品还没尝试，而它就在那里，在隔壁房间。半小时后，我避开拉夫走到浴室，本刚好在收拾。我不得不求他。我不知道那晚有多少人，有几个三人组成员曾请求过他的帮助。他似乎已经分发完毕了，但我是不会轻易罢休的。

“拜托了，本，就给我吧。如果你要走的话，我自己可以注射。”他卖给我价值10美元的货——量不大。我想小心一点，拉夫的警告言犹在耳，只是还不足以产生影响。

本帮我注射了。出于好意，我感谢了他。在他绑着的地方，我手肘上方的胳膊已经麻木了。然后他准备好了，我把手伸过去，伸向海洛因，除了完成这个动作之外完全没有考虑任何事。我只是想让它注入我的体内。

等到我再次有意识时可能是几小时或几天后了。我想不起本，也想不起海洛因，至少起初如此。我躺在浴缸里，身上几乎没穿衣服。拉夫、南瓜和吉姆都在，低头看着我，他们的脸上夹杂着愤怒、宽慰和友爱的表情。

“怎么了，哥们儿？”我的声音是嘶哑的，字词都糊在了一起。“为.....为什么我在这儿？”

“你毒品过量了，马克。”拉夫的声音极其严厉。“我们以为你死了。我们刚才在讨论怎么处理你的尸体，我们在想要去哪儿找足够大的袋子。”他无情地看着我，他警告过我。

“噢，别这样，我没死，不是吗？”我含糊不清地说。

“你的心跳停了好几分钟。”南瓜说。

“这不是开玩笑。”拉夫接着说，“如果我们没把你扔进来洗个冷水澡，你就这么过去了。”

“可是……水是热的……”

“不，你觉得是热的，因为你的体温太低了。你刚才死了！”拉夫不断地重复，我想是为了震慑我，让我害怕，仿佛这样就可以抹掉之前发生的事。但我没听进去，我的神志非常恍惚。我镇定而冷漠，对好消息或坏消息都无动于衷。我不了解事情的全貌，他的描述准确吗？呼吸抑制是麻醉剂服食过量引起的，而冷水并不能有助于呼吸，实际上它还会让情况更糟。我的脉搏肯定变得非常微弱，但它大概还没有完全停止。不过在接下来的几年里，我接受了三人组的说法，而且每当想起这件事，我就感到深深的羞愧。

我被带到另一个朋友的家中——戴夫（Dave）还是谁？他不是很亲密的朋友，但是个愿意帮助我的好心人。我不知道为什么我会被带到那里，我想可能是自己被嫌弃了：三人组想摆脱我。戴夫联系了某个附近的戒毒诊所，他们立刻派了人过来。接下来的一两个小时里，一个自以为是又冷漠无情的年轻男子坐在我对面用言语指责我，因为我所做的傻事、我给我的朋友们带来的焦虑和痛苦，以及我的全然不负责任。“你就那么不在乎你自己吗？你认为生命就那么贱吗？你愿意为了爽那么几小时而放弃生命？”他在说“爽”的时候嘴唇紧闭，仿佛他都无法说出这个词，而我坐在厨房桌子旁的长凳上，听着他的辱骂。我不明白这一切有什么意义。戴夫后来告诉我，那人是想让我生气，想唤起我的战斗精

神，这样我就不会再次回到昏迷状态。愤怒会引发源自下丘脑的一波激活，点亮全身的交感神经系统，而由此产生的肾上腺素流能够敲击沉睡的心脏，或让麻木的肺部恢复活力。也许这种方法是有效的，但我没有感受到愤怒，也没有任何其他情绪。相反，海洛因和其他毒品的混合带来一种旋涡般的如梦似幻般的状态，在幻觉的边缘保持平衡。不管怎样，他们让我去四处走走以及保持运动。

戴夫家里住着一个年轻女子：她叫蒂娜（Tina）——苗条，穿着皮衣，我觉得她很性感。她主动提出陪伴我、照看我。于是我们沿着伯克利的人行道散步，我分辨不出我们走了几分钟还是几小时。我沉浸在一种厚重、温暖的云里。我们理应一直走，直到镇静作用开始消退，但我很难去监测自己的生理状态。在漆黑的街道上，清醒和做梦之间的那条细缝通向了一个奇异景象的世界。我看到了一辆装饰着古老符号的金色战车，一对巨大的狗拉着它从我们身边的街道经过。我紧紧地拉着蒂娜的手——然后看向别处。我从未如此兴奋过，兴奋得可以虚构出视幻觉的细节。但我并不懊恼，我已经经历了某种高峰体验，我已经尽我所能地到达兴奋的制高点，我不想再去更高处了。

几个月后，三人组结婚了，当然，是非正式的结婚。大概有30多人见证了他们的婚礼，我是其中之一，婚礼由某个借鉴了不同宗教咒语的看上去像牧师的人主持。婚礼仪式在伯克利山上蒂尔登公园（Tilden Park）里高高的草丛中举行，到处都是雏菊：草地上、南瓜的头发上。拉夫、南瓜、吉姆穿着纯白的衣服，美得令人难以置信，甚至令人心痛。南瓜头发上的雏菊编成了环形的发带，对我来说这是他们结合的终极象征。接下来的几个月里，我再也没有见过他们，也没听说过他们的消息。我不知道为什么，是因为他们生了我的气，使我们的友谊出现了永久的裂痕？是因为我的叛逆？因为我之前与死神擦肩而过？还是他们在保护我远离毒品的侵蚀，远离这个不可避免地贯穿于他们生活之中的东西？

我服食毒品过量的经历还不足以让我彻底脱离硬性毒品。但它的震撼让我开始小心谨慎，我向自己保证我会远离海洛因和针头。某天晚上我默背这个承诺，尽量给它灌输足够的重量，逼迫自己相信它。出现在我眼前的任何毒品，只能通过嘴、鼻子或肺部摄入——而不能通过我手臂上的血管注入。甚至，在承诺一年之后，我在吸毒时仍保持着某种小心翼翼——一段时间内都是如此。

我和三人组再也没有恢复联系。我曾碰见过拉夫一两次，然后就没有然后了。也许我们道了声别，也许我们只是停顿了一下。

然后，两年后，我听说了让三人组支离破碎的可怕悲剧——吉姆吸食了过量的巴比妥类药物。他在某处一个人注射，然后因自己的呕吐物窒息而亡。我不知道谁告诉了我这个消息，但我没有怀疑。三人组会遇上这种祸事几乎是不可避免的，至少在我眼中，他们都过于美丽，过于充满瑕疵，以至于无法在这世上存在太久。吉姆死了，那拉夫和南瓜呢？传言说，拉夫最终去了某个精神病院，他出院后就和南瓜结婚了，这次是正式的结婚。我没有试着去找他们，我也没法将拉夫和南瓜视为传统意义上的夫妻——只有两个人的三人组。我无法想象吉姆已经死了，而我也不愿去想失去他会让拉夫多么撕心裂肺，因为拉夫是爸爸，是负责人，或者说是离此事最近的人，是拉夫允许了，甚至主动要求了一种沉浸在最具毁灭性的毒品中的生活方式。我无法想象自此之后这段三角关系中的一方所充满的内疚。

三人组是脆弱的，他们知道自己无法长久地维持下去，但是他们所依赖的用于缓解他们的焦虑、对于失去的恐惧的毒品，变成了葬送他们的东西。它们差点儿也葬送了我。



## 第九章 沉沦

1970年3月，大二的第二个学期，我退了学。我几乎没怎么认真学习，我的成绩太差，已经处于留校察看的状态，这预示着一旦情况变得更糟我可能会被开除。对此我并不引以为傲，但我也没因此而奋发图强，于是我决定休学。我去了一家保险公司做货品管理员（正式头衔：盘存员）。我整天填表、查表、寄表，然后每天去满是女秘书的四层楼里送公司内部便条。苏珊渐渐淡出了我的生活，取代她的是一个又一个新女友。这些感情经历几乎谈不上是爱情，但我却从中了解了些关于女人的事，学会了如何结合性与友谊，而且我也意识到了自己不喜欢独处的事实。我买了摩托车，一辆凯旋500，我一直修理它，把它擦亮，对它爱护有加。我开始练习吉他，夏天的时候，会和迈克尔一起在旧金山的街角弹唱，主要是因为它所带来的快乐而不是为了游客扔进我们帽子里的那几块钱。之后，如果没人陪我过夜，我就骑车跨过海湾大桥回到我在奥克兰租住的地方。

我父母已经分居一年多了，他们的婚姻仿佛对加州的空气产生了过敏反应，对这个地方纯净而明亮的环境过敏。在离婚后的几个月，妈妈把她的新男友介绍给我。他们现在在伯克利同居，住在一个粉刷墙的公寓中，发自内心地审视着他们奇迹般的关系。爸爸在旧金山中部的布罗德里克街（Broderick Street）租了一间单身大公寓，公寓宽敞明亮，但是在我看来这间公寓最与众不同的特点是窗外的景色：白天蒸腾的雾气，夜晚光环笼罩的路灯，暗示着这个难以捉摸的城市的未知奥秘。

在从妈妈离开的震惊以及被其他男人所取代的刺痛中恢复之后，爸爸开始出去约会。我和迈克尔都为他感到骄傲：他会带女人回家——一

个维持几个月，然后另一个又维持更久的几个月，再下一个。他是从哪里学来的？这些女人看上去都很有魅力、热情又风趣，我和迈克尔对此是认可的。只要一有机会我就去旧金山看他，有时和女友一起，有时自己一个人却很渴望有人陪伴。周末的早上，我们三个——三个男人——会在早餐桌前拿各自的光辉事迹开玩笑。我们在学习表现得酷一些。

公寓里有一间房间的四壁都覆盖着扎染布艺，门口挂着珠帘，天花板下面悬着下垂的华盖，正中间悬挂着华丽的铜灯。房间里唯一的家具是一张小木桌，就摆放在铜灯正下方，上面放着一个大型水烟壶，周围摆了很多彩色坐垫。我们把这间房间称为印度房，偶尔在我们都在的晚上，我们会聚在这里一起抽大麻。当我们无话可说时（通常用不了多久），我们就每人拿一叠坐垫然后向后倚着，舒服地躺下，听着从藏在布艺墙后的音箱里传出的拉维·香卡（Ravi Shankar）<sup>[26]</sup>的西塔琴<sup>[27]</sup>（sitar）音乐。这音乐进入了我的皮肤，出乎我的意料，它预示了一段最终将我带往加尔各答（Calcutta）<sup>[28]</sup>蜿蜒街道的旅程。但此时它只是我们杂乱无章的思绪的背景音乐。

迈克尔搬进公寓和爸爸住了大约一年。但是九月的时候，他离开并搬回了多伦多，他在那儿找到了一个大师，然后开始练习奇怪的让他皮肤苍白且胡言乱语的超自然仪式。大概就在那时，爸爸遇到了康妮（Connie），这次他终于足够爱她并且和她在一起了。她在大苏尔（Big Sur）长大，被天主教会学校开除，而且好像现在旧金山有意思的人中，有一大半她都认识。我们也很喜欢她。又过了几个月，他们宣布了结婚的打算，他们准备把两个不正常家庭合而为一。

十一月的时候，我辞掉工作开始学习开卡车。做了10个月的货品管理员后，我终于精疲力竭了。现在我每天下午骑着摩托车到旧金山，在棒球场外的巨大停车场练习开半拖挂车。三个30多岁的黑人，艾克（Ike）、海耶斯（Hayes）、莱克（Lake）——艾海莱（IHL）货车运输组——教我如何在13个前进档中换档。他们出于好心无偿教我，而每

当我漏挂了一档，他们必定会骂我是个没用的白鬼（honky）<sup>[29]</sup>。我想让他们喜欢我——就像我喜欢他们那样，而且我想住在旧金山。没有了之前公司的那些女秘书，我在奥克兰的住处变得越来越冷清。于是我把我的东西都搬到了布罗德里克街，渐渐占据了迈克尔留下的那个房间。

你几乎能听到那个房间的寂静，白绒地毯无缝地从一个房间铺到另一个房间，像涨潮的池水一样把每个房间连接起来。夜里我会在房间里来回游荡，被这毫无特色的地毯表面催眠。爸爸通常会待在康妮家，我告诉自己我并不介意——整个公寓都是我的了。我会在印度房的一堆坐垫中入睡，沉浸在香烟、酒，或是某种更强劲的东西之中。

终于，我可以让我海耶斯带我去证件局拿卡车临时驾驶许可证了。可是发证的那个人那天因病没来，而且之后我再也没能让艾克、海耶斯或莱克再休假一上午来陪我拿证。到了1971年的1月，我20岁时，我基本已经放弃做卡车司机了。我彻底失业了，而且毫无生气。

在过去的几年中，我尝试了各式各样的毒品，但一直远离海洛因，可是现在这种想法从心底钻进了我的意识之中。住在旧金山对我来说本应是一个美好的新开始，一个结交朋友和认识姑娘的机会。我羡慕迈克尔和爸爸简单的生活方式，我想象着一种我从未体会过的亲密感，不管是与爸爸还是与其他人。我想要参加聚会，而现在我在这里——却没有聚会。夜晚漫长而空虚，公寓只是个大而空旷的走廊，回荡着那些美好时光的低语，那些我曾亲近过的女人的画面，那些对毒品的思绪以及它们给予的能量。一天晚上，屋外夜色弥漫而我却没有开灯的冲动，在饱受折磨地与自己讨价还价一小时之后，毒品画面的力量达到了某个界限：那个坏的我胜利了（现在我回头看来是如此）——我决定要再次注射海洛因。我一接受这个决定，就知道它已经累积了好几天，甚至是几周，没有经过深思熟虑。我开始到处给人打电话，一个熟人介绍了另一个人给我，最终我得到了一个名叫吉米（Jimmy）的人——一个住在附近的年轻人。

当我第二天见到他的时候，我觉得我可能找到了新朋友。吉米很高，有着黑色卷发，英俊、笑容迷人、自信甚至可以说是毫无防备地展现自我。他无忧无虑而又孩子气，我们开始对彼此产生好感。我们在他的公寓里打发时间，分享故事，然后我直截了当地问他是否有途径搞到海洛因。他快活地告诉我他一直是个“瘾君子”，直到最近才停下来，我不知道该如何反应。他和我一样是上层中产阶级的孩子，我试着不表现出我的惊讶。

“但现在我戒了。”他声明。我们在餐桌旁的木椅上瘫坐着，他的室友进进出出，从冰箱里拿啤酒。

“彻底戒了？”我问。

“对，彻底戒了，已经六周了。而且我不会重蹈覆辙了。”

我点了点头。我觉得自己表现得冷淡而又冷静，掩饰着我的失望。没在六周前认识他真是太可惜了。和吉米这样的人一起吸毒会很有趣。可是.....我在想什么？他曾经是个“瘾君子”，一个成瘾者。“瘾君子”这个词仍然充满了疾病和失败的意味。

一小时后，我们之中又有人提起了海洛因的话题。很可能是吉米，吹嘘着他的光荣事迹、他在菲尔莫尔（Fillmore）的人脉，在那里的白人只有大块头和满身肌肉的，即便是这些人到了傍晚时分也会消失。菲尔莫尔是犹太人区的大街，坐落在旧金山富人区之间。吉米在菲尔莫尔买毒品的事迹一直印在我脑中。我深吸一口气问他：“如果你.....给我.....搞一些，这.....我是说，这会让你有复吸的危险吗？”

“不，绝对不会。你的愿望就是对我的命令。”我以为他在开玩笑或吹牛。我察觉不到他任何的情绪变化，但我自己的心跳在加速。

爸爸和几个医生朋友一起去了瑞士滑雪度假：这是在他即将到来的婚礼前的最后一次狂欢。他把他那辆阿尔法·罗密欧车钥匙留给了我，车就停在街边。吉米绕着车走了一圈，吹了声口哨，然后坐进了副驾

驶。

很快，我们就开在了菲尔莫尔大街上。虽然光线还足以看清，但夜幕快要降临了。我们开着车缓缓经过，可怕的建筑仿佛在瞪眼看我们。一排衣衫褴褛的看上去受了伤的行人在人行道上漫无目的地游荡。

“我们要找谁？”我问。

“我不知道他叫什么.....我只知道他长什么样。”

“你确定我需要30块钱的量？这好像有点.....多了。”

“有点剩余也没坏处，留着明天吸。”

“好主意。”我盯着他。他平静地坐在那里，扫视着人行道。他费了这么大力气只是为了我吗？这好像越来越不可能。我应该告诉他算了。按道理应该这么做，这样比较有道德。是的，我是违背了自己的承诺，决定再次吸食海洛因，但这并没有让我成为一个完全不道德的人。

“慢点！”他喊道，然后又喊，“停车！”我停了车，思绪散乱。吉米二话没说跳下了车。他去了大约十分钟。然后他的脸突然出现在我车窗前，疯狂地咧嘴笑着。快乐涌上了我的心头：这件事真的要发生了，就在不久之后。

我们回到我爸爸的公寓，停好车，然后上了楼。吉米在屋里转了转，点头表示满意。他看起来充满了无辜的快乐和激动，像个孩子。我给他倒了杯喝的，然后他在客厅里的躺椅坐下。我等待着。他把脚架起来然后向后躺，一副无动于衷的样子。我一直等，然后他终于从口袋里掏出了三个小球，向我眨了眨眼。

“可是吉米，你不会.....自己不会注射吧，对吗？”这时我已有了答案，我只是走个过场问一下。“我不希望你.....我不想负这个责任。”

“嘿，你知道的，这又不是说我要重新变回“瘾君子”了，我还是可

以偶尔吸一次，这不会让我成为“瘾君子”。”

我开始以一种全新的方式看待吉米。他身上有某种固有的错误，他以自己想要的方式来处理事情，他根本不关心他现在所说的和他一小时之前所说的是否脱节。终有一天我会认识到这是“瘾君子”一族的一个突出特征：这种人拥有改造现实的惊人能力，可以根据他们的意志来改变现实的形状。

“我们去厨房里注射吧。”他说道。他在操作台上慢慢打开其中一个小球的包装。它们是气球，没有气的气球。当他从缠绕的褶皱纸中将它扯出来时，这第一个气球在一端鼓了起来。吉米将它拉长，将鼓起的那端朝下，然后扯了几次系着口的另一端，好让粘在气球壁上的粉末松动。我递给他剪刀。这时的他很严肃，没有了微笑和轻笑。他在鼓起的一端上方剪断了气球，然后往白色的台面上倒了一小堆土色粉末。他用手指按压着气球底部，倒空最后的一些碎屑。接下来，他将一张纸的边缘塞入那一堆粉末中，然后取了一半拿到他的眼前，他看上去很满足。他拿出了针头——是真正的注射器，不是滴眼管。我递给他一把勺子，他小心地在勺子里放入那堆粉末，然后让我点燃煤气炉。过了一会儿，棕色的液体在加热了的勺子上冒泡。他拿出一包香烟，然后从一根烟上扯下过滤嘴，接着他从过滤嘴上撕下一片扔进了沸腾的液体中。

“好主意。”我入迷般地盲目说着。

“你先来。”他回答道。我从他那里拿来一支全新包装的针头，打开包装，抽取了液体，然后在我的右臂弯曲处找到那根粗大的血管，正如我所记得的那样。这种记忆像骑自行车一样不会被遗忘。我将针头小心而又精准地刺入。我的心跳在加速，但我想慢慢来，我的脑中闪过在三人组家的浴室里的场景，我不想死。当我的血液回流到注射器中时，我一点一点地推活塞，等着去感受它，我不想被快感所占据，而是想要，迫切地想要去感受它。

起初我的内脏感受到了它。当我的腹肌开始紧缩时，突然有种金属质感的空虚。这种感觉并没有令人不快，但强度令人震惊。然后我的腿也感受到了，我感到它们重得像灌了铅一样。我把针头拔了出来。

“够了。”我说道，我的声音已经开始嘶哑，是不是注射得太多了？我感受到明显的肿胀：我正在后退，在浓郁温暖的平静中收缩着。但我没有失去意识，我的意识只是被吸入了，保持着正常范围的内核，而我的意识是完整的，非常完整。在这么久之后，这种感觉激发了出乎我意料的纯粹的欢愉，这感觉的确太棒了。我对着吉米笑了笑，然后慢慢游荡到客厅，像是一艘装满了货物的船，吃水很深地前行。躺椅现在是我的了，接下来的几个小时我都坐着，舒服地坐着，只是坐着、看着、做着梦，和房间那头的吉米聊着天，感觉很近却又相隔千里，检查着我腹部和腿部的重量以确保毒品的效果还和之前一样棒。当感觉渐渐减弱时，我回到了厨房。吉米已经用完了第一个气球和第二个气球的一半。我把第二个气球里剩下的都倒进一个新勺子里，然后再次开始注射。我瞥了一眼客厅，吉米坐着，轻轻哼着歌。我觉得吉米毕竟还是个不错的朋友。

吉米没有回家，我们在午夜后的某时陷入了梦乡。我让他睡爸爸的床，而我睡迈克尔的床，第二天接近中午时我们才醒来。我们无所事事地待了几个小时，这里确实无事可做，除了解决掉剩下的海洛因。

“但这些不够我们两个人吸的。”吉米冷冷地看着我，他是想让我把自己那份交出来？我想再爽一次——至少像昨晚一样爽。我们决定集资再买一些来。我们先装了些补给：鸡蛋、培根、面包、牛奶、巧克力棒、饼干、薯片，然后我们开车回到菲尔莫尔等待了将近两小时，直到无名氏先生出现。接着我们回到公寓开始注射。那天晚上过得和前一晚差不多。到了第二天，我们像是成了室友，虽然不是正式的，但只要我们一直在吸毒，吉米很明显不会去其他地方。我们路过他家拿了换洗衣服，然后又去买了毒品。菲尔莫尔的联系人找不到了，但吉米在北滩



（North Beach）认识人。最终我们买到了，然后我们回家，然后不断重复这个模式。

吉米的钱是什么时候花完的？到了第三或第四天的时候就基本都是在靠我了，他有准备还我钱的方案、计划、方法，但我还是免不了要去银行取钱，然后我的钱也用光了。但我仍然不想停下来，还没到时候，就想再吸一次。我无法分辨是什么让我对停下来的想法如此不悦，我并没有生理成瘾，我以为不会在这四五天之内就成瘾。但每当我想到这一天里没有海洛因时，生活似乎失去了所有的光彩。而只要我想象着再吸一次，这些光彩就会立刻重新出现，事实上整个世界似乎都被点亮了，我猜也许这仅仅是因为孤独。我和吉米是朋友，而我不知道何时会再见到他，但是如果不吸毒的话，想到要和吉米再次一起共度一晚就变得没有任何吸引力了。

大脑随着成瘾而发生改变。改变的不仅仅是一两个系统，而是众多系统。神经学家仍在尝试攻克这个难题，每年他们都发现更多的改变：多巴胺流的改变，对多巴胺敏感程度的改变，其他神经递质如乙酰胆碱的改变，纹状体、杏仁核、海马、下丘脑的改变，以及负责评价、判断、意识的前额叶皮层的彻底改变。实验室白鼠在每日享用不限量麻醉药物后大脑发生了改变；fMRI（功能性磁共振）或PET（正电子发射断层显像）扫描所呈现出的人类大脑发生了改变，这些发生了改变的大脑是海洛因成瘾者、可卡因成瘾者、冰毒成瘾者的大脑。他们来参与实验可以获得三四十美元的报酬，这对于他们来说是一笔不错的收入，可以帮助他们负担吸毒所需的花费。康复期成瘾者的大脑在看到毒品器具图片快速闪现在屏幕上时仍会表现出活动激增。某些改变比之前人们所认为的开始得还要早，我现在才发现，这些变化的发生可能只需几天。某些改变是临时性的，但某些却能持续数月、数年，甚至可能是一生。

我们不应感到惊讶，学习弹钢琴或拉小提琴可以永久性地改变你的

大脑。例如，小提琴手的大脑中负责控制左手的运动皮层体积增大；开出租车也会改变你的大脑。一项著名的研究通过磁共振成像发现，普通伦敦出租车司机的海马体积要比一般人大。不管是对城市街道的记忆还是对小提琴在脖子上位置的记忆，都是学习的结果。而学习增加了连接特定大脑细胞的突触的数量和强度——这些细胞大多在信息输入时受到激活。然而为了更好地学习，你还需要遗忘，以便留出空间，停止用一种方式去看待某物，而开始用另一种方式来看待它。这意味着另外一些突触——那些与新信息最无关的——会变小，甚至是消失。因此学习会加强某些突触而减弱另一些突触，这些突触改变在学习第一次发生后的很长一段时间内被保留了下来。持久的突触改变让大脑成了一个习惯养成的机器，这就是学习的产物。如果大脑不养成习惯，如果突触不调整以适应新事件并保留这些调整，那么我们将没有记忆，没有技能，没有偏见，没有知识。

但学习并不是单独起作用，当它在塑造突触时，有一个始终伴随的伙伴，这个伙伴就是情绪。强烈的情绪体验可以迅速而永久地改变大脑。恐惧和焦虑促进了对于要避开的事物的学习，儿童时期的服从、高速公路上的小心翼翼，以及各种年龄阶段中对于各种事物的恐惧症大多来源于此。渴望情绪促进了对于要获取的事物的学习，它通过神经化学黏合剂抓紧那些事物，让它们停留在意识的正中间，直到它们变得自动化和习惯化。成瘾就是极端化的渴望。实际上从神经的角度来说，一个成瘾者对毒品的渴望与一个挨饿的动物对食物的渴望有许多共同点<sup>[30]</sup>。小鼠食物剥夺的研究表明，当小鼠不顾一切地搜寻食物时，大量的化学物质涌向神经系统的周围，而这些化学物质中首要的无疑就是多巴胺。古老美丽的多巴胺，是让我们追求想要的和给我们带来慰藉的化学发动机。对挨饿的动物来说，多巴胺让大脑成为寻求食物的工具；对成瘾者来说，它让大脑去搜寻毒品。实际上，多巴胺驱动的绝望能够永久地改变大脑，因为它所传递的强烈需要的信息将突触改变的范围变窄，使其像个强大的显微镜一样只聚焦于一种特定的奖赏。不管是

对于食物还是海洛因，爱情还是赌博，多巴胺形成了一条凹槽、一串印在神经组织上的脚印。这些脚印不断硬化并且变得不可磨灭，最终形成了一条难以消除的路径，通往高度专一化的——且有限的——终极宝藏。

如果情绪与学习可以一起改变大脑，那么我们不应对毒品滥用会彻底改变大脑而感到意外。毒品具有巨大的能量，在吸食后能让人产生幸福感，在不吸时让人产生渴望。毒品临时性地满足心理饥饿，然后给你留下渴望更多毒品的感觉。毒品注定会改变大脑，至少是短暂的改变，因为毕竟这就是毒品的意义所在。

至于这些改变在哪里发生，就要好好地看一看前额叶底部——眶额皮层。在之前的章节中，我们知道了眶额皮层会被多巴胺激活，为事物赋予价值：比如我在纽约混日子时的丽莎；比如现在的海洛因。它能预期事物产生的感受：是奖赏还是失望，令人愉快还是无聊，“好”还是“坏”。眶额神经元调整自身与情绪意义产生共鸣，由腹侧被盖区产生的多巴胺提供营养。而每当它们被激活时，意义变得更生动了，这是由于持续被塑造的突触连接——由渴望推动的学习。

随着成瘾的出现，眶额皮层将世界一分为二：好的和不太好的。对毒品的期待和每次都会出现的特殊感受的铺垫，让你的大脑识别出那种药物、那种特殊感受的突触印记，都是你的眶额皮层开启和调整时发出的声响。哇！酷！这会很棒！这些眶额神经元不仅提供信息给“你”这个用户，它们还会以谷氨酸的形式传递兴奋，向下传到许多其他区域。实际上，这些下游效应才是感受的一大部分，是传遍大脑和身体的情绪意义的具体细节。令人惊讶的是，这种谷氨酸攻势的早期目标之一就是多巴胺工厂本身——腹侧被盖区。这导致了更多的多巴胺释放。换言之，流入眶额皮层的多巴胺引起了一波激活，最终导致释放了更多的多巴胺回流到眶额皮层中：一个典型的恶性循环。许多大脑加工过程结果证明是恶性循环或反馈回路——这种设计原则可以很好地解释成瘾<sup>[31]</sup>。但

这个特殊的回路里还包括一个额外的参与者——腹侧纹状体：兴奋寻求的中枢。腹侧纹状体和腹侧被盖区都沐浴在眶额皮层流出的谷氨酸浪潮之中。现在回忆一下，纹状体也需要多巴胺提供能量，这是它能量的主要来源。因此腹侧纹状体发现自己悬在两股对撞的波浪中：来自眶额皮层、携带着意义的谷氨酸，以及来自腹侧被盖区、携带着推力的多巴胺。腹侧纹状体就这样成了眶额皮层的追随者，时刻准备着执行它的命令，而这个小团体中的两个成员都保持着多巴胺泵的运行以便保持自身的运转。

多巴胺创造出与人生中愉悦的接触——既包括自然的愉悦，像是芝士蛋糕的味道；也包括非自然的愉悦，像是麻醉镇静的粉碎性作用。但是当这些愉悦不可触及时，当目标超出你的掌控时，会发生两件事。首先，如果目标仍是可实现、可预期的，但又尚未发生时，多巴胺流会变强，激发出追求，调整当前的眶额纹状体连接并且在随后的数分钟和数小时内加固这些连接。通过这种方式，眶额的价值转换成了纹状体的渴求，然后通过重复，价值渴求的混合物联合成为一个持久的同盟，一种可能永久驱散竞争的依存关系。当目标触不可及，这股迸发的多巴胺感觉像是原始的欲望，是深层的瘙痒，是不完整灵魂的痉挛——不管这目标是姑娘还是毒品。第二个阶段是目标不再能够预期或你已经放弃的时候。这个阶段让成瘾者面对这个世界的另一半：不太好的那一半。因为当毒品（或酒精、性、赌博）无处可寻，当未来毫无希望时，眶额皮层嗡嗡作响的发动机就停止运转了。眶额细胞开始休眠，而多巴胺也停止了。像个虔诚的原教旨主义者，成瘾者的大脑只有两种稳定状态：极度兴奋和漠不关心。成瘾性药物让大脑变得只认识上帝的一面，只对一个请愿者感到兴奋。而没有了那仁慈的供应商，眶额神经元变得不再活跃，变得困倦而麻木。于是谷氨酸开关也关上了，然后的结果是，多巴胺流变回了涓涓细流，甚至比涓涓细流还少，因为多巴胺工厂现在依赖于每日从眶额皮层获取的新鲜谷氨酸的超强促进作用以维持生产。这就是关键所在。拥有一个过于专一的眶额皮层——要么服从，要么麻木

——的最终结果就是腹侧纹状体也有样学样了，当毒品用完时，它自己变得不再活跃：因为没有足够的多巴胺来追求目标，也没有足够的意义去关心。于是世上的其他事物——其他的一切——都变得无比沉闷。而对我来说，没有海洛因的日子的画面就像是一张无限延展的墙纸。我需要的不是吉米，而是海洛因。只是过了几天而已，没有了海洛因我就几乎迷失了。像是没有帆的船，没有发动机的汽车；像是徒步者眺望着没有山丘、峡谷、海洋、河流或湖泊的风景。一切都是平的，直到我按下逃离键并说道“就再吸一次”，然后眶额皮层的引擎才又重新活跃起来。

我告诉自己吉米是我的朋友，我爱他，而且我爱我们一起如同坐过山车般的邪恶乐趣。但吉米对我来说几乎不是人，吉米更像是毒品工具，一个长着人脸的海洛因装备。对他来说我可能也是如此。这个意识埋伏在不可触及之处，可它的嗡嗡作响模糊了我的想法，并且进一步让日子布满阴云。和吉米一起待着却不吸毒，听着他喋喋不休，忍受他的情绪，真的……极其无聊。于是，每一天，在下午的空虚时光中，我和吉米都会得出相同的结论：我们再来点吧。

买毒品并不总是那么容易，有时我们要试三四个地方，但最终我们都会成功。追逐和设法取得毒品的行为既兴奋又难熬——这多亏了预示着毒品到来的逐渐增强的多巴胺。

那时广播里有首流行歌曲的歌词是：“去吧！去吧！去加入人们，去吧！”（Get down!Get down!Get down to the people,get down!）

我们并不在乎这首歌的政治含义。吞下（getdown）<sup>[32]</sup>是吸食海洛因的行话。被掌掴（smacked）<sup>[33]</sup>，被击倒（smacked down）<sup>[34]</sup>，被世上最强效的麻醉剂猛击倒地（bashed）<sup>[35]</sup>。我们从一个可能的贩毒点开车到下一个，然后用愉快的尖叫声盖过了广播声：“去吧！去吧！”

尽管吉米保证过，但我并不真的相信他会还钱给我。我们被某种比友谊或信任更重要的东西绑在了一起，我们被日渐增强的强制力联系在

了一起。在某种层面上，我们都清楚这才是我们唯一真正的纽带，不过友谊也并非完全不存在。我们分享的不只是海洛因，还有随之而来的假期。我们在麻醉共存的温暖旋涡里游戏。我们分享故事，我们去看电影，我们开车在旧金山游荡，顺路在码头买新鲜的虾或是在中国城买中餐，我们去海边看海浪.....我们同吃同睡，我们甚至想过要试着做爱，但我们两个谁都不是严格意义上的同性恋或双性恋，但这并不重要。让它顺其自然。当然并没有发生什么，不仅是因为我们彼此互不吸引，还因为我们的性欲在吸毒后降到了零点。我们在我爸的大床上并肩躺着，整夜都处于麻木状态。如果说有什么是温暖的，那么除了在我们血管里的毒品，就再也没有了。

当我的钱真的都花光的时候，我面对的是另一个道德悬崖。如果我下定决心，想要再借点钱也不是很困难，而我首先想到的是康妮。爸爸不在城里，我可以向她借几百块然后让爸爸还钱给她。我告诉她我急需买一件冬天的外套，这钱爸爸会出的。我知道这么做是不对的，但我只是不愿去想它。这很实际，它会奏效，这就够了。

康妮的钱又让我们过了三四天，然后一切都结束了，没有钱也没什么可行的途径去弄到钱。绝望感在海洛因完全用光之前就出现了。只有最后一晚，一种类似告别的聚会，但明天看上去是令人难以置信的黯淡。关于我会有多么消沉的意识慢慢浮现，一小时接一小时地过去，像是从昏迷中苏醒。第二天，吉米离开了，没有什么可道别的。我坐在爸爸公寓里不知所措，我彻底破产了，我买不起日用品，我没钱还给康妮或爸爸。一种绝望的懊悔突然出现，我打开电视然后开始喝酒。

到了第二天下午，戒断症状开始出现。戒断症状！八九天的时间真的足以产生生理成瘾吗？真该死！我想我失算了。我的皮肤淌着汗，涕泪横流，一直流，一直流。我不得不一直擦拭，皮肤渐渐擦破了。我曾经听说别人出现过这种情况，但现在却发生在我的身上！

我在客厅里踱来踱去，坐下又站起来，疯狂地尝试着去思考、去收



紧在我体内扩散的不正常。我感到过度唤醒，太过于警醒了，我的呼吸急速而短浅，每当我从椅子上起身时，我的心跳都在加速，每个细胞都激活过度，临界值设置得过高，它们随着我加速的脉搏一起嗡嗡作响、蠢蠢欲动。怦，怦，怦，每一次心跳都将一波波能量送往已被张力撕裂的通路，四肢感到拉伸、紧张、过度伸展，想要收缩却无能为力。我想要消失，我不想拥有身体了。这具身躯除了扭曲的不适之外别无他用。

快要不能呼吸了。没有足够的空气来支撑努力的风箱，而这努力没有任何结果，只能回到无情刺激的水库之中。不能清晰地思考，不能找回自我。这里没有自我，只有渴望。没有平和，没有宽恕，没有对在这艘船的甲板上垂死挣扎的鱼的同情心，它因为自己的愚蠢而被抓，不值得同情。

接着我的胃开始翻腾，绞痛爆发成腹泻，然后我跑去厕所。接着十分钟后再来一次，之后再再来一次。这是什么怪病？是什么让我整个人饱受无尽的攻击，一次对我心灵与身体的每个系统的野蛮入侵？这一系列感受的全部意义似乎就是让我受罪，让我付出代价？

麻醉戒断症状的来源可以被认为是反奖赏系统在发动机空转的长久等待之后，终于等来了绿灯<sup>[36]</sup>。其主旨在于身体需要维持平衡。当压力或疼痛将它推向一侧时，内源性阿片类物质（以及其他神经化学物质）将它拉回相对舒适的区域。但当大量摄取阿片类物质并将身体远远推向平衡的另一侧时，也就是当身体过于放松、舒缓、镇静时，反作用力会拉向相反的方向。而当麻醉剂的镇静作用一次持续数天时，这种反作用力产生了积累，力量被聚集起来，其目的是将你拉回刺激、警觉和紧张的那一侧，因为这才是平衡现在应该处于的一侧。唯一的问题是你的回弹刚好错过了平衡——在错误的一侧远远超出了平衡点。

麻醉剂缓解压力和焦虑，而其最主要的机制就是CRF（Corticotropin-releasing factor，促肾上腺皮质激素释放因子）的主动抑制。CRF这种化学物质从你的下丘脑释放，启动交感神经系统：战斗还是逃跑反



应。作为这种反应的一部分，CRF刺激肾上腺素产生，肾上腺素作为生理准备的主力军，让我们的身体充满能量地应对挑战，让我们在必要时逃跑或攻击。因此，当麻醉剂用光后，CRF大量回弹，像是一个沉睡的巨人突然站了起来。结果导致了能量过剩。对于我疲倦的躯体来说，这能量太多了。CRF回弹是焦虑的生理本质，毕竟，焦虑其实就是长时间蔓延的恐惧，它能激活交感神经系统，让你做好防御准备或者至少是保持警戒。它的副作用包括心跳加速、呼吸变浅、流汗、瞳孔放大，对于事物不正常的清晰感知。麻醉剂成瘾者的主要问题是**CRF**过度激活所产生的感知导致了复吸。CRF反应增高意味着对压力的感受放大了。而这对我来说是很危险的，与众多成瘾者一样，即便是没有过度激活的神经系统，人生已经是充满压力了，结果是毒品一用完就是一阵CRF的冲击。这足以驱使哪怕是意志最坚定的人（几乎不可能是我）重新成瘾，因为吸毒是将CRF水平降到可承受程度的唯一途径。

当身体受到生理焦虑的鞭打时，戒断同时也放大了心理焦虑，这都是为了全面地折磨你。去甲肾上腺素负责启动大脑中警觉的神经调质，是反奖赏大军中的一员，当阿片类物质的抑制作用逐渐消失时，它的反弹和CRF一样有力。这对于想要从世上撤回并从中找到庇护所的意识来说，太过于警醒了，就算是正常水平的警觉此时也会令人不适——更别提这个了。去甲肾上腺素的反弹会对杏仁核产生令人不快的效应，而杏仁核是负责为事物和事件烙上感情色彩的器官。当我的杏仁核充满喜悦地享受着刚刚过去的那八天，被去甲肾上腺素包围时，对事物和事件的感情色彩被极大地放大了，而这色彩中明显大多是黑色。世界充斥着可怕的情绪记忆和感知，给一切都涂上了危险的色彩——爆炸般的黑暗，因独处而产生的焦虑，害怕被拒绝、被憎恨、被抛弃，丑陋和自我伤害的画面闪现着，给自己注射毒品的卑劣，不断滋长的自我轻蔑的折磨，害怕哪怕最后可能不会置我于死地的生理改变，因没有工作和钱而焦虑，因爸爸发现我对康妮撒谎之后的暴怒而焦虑。我的杏仁核，塞进了太多去甲肾上腺素，联合我的下丘脑对我的身心造成冲击——产生焦

虑、压力和身体不适——这是镇静太久太深之后嘶嘶作响的负后像。

我试着用酒精淹没这些症状，它帮助我镇静下来，但却对我的抑郁和生理症状无能为力。爸爸一两天之后就要回来了，我必须打扫公寓并且消灭证据。

第二天吉米打电话给我，他先是讲了一系列可以弄到钱的主意，前提是我能拿出足以再撑一天的钱。当这个提议没奏效时，他开始求我，为了20块钱求我。他说他病了。我麻木的情绪瞬间爆发成愤怒。

“去你的，吉米！别和我说话！别给我打电话！我给你10块钱，我只有这么多！我会把钱放在门垫下面。我不想再见到你了！永远！”我砰地摔下电话，我把钱放进信封然后留给了他。我必须出去走走。我害怕我会改变主意然后给他打电话。当我出门走向人行道时，我用靴子踩烂了注射器，流着泪，然后把碎片扔进了垃圾桶。宏伟灿烂的旧金山天空仿佛在嘲笑我。我感到可悲，在它的注视下蠕动着走了半个街区，突然一阵疲惫袭来，差点儿让我倒下。我踱回公寓然后睡下了。

爸爸和康妮在二月底的时候结了婚。结婚仪式是由一个来自某异域宗教的身穿长袍的人主持的，之后他们在后院举办了一个盛大的聚会。最终我在那留下来过了夜，第二周我就收拾了我的东西正式搬了进去。康妮大而无章的房子感觉像是个四星级酒店，坐落于旧金山最高山之一的半山腰。房子里住着康妮三个迷糊的孩子：与我同岁的马库斯

（Marcus），一个虔诚的共产主义者；比我小几岁的劳拉（Laura），热切地追寻着耶稣；以及小萨拉（Sarah），她未来会成为厌食者，在安定下来之前会成为可卡因成瘾者。我们在大厅碰到时都警惕地看着对方。但是这房子有很多房间。在沙发上过了几夜，并避开一只除了劳拉之外大家都讨厌的脾气不好的小狗之后，我终于有了自己的房间。

埃奇伍德大街（Edgewood Avenue）是一条红砖大街，街道两旁都是含苞待放的樱花树。一个名叫汉娜（Hannah）的漂亮老师住在邻居家

后面的小屋里，我们在婚宴时见过彼此，她热情地邀请我去她家做客——随时。几周后的一个晚上，我鼓起勇气按响了她家的门铃。让我非常意外和高兴的是，直到第二天下午她才允许我离开。我开始隔几天就去汉娜家过夜。她会穿着透明睡衣站在门口迎接我，双臂交叉地微笑着。她似乎是介于专横和淫荡之间。一些惯常的玩笑之后，我们会爬上床，她会用她自编的初学者性爱课程一点一点地指导我。我不介意重复那些基本要领，直到她对我的表现满意为止。我慢慢地喜欢上了埃奇伍德。

但是爸爸发现了我向康妮借钱的事，并且确实很愤怒。在整理行装离开布罗德里克街的住处之前，他一怒之下将印度房撕成了碎片，这是他对毒品说不的方式。然后他把怒气转向了我，我很少从他那里感受到愤怒这种情绪。他嘲我大吼，辱骂我，然后抓着我的肩膀开始对我发号施令。

“你要早上和家人一起起床！你要每天六点之前回家和家人一起吃晚饭！而且你要去找工作，每天，直到找到为止！然后有效率地利用你的时间！在找到工作之前，去什么地方做做义工！而且只要你住在这个家里，就不会再有硬性毒品！”

我低下头点了点。

他抬起我的头让我看着他。“我们之间剩下的只有爱了。”他说。

他从来没有这么对我说过话，如此权威，如此有说服力，我被震撼了。我把头靠在他的肩膀上，在他的怀里哭泣。但我没有陷入抑郁，而是飘浮在一种完全不熟悉的感觉中，我感到.....安全。被关爱和安全。

自我15岁以来这是第一次，我相信我的父亲是爱我的。

---

## 【注释】

[1] 译者注：内布拉斯卡首府，在该州东南部。

[2] 译者注：指斯坦利·库布里克，美国著名导演。

[3] 译者注：1965年上映的库布里克巅峰之作。

[4] 译者注：20世纪60年代的地下漫画。

[5] 译者注：二甲氧基甲苯丙胺。

[6] 译者注：D麦角酸二乙胺，也称“麦角二乙酰胺”，是一种强烈的半人工致幻剂。

[7] 原注：关于LSD对五羟色胺系统的冲击的研究已有半个世纪的历史。简要的综述已由艾哈亚尼安（Aghajanian）和马雷克（Marek）发表在1999年的《神经心理学》第21卷（增刊第2卷）上。

[8] 译者注：以上均为抗抑郁药。

[9] 译者注：电影名，又名《雌雄大盗》。

[10] 译者注：意大利汽车品牌。

[11] 译者注：俄国作家。

[12] 译者注：一种高质量的大麻。

[13] 译者注：指安迪·沃霍尔，波普艺术的倡导者和领袖。

[14] 译者注：美国前总统，1967年任加州州长，对当时反越战的抗议活动采取强硬路线。

[15] 译者注：指阿道司·赫胥黎，英国作家。

[16] 译者注：1969年的美国公路电影。

[17] 译者注：前美国副总统，因抨击反越战分子而声名大噪。

[18] 原注：关于美国白人对黑人面孔反应的脑成像研究已由坎宁安（Cunningham）及同事发表在2004年的《心理科学》第15卷上。

[19] 译者注：位于旧金山和洛杉矶之间，号称世界上陆地和海洋接触最美丽的地方。

[20] 原注：关于LSD引起的精神状态的证据已由亚伯拉罕（Abraham）和奥尔德里奇（Aldridge）总结在1993年的期刊《成瘾》第88卷上。

[21] 译者注：普斯普剂，一种有麻醉作用的致幻药物。

[22] 原注：“情绪分子”的表述来自于了一本同名书籍，由坎迪斯·派迪（Candace Pert）所著，该书由斯克里布纳（Scribner）出版社于1999年出版。

[23] 原注：阿片类物质对依恋、亲密连接、游戏的提振在贾亚克·潘克塞普（Jaak Panksepp）的《情感神经科学》一书中有描述，该书由牛津大学出版社于1998年出版。

[24] 原注：关于“需要”和“喜欢”存在不同的神经系统的描述见于贝里奇（Berridge）及同事的多篇文章，如《生理与行为》2009年第97卷的文章。感兴趣的读者可访问Berridge的实验室网页：<http://www-personal.umich.edu/~berridge/>。

[25] 译者注：俗称冰毒，又称甲基苯丙胺、去氧麻黄素。

[26] 译者注：印度西塔琴大师。

[27] 译者注：印度的一种大弦弹拨乐器。

[28] 译者注：印度城市。

[29] 译者注：黑人对白人的贬称。

[30] 原注：多伦多大学心理学系的约翰·约曼（John Yeomans）对饥饿和成瘾之间的并行神经进行了研究。

[31] 原注：成瘾的关键机制之一是眶额皮层到腹侧纹状体（伏隔核）的通路中谷氨酸的变化，卡里瓦斯（Kalivas）和沃尔考（Volkow）在2005年《美国精神病学杂志》第162卷中对此进行了综述。谷氨酸释放的结果之一是由腹侧背盖区到腹侧纹状体的多巴胺投射增强，卡里瓦斯及同事在2009年《神经药理学》第56卷中对此进行了综述。

[32] 译者注：和上文歌词同词不同义。

[33] 译者注：吸毒行话，语义双关，此处译为原意。

[34] 同上。

[35] 同上。

[36] 原注：反奖赏系统的概念，以及促肾上腺皮质激素释放因子在戒断症状中的特殊作用是由库博（Koob）在2009年《药物精神病学》第42卷中提出的。

## 第三部分 飘来飘去

### 第十章 旅行开阔心胸

每隔几周我就哀求妈妈，让她过来和我一起骑摩托车，这样求了她大概一年。1971年6月的一个晚上，她终于同意了。我骑车飞驰到她和弗雷德（Fred）的住处，就像以前那样，我感觉自己在一定程度上是受欢迎的。这不仅是我妈的家，也是弗雷德的家。弗雷德是个好人，但谁会愿意让一个令人幻灭的20岁小伙子在你的爱巢里闲晃呢？而且我和妈妈的关系很复杂。她那连珠炮似的提问，令人苦恼的加油打气，以及苦口婆心让我做个好人、做个好男人的劝说，都让我感到局促不安，有时甚至是惊慌失措。她希望我能舒服地做自己，可我就是做不到。她希望我比现在更坚强诚实，于是我试着让自己坚强，至少看似坚强，可这让我既不诚实又不坚强，一个标准也达不到。在母亲眼中，变坚强是我从大概5岁起就需要不断追求的目标。柯达相机记录着那时的我，身穿白色浴袍站在后院攀爬架顶，模仿着人猿泰山。即便那时，我也是在装作比真实的我更坚强。而现在，变坚强意味着远离毒品。我真的有那么坚强吗？讽刺的是，我们那晚的摩托车之旅竟成了我渐渐重蹈覆辙的开端。

三周之后我就要离开，并前往马来西亚。爸爸在那里找了一份为中

部高地居住的原住民看病的美差。他和康妮已经先过去了。他们租了一栋房子，是一栋位于丛林郊区的别墅。他们邀请我去那里住上个一年半载，一来为了帮助我回归正常生活，二来为了让我完成家庭教育，学习如何变得负责、成熟、为人正派。顾不上合同细节、工作专业、生活方式怎么样了，因为我实在想不出比在亚洲待一年更美好的事了。不过这意味着我要和加州说再见了：再见了我的摩托车，再见了妈妈和弗雷德，再见了艾比（Abbie）。

我离开汉娜之后没多久就爱上了艾比，突如其来而又认真地爱着。我在埃奇伍德有几个月都沉浸在持久的爱慕中飘飘然着。艾比看上去美极了，可爱、真诚、纯粹。她身材修长，几乎有点男孩子气，胸部坚挺，头发是暗金色，而且她会吹长笛。她的嘴唇看上去像是时刻准备着绽放微笑，微微地张开像是要去演奏，她那轻柔的女低音在我眼中成了少女魅力的缩影。而且她还是女孩，还不是一个已满18岁的女人。她被一些不愿或不能提起的往事伤害过，这给了我拯救她的机会，让我可以扮演一个坚定成熟的男人，将她从恶魔手中拯救出来。但我还不能为了她对马来西亚说不，而且反正她计划几个月之后去纽约读大学。我会去马来西亚，但我们会在一年后重逢。回来时，我将经历了风吹日晒，皮肤古铜、聪明老练，有许多不平凡的经历要倾诉。我的魅力将无人能挡。

我发动了我的凯旋牌摩托车，妈妈小心翼翼地爬上后座。弗雷德在温暖的夜晚空气中和蔼而又戏谑地微笑着。我们出发了，冲下一条街，又爬上另一条，然后爬到了一个更高的绚丽曲折的大路，这条路围绕着伯克利山的顶部，勾画出穿过其中的峡谷轮廓。风吹动着头发，妈妈高兴地笑着、叫着，海湾那边的天色渐渐变红。这太棒了！正如我所愿。之后在回家的路上，我们开到了一个没有停车标志的十字路口。我们先到了那里，但是一辆从右边驶来的汽车开得太快了，它迎面撞向了我们。



几秒钟后，我在母亲的尖叫声中醒了过来。我吓坏了。她蜷缩地躺着，我爬了过去。她的膝盖碎了，后来发现她的情况并不是很糟。我安慰着她，她停止了呻吟，然后指着我的右脚，就在那时我意识到我也应该呻吟的。我的脚正以一种不自然的角度挂在我的腿上，然后才开始感到疼。我的意识时而清晰时而模糊，人们聚集在我们周围。我在震惊和疼痛中抬头看了他们一眼，弗雷德不知怎么也混在人群中，由于我的脚和脚踝开始肿胀，他用园艺剪刀剪开了我的靴子。我没意识到我们离家只有不到一个街区。然后我和妈妈在救护车里并排躺着，呻吟、哭泣，还傻笑了一会儿。真的太奇怪了。

手术之后，我被告知我的腿、脚踝、脚多处受伤，骨头现在被重新接了起来，植入了钢板，接下来的几周是愈合时间。就只是愈合。我回到妈妈和弗雷德的住处，拖着那条石膏一直打到腹股沟的腿。我打算在去马来西亚之前一直待在这里。我住客房，妈妈和弗雷德负责我的日常起居，这让我想起我小时候生病都是靠茶和烤面包来缓解疼痛。艾比每隔几天就来看我一次，无数次地给我打气。但我在这个房子里仍然只是个客人：这一点很肯定，我并不生活在这里。我从15岁起就没在母亲的屋檐下生活过，而且毫无疑问，弗雷德才是这个房子的主人。因此，虽然理论上我从不怀疑妈妈的爱，但我觉得我察觉到了我和他俩之间的距离。我的摩托车惊喜最终只有惊，没有喜。

那段日子我唯一清晰记得的就是复方羟可酮（Percodan）<sup>[1]</sup>。那些黄色的大药丸，需要每隔四五个小时吃两粒。它们能缓解疼痛，同时给我带来一丝快感，这种感受在我和吉米的冒险之后再也没有过。恢复期的第二周，我对复方羟可酮的需求变小了，但是我对它的期待却在不断地增加。它的主要成分羟考酮（Oxycodone）是一种强效的“半合成”麻醉剂。它像是海洛因快感的打磨版本，确切地说是温和版本，而且边缘更平滑，这多亏了现代化学的神力。我开始在白天积攒药丸，这样我就能在下午或者傍晚早些时候一次性多吃几粒，然后在晚上10点多的时候慢慢进入梦乡。我的眶额皮层遇到了他的老情人，或者是年轻时髦的情

人，虽然冲击力变小了，但却更有品味。我的纹状体因为期待下午的来临而温暖起来。我知道我正在滑向深渊，我觉得妈妈也知道，但我觉得我有权这么做。疼痛为我每天都去得到快感提供了入场券。

在做了六个月的完美天使之后，我告诉自己这是我应得的。但我没有告诉自己的是，我津津乐道的借口正如我对毒品的喜爱。为了能在监护人的眼皮下偷偷完成麻醉剂的奖赏，我告诉他们我不需要太热情的招待，我不需要时时刻刻的关怀，我不需要进入内心圣地来体会深深地被包容，我有自己供暖的设备。

马来西亚人矮小、苗条、棕皮肤、外貌柔和，温柔漂亮的双眸经常在微笑的时候皱作一团。当我从飞机里走出来时，他们看到的是一个高大的白种人，留着嬉皮士风格的爆炸头和胡子，身穿笨重的白色工装裤，撑着拐杖往前走。我在机场蹒跚而行时，很多人盯着我看并朝我微笑，然后我看见了爸爸，他看上去很困惑。我们爷们儿式地简单拥抱了一下，然后他就拎起我那粗呢布的行李，朝出口走去。门外等待着我们的是一股热浪，然后我们坐上车出发。

爸爸的房子在马来西亚首都吉隆坡（Kuala Lumpur）的郊区。吉隆坡是一个大城市，有一些拔地而起的摩天大厦，小商小铺点缀其中。但是市郊的房子都是昂贵的小别墅，白墙红瓦屋顶，被繁茂的草坪和一些我从来没见过的花丛依次隔开。苍白的天空下，是树梢勾勒成的华盖，对称地向四面铺展开，像是翠绿色的烟火，在一些枝干杂乱、含苞待放的矮树上空绽放。这里空气芬芳。我们慢慢开上一条小路，驶近一个富丽堂皇的别墅车道，它和周围其他别墅并无异样，尽管每栋都是半掩着，直到你开到它的正前方。我挨着爸爸站在巨大的前院里，旁边延伸出去的是一片香蕉树。

“这是我们的果园。”爸爸骄傲地说道。

我跟着他，单脚跳着进了屋。他带我一个房间一个房间地参观，他

的讲解让我昏昏欲睡。康妮和阿金（Ah-Kin）去了菜市场，阿金是我们的阿妈（amah）：“阿妈既是厨师又是保姆。”他告诉我，“是的，我们有厨师了，她会帮助康妮。”

“帮她？”

“帮她购物，让她知道东西都到哪里去买.....帮她学会砍价。他们只要看到白人面孔，价格就会翻倍，甚至更多。”

“好吧，那阿金为什么不自己去呢？”

“因为康妮想学会。而且阿金不知道我们喜欢什么。”然后过了一会儿，“而且我们有这个钱。”又是那副骄傲的表情。爸爸享受着他的新角色。

卧室把客厅和餐厅分开了来。爸爸和康妮的房间在最前面，然后是劳拉的房间，然后是我的，萨拉的房间在最后，靠近厨房。当时劳拉16岁，萨拉8岁。阿金的房间在屋子的后面，穿过厨房，在一个看上去边界模糊的地方。我对这房子的精致感到惊奇。我光着双脚（实际上几个星期里都是单脚）站在冰冷的地板上，脚下是抛光石材，墙壁是庄重的白色，一个拱道分开了客厅和餐厅。家具都是木头或竹子做的，配上装饰精美、颜色鲜艳的靠垫。一切都新鲜而干净。天花板吊扇在头顶慢慢地转着，我感受到些微的兴奋，期待着全新的生活。这里没有什么是我所熟悉的，除了我和爸爸之间的一丝尴尬。我没法分辨这丝尴尬是来自于我还是他，这是真实的还是只是湿润空气中泛起的一丝涟漪。当我们无话可说时，爸爸建议我在长途飞行之后去休息一下。我躺在蜡染的床单上，看向屋顶吊扇的中心，它像是一个微型的飓风眼。

适应日常起居并没有花费我太多时间，没什么事需要我负责，只要读读书，弹弹吉他，晚上关门坐在床上，小心翼翼不要去打扰他人即可。大家会在吃饭的时候齐聚在餐厅。阿金是个出色的厨师，我喜欢她端上来的食物所散发出的香气。但是和家人一起吃饭和在旧金山时一样

令人紧张，甚至更紧张，因为这里无处可逃。每个人对其他人的讲话都不太感兴趣。萨拉非常可爱，让人想抱抱她。她给我们通报她的兔子从笼子里逃走之后阿金和她紧追不舍的最新消息；劳拉是个阴沉的青少年，完全信奉天主教原教旨主义，她的沉默是严肃的，有时是批判性的；康妮总是叽叽喳喳说个不停；她告诉我们她在吉隆坡的各种新发现：新开的商店和小摊、中国市场、争吵的阿妈们、成桶的却不知道是什么的腌制品，到处人山人海。她自己边说边笑。康妮对我很好，她在努力对我好，但当我想要分享私事的时候，她却不太能理解我。康妮似乎缺少了点什么，也许是因为她厌倦教养孩子，而父母的教育也不是我所渴望的，我想要的是与人倾谈。

爸爸会在傍晚时回家，洗澡换衣服，然后穿着纯白色的短裤和T恤站在那里，暗示鸡尾酒时间到了。他和康妮准备了材料：金汤力（gin and tonic）<sup>[2]</sup>、盐津脆坚果、大豆味薄脆饼干。我拄着拐杖站着，感觉帮不上什么忙，只是流着口水期待着第一口金酒带来的那种嘶嘶灼烧的感觉。我们在露台坐下，越过草地和灌木丛，盯着镶着粉红边的云彩，它们在一场倾盆大雨后再次变得温良。爸爸开玩笑说，我们这是在追随着祖先的殖民脚步。当一切就绪，晚餐时间到了。

他告诉我们他今天看到或做过的所有有趣的事，每开始说一段，他都看着我们，确保我们都在听。我把脖子扭成一个注意听的角度，并且会深思熟虑地提问，我希望表现成一个善于倾听的听众。康妮只是盯着他，恰到好处地点头和微笑。我不知道轮到我的时候我该说什么，其实我不知道什么时候轮到我说，以及我应该说多久。那些日子里，我几乎没做什么事，我生命中真正的大事要么发生在千里之外，比如关于艾比或即将发生在我身上的未来；要么是躲在我的幻想中，大多数我都不想对自己承认，更别说分享出来了。于是我只好狂想一气。我是一个充满崇高想法的诗人，或是一个吟游诗人，抱着我的吉他驻足休息，等待着我的伤疤痊愈。我是哲学家、思想家、梦想家。我在读新世纪的自助大师克里希那穆提（Krishnamurti）<sup>[3]</sup>的书，他颂扬自我意识，提倡详细

分析自己本身的想法和动机。自我分析对我来说已经成为习惯，它的优点显而易见，但却不怎么能吸引听众。而且我猜，由于故事脉络不足，在我展开讲之前，爸爸就会明显不耐烦了，毕竟他还有他自己的故事要讲。

为了增强信心，我一有机会就将我的酒杯填满，只要看上去不明显就好。我会从别处回来时路过冰箱，在我的杯中加入更多金酒，然后再快速倒入奎宁水（Tonic）掩盖酒量。我会回到露台坐下，把腿搭在别处。没事吗？我还好吗？爸爸发现我开始口齿不清了吗？我们的眼神不会长久地接触。这意味着什么吗？我回到卧室，试图从窗外蟋蟀的疯狂叫声中寻找某种节奏。我读书，写作，听音乐，编新歌，或者画钢笔画，这些简单线条对我来说充满了魅力。

每隔几天，我都和爸爸一起去医院。尽管我的石膏和拐杖让我很难走来走去，但这个地方实在太令人着迷了。鹅麦（Gombak）<sup>[4]</sup>医院只对原住民开放——马来原住民（Orang Asli），或称“原始人”——这个种族的人瘦小结实，有着精雕细琢的外貌，卷发，肌肉发达。病人成群结队地到来，送自己所爱的人到首都，坐着吉普车颠簸而来或被直升机送来，这是残忍而无法想象的，更是令人恐惧的，尤其是生病的时候没有家人的保护和陪伴时。马来原住民通常不会或只会讲一点马来语，当然更不会讲英语。他们依赖彼此，依赖会说他们特殊语言的护士和看护。我们依赖于翻译来了解他们的一切。可以想象，医患对话不会特别准确，但是每个人都团结在一起努力工作，让这个地方充满温暖。

病房是色彩鲜艳的类似宿舍的建筑，连成一排穿过医院主楼的一个综合建筑，那里是存放药物和做手术的地方。这地方看上去像夏令营营地。为了向马来原住民提供更深的关怀，病房内部时刻准备要被翻新。病床被拖到一起重新排放，三四个并排形成一个小营地，上面铺着看似用过的床单。病人躺在上面，身旁是配偶、父母，可能还有阿姨、兄弟姐妹在旁保证安全。因为疾病而疏远家庭里的一员，无论是因为肺结核

还是令人神志不清的疟疾，对于他们来说都是闻所未闻的，所以细菌根本不成问题。各个家庭被他们之间的空间分开，而后一切又在新家庭到来的时候重新编排。病人坐着或睡着，家人们围着巨大的火坑走来走去，在那里做饭、社交。这些人不吃土豆泥和豆子，他们带回热气腾腾的炖肉和其他佳肴，这些食物对于康复的帮助可能不亚于任何一种治疗方法，它给了病人活下去的理由。病房成了一个熙熙攘攘的区域，喋喋不休的孩子们在家庭用品、纺织品、手工艺品环绕之中嬉戏。不像线条笔直、肃静且毫无特色的医院走廊，这里充满了色彩和温暖。在所有喧嚣之上传来了鼻笛的甜美颤音，这是某个满脸皱纹的老人坐在那演奏他一小时前雕刻出来的乐器。

爸爸给人看病的时候，我在医院里瘸腿走着、观察、学习、聊天。我认识了其中一些实习生、美国和平队（Peace Corps）的人、马来护士，我对他们来说也变成了熟面孔。和平队的医生们住在河对岸的营地，正好有一棵大树人为地倒在了本应需要有桥连接的地方，他们由此跨河来工作大约需要三分钟。他们逗我：能不能靠一条半腿过河？站着肯定不行，但我跨坐在原木上过了河，这让大家取乐的同时也给我带来了些许尊敬。

回到家，在所有人都回房之后，我开始给艾比写信。我可以毫不吝惜笔墨地描述医院和马来原住民有多么奇妙，但我很难说清我在这里做什么，感受到了什么。我们像是陌生人组成的家庭，我会这么写，试着积聚某些存在主义的重力，代替我切实体会到的青春期焦虑。但是不管我怎么描述，我的生活感觉上都不像是我的生活。他们为什么要照顾我？我是不是要反过来报答他们？自注射海洛因和大谎言之后仅仅过了六七个月，可我现在比在埃奇伍德大街住的时候更感到内疚和羞愧，因为我又重新开始吸毒了，这无可否认。我从爸爸的药柜里偷了一些可待因（Codeine）药片。多少？多频繁？我真的没有去记录。我可以假装这些药是用来帮助我缓解伤腿所带来的疼痛，但我知道疼痛并不是问题所在。我可以感受到那种热情，每周都在变得更加强烈。这一部分是由



于复方羟可酮所带来的影响，一部分是对父亲家中暗藏汹涌的回应，我已经准备好了。

到目前为止，我所有过分的举动几乎都还停留在幻想层面上。但是越是对毒品抱有幻想，我就越觉得我需要藏起来；而越是想藏起来，我就越难与爸爸和康妮沟通。羞耻感和疏远感一齐涌来。我所能做的就是找个盖子把事情掩盖起来，日复一日地提醒自己，我承诺过要“好好的”。我向很多人发过誓我在很长一段时间里都会保持好好的。为了妈妈我会好好的，她会认为这是一项成就，是坚强的象征；为了爸爸也会，他会觉得这是独立和成熟的标志。然而当我在晚上想到这些的时候，为了父母而“好好的”缺乏真正的满足感，没什么可骄傲的，也没有成就感，因为这不是为了我自己，一切都与我无关。这不过是再次强调了我缺乏独立性。我尽最大的努力坚持下去，我听爸爸讲他的故事，全神贯注，充满热情；我问康妮这一天过得如何，她的生活如何。而我越来越少谈及自己凌乱的思绪。

这些想法就像草地上的蘑菇一样突然冒出来。我的好孩子人格表面上长出了脓疮，半成形的计划、堕落的画面，最初它们令我烦恼，而此时的我表现得规规矩矩。我知道到处都有毒品，毕竟鹅麦是个医院，而且吉隆坡有无数个看上去破破烂烂的药店。但我还能坚持，表现得低调冷静，直到我从一个关于海洛因的梦中醒来：我窜来窜去，想要寻找一个可以注射的地方……在什么东西阻止我之前，让海洛因进入我的血管，进入我的体内，快，在梦醒之前。这些梦境不可避免地让某些轮子转了起来，足以让我反复回味一整天。这太不公平了，一个反抗的声音开始嘀咕说整个康复的理念就是一个骗局。一旦恢复吸毒，你不就能自由地向前了吗？一切不都是为了自由吗？为了达到自由的状态，从有记忆起我已经试过各式各样的方法。此外，我往自己的身体里注射什么东西是我自己的事，不是吗？这么久以来我都好好的，因此我确定我知道如何去做，如何让它受控，最主要的是：让它受控。偶尔的失足不会造成伤害，只要它还在我的掌控之中。



在吉隆坡住了快两个月的时候，三件事情接连发生了。首先是和艾比通信这条救生索中断了。她的信总是充满了爱的宣言，这些信也为我提供了一个宣泄的场所，让我可以焦躁不安地喃喃自语。可是现在我该向谁倾诉？我有一个抽屉装满了蜡染图案封面的笔记本，用来记录我的心情以及随之而来的混乱想法。我分析每一件事，我把艾比放在我心中的一个密室里，一个小小的熔炉间，向每个神经末梢散发温暖。但安全感是个陷阱，不是吗？克里希那穆提说过，安全感是把你困在过去的监狱，让你被已知包住，不让你进入难以言喻的现在和空灵的当下。我分析了向父母证明自己的需要，对妈妈的分析最简单，或许是因为她现在离我很远，没有实时的新数据来搅乱我的理论；然后我分析了我对艾比的需要。也许没有通信往来，没有持续的做梦般的陈述，我会更好，也许她和别人约会也没关系，只要等我回去。我们都需要探索未知。

其次，几周前我拆掉了大石膏，现在换上的小石膏也被拆掉了，我可以自由地走动了。但我的腿还是很脆弱，我的肌肉松懈懒散。大多数工作日我都待在家里，从一个房间走到另一个房间，而这种时候家里多半空无一人。这是个诱惑之城！爸爸的药柜不断呼唤着我，它总是在那，始终存在，等待着，轻声低语着。于是我小小地搜寻了一下，四五片可待因，可以持续几个小时。爸爸的供给似乎很多，所以不会发现偶尔少了一些。可待因让我从艰难的一天中获得片刻歇息，但这没法和复方羟可酮的丝滑感相比。于是我继续寻找，自然在架子后面发现了一些我之前没有见过的：一瓶美沙酮（Methadone）药片，这个麻醉剂里久负盛名的成员在当时并不常见，我不知道为什么爸爸或者康妮会需要它。为了止痛？为了缓解某个朋友因家人不在身旁而出现的戒断症状？美沙酮起效缓慢，分解也慢，这意味着服用时会有数小时令人恍惚的镇静状态。我某天试了一次，然后一周后又试了一次。

接着第三件事发生了：艾比寄来的最后一封信，是分手信。尽管克里希那穆提建议要摆脱对安全感的一贯追求，但我还没准备好。

“我很爱艾瑞克（Eric）。”信中这些字跳到了我眼前。

艾瑞克？艾瑞克他妈的是谁？

我扔下信匆忙从椅子上跳起来，像是被人扇了一巴掌。我所练习的分离还没达到这种程度，但我下定决心，要迎头面对，这几乎是一种惩罚。我一遍又一遍地迫使自己接受，我只是失去了唯一真正爱着的女孩。我在亚洲的美好旅居像一首青少年口水歌戛然而止，而这都是因为我自己的愚蠢！哪有人会离开一年，然后以为自己漂亮的女朋友还在原地等你。我强迫自己写作，尝试去记录当下，我告诉自己，即使你明天就飞到纽约，也不可能挽回她了。我哭了，我在日记里写了更多，我想找回克里希那穆提式的智慧，在没有打包安全毯的情况下继续前行会更好，不是吗？自由地去周游世界，哪怕没有返程票？我已经丢掉了我有形的拐杖，现在我要摆脱我情感上的支撑。我是一个崭露头角的佛教徒、一个探索者，突然从依恋的纽带中解放出来。但下一刻我仍是个心碎的孩子，在黑暗中哭泣。

现在的我真的是只身一人。当女孩们从学校回来时，我会把房门关上。我会回到桌前重读一遍艾比最后的那封信，从中找寻被忽略的情感碎屑，或表明她还在等着我的隐藏暗示。但我并未遗漏任何信息。我会再次开始踱步，在一片被毒品浸泡过的画面里，它们渗入我的幻想，像是鸟儿离开鸟群，散开，然后形成自己设计的形状。我想吃点强效而邪恶的东西，来超越我与世隔绝的生活边界。我想把一些东西放入针筒，然后感受它抓住我，像《绿野仙踪》里桃乐丝的龙卷风一样把我拉起，然后扔在一个全新的地方。我的内心对话愈发刺耳和充满报复性：“你上瘾了，你是知道的，不是吗？快去行动吧，‘瘾君子’。”与其一整天都在烦恼：应该？不应该？应该？不应该？那太愚蠢了。就这么干吧，刺破伤口，让它流干。

最终，在一个不眠之夜后，我来到鹅麦，准备去猎食。一路上我和爸爸没说几句话，我沉浸在自己的世界中。没有人能阻止我，我也没有

理由阻止我自己。我对他说了声“再见”然后走向主楼，爸爸则朝病房走去。我非常警戒，眼睛和心灵都紧张地眯成了一条线，多巴胺驱使我加快了步伐。感谢CRF（促肾上腺皮质激素释放因子），兴奋注入了我的喉咙，激活了我的交感神经系统，比赛开始了。我困惑地观察自己，为什么你会对全然未知、不确定的事物如此兴奋？这里除了阿司匹林之外可能什么都没有，但即便在这种情况下，我发现自己也比过去的几天甚至几周里的感觉更好。在这小小的越轨行为中，有种几乎是高尚、泰然自若、快活的东西，我再也不用试着让自己好好的。

思维奔逸着，策略形成又消退，我穿过大门，世界突然由晴转阴，然后我走到中心走廊，经过行政办公室，脸上呈现出我是因公事而来的表情。他们将药品保存在哪儿？穿过繁忙的行政区域，我开始试着推开一扇又一扇门。我发现空房间里放满了木橱，矮矮的，是过时的废弃物，看样子是殖民时期的。在每个门口，我都回头看一下，确定没有人，然后进屋关上门。我系统地一个抽屉一个抽屉地翻找，与我脑中的清单一一核对，却没有发现我感兴趣的东西，除了医用设备，导管、钳夹、支架、绷带、分流器、针头。针头？我抓了一些，把它们塞到一个小包里。现在要是找到能放入针头的东西就好了。这些针头很大，样式古老——玻璃圆筒配以置于钢质把手中的活塞，它们看上去像是20世纪50年代的恐怖电影——《化身博士》中的道具。我在脑中想象着，让整个冒险变得更加戏剧化，而这确实是一场冒险，我已经受够了“好好的”。

大厅里，护工和护士从我身边经过，可是没有人怀疑我。没有怀疑的迹象，只有礼貌地点头微笑。我肯定是个医生或咨询师或实习生，我在这里肯定有公事，白皮肤带来了多少方便啊，尽管我对此早有预料，但我还是感到吃惊。我的免疫斗篷随着步伐延展，我的搜寻也更大胆了，我不再在意是否有人看到我进入那想象中的天堂。

这里有个房间看上去有希望：空无一人却有几个大托盘和玻璃器具

在阴暗处闪烁。是毒品吗？我关上门巡视四周，发出释然的低吼声，夹杂着一些欢快。在一个桌子上，几个大盘子和分装器交错地放着，小药瓶们按名字或类别分开放着，好多瓶。我的心跳在加速，手伸进饼干罐时被抓到会很尴尬的，尤其是万一传到高级医师刘易斯耳朵里。你订了这些吗，医生？真奇怪啊，让你儿子来取药.....一排排硬纸板把托盘分成了很多小隔间，每个隔间里面放着一瓶可注射的液体。我仔细地搜寻着，一排接一排。我以为我可以找到吗啡或杜冷丁（Demerol）[\[5\]](#)，或其他麻醉剂。我真的想要这些。我的沮丧和失望随着每一次的错误结果不断滋长，镇静剂、抗生素、抗组胺药、抗凝血剂，各种各样的，都不是我感兴趣的。时间一分一秒地过去。如果有人好奇过来看的话.....直到，几乎是最后一排——这是什么？梅太德林（Methedrine），梅太德林是什么？

我花了一点时间回忆。噢，对，梅太德林，甲基安非他命的一个品牌，甲基安非他命啊，药物提纯的甲基安非他命。我曾经试过一次甲基安非他命，那是一年前，我吸过这种白色粉末，而且我很喜欢。服用后我仿佛在飞翔，这种感觉持续了12个小时，但最后到来的是不平稳的坠毁，因此焕发活力的甲基安非他命所引起的兴奋并不那么有趣，除非着陆时有一个软垫，一种镇静剂，最好是麻醉剂，就像.....梅太德林的发音让我想到了爸爸的美沙酮——样子平凡的白色药丸。也许做个甲基安非他命三明治，梅太德林放上面，美沙酮放下面.....也许这样能行，也许这样会很棒。

我脑中充满了疯狂的期待。但有个悬崖就在附近，恐惧、不顾一切、误入歧途、冲动.....什么？不能在这里！我不要在储藏室里注射。我不知道注射这些药瓶中的任何一种会对我产生什么作用，我要把它们带回家，晚上在其他人都睡了之后再拿出来。我打开我的小包，轻轻放入四小瓶药剂和几个用来锯开瓶子封口的小钢片，几瓶蒸馏水，酒精和棉棒。我骄傲地拉上了包，这个举动中有种难以形容的英雄气概，一种不正直带来的英雄气概。从鹅麦医院偷药品是可悲的违法行为，但这毫

无疑的错误行径却是我通向自由的入场券。

直到晚上，一切都顺利地进行着。我坐在餐桌前，重复着这些动作，正当的反抗感更强烈了。它从晚上的家庭表演秀中汲取燃料，这场表演秀似乎很重要，我必须参加——现在到了反抗的时候。爸爸自我满足地吸着鼻子，当劳拉上钩开始说教宗的事情时，他倾斜着看向康妮，康妮肤浅地赞扬以掩饰她的漠不关心。不管别人说什么，或者接下来是什么，我要离开你们，我亲爱的家人们，玩你们的手势猜字谜游戏吧，我要在我自己的世界里冒险！

到了9点，大家陆续回到自己的房间，10点时我道了晚安然后关上房门。我很久没注射毒品了，那种期待像是抓住我领口的拳头，拖着我向前。我把注射工具放在桌边，然后开始准备。和注射海洛因的惯常步骤相比，几乎没什么要准备的。我用灭菌水清洗了注射器，用酒精棉棒擦了针头，然后我把两瓶药物注入注射器。我不知道合理剂量是多少，甲基安非他命为什么会是临床用药？我猜是为了让停止跳动后的心脏再次恢复活力。我从来没注射过甲基安非他命，我知道它很危险，一次摄入太多可以导致.....什么？心脏病发作？中风？恐惧涌了上来，超越了兴奋。恐惧和兴奋是天生一对，两者都驾驭相同的神经递质流，尤其是去甲肾上腺素，赋予每个想法和行动明亮而脆弱的色调。不管是兴奋还是恐惧，我注意到我的嘴巴变干了，手指在微微颤抖。

我坐在床边的椅子上，怀着几乎是野蛮的决心继续注射，将我的保留意见和恐惧置之不顾。我用浴袍的腰带缠住我的上臂，露出血管，握住拳头，看着皮肤像初次勃起一样变紧。我把样子可怕的针头刺进鼓起的蓝色血管，竟然感受到了阻力。这个针头太钝！而且它太大了。我之前没有意识到这个模样神秘的设备连着这么大块的金属。好吧，它很钝，所以要推得更用力些，我照做了，然后终于刺破了皮肤，针头戳进柔软的肉里。我试着刺入第二块皮肤，也就是血管壁，我疼得几乎要哭出来，我要反抗，而且充满决心。几次刀刺般地推进之后，血管终于被

刺穿了。我稍微向后拉活塞，一小股血回流到了针筒里，我感觉回家了。我慢慢推进活塞，当我感到第一阵强烈的兴奋涌向内脏的时候，大约注射了一半的液体。我此时可以停下来，但我不想错过任何一点，不想冒险失去势不可当的感受。于是我继续推活塞，我的体内被轻盈的感觉填满。我靠后坐着，闭上双眼，感觉爆发了。

我的体内充满了明亮干净的愉悦，过度唤醒的感觉出现在我的脚趾，向上爬到我的双腿，通过我的生殖器散开，撬开我的内脏。然而不再有恐惧了，只有快乐，我的胃里充满了强烈而又惊人的能量，我开始瓦解。我闭眼之后的黑暗里充满了跳动的红光。此时我的眼睛突然向外跳出，感觉要包不住了。我用目光扫视着房间里每一件家具的每一寸表面和每一个角落，它们厚颜无耻而又不自然地闯入这现实中，宣告着自己特殊的存在和绝对的独一无二。每一个角落，每一寸表面，每一种颜色，都闪烁着它们独有的本质。世界变得异常清晰，而且是安静的、静止的，闪烁着意义的光，世界就是终极的当下。我所有的感知都处于高警戒状态，一种超现实的感觉布满了我周围的物理空间。海洛因带我进入了更深的自我，而甲基安非他命则增加了我的离心力，把我向外推出去，向着外面那迷人而令人叹服的世界。我感觉我像是从椅子上被推开，倾身向前去做……一些事，可我无事可做，除了纵情于这充满喜悦的潮流之中。我滚到床上，同时凝视着自己的内在和外在外在。

这种兴奋和效力，这种效能感和令人愉快的热情来源于聚集在腹侧纹状体突触中的大量多巴胺。我们已经了解了多巴胺如何为纹状体的主要功能提供能量：追求目标。多巴胺提高奖赏的显著性，突出奖赏的特殊性和吸引力，使其完全占据注意，从而使奖赏发光，并将光芒化为动机和推力——一种迫切想要行动、追求、取得成功的冲动。安非他命通过一些分子过程在腹侧被盖区-纹状体回路的不同部位释放多巴胺。一方面，它通过欺骗清洁分子让其反向工作来实现从储存区中释放多巴胺，即安非他命起效后，清空多巴胺让其回到突触，而非回到储存区中；另一方面，当安非他命从腹侧被盖区细胞中释放时，它关闭了抑制

多巴胺释放的主动制动机制。安非他命使得多巴胺很难被重吸收。它就待在那儿，待在突触里，激活，激活，激活，尽其所能地延长时间。而多巴胺的增强还不是安非他命的唯一作用<sup>[6]</sup>。去甲肾上腺素和5羟色胺水平也会升高，因为它们也没有被重新吸收而是留在突触中游荡。这就是为什么甲基安非他命——所有兴奋剂类药物中最强效的一种，安非他命之王——不仅给你带来不受控的吸引力，还带来了愉悦。甲基安非他命提供的神经调质鸡尾酒同时包括了你所需的一切，参与感、警觉感、刺激感、放松感。

但是像甲基安非他命这类药物的诡计会在一个绝妙的花招中达到顶点：甲基安非他命所传递的信息是，目标不再重要了。一旦塞满多巴胺，腹侧纹状体表现出好像在追求目标，在辉煌、宏伟地实现目标。然而根本没有目标，兴奋是伪造的，它是自由的，它与一切真实的内部渴望或外部成就都没有联系。多巴胺的洪流是持续性的，而不针对具体事件，去甲肾上腺素和5羟色胺的次级洪流也同样如此。这些化学物质正常情况下基于严格的兑换率少量支付，在瞬间的迸发中传递，与感知和动作的元素交织在一起，但此时它们在不间断的爆发中涌出。不过我没有像服用麻醉剂那样在自身中迷失，相比之下，这种令人愉悦的充沛是与世界相连接的，先是我房间中物品的闪亮表面相连接，然后是我窗外夜晚的诱人黑暗。我想要冲出大门，成为世界的一部分，去分享在这夜晚、这充满生命力的奇妙国度所聚集的强大能量。

爸爸和康妮房间里的灯光从房门下的缝隙里透了出来，但我迅速经过了它，走进黑夜。在这里，才华横溢的超现实主义被流动的黑暗软化。我的脉搏有力地跳动着。我是蒸汽，可以毫不费力地移动，可以存在于我所看到的一切物体中。像是挂在枝头的一簇吐露水汽的花朵，像是羽毛球网网格的结晶。我对这一切怀有强烈的热情，我被多巴胺及其连接的礼物充满。我真希望我能告诉别人这有多美好。

夜晚没有尽头，我从一条黑暗的街道走到另一条，腿一直都不累。



我查看那些召唤过我，我却从来不敢进去的小巷和花园。我走到大路上，右转朝着市区的方向，驱使自己沿着宽阔的路肩走着，油灯突然照亮了蹲在黑暗中的男人女人，他们在卖芭蕉叶包着的食物。他们突然冒出来，然后又在我经过后消失。我敬畏地凝视他们片刻，他们也回看我，毫无疑问地因为我这张突然从黑夜中出现的白人面孔而感到震惊。没有人阻止我，没有人质疑我，街上的其他声音都来自于幻影。

我的目标很宏伟，我的计划是追寻如神话般的东西。夜晚在我眼前展开，只对我展开。对于什么是真实的，什么是重要的，我有着深刻而有影响力的理解，这彻底背离了我几周以来的冷漠。困惑被驱逐出境，有了多巴胺，一切都清晰了，所有事物都在我的注意焦点上，没有周边，没有背景，只有不断显现的绝对相关。

清晨时我回到家，我知道我根本睡不着，于是我开始画墨水画。这花了我好几个小时，我也没有感到无聊和疲惫。之后黎明开始破晓，照亮我的百叶窗边缘。我该如何完成剩下的部分？我得想办法装作我是个正常人，一个有睡眠的人，在一天开始的时候和家人一起正常地醒来。我一直等到我的正常起床时间7点半前的一个小时，然后关上灯，躺进被窝里。我躺在房间里的晨曦之中，异乎寻常地安静，像是按了暂停的动画片。我闭上双眼，感受到胜利的感觉：我可以这么做，没有人会知道。当爸爸敲门并把头伸进我房间的时候，我抱怨着翻了个身，陷入这戏剧化的一刻。一小时后，我出来吃早饭，但我吃不下，我不想和其他人一起坐在餐桌前。于是我拿了些烤面包走到外面的露台，自己安静地坐着。之后我把它们都扔掉了。我的眼睛像闪着异样光芒的空心灯笼，一定不能让人看到我这个样子。

家里的最后一个人离开了，喧嚣终于退去，我又能奢侈地独处了，但我纯净的状态现在被疲劳拖累。我保持着全面警觉，但现在肌肉因为过度使用而僵硬。能量的碎片持续地发光，但阴影在它们之间聚集起来。于是我给自己定的下一个任务是度过这漫长得像48小时的一天。我

走到瓶子后面，从爸爸的柜子里拿出美沙酮。它们还在那里，感谢上帝，还有很多。我数了四粒药丸，每粒10毫克，这个量应该差不多。

它起作用了，和我想象的一样，甚至更好。轻柔的麻醉镇定作用像日落一样缓缓布满我昏醉的神经系统。我能感受到它令人舒缓的温暖、柔软、动人，让开始积累的不适感渐渐消失。不久空气变暗，聚集起来的自我怀疑的碎片凝结成齐声的低语，越来越像卡通片，越来越温和，像个欢乐的迪士尼式的演奏会，从幻想世界而来。我闭上双眼，然后立刻陷入梦境，这是个醒着做的梦，有想象的舞蹈和瀑布。在这清醒的梦中，在这被一丝异常光彩照亮的黑暗中，我不断排列着我私人王国的图案和形状，无法预测、神奇、强有力而又平静。

接下来的一个月中，我从鹅麦药房拿了其他药物来试验。但是没什么能和甲基安非他命一样有趣。两三周之后，我在深夜里又来了一次甲基安非他命狂欢：这次不是一瓶半而是两整瓶，那种坐火箭的感觉甚至比之前还令人晕眩，快乐的能量风暴在我体内上蹿下跳。我以为我使用的剂量刚刚好，直到我开始头疼。疼痛来得很快，一瞬间就头疼欲裂，我很害怕，头疼盖过了一切，我以为我做了不可挽回的事。是中风吗？有一小会儿我只能煎熬着。之后头疼开始消退，我开始觉得我依然不错。

还是说，我已经毁掉了半个大脑，只是因为我吸毒过量才没有发现？即便如此，这难道不是我活该吗？我对于从医院偷药，躲藏，撒谎习以为常，而这只会变得更糟，每一次的欺骗都建立在上一次的基础上。自我轻视的乌云在当晚很快地聚拢，除了名声不好之外，我的死亡会对任何人有影响吗？但随后是暂时的缓解：一股强烈的叛逆感促使我做了某种决定。我完美化了我的孤独感，它给予我一种纯粹感，一个保护罩。爸爸有他自己的生活，他是个大医生，拯救着当地人；艾比晚上可以和自己的男人拥在一起。我的人生路与他们无关，它取决于我，我带着漫画书式的故作勇敢对自己说，去探索黑暗的境界吧。而且我确实

将自己视作某种反传统意义的英雄。噢，不，你的言语阻止不了我，我对躲起来的反对者进行回击。我不在乎你怎么想，我有自己的想法，你的话不能触动我。这个旅程是神圣不可侵犯的，我不会回头看。

但很长一段时间里，我都不能从内疚和羞耻的阴影中逃出来。那个想象中的声音责备着我，大声训斥着我，发自内心。它们依赖我自身的愤怒得以生存，而为了感觉到强大有力、自由和光彩照人，我显然愿意对自己发怒。我继续重建自己的监狱，一有机会就吸毒，漠视自己的安全和人生，最后导致我回到狭小黑暗的愤怒和沮丧中。毒品起了作用，因此我根本没办法抵抗，但它们并没有起到很好的作用：它们不可避免地诱发了更深的失落感。

这个特别的狂欢在第二天晚上以注射麻醉剂而告终。这一切的混乱让我渴望海洛因，或其他类似的东西。但我只能拿到爸爸的可待因药丸，于是我把它们碾碎，将棕色粉末倒进一个大勺子里，加入灭菌水，用蜡烛的火苗加热这混合物。我肯定是没有插进血管，才形成了一个肿块或淤青，之后我往里注射了更多液体，血在我的胳膊上形成一条深紫色血痕，然后滴落在浴室地上。我充满了厌恶的感觉，并且开始恐慌，有人会发现这些污迹的，我可能会在一滩凝结的血块中醒来，或许我根本不会醒来。不，这种体验在那一刻一点也不神圣。尽管我的初衷是好的，我还是无法从那令人作呕的虚弱和恐惧的气味中逃离。终究我没能胜过它，自从泰博以来，自从旧金山以来，我都没能胜过它。这整个扭曲的情景让我得到一个毫无疑问的结论，我被击败了。

## 第十一章 意识的失去与找回

接下来的六个月是冒险的大杂烩，按照两个主题随意排列：我探索外部世界的愿望，这和其他旅行者一样；还有我探索内心世界的愿望，这我还没发现有人做过。我深深迷恋着马来西亚，在吉隆坡有着无穷无尽的新鲜事。我逛遍了夜间的露天集市，品尝难以言喻的美食，参观中国摇滚乐队的露天表演，坐在小餐馆里，在日记本上写东西。而我也深深迷恋着毒品。它们的气味到处都是，在我父亲的药品渠道中，在整个社会冰冷的法律约束中。我睁大双眼，仔细聆听。我找到了一种药叫作哥罗丁（Chlorodyne）<sup>[7]</sup>，它是一种含有阿片类物质的难喝液体——“用来治腹泻的”，药剂师笑着说。里面含有各种可待因混合物，以及和阿片类物质有密切关系的成分，甚至有药用可卡因。对于一个无畏的“瘾君子”来说，还有很多可以探索的东西。

如我父亲所愿，我终于还是开始帮忙开展医学研究了。我的工作之一是给马来西亚和印度的工作人员接种一种新型抗疟疾疫苗，它通过皮肤注射，可以避免被感染的风险，也杜绝了灭菌的需要。我给人们注射，然后有其他人记录他们的被感染率。在每周工作的这几个小时里，我觉得自己是有用的。我还开始学习印度音乐，买了把西塔琴，找了个老师，每两周就去离吉隆坡80千米的另一个城市上课。我的老师是个40多岁的印度妇女，她从一些初级音乐家那里学过基础知识，她是个中产阶级的家庭主妇，她所穿的纱丽缝隙中露出她的身体曲线——虽然她不是艺术大师，但我也不是高要求的学生，我渴望去记住那些代表着不同音调的印度音符。我还会去丛林旅行，这是最让人难以忘怀的时光。丛林旅行对身体状况有很高的要求，有一些危险性，每个细节都充满惊喜。我喜欢这片脊形地貌的绮丽土地上的各类植物、河流、瀑布，还有

从浓密灌木中迸发出的意想不到的大量人类文明。

在某一次丛林旅行中，我与三个美国医学生同行——他们是休假的实习生或住院医师——还有两个马来人作为向导、翻译和帮手。这几个美国人是美国和平部队的志愿者或美国国际开发署（USAID）的工作人员，他们被签约雇佣两到三年。他们既乐观又亲和，不知为何接受了我这不平常的身份，也许他们并不在意——一个小伙子在马来西亚和他的医生父亲一起，想来加入旅行，那就让他来吧。我们像个紧密团体一样一起旅行，不在乎种族或地位，有可通车的路就坐吉普车，路没有了就步行。其实我们要去的地方没有任何路线，我们完全靠自己走。我们的停靠站是沿着丛林中的水道或峡谷散布的马来村庄或原住民村庄，这些村庄由于医疗干预和免疫接种的需要被标记过，可以补充药物、维生素、避孕套或其他所需物资。其中有些村庄之前已经接受过医疗干预，而有些则从未接受过任何形式的医疗保健。

六个小时的艰苦跋涉将我们带到了一个被丛林包围的与世隔绝的马来小村庄。我们的向导肯定被一些村民认了出来，或者是他们已被当地的巫医（bohmo）担保过——因为我们的到来既没有引起喧闹，也没有受到警告。我几乎快累死了，但当我听到孩子们玩闹的声音时还是抬起了头。我挥去眼睛周围的汗水，发现我们即将抵达一个建在满是灰尘的公共区的房屋群。每个小屋由两到三个房间组成，房间被竹条墙上的门框所隔开，只有门框却没有门，下方是竹制地板，上方覆着草绿的斜屋顶。小屋屹立着，不可思议的坚固，被架在空中，因此屋里的地面与屋外地面上站着的人的视线是平齐的，小屋通过砖或水泥砖支撑起的木质楼梯与外界相连。这些小屋是对外开放的，它们没有前门，而是被架在空中，保护居住者远离野生动物或洪水，只不过无法阻挡风雨和邻里好奇的目光。

我们到达的时候，引起了公共区的一阵骚动。大大小小的孩子们成群结队地小跑着、笑闹着、尖叫着、追逐着，小一点儿的孩子们坐在大

女孩们的大腿上，也许是他们的姐姐。看着他们聚起来又分开，就像一群动物在我面前聚集又分散，真是不可思议。然后大人们突然出现在之前空旷的地方，他们三三两两地站着、看着，保持着一段安全距离，却难掩好奇之心。相互介绍之后，我们被请进了一户人家的前厅，里面几乎是全黑的，我的眼睛适应了好一会儿。但我几乎无法理解我所看见的事物，屋里的陈设家居跨越了文化，穿越了数十年，穿越了各个大陆，没有可以理解的图案，没有至关重要的逻辑，就像还未开化一样。我注意到厨房用具、衣服和织物、香烟、打火机和看起来多年未使用的电器——没有类似电力的东西来使它们运作，没有墙上插座。事实上，连墙都没有。那为什么有烤面包机？这里也没有什么邀约要赴。为什么还有闹钟？这些被现代社会遗弃的东西像马赛克一样填补了屋内的空缺，虽然这些东西的作用本不在于此。可是大部分看起来有用的东西并不是来自商店或后车厢，而是来自森林：餐具、粗制的椅子和小桌子、芦苇编的碗、木制汤匙、长柄勺和盘子。我看得目瞪口呆，微笑着，流着汗。

我们被敬茶之后，我和其他人被分别护送到不同的小屋。我真的不知道接下来会发生什么，但我安心地跟着去了。一个十岁左右的男孩带我去村里叫特里（Terry）的医生的屋子，我似乎要在他那里住上好几晚。男孩拉着我的手，每走几步就抬头看我的脸。他的脸是毫无防备、迎合而又脆弱的，他的焦虑显而易见，却又被好奇心压制。我想他不曾如此近距离地看到过白人，而且也肯定从来没有碰触过白人。他把我带到一个离其他小屋有些远的屋子，用眼睛告诉我这就是我们的目的地，但他没有放开我的手。他站在那儿盯着我看，既不说话也不笑。我感到一种奇怪的荣幸。但我最终甩了甩手，然后爬上楼。屋里没有人，我坐在最高一级台阶上，陷入一种懒散的状态之中——也许这就是这个地方的节奏，速度介于停止和缓慢之间。我坐了好长一段时间，可能我打了会儿瞌睡，因为我被身后传来的声音吓了一跳。

“你好。”我到的时候他在哪儿？他什么时候到这里的？

“你好。”我回答道。我看着他温暖而又幽默的眼睛，带着某种冷漠的暗示，就好像在说：“欢迎你来这里，但不要待太久。”

“你是特里？”

“是的，那你一定是马克了。我带你四处看看。”我无法分辨他是不是在开玩笑，这里根本没有“四处”可以看。

“这是你睡觉的地方。”他指着地上的一块区域说道。我走近看了看，看到一个用极细的线——芦苇或竹子编成的垫子。

“谢谢。”我说。“你睡在哪儿？”我为什么要关心这个？

“就这里，旁边。”他指向离我垫子一米左右的一块空地。的确，那里有另一块垫子，在阴暗的屋里几乎看不见。“但我不怎么睡。”他补充道。

“我也睡得不多。”

“不，我是根本不睡。”他瞥了我一眼，“我会冥想。”我觉得这很有意思，很吸引人，而且非常难以置信。好吧，也许你会冥想，但每个人都需要睡眠。

我问他为什么住在这里，这个问题问得有点远，他解释道，这是他人生中的休假，一个足够远离他所在世界的机会，这样他才能按照自己的想法创造人生。

“从你是个婴儿开始，就活在别人的期望中。”他说，“你永远无法发现你的真我，或者说，你永远不知道你能成为谁。”

“举个.....例子？”

“就像是完全处于意识状态中，你知道吗，这是可能的。有的人称之为宇宙意识（cosmic consciousness）。不管叫什么，你可以从内在审视中学到很多，不必再担心你给别人的印象是什么或你晚餐准备吃什



么。”

“可是你从哪里开始呢？”我更多地是在试探他。他是这方面的专家吗？在伯克利的时候，我曾听过很多关于冥想和宇宙意识的刺激性目标的东西。我觉得吸毒的过程带来了如此深刻而强烈的意识，但我所得到的也仅限于此：浅尝一口。

“我会向你展示我正在尝试的一种方法。”他说。“明天吧。”这似乎意味着谈话结束了。

当晚我们在另一个小屋里受到了款待，喝了当地啤酒，然后我回到特里的小屋去睡觉。我们躺在那儿，听着丛林的声音，特里不是很健谈。终于我打瞌睡了，而可以肯定的是，每次我醒来看四周，特里都闭着眼睛靠墙而坐。我想，可能你只是坐着睡着了。

第二天我几乎什么也没干，我四处看了看，帮了点忙，看着眼前变化的世界。我在树林里洗了个澡，用一个被截了一半的水桶从井里提水，然后淋在自己身上。我一个人在树林里感到很紧张，这里有很多种昆虫。那天下午我在特里的小屋里待着避暑，在台阶上坐了好几个小时，看着村子里的景色。孩子们一直跑来呆呆地看着我，但我觉得这没关系。

那天早上特里留给我一本手册，工整地写在螺旋笔记本上，他说这是一本按部就班的自助手册，帮助人们发展宇宙意识。他说他还在完善它，但前十课左右的部分已经完成了。我也不可能学到那么后面。我拿起手册开始浏览，第一课讲的全是呼吸——有意识地呼吸。聆听每一次呼吸，听着自己吸气，听着自己呼气，感受吸入空气时你的身体在做什么：因为身体吸入了很多东西，不仅仅是空气。而当身体将空气驱逐出去的时候，它也清除了很多东西：除了空气，还有感觉。吸入，呼出，吸入，呼出，这就是存在的基本节律。第二课让你注意自己的思想。它们来自于哪里？它们如何连接，从一个到下一个？它们之间是否有空

间？在那个空间里又发生了什么？我开始明白他想要表达的意思。不过令人难以置信的是，在马来西亚的丛林里，竟然有人找到了可以通往至高境界的生活之道，我所遇到的佛教徒、瑜伽修行者、唱弥撒的神父以及冥想者似乎都很难达到第一阶段。特里到达了更深层的阶段吗？如果有用的话，我也想学一下。我想停止试着去改变自己的感受，不再像吸毒时那样着迷，就只是接受在当下存在着，就在此地，就我自己。所以特里的计划对我来说似乎很有吸引力，不论是否可行，他的目标和克里希那穆提一样：省悟。把注意力集中于思想与感受，了解自己的脑中在发生什么，这是通往平和的道路。

现在是晚上，而特里并不是唯一醒着的人。一个小型聚会正在形成。我跟着四个白人离开村庄，沿着小路，穿过大片黑暗，直到完全没有了亮光，星辰被树梢形成的华盖挡住，火光也消失在我们身后的黑暗里。空气中满是看不见的生命所发出的声音，令人毛骨悚然。走在最前面的人有一个大功率手电筒，走在最后的人也有一个，我走在倒数第二个。我对自己说，他们明白自己在做的事情。只要我待在队伍里，就是安全的。不过我也告诉自己，我看不见水蛭和蜘蛛，可能这样也好。

我们到达一栋只有一间房的方形小屋，它建在一块钢筋混凝土上，是储藏某些装备的地方，现在没人用了。我们围着一盏小烛灯，坐在折叠起来的旧降落伞上，我们一移动，降落伞也跟着微微摇晃起来。我被告知这是个一氧化二氮聚会。“来爽一下吧。”这种邀请我很少拒绝。不过一氧化二氮？它引起的快感很廉价，不是吗？尽管我没尝试过。而且我惊奇地发现特里也来了，这不像是他会做的事啊。

一氧化二氮并不是常见的滥用毒品，它更多地被视为良性的笑气（laughing gas），尽管它并不总是让人发笑，而且它更常见于牙医诊所、青少年吸毒者的聚会，或感恩而死乐队（Grateful Dead）<sup>[8]</sup>的演唱会，而不是在东南亚的丛林里。它是一种简单的毒品：全身麻醉剂中最简单的一种，它是地球上最普通的两种元素：氮和氧的混合物，而它的

作用也相当简单——它会让你睡着。但它的临床效用和作为聚会毒品的吸引力来自于意识的控制阶段，你吸入它的时间越久，你就离清醒与沉睡之间的神秘入口越近。在完全进入之前，你可以停下来，实际上，有这样一个地带，你的意识不足以清醒地去感受疼痛、焦虑甚至是自我，但你又不是完全无意识的，你还是这个世界的居民，立在白天与黑夜的分界一侧，但又并不完全地属于这里，与存在联系最紧密的特征——意识本身——不知怎么消失了一会儿。

看着我们中的两个人打开一个大小和造型都很像潜水呼吸罐的大钢罐，我缠着特里不断问问题：“这是一件需要认真看待的事吗？我的意思是，你能用它来探索自己的意识吗？”

“我想你会找到答案。”

“那么你曾经为了这样崇高的目的而使用它吗？有人这样做过吗？”

“威廉·詹姆斯（William James）就是其中之一，你知道他是谁吗？”

詹姆斯是20世纪以来最伟大的美国心理学家之一。两年前我上普通心理学课时读过他的作品选集，但其中并没有提到一氧化二氮，这也不奇怪。“我知道他对意识很感兴趣，但我不知道他是个瘾君子，就像弗洛伊德（Freud）也吸可卡因一样？”

“他不只是对意识感兴趣，他是完全被它迷住了。”特里回答道。“他觉得一氧化二氮可以通过微调他的意识，让他瞥见绝对的真实，并抓住重点。”

“你怎么知道他不是仅仅为了尝试一下吸毒的快感呢？”

“吸毒的快感对他来说意味着了解心智，也就意味着了解意识。这是所能想象的最棒的快感，你不觉得吗？”

詹姆斯的吸毒基于最令人尊敬的动机：他对于脆弱而又飞速运转的意识本性的迷恋。认知的细枝末节像是精美的星群聚在一起形成一个整

体，一个松散的整体，像是一朵云或一群鸟。一氧化二氮很容易得到，而且在当时是合法的，现在也是。人们将它用于麻醉和娱乐至少有两个世纪了，但詹姆斯的吸毒经历引起了一些关于意识本质及其通往现实途径的有趣的哲学探讨：

这些体验的主旨是由一种强烈的超自然启示所带来的极度兴奋感。在几乎令人眼花缭乱的深度证据之下，真相展现出全面的观点。心智了解所有存在的逻辑关系，有着一一种正常意识下无可比拟的显而易见的微妙性和瞬时性；只有当清醒回归时，洞察感才会衰退，只剩下一个人神情茫然地盯着一些杂乱的单词和短语，就像盯着晚霞已逝的苍白雪峰……[\[9\]](#)

理论上听起来还不错，除了毒品作用消失的时候。不过和詹姆斯一样，我全副武装的伙伴们，这些怪人晚上聚集在丛林的一个小屋里，肯定是在追寻意识扩张、看到现实本真的时刻，而不是为了惊鸿一瞥。特里所追寻的是一种肉眼可见的、超动力的觉醒的幻象，然而特里似乎从反方向接近了这个问题——通过艰难的、规律的心理自控训练。对我来说，我承认这只是又一次快感而已。其实我很高兴能找到这种强加给我的毒品，尤其是这种我从未吸食过的毒品。

我和其他人一起安静地坐着，打开感知，丛林中的声音从无玻璃的窗子和墙上的每一个裂缝中涌入，形成一种悦耳的声音交汇。我看着组装的设备——某种怪异的自制工具——通过一个看似复杂的阀门，他们连上分段胶管，尾部是一个贴合口鼻的类似防毒面罩的东西。有人旋开了旋钮，随后房间里充满微小的嘶嘶声，这嘶嘶声给丛林中的声音笼罩上不祥之感，像是离得很近的瀑布。

在无声的协商之后，一个我不认识的人——叫哈罗德（Harold）还是什么的——拿起面具蒙在他的脸上。他用另一只手动作，阀门开得更大，嘶嘶声变得更响了。哈罗德闭上眼呼吸，一次，两次，三次，他的眼神开始飘忽，头开始上下晃动，似乎失去了控制，然后他扯下了面罩，向后倒去。我看得目瞪口呆。两个人抓住了他，让他躺在层叠的绸布上平静下来。哈罗德的脸扭曲着：大量空气从他体内涌出，半是呻吟

半是叹息，而后他扑闪着睁开眼笑出了声：“我现在就是罐子。”他荒谬地说道，然后他费力地环顾房间四周，似乎想要集中视线，但他的眼睛几乎无法聚焦于看着他的人的脸和支撑着他的人的手。接着他又出声了，低沉而微弱：“哇，兄弟们！什么.....我可以告诉你们.....一切.....黑暗之心，就是我们！你们大家.....我了解你们。你们的愤恨，你们的愚蠢，不是你们的错，只是.....努力生活.....这里.....我们.....只是.....要去做，要去看。我不要再继续了.....”一段长时间的沉默后，他觉得这是某种看不见的剧情：“哇，多棒的旅程！真好.....真好.....好吧.....”然后他把面罩给了身旁的人。

这个人一直喷气，直到他向一旁倒去，而他仍然活着的首要迹象就是一连串可怕的喷气声和傻笑声。他没说什么话，只有一些劝诫和咒骂，他看上去相当高兴。我不担心他。

然后就轮到我了。

我把面罩贴上我的口鼻，焦虑渐渐爬上我的脊椎。有人在帮我，但我看不清他是谁。一个温柔的声音说道：“呼吸，呼吸就好。”我照做了。这气体有化学物质的味道，还是说这是罐子的味道？我的喉咙后面有东西在灼烧，我从肺部呼出大量气体，然后世界有了变化。我没想到它起效这么快，时间变了，它变慢了，但不太顺畅：它开始突然倾斜，呼气的比本应花的时间更长，它尽可能地延长。它一直持续而我听着，惊呆了。远景划过眼前不断变换，我站在高处远眺着意识减退的景象。然后我再一次吸入，这一次气体像高密度液体一样涌入，填满每一处缝隙，并不愉悦，只是令人震惊。我忘了我在做什么，但那个温柔的声音再一次响起：“呼出来。”我照做了。这次呼气持续了太久，久到它已经不是一个事件，而是一段经历，一幕背景。特里的手册里是这样写的：不断扩张的气泡浮出水面，而我就在一个气泡里，跳到下一个气泡。我像是在手册里，而手册变成了一个有着秘密之门的剧本，我直到现在才发现。呼吸的奥秘在此被揭示出来，仿佛我的全部都从自己的口

鼻中冲入房间，在宇宙中呼吸。这不仅仅是呼吸，这是我，这是我的本质。我再一次寻回了对自己的一些认识，仿佛我的存在是由回忆的行为构成的，而这似乎有十分深远的意义。手册是锁，气体是钥匙，我是智慧之箭，被气体所释放，劈开书页，越过呼吸，越过思想，越过思想之间的空间，一个像银河星云般开放的空间。我一次又一次地醒来，却不记得自己睡着了。我对这壮观的一切感到异常兴奋。之后我的兴奋感越过边缘，转化成愉悦。

我把面罩拉低，想要了解发生了什么。大家对着我微笑，赞许地点头。但现在我明白了，整个场景都在我之外，离我很远。他们的动作与语言是清晰的，但他们所属的世界我并不在其中。这个房间及其居住者都从我存在的岛上溶解了。我听到的声音都被极大地扭曲了，回响在时间冻结的峡谷里。我看得见他们，也听得到他们：长长的，波动起伏的，没有连贯的意义。我察觉到了知觉动作，却是完全错误的，每个感知事件都是一个荒谬的延长的后像。我向后倒入层叠的绸布中，房子中心的微弱光亮像是有半个城市街区那么远。我告诉自己这是假象，如果我集中精力，我就能关闭这间隙，可是我无法集中精力——无法集中于光亮、声音、动作或面部表情。这不是宇宙意识，这是中毒。我的意识在断裂的图像碎片中摇摆，从任意的废话中产生变幻的感知，而此时我的灰烬正游向觉醒的薄薄表层，意识渐渐明晰，扭曲却熟悉的声音，如颤动的水母，慢慢变回人类，欢迎我的归来。

一氧化二氮的作用来自于NMDA受体受阻，这是前面已介绍过的解离性物质的关键机制。与更加强劲持久的同类美沙芬和PCP一样，一氧化二氮阻断了谷氨酸分子接近NMDA受体，扰乱了它们产生连接的努力。结果又是感知功能出现了故障，这种感知通常是皮层将感知觉与工作记忆连线而形成的。和其他解离性药物和NMDA拮抗剂一样，我们估计现实会消失，而意义就在没有现实的情况下冲上了舞台。意义此时被联想所引导，从边缘系统渗入，填满空隙。但一氧化二氮还有其他作用：它减弱了乙酰胆碱（Acetylcholine）的作用，乙酰胆碱是负责正常

警觉、让人保持清醒的神经调质。如果有一种神经化学物质能构成意识——活在当下、觉察、警觉、有感受的状态——那就是乙酰胆碱。如果没有乙酰胆碱让你保持清醒，边缘系统产生的意象就有了一张不定期入场券，可以随意冲上舞台，编排关于世事的小短剧，结果就是意义的脱缰。它看上去像事实。对于威廉·詹姆斯以及跟随他的探险者们来说，它似乎是事实。它感觉上像是事实，当云开雾散、风景初现时，似乎有意义深远、喷薄而出的确定性随它而来，但其可信度是令人高度怀疑的。

没有了对NMDA进行交通管制的认知凝聚力，对可觉察的现实进行编码，意义只能从其他地方获得。和其他解离性物质一样，一氧化二氮从边缘系统和与之紧密结合的皮层区域——如眶额皮层、颞叶和前扣带皮层等区域收集意义。但不同于其他解离性物质的是，它额外提供了艺术性创作的帮助，让我在中途入睡。它的作用很快，我只进入了一小会儿，但那是个创造性的时刻，因为这种意识模糊的状态就是滋生梦境的地方，它是一种熟睡之前的状态，称为睡前状态（hypnagogic）。此时负责创造意义的这些区域独立运作，不仅与皮层感知分离开来，还与我們称之为保持清醒的无缝意识流分离开来。我的心智仍在产生意义，但这意义是由环环相扣的联想、对事物的喜好所组成，并被情感黏合起来，而我的脑干——一个负责苦差事的脑区——处于半醒状态，反应缓慢，像拉下来的百叶窗。我无法获得任何类似真实的东西，相反，我拼凑着受梦中创造性逻辑支配的大块知觉碎片。

梦有着独特的能力使其看似完全真实，展现最生动鲜活的景象，有着似乎合理的顺序，然而却完全是虚构的。EEG（脑电图）记录几乎显示不出清醒的皮层和睡着的皮层之间的区别，该结果至少体现在每个睡眠循环的第一阶段——称为REM（rapid eye movement），即“快速眼动”阶段——这时的梦境最为真实生动。事实上，REM睡眠时的皮层的唯一不同在于背外侧前额区域的激活减弱，该区域负责工作记忆的执行<sup>[10]</sup>。我们在梦中做不好的唯一的事就是保持事件的连贯性——这是



工作记忆的一个首要特征。这也是为什么我们在梦里乘电梯去了办公室，却发现自己在高中或下一秒见到了自己的母亲。在远一点的皮层下区域中，如下丘脑和脑干，还有更多更深刻的区别。在这些更原始的区域，乙酰胆碱（以及其他神经化学物）的减少在身体与心智之间的大道上拉下了紧闭的金属百叶窗。感觉器官不再为感觉皮层提供输入，运动皮层不再对肌肉提供输出。于是我们感知不到当下所看到的和听到的，我们在脑中行动，而身体却躺着不动。精神世界依然详尽而精确，但其内容却完全是虚构的。

实际上，梦中短暂的生动画面比我们称之为现实的体验更连贯，这是因为它们被高度加工过了。意义从体验中过滤出来，反复过滤，夜复一夜。这意义带来了一个另外的感知世界——梦幻景象的感知——它被植入海马中，又反馈给意义。此刻，一氧化二氮渗入了我的神经元，抑制了工作记忆，句子中字词的距离、对话中凝视的距离、这个思想与上个思想之间的距离，都被命名为神秘的意义。这就是威廉·詹姆斯所歌颂的伟大的清晰性：通过其所有的凝聚力、非凡的理解力所掌握的洞察。除此之外这一切都是梦而已！来自于感知的粒子从工作记忆中解脱出来，未经自我监督和决策的背侧机制检验，这种人为的现实像是从神灯中释放出来的妖怪。然后最终，扭曲的图景退回到灯里，什么也没有留下。除了詹姆斯所哀悼的悲伤空虚的后像，什么也没有。而我不得不好奇，梦中的现实是否与真的现实有任何相似之处。除了短暂鲜活的激动感和引人入胜的新奇感之外，这种或其他解离性药物的体验是否值得，抑或这只是个毫无价值的虚假体验，尤其令人毛骨悚然，因为似乎它在短时间内是如此地千真万确。

知觉慢慢舒展开来，而房里的声音变得越来越大、越来越清晰。我的呼吸节律又重回正常。我感觉自己在摇晃、下沉、溶解、重组。我周围人的脸一个接一个地固定下来——现实在微弱的光中凝结起来。其他人的动作、罐子的景象离开了我，变回了手臂、手和脸的混合物，带着它沿着路线，沿着这个箱子，发出和接收信息。现在我明白周围发生什

么了。而我又想起特里关于宇宙意识的秘方，不久前我还想象自己在他的书里。我以为一氧化二氮可能是一种捷径，或者至少是一束舞台灯光，照亮他书里所描述的崇高追求，但现在怀疑填满了缝隙。这毕竟，只是一个梦。

为了弥补现实的遗失，解离性药物给你提供了进入混乱意识游乐园的通道，让你可以在清醒时做梦发疯，然后你可以袖手旁观并且一笑置之，这和醉酒没什么区别。塔尔科特和我几乎用相同的方式嘲笑过意识的溶解，那是多年前在马萨诸塞州森林里的事了。而此刻，一氧化二氮通过调暗正常意识的光为次级光源开路，这是一种人工照明，很有趣，因为它有点像俗世中的自由。我能接受这个安慰奖，但我不认为威廉·詹姆斯能接受。

特里和我坐在最高的台阶上，看着群星渐渐退去，黎明到来。如果他可以不睡觉，那我也可以不睡，但他的沉静让我感到沮丧。他在想什么？这对他说来有价值吗？我只感到轻微头疼，十分疲惫，以及一种想说“然后呢”的感觉。

“发生了什么，特里？”有好一阵他都没回答。

“说说吧。”我坚持着。“什么……你去了哪里？是特别的地方吗？”

“为什么问我？”他终于回答了，“你也去了啊。”

“可是，我的意思是，这很重要吗？它特别吗？那个地方，我们去的那个地方——好吧，我去的是哪儿？”

“这特别吗？”他回答得很简洁。“坐在这里，伴着群星消逝？伴着四周的丛林的声音？”

“可是……”我受够了他的沉默和故弄玄虚。是，我知道，意识是强大的。

“你的确被毒品吸引了。”他接着说道，“但今晚……它只是个消遣

而已。除非它教会了你些什么。”

“比如.....什么.....？”

他再次陷入沉默，然后他说：“一氧化二氮不会让你有意识。它会带走意识。”他边说边朝我咧嘴笑，“如果你想失去意识，用棒球棍打晕自己就好。”

“好吧，那你为什么要服用它呢？”

“我只是想表示友好，而且我不介意时不时地打晕自己。不过.....最好还是不要让它成为习惯。”

我说了“晚安”，然后在我的垫子上躺下。我感觉到熟悉的不道德感、突然涌现的情绪和不适感，它们都是由过度思考、怀疑自我、怀疑自己的所作所为而产生的。可能特里不明白，但意识并不总是一种福祉。

第二天，向特里及村民们道别以后，我们六个人沿着内陆小路离开了。当村庄消失时，我们又独自在丛林之中了。我们从清晨走到夜晚，陆地的轮廓和雨林形成的树荫华盖几乎看不到尽头，仿佛超现实主义者的画作。陆地起伏不平，有着巨大的山脊和其间深深的峡谷。但最古怪的是小路，沿着低谷，我们的小路随着一个管道上上下下，管道是用来运输.....不知道什么，可能是水，也可能是油。管道的直径约两米，它看上去没有尽头，我们一度沿着它走了大半个小时。之后我们一度看不见它了，然后又重新爬到管道上前进了一两千米。管道上面很窄，长着苔藓，泥泞不堪，有一定的滑落的危险。当管道在地面上时，这不成问题，但当管道经过峡谷时，地面会突然消失。我向下看去，发现自己离地面有三四十米，我的心脏都快停止了，但我不得不继续走，因为我后面还有人。有时小路沿着巨大的山侧笔直向上，在有些过于陡峭的地方，我们需要踩着树根作为阶梯。这些树根之所以伸出地面是因为险峻的山势难以包裹住它们。

我们一度登上一个树木繁茂的高原，就像是那种你能在新英格兰找到的落叶林间的空地。我站在这片好不容易才有的平地上，筋疲力尽，汗如雨下。然后我被一只蜜蜂蜇了，并不严重——只是普通的蜂蜇，但还有三四只蜜蜂在我的脑袋周围嗡嗡叫着，我肯定是有失控，因为我大喊了“蜜蜂”！！！然后开始绕圈跑。其他人听到我的叫喊，各自向不同的方向跑开了。几分钟后，我警觉地意识到四处都没有声音，没有动静。我站在林间空地上听着，只剩我一个人了，这比几只蜜蜂糟糕多了。

我徘徊了十分钟，喊着其他人的名字。他们终于重新出现了，三三两两地，睁大眼睛靠近我。

“蛇！你看见蛇了吗？多大的蛇？眼镜蛇还是蟒蛇？”

“喂，是一头野猪，对吧？白天你一般看不到它们，但有时候能看到。你怎么吓跑它的？”

我立刻意识到他们每个人都有自己的解释版本。他们只听到我在叫喊，只看到我在灌木丛里蒙头乱窜。我觉得越来越尴尬，只好告诉他们我是被蜜蜂蜇了，只是一只蜜蜂。他们笑了起来。然而没有人像我一样地看待此事，这让我突然发现，这就是人们通常知觉事物的方式：他们做出猜测，而这些猜测就是他们的现实。这就是我们离现实最近的时刻。

接下来的两晚我们都住在更简朴的村庄里。最后一晚我们在一个充满烟的让人难以呼吸的小屋里，吃了几盘夹杂着蔬菜碎末的米饭。烟来自于不知为何在房间中央一个石台中一直烧着的明火。食物的碎屑落入地板中的缝隙，给住在下面的狗和鸡提供营养。招待我们的主人是原住民，不是马来人，他们不说马来语，而我们中只有一个马来向导熟悉这个地区，能够听懂他们的对话并且交谈。不管怎样，他们和我们一起坐着待了几个小时，通过我们的翻译笑着和我们聊天。我知道我应该感到

好奇，但我觉得无聊而又坐立不安。他们似乎很期待，想从我们的新奇经历中得到一些特别的东西，但我不太知道到底是什么。

第二天是我们旅程的最后一天，我们终于抵达了马来半岛的主山脊，它自上而下贯穿了整个国家，其两侧的小山脊向四周辐射，伸入西边的马六甲海峡和东边的南海。这里是最高峰金马伦高原（the Cameron Highlands），它是个天堂，凉爽的微风吹过至少海拔一千米以上的小山顶，山上遍布茶树——方圆百里都是薄荷味的绿色灌木丛——点缀着些许原始生长的巨树群。种植园、大房子、流水、好吃的食物……

在到达高地之前，我正极度渴望可以洗个澡和好好吃一顿，这时我遇见了一对看似刚从时光机里走出来的原住民。我走在其他人前面，因此我是第一个看见他们的人：一个男人和一个十一二岁的男孩——我确信他们是父子，他们站着不动以至于我差点儿就要撞上他们了，而我的第一反应是害怕。那个男人手边有个吹箭筒，吹箭筒和他一样高，我知道里面装着浸过毒药的箭。他随意地扶着吹箭筒，把它垂直地立在身旁。他只围了一块腰布，而男孩是全裸的。我们互相瞪着对方，可能只有一分钟却感觉比一分钟久得多。那个男人看上去强壮、自信、骄傲，那种骄傲不是来自于大量的成就，而是来自于身处世间的完全自在。他的笑容很动人，他似乎醉心于这难以理解的时刻，他无须说什么也无须做什么。但那个男孩的表情和姿态更为引人注目，他看着我，脸色无比开朗，似乎不属于人类技能的范畴。他的双眼是连接身体与体外世界的窗口，不被自我的混沌所干扰，没有一点自我意识，没有焦虑的迹象，没有害羞，没有取悦。我花了几天时间试着去理解我在这个男孩身上所看到的东西，然后逐渐地明白了：他凭本能了解自己，没有需要维持和调整的自我形象，没有用来评价自己的标准或规范，他在自己身上感觉到了自在应该是怎样的，为此我特别羡慕他。因为，尽管我努力地去尝试，尽管过了这么多年，我还是无法像他那样找到自己、了解自己，我所找到的只是一堆评价。

那个男孩一动不动地站着，他的父亲把手搭在他的肩膀上，没有焦虑地退缩，也不担心会做什么错事而打破父子之间脆弱的缓和关系。男孩没有害羞地缩起来，因为他父亲了解他并且完全接受他；他不担心自己太过强大，因为这不可能被视为挑战；他也不担心自己太过软弱，因为他的父亲、家庭和部落都在这里保护他。这些就是我的结论，也许它们部分地介于合理推测和一厢情愿之间，但是除了羡慕之外，这次经历让我变得乐观起来。看着那即将成人的男孩站在他家附近的小路上，后来仔细思考着我在他的姿势和表情中所看到的東西，让我感到惊喜和充满希望。在这个世界上变得开朗和无畏是可能的，至少是有可能的。

## 第十二章 鸦片地

接下来的四月是我要离开吉隆坡的时候，我真的准备好要离开了，与父亲和康妮在一起的日子越来越让人窒息。我不太了解我体内到底蕴藏了什么，但我知道我必须在自己爆发之前释放它。就像我离开泰博去往加州的乐土一样，我恨不得挣脱这牢笼般的束缚。从很多方面来说，这地方温和而美丽，但我在这里必须循规蹈矩、展现最好的言行，我努力表现得很好，或者至少假装表现得很好，这让我精疲力竭。我现在只想停止努力。我想去旅行、探险、体验，而我主要想体验的是毒品的盛宴，我确信它正等着我。

我知道我想要挣脱的束缚并不是来自于父亲和康妮，而是来自于自己，我想要变得强壮、成熟、健康，并不只是针对他们，这也是为了取悦我的妈妈，我想要让它变得有意义。晚上我在房间里通过日记研究了这个问题，尽管妈妈在世界的另一端，我却总是能感觉到她的注视。对我来说，她像个严厉的、甚至是残暴的治疗师，在我的脑后分析性地看着我。她会从我的行为入手，比如我去药店购买哥罗丁，我一直从鹅麦以及父亲那儿偷毒品；还会从我的思想入手，我觉得她是通过某种超自然渠道发现的，然后从中得出一个诊断，是的，一个诊断：我又搞砸了，我很软弱，我不是个男人。妈妈的注视感觉像是一种持续的、极具侵略性的压力，而我明白我一直感受着这种压力，这是我病症的一部分：我对于他人认可的依赖，尤其是她的认可，她的评价一直都是我的标尺，不，我无法停止这种压力感。但是通过放大我的意识，这个我们试着通过一氧化二氮分离出的脆弱实体，以及通过将意识坚定地聚焦于自我，我可能会摆脱压力并有所成长。我可能可以对母亲注视下的不道德感说再见，靠自己的力量越过它，变得具有男子气概。



这并不太容易做到。我坐火车一路去往曼谷<sup>[11]</sup>。在火车上的两天一夜里，我入迷地看着窗外不断变换的绿色和星星点点的彩色；我窝在自己座位上时断时续地睡着，每醒来一次都感觉到更多的自我；我站在车厢之间相连的小平台上，任风吹乱我的头发。一路向前，穿过有着长长的带状地形的马来西亚，向前进入泰国境内。边境地带笼罩在游击队小规模战斗和其他危险的影响下，之后我们通过了边境。我们从伊斯兰教占统治地位的土地到达了佛教圣地，之后就到了曼谷。

曼谷很大——又大又丑，除了那些庙宇。我长久地独自漫步于这个城市欣赏这些庙宇。我有些孤单，特别是晚上。我很愿意在此偶遇其他美国人，于是我坐在了一个大钟旁边，周围是充满巨大能量的闲杂人等。我放松地与这些人待了好几天，他们是旅伴、“瘾君子”、怪人、嬉皮士，随你怎么称呼。我睡在他们的沙发上，谈论我要去的所有地方，我感觉良好，多亏有我的新朋友。在此期间我了解到年轻旅行者们横跨亚洲的线路：从巴厘岛<sup>[12]</sup>到加德满都<sup>[13]</sup>。

20世纪70年代早期有一条著名线路，横穿印度尼西亚、新加坡、曼谷、万象<sup>[14]</sup>、清迈<sup>[15]</sup>、缅甸，然后像下水道一样通向印度，通往加尔各答、瓦拉纳西（Varanasi）<sup>[16]</sup>、果阿（Goa）<sup>[17]</sup>，或者向北通往大吉岭（Darjeeling）<sup>[18]</sup>和加德满都。这条路很多人走过、确认过，有穿着各色条纹衫的嬉皮士，有充满洞察力的理想主义者，疲倦不堪的“瘾君子”，追寻真理的人，宗教狂热分子，新世纪的冥想、养生、瑜伽探索者，初期佛教徒，以及穿着当地服饰的长发白人苦行僧。这是来自于美国、加拿大、英国、德国、法国和澳大利亚的年轻人和无家可归的人来寻求冒险的地方——毒品供给着他们的内心世界，每个城市和村庄都能发现来自不同地区和不同文化的人。这些孩子并不全是坏孩子，他们甚至根本不坏，他们中有许多人都尊重那些他们所横穿的土地上的人；他们中有许多人试图模仿那些看起来陌生而奇怪，却又充满吸引力、清新敏感的风俗，这些风俗与他们所背弃的粗鄙的西方习俗形成了对比；但是也有一些人标榜自己的出身；有一些人愚蠢又粗鲁、聒噪、以自我为

中心、目中无人。我决心要做个优雅的游客，只要醒着就只留下优良美德。我在去老挝的火车上学了好几个小时的法语，为了便于我与老挝人交流。但在路过当地的鸦片种植园时，我就没有那么恭敬了。这些毒品对泰国和老挝的经济有帮助，却同时破坏了他们脆弱的文化纤维。起初我还没意识到这一点，但是每经过一站，我就多看到一些随着毒品而来的危害，对这片种植鸦片的土地和追求鸦片的人的危害。

老挝的首都万象，遍布灰尘，为贫穷和腐败所苦。这是个奄奄一息的城市，连树木看起来都死气沉沉：肮脏、微红、干枯的棕榈叶静止不动地悬在炙热的空气中。和曼谷的宏伟宫殿相比，这里的庙宇艳俗而又无趣。从越南战争前线不时传来大炮的轰隆声，不分昼夜。我来到一个廉价旅馆四处打听，今晚我想找一些真正的麻醉毒品，是的，今晚，理想的话，就是海洛因。然后我被告知去哪里找哪个人。我的心情不太好。那天下午我坐在一家咖啡馆里，有一个乞丐走近我，他伸手要钱，然后我把手伸进口袋。可是之后他跪了下来，他肯定觉得我要拒绝他，因此他必须进一步地恳求。他反复咕哝着一些咒语，东方的乞丐经常如此，但我的反应有些极端：我感到一阵厌恶和愤怒。“起来！”我用英语对他大喊，“你没看到我就要拿出钱来了吗？为什么你要下跪，像个动物一样？你没有自尊吗？”我的分寸感摇摇欲坠。他怎能如此可悲、可怜、明目张胆地下跪？我只想让他离我远点，于是愈加绝望地翻出零钱。我讨厌他让我感觉如此难为情，我讨厌他让我暴露在我们之间极其不平等的关系之下。

日落时分，我走向镇中心的一个集市。我不打算注射任何东西，这是我在从吉隆坡来的火车上对自己做的承诺，因为我害怕，我知道如果我开始在东南亚注射麻醉毒品，我有很大的可能会死在这儿。不，我不打算注射任何东西，我只想买点海洛因来吸食。这种终极麻醉剂如同午夜的深蓝色，它将洗尽我在马来西亚滞留八个月所累积的灰尘和这里已经落在我身上的灰尘，让我像个物质享乐主义者一样践踏这片多灾多难的土地。有人给我指了一个毒品赌博室，我站在门边问老板哪里可以买到

海洛因，也就是哪里可以得到我的精神食粮。他表示乐于为我提供帮助，他派人去叫一个年轻男人，十分钟之后那个男人来到门边，带我去另一栋楼。他很瘦，瘦到他的牛仔裤仿佛悬挂在腿上。他的假笑暗示着他知道我是谁，他知道我想要哪种，我想要多少？要花多少钱？由于我们的语言几乎不通，我根本听不懂他的喋喋不休。但我给了他五美元，然后他消失了几分钟。五美元不多，我已经准备好要被骗了，如果他不回来，我就去别的地方试试。但他回来了，带着一包白粉——量多得令人震惊。

我回到旅馆房间，塑料袋里装着四分之一袋的洁白无瑕的白粉，这海洛因算很多了。那这个价格买来的品质能有多好呢？它真的是海洛因吗？不过这里是老挝，它可能就是在几条街之外的地方制造的。我告诉自己，小心点。我坐在一个小桌子旁，轻轻倒出一小堆海洛因放在我正读着的一本平装书上，我卷起一张纸做成一个小管，把管子的一端伸进我的鼻孔，另一端伸向白粉堆。我捏着另一个鼻孔轻轻吸入，小心地避免吸入太多。但是当我往下看时，看见白粉堆基本没变化。我漏吸了吗？我正准备再次放低我自制的管子时，我的内脏开始收缩了，房间的轮廓开始变暗、变模糊，好像被毛皮所覆盖，而后一种熟悉的感觉，一种介于晕眩和收缩之间的感觉吞没了我，把我拉进自我。我因海洛因而感到体内的奔腾，而我只吸入了少许海洛因。如果我把面前剩下的一小堆也吸入的话，那我现在肯定失去意识了。

那晚是我人生中第一次也是最后一次去妓院。我告诉自己这会是一个最彻底的纵情声色的夜晚，而我为自己能成长为不良少年而感到骄傲。我是做了全套，是吗？直到第二天早上我依然很骄傲，我坚持要送那个妓女回家。我们沿着一条狭窄且肮脏的小路穿过光线暗到难以辨认的树林和花园，空气清新而芬芳，只不过到处都是树荫。我要她领路，但她不看我，也没话可说。她只是走着，头微微低着，大部分时间跟在我身后，只有我不知道要转弯时才会走到我前头。我们到她家门口时天才刚蒙蒙亮，我准备道别，想着我们之间可能有某种连接，但一个年长

的男人突然出现并粗暴地呼唤她，他空洞、半睁的眼里只有贪婪——你收了多少钱？——然后他转身离开，仿佛她并不存在。在回旅馆的漫长路上，我思考着自己的所作所为，她肯定是个仆人，或奴隶，或他的女儿，谁知道呢？而我为这种交易付了款，我让这交易做成了，我感觉糟透了。

我在万象又多待了两天，但是无事可做。于是，我买了一张湄公河游船票，这会是我近距离看到现实世界、外部世界的一个机会，既然我已将自己的内心世界调整到了满意，那么我应该能借此机会看看这片土地和它的人民。离开的前一晚，我坐在房间里的桌子旁，用六七个四环素（Tetracycline）<sup>[19]</sup>胶囊装了海洛因，然后把剩下的都扔了。游船终点在泰国边境，而我不敢想象边境当局会怎样对待一个带着一包海洛因旅行的白人。此刻，带着装满海洛因胶囊的处方药瓶，我相信这足够维持好几周，而且也不用担心会有被抓的危险。向上游开了八小时之后——美妙神秘的八个小时，欣赏着沿途的东南亚山丘和水田——船到达了过境处，这是位于河岸左侧的一个泰国小镇，但我根本没看见类似关卡或海关的地方。有人指着上游告诉我说，沿路向上一直走，会看到一个小房子。走了20分钟之后，我差点儿觉得已经错过了，然而接着就到了：一个小房子，门上有个标志写着“海关”。这真像个笑话，敲了三次门之后，一个中年妇女应声了，她不可能是工作人员，她腰部以上除了胸罩什么也没穿，而且她似乎快要睡着了。她不可能是……但她示意我进去，自己坐在一张凌乱的桌子后面，从某处拿出一个图章和一块印泥。我出示了我的护照，然后她面无表情地在我上面盖了个戳。

我在泰国待了两三周，坐火车、汽车或任何偶遇的交通工具旅行。每天都有意想不到的事情，每晚我都用某个熟悉的东西安抚自己：令人舒缓的麻醉剂晚安之吻。我遇到了各式各样的人，有些人和我一样年轻和迷失，和他们在一起我总能得到更多毒品，当海洛因用尽时，这能派上用场。一天傍晚日落时分，我遇到一个人，他带我坐在他摩托车后座，在周围几不可见的黑暗路上前行。他停下走进一栋房子里，没和我

说一个字。然后他回来了——没有像我最初所害怕的那样带着匕首，而是带回一种叫“红岩”（redrock）的东西，这是一种海洛因加工过程中产生的廉价衍生物。我们在一张悬在他打火机上的破旧锡箔纸上吸食了它，然后我坐回摩托车后座，等待着美妙的感觉。我迷醉了，他一定也是。我们开到一栋大房子旁，房子被十几扇闪光的窗户点亮，像是午夜花园里的一个巨大灯笼。即便已经这么晚了，房子里仍然有活动：我看见十几二十个年轻女人——他的姐妹或是表亲？——她们都很漂亮，至少看上去如此，她们在房子的各个房间里制作雨伞，雨伞上装饰着鸟和蝴蝶的精美图案，上面涂着色彩明亮的颜料，黄的、蓝的、红的、绿的、橘的、粉的。我被安置在一个小房间的床上，房门挡住了光亮，却挡不住年轻女子们的闲聊声，我躺在床上呼吸着有檀香味的空气。

之后我又在缅甸待了几周，去了各种小镇和城市，没有特别安排行程，每天根据前一两天与别人的谈话来制定路线。我想在这高深莫测的文化世界中活在当下。这里有太多东西可以去体验，但我的道路似乎是由我的内心世界来决定的，我需要不断搜寻新的兴奋点。最终我买了一张单程机票，是一家叫作印度航空的小型商用航空公司，飞机震颤着降落在加尔各答，印度似乎就是旅程的终点，至少目前是这样。我会在这里停留一阵子，我想我会买一个西塔琴回家，认真学习怎么弹奏它。

可是我遇到了麻烦。我住在加尔各答市中心的一家破旧的三层旅馆，名为现代旅馆（Modern Lodge），在此期间我才一点点地明白了过来。我在这里养成了穿拖鞋洗澡的习惯，我不可能让自己光脚去接触这里的地面。我睡在自带的被单上，时刻警惕着蟑螂和臭虫。在这里，我与阿片类物质的关系稳定了下来，就像度过了过山车般的热恋期后，终于步入了婚姻生活。但这需要时间。我的毒瘾来袭，像是临终病人身上的寿衣，在每一个震颤的呼吸中起起落落。某些夜晚，我在沮丧中开始吸毒，这种沮丧支配着我，像是去年我在旧金山和吉米道别时的那种激动情绪的小规模版本。但我这次是真的陷入麻烦了，我几乎每晚都吸毒，不只是一周如此，而且持续了两个月。我的眶额皮层和纹状体突触

的减弱已经持续了太久，至少目前为止，这些价值与动机的仲裁者已不再具有灵活性，不再有可以雕刻的原材料，不再有感受性。意义此时已经成形，其他事都不怎么要紧。最终结果就是我的精力、热情、创造力和乐观精神都指向了唯一的方向。

现在我选择的毒品是鸦片，它是最原始的麻醉剂，而我已经学会如何在加尔各答弯弯绕绕的胡同小巷里找到它。在那时，生鸦片在加尔各答是合法的，你可以在政府扶持的窗口买到它，此外还能买到按周供应的大麻。不过精制鸦片是违法的，这我能理解：精制鸦片效果更强而且极容易上瘾。吸食精制鸦片的烟馆是很难找的，基于某些原因，这些烟馆似乎只在穆斯林地区才有，那里普遍是弯弯绕绕的小巷，如果你不知道该往哪里看，你就永远不会发现它所隐藏的秘密。白天我在现代旅馆周围闲逛，与路过的游客闲聊，但我很快就厌倦了与西方人聊天。到了晚上，我在勉强算得上大厅的小庭院里踱步，要不然就在简陋的餐厅里等着吃晚饭。我浑身躁动，多巴胺开始积聚，意味着那唯一的目标即将到来，就像城里的唯一一场演出即将开场，它的到来以夜晚的来临作为示意。

我本来没计划在加尔各答待这么久，我在等着我的西塔琴制作完成。自我在父亲旧金山公寓的印度房间里度过那些夜晚之后，我就被印度传统音乐的丰富音色迷住了。在马来西亚上了六个月课之后，我已经掌握了一些基础，但为了继续学习，我需要一把好乐器，而不是玩具。而你是无法买到现成的高品质西塔琴的，这和买塞尔曼牌（Selmer）单簧管或马丁牌（Martin）吉他不一样，买西塔琴必须预订，而且必须等。我花了一周左右时间打听，大家都让我去拉什比哈里大街

（Rashbehari Avenue）的海兰·罗伊（Hiren Roy）商店，那里似乎是加尔各答音乐界的中心。从不微笑且一直蹲坐着的海兰·罗伊先生是个西塔琴大师。起初我是去看一看，我花了一整个下午的时间，试着一直蹲坐而不抽筋，试着用混杂的英语和孟加拉语与罗伊先生及他的手下随意闲聊。有个男人一直在打磨两个琴桥，这两个琴桥支撑着其间的二十根

琴弦，然后他很快将琴桥粘到他面前的一把快要完成的西塔琴的柚木表面上。另一个男人把雕工不俗的白色骨质镶件嵌入与之契合的二十个琴栓凹槽里。终于，我得以告诉罗伊先生我的需求，然后他开了个价，这个价在加尔各答肯定是很贵的，但对我来说并不太贵。他们对我说，三周之后，我就可以骄傲地成为西塔琴中的佼佼者——海兰·罗伊西塔琴的拥有者。

我一周去琴店好几次，有人告诉我这样才能让他们把琴做好，这样才能让他们加快速度。但三周里，我的西塔琴没有任何做好的迹象，他们只是说话，打手势，作保证，茶水一直在换，这真是让人沮丧。六周之后，他们从店后边拿出一把西塔琴来给我，这把琴的精致镶件已经完成了大半。他们让我选，我是想要普通把手——刻着简单螺旋轮缘的，还是想要刻着盛开莲花的把手？我一直去店里，但我似乎无法加快制琴的进程，仿佛有个无法超越的基本限制，比如音速或光速这样的物理阈限。在加尔各答，制作西塔琴的速度极度缓慢。现在已经快两个月了，而我的西塔琴差不多要做好了，它很快就会呈现在我面前。但我的一部分热情已经被消磨得所剩无几，它被湿气减弱，被过久的时间拉长，还频繁地被我的另一个追求所影响，就是那个每晚天黑时开始出现的追求。热情是多巴胺所扮演的角色在世界荧幕上倒映出的心理的影子，而我的多巴胺已经不能再自由分泌了。

傍晚时分我躺在自己的床上试图找出解决方法。我对自己说，再多待几天就好，但现在的我已经不怎么在乎了。期盼拥有一把上好的西塔琴所带来的骄傲似乎是假的，是我虚构出来的。但我会拥有那把西塔琴的，只要再过几天，或者下周就会有。到今晚为止，它都被照顾得很好：我已经能体会到了。我起身踱步，开始变得兴奋，多巴胺的释放受到了毒瘾的限制，变得有针对性而又僵化，难以通过日常生活的愉悦和人生追求而获得，却在与毒品有关的事物进入意识时突然涌现。只需一个闪现，一个图像，一个回响在记忆里的单词，一次腹中的咕噜声，这些都是最初的戒断症状，或是从中国餐馆传来的海鲜酱的气味，它与鸦



片沸腾冒泡的气味有着令人可怕的相似之处。是的，今晚多巴胺又一次占据了主导，我的思想转向接下来注定要发生的戏码，这出戏码的开场就是黄昏时分聚集在这里的黄包车。浪费了一天的时间倒在床上虚度光阴，或是懒洋洋地倚靠在休息区破旧的家具上，现在差不多是时候了。多巴胺所产生的渴望和激动聚集在我的神经突触中，再次在它熟悉的地方安营扎寨。

一小时之后，晚餐就快做好了。坐在我对面的两个白衣俄勒冈州人无聊到极点，他们一直谈论一致性、万事万物的内在统一性、造物主在每个生灵面前显灵，延伸到植物与岩石的宇宙意识，诸如此类。在我看来，唯一的一致性就是鸦片，它是我的夜间消遣，是演出的主角。我面无表情地快速道了“晚安”，然后起身离开。在晚餐后消失已经成了我的常态，但我不想表现得没礼貌。我最后看了一眼那颜色怪异的稠粥，难以形容的各种水汪汪的蔬菜，它们装在擦亮的铁盘上，摆放在两张长桌上。在这里，不同年龄和性格的印度年轻人与西方人坐在一起吃饭，像是处于一个文化实验之中，他们中的许多人不太走运或没什么钱。我们时常沉默地吃饭，我比较喜欢这样，但这些俄勒冈州人要在一个漫长的道别之后才会让我走，这让我的内脏逐渐产生一种紧张感，一种如同多巴胺聚集在我神经突触时的折磨人的紧绷感：离开这里，去找黄包车夫，在他消失之前找到他。他现在正等着我——至少我是这么想的——而且他比我更了解目的地附近的环境。

我走到了街上，汗水立刻从我的脸上滴下来，多巴胺在涌动：我必须要去那里。多巴胺沿着过度扩张的轴突涌出，充盈了化学增强效应的神经凹槽，离开腹侧被盖区去往它的三个主要目的地：腹侧纹状体，它负责给行为发出指令，集中和释放行为；眶额皮层，多巴胺在此处注入与毒品价值有关的细胞；杏仁核，联想记忆的两个最重要成分——意象和情绪在此处的突触中会面。由于有了成瘾所带来的神经重建，多巴胺将感知和记忆转换成价值和推力的力量，结合了代表意义的眶额皮层所释放的谷氨酸。这些眶额神经元了解鸦片将会带来多么美妙的感觉，于

是谷氨酸离开了位于眶额的仓库，就像高峰期时的交通一样，它涌向不远处的杏仁核细胞，唤醒与愉悦和抚慰有关的细节——浓黑的海洛因的画面和气味，以及它融化我焦虑的感受。杏仁核的突触结合是持久的。感知和感受的信息沿着轴突的通路涌回眶额皮层，细节在此汇聚成一个单一的全景：一大片纯粹的意义。同时，从眶额皮层扩散开来的谷氨酸又回到了最初唤起它们的腹侧被盖区，由于腹侧被盖区对此时触手可及的大量谷氨酸处于警惕状态，因此腹侧被盖区会输出更多的多巴胺，而这就是以价值为主体的反馈回路：多巴胺从腹侧被盖区到眶额皮层，谷氨酸从眶额皮层回到腹侧被盖区，彼此助长，循环往复（见图4）。然而谷氨酸的大潮会去往最后一个目的地：成瘾的忠实记录者——腹侧纹状体——价值在此转化为行动。

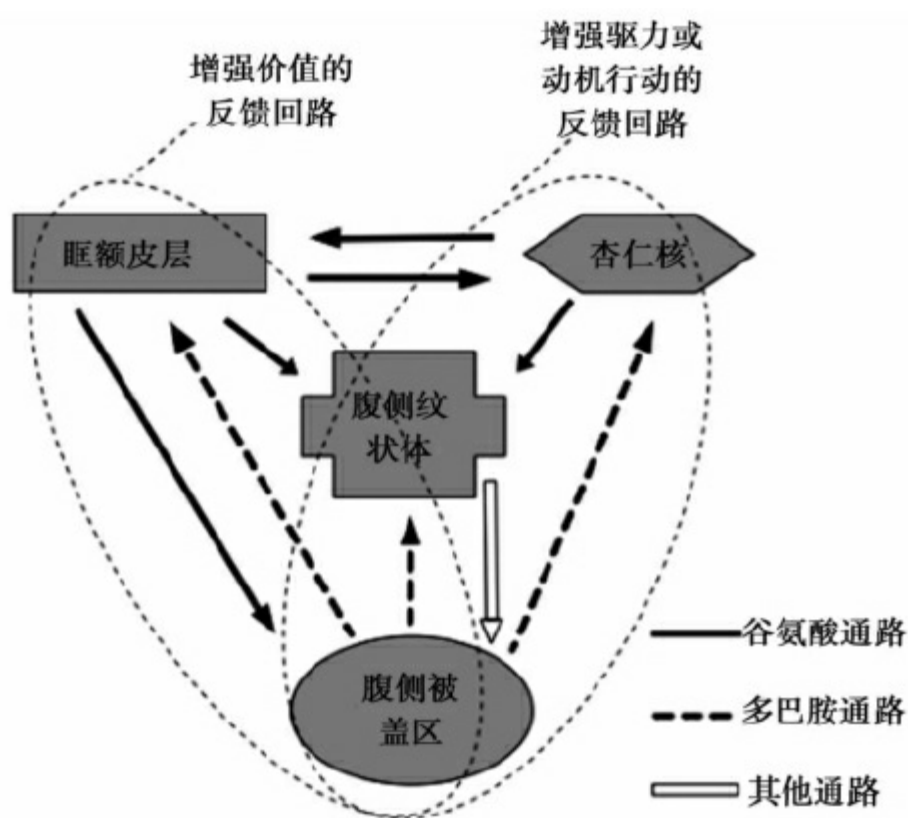


图4：连接眶额皮层、杏仁核、腹侧被盖区、腹侧纹状体的两个反馈回路：一条为多巴胺通路，一条为谷氨酸通路。这些回路彼此重叠，并且互相刺激，产生一种渴望或目标导向动机的状态，集中于腹侧纹状体。

因此，腹侧纹状体悬浮在两条汇聚的波浪之中：眶额皮层的谷氨酸携带着价值或意义，而腹侧被盖区的多巴胺携带着推力。此时由于眶额皮层和杏仁核之间逐步形成的合作关系，感知的细节也同样得到了传输。但腹侧被盖区的多巴胺流也放大了杏仁核的活动，为支持细节阅读提供了能量；而杏仁核也直接向腹侧纹状体传递情绪力量的信息，用精确的感知目标武装动机行为。我坐在晚餐桌旁，低头盯着我的盘子，想象着液体珍珠般的鸦片从那女人的针上滴下来，而我的腹侧纹状体在说：“这就是我想要的。这完全就是我想要的，而且我现在就要。”这一切产生了第二个反馈回路，与第一个反馈回路相重叠（见图4）。这是以推力为主体的反馈回路，或者说是动机行为的反馈回路<sup>[20]</sup>。眶额皮层和腹侧被盖区之间的合作关系传输了更多的多巴胺到我的腹侧纹状体，仿佛在说，如果不介意的话，给我的伙计更多的多巴胺，直接传输过来。然后我的腹侧纹状体通过各种介质向腹侧被盖区传回信息，索取更多的多巴胺。这就是渴望建立在价值或意义之上的方式，是的，价值通过一个反馈回路放大了自身，而推力通过另一个反馈回路建立了起来，最终结果就是对毒品的渴望。一旦我的杏仁核被更多细节所触发：比如毒品的画面、气味或感受，渴望就会更加纯粹，我会比之前更加深陷。

这两个反馈回路互相增强彼此的作用，如图4所示，它们是连锁反应，因为这就是大脑工作的方式。但它们在像我这样的成瘾者的大脑中的连锁反应更加紧密，因为它们关闭了互相竞争的输入和其他的意义。它们不断地循环往复，逐步建立，以一种不断螺旋上升的方式释放更多的多巴胺和谷氨酸，形成一个神经兴奋的双螺旋。这产生了一种定向的渴望：对毒品的渴望到了极点，以至于其他事都不重要了。这不仅仅是渴望，而是定制的渴望，有着狭隘的目的，其自身反复的突触选择史造成了这个不断上升的螺旋的结果。

沿着连接眶额皮层和纹状体的通路，即眶额纹状体通路，兴奋的突触——被选中的那些突触——得到每一次循环的加强，而不参与的

突触，那些像是舞会中没人邀请加入舞池的突触，则枯萎退缩了。这个塑造突触的过程会在大脑的许多部位进行，而这就是大脑在儿童期和青春期发展的方式。经历就是这样塑造着大脑回路，记忆就此形成，意义就此得到编码，期待就此产生。而毒品成瘾者的大脑就这样被反复吸毒经历中的情感力量所滋养，像孩子一样发育，但发育得更快、更具决定性：通过其自身不断的行为，绷紧、僵化、滑稽化。毒品不是口香糖，它已经随着人类文明飞速演变了好几个世纪，因为它的感觉太好了。由于它具有缓解痛苦的作用，提供了连接的无可比拟的温暖，甚至比它所模仿的内源阿片类物质效果更好，而它使我不断地想要更多。一次又一次，一夜又一夜，我的大脑一直在这条道路上行进，我一直在这条道路上行进。而习惯变得越来越强大，突触越来越精细，它们之间的连接也越来越固化，它们只剩下唯一的宿命，就是失去可塑性。

这就是成瘾的阴险之处和毒性所在。由于它对突触有塑造作用——塑形和修剪，神经通路越来越受限，这种作用通过多巴胺和谷氨酸夜复一夜地放大，被目标情绪力量所推动——对毒品的渴望以及之后的抚慰，仿佛是情感空间的高度和深度。要记住：用过的突触就是加强的突触，它们像是花园中的凹槽，雨水在里面流动，形成了越来越深的水槽。突触通道的凝固和窄化，在眶额皮层、杏仁核、腹侧被盖区、腹侧纹状体中交叉，留下越来越少的选择。随着每一次基本情节的重演，通路越来越少。这导致了更多的重复，更少的灵活性；更多的习惯，更少的选择。

选择减少、兴趣变窄的心理现实——这些众所周知的成瘾特征——恰好与突触通路模式的灵活性降低的神经现实是对应的。但是有一点：大脑与心理并不是相对应的，这是个误称，是想象中的近似。反过来是成立的：心理与大脑是相对应的，大脑运行的方式——突触塑造和神经化学增强的生物学规律，彼此互相强化——约束着成瘾者的心理、行为、愿望和梦想。而我的愿景更美好，我希望有一扇后门，一扇侧门，一个秘密入口，为心理超越物质而开。可是并没有。我希望这

只是生物还原论或神经科学沙文主义的一次运用，但它并不是。这就是事物真正运作的方式。

对我来说，今晚的渴望空前地强大，但我必须忍受与这些俄勒冈州人无止境的对话，必须忍耐他们冗长的告别，我已经忍得够久了。我抑制了冲动，是的，抑制得够久了，现在我要去释放了！渴望是一种生理唤醒的低级核反应堆，围绕着一个单一目标而建立，而那个目标物总是正好在我面前。现在这种渴望延伸到我的前运动皮层，它主要负责移动我的腿、嘴、手，而我的手正翻着我的口袋，把一卷卢比扔给我的黄包车夫：“带我去那里。”我的腹侧纹状体就像亚哈（Ahab）的鲸鱼<sup>[21]</sup>一样升起，悬浮在那两条碰撞的波浪之间：紧急与评估，动机与意义。我的这条鲸鱼带着它疯狂的执念逆着风浪而行。我想吸毒，就现在。

这些神经化学活动自然只是前戏，它只是对伴随着吸毒涌现的抚慰的期望。不过，毕竟前戏是在这个阶段的结合中最有趣的事，行为本身，原始的行动，相对而言是日常的。烟斗与嘴唇的相遇，针管与血管的相遇，都是相同的，或者几乎是相同的，次次如此。产生戏剧化的是到达那里的手段。于是我站在人行道上，流着汗，观望着。在煤烟浓厚的空气中，仍然湿热的晚上八九点，双层巴士驶过来，以奇怪的角度倾斜着，挂在扶手上的人物线条画像是绝望的漫画，而我看到它的躯干向我驶过来。同时来了三辆黄包车，他们发现有个白人面孔，于是都疾驰而来，想赶在别人之前到达。我很快走近我认识的那个车夫，以避免产生冲突。但有一刻是令人困惑的，每辆黄包车看起来都完全一样：都有一个很宽的座椅能容纳两到三个人，一个可折叠的防雨顶棚，一个陡然倾斜的台子上有点儿放脚的空间。我的车夫朝我点了点头，然后我踏上大车轮旁的小台子，猛地坐在位子上。车上伸出两根竿子对称地向前弯曲，以便车夫可以一只手抓一个。他抬起竿子，车轮上的车身整体向后倾斜，然后他就开始头也不回地沿着街道小跑起来。去哪里？我说了一个最近的主街的名字，因为别的我也说不上来。它在加尔各答中心大型公园的另一边，在邮局和其他政府建筑的另一边，在道路十分曲折的穆

斯林区。但目前为止，车夫还认路。

多亏了车夫的强健有力，我们20分钟之后到了一个熟悉的区域。宁静的林荫大道变成了挤满仍在营业的小商铺的狭窄小街。我看到了牛肉，这在我们刚刚经过的印度教地区是亵渎神明的一种行为，而现在这些牛肉挂在肉店的前面，胡子拉碴的男人穿着走样的白袍坐在牛肉前面，用水烟袋抽着加入了甜味的烟草。装满难以名状的食材的罐子和篮子，散发着可怕而难以忽略的气味。几分钟之后，街道向远处岔开，变成窄而曲折的小路，几乎是小巷子，这种地方我根本记不住。我在建筑的拐角没有看见任何街道名称，没有门牌号，只有隐秘的门或悬挂的布带我们去到未知的世界。

起初我对于坐在黄包车上被一个看起来只有我一半重的人一路拉着感到有些尴尬。提醒你一下，他的体重完全是由肌肉和肌腱构成的。有几次我醉了或者吸食了太多毒品，然后就坏了规矩。我会莫名地骗车夫上车，或者发现他蜷在那儿睡觉，然后我就在他移动之前抓起车把手，然后开始拉着他走。但每次都以爆发性的抗议告终，然后我会回以一个微笑——你不明白吗？你看，这只是个玩笑。你来拉我来坐是完全随意的，因为我们是一样的，不是吗？肤色、地位……都是虚的。然而并非如此，这比俄勒冈州人的宇宙一体宣言还糟糕，因为我玩弄的是他们的基本生计。黄包车夫并不觉得是玩笑，你就是不能这么做。他是拉车的人，而我是乘客。出于娱乐自己或满足某些幼稚的理想主义的目的而把角色弄乱，这是一种侮辱，当我在这里生活了几周之后才开始彻底了解。司机与乘客的角色关系建立在常理之上，打乱这种关系是对他们的贬低，其结果与我的初衷基本是相反的。我已经证明了自己破坏规矩的能力。平等的赐予者！他们不敢。现在我坐回到位子上，我用手势指路，车夫显然很有耐性，拉着我来来去去，而在这些异域风情的街道中穿梭真是令人激动，尤其是在通往毒品乐园的路上。我们终于到了一条很窄的巷道，窄到对于这迷你的交通工具来说也是个挑战。随后，我奇迹般地发现离自己最喜欢的鸦片烟馆只有几步之遥了。

我穿过小小的门厅，进入一个充满阴影的房间。一个宽架子——其实是另一层——从房间中间伸出，用某种竹席盖着。我在门口脱掉自己的凉鞋，然后坐在架子的边缘，等着轮到我。所有的客人——一共有四五个人——都是印度人。这时最后一个客人结束了，他们坐在外墙边上的矮长凳上，姿势各异，完全处于放松状态，像是僵硬的拙劣模仿。我很快就成为他们中的一员。我走上前去，向一个女人点了点头，挤了个微笑，然后在她一米开外的地方躺了下来。我们的身体是平行的，面对面，仿佛我们将要进行某种形式的性爱。她向我做手势：让我靠近一点。我躺在自己这边，头放在一个木制的类似枕头的支撑物上，与之不到一个手臂的距离处有一个形状像大梨的玻璃圆筒。一簇火焰在圆筒中心稳定地燃烧着，圆筒的末端在一个圆孔之下。火苗十分平稳。

那个女人摆弄着长针上的一滴精制鸦片。这不是生鸦片，它纯粹而柔软，近乎液态，像是浓稠的蜂蜜，大小和形状像一滴巨大的泪珠。她在那团火焰之上不停地用模子温柔地将它塑形，直到它变成一个完美的圆锥形，完美地处于针的中间。她的眼中闪着难以言喻的光芒。她把鸦片戳进洞里，那个洞显然是做成了容纳鸦片的形状，洞在圆形铜盆的中心，连着一根一米长的长木管，那木管和那女人看起来一样老。她抬头看我，捕捉到了我赤裸裸的期待。我的需要、我的渴望，现在开始延伸，伸入即将到来的满足感之中；而我无法将其隐藏起来。她干老的嘴唇咧开一个微笑，笑容里掺杂着一丝疯狂和友好，既可怕又美好。在这一刻我属于她：她的毒药已经感染了我，冻结了我的四肢，麻痹了我的心脏。我想她可能是疯狂的，那个笑容，仿佛是和谁串通一气而又完全不知耻的。也可能我是那个疯狂的人，与她一起跳着这支舞？

这时我完全熟悉这些步骤了。她双手转着管子让洞处于底部，然后她将其放在火焰之上，将长长的末端指向我。碗口就在玻璃圆筒中的圆孔之上，管子的末端离我的脸非常近。我唯一要做的就是将管子末端对准我的嘴唇，我完全没想有没有细菌。几不可见的火苗舔舐着铜碗里的



鸦片，片刻之后它开始冒泡了。然后她开始吸气，这是让我做同样动作的信号。我照做了，刺鼻的烟味撕裂了我的喉咙后部，但它的味道如我所知的那么令人身心舒畅。黑暗、浓郁而微苦，咳嗽的感觉开始聚拢，然后差点儿从我的胸中爆发，而后又在爆发之前平息了下来。鸦片剂是强效咳嗽药的关键成分，能平息几欲释放的咳嗽，使其逐渐减弱直到平息，我的身体在对鸦片这个入侵者采取措施之前就早已投降，而这种诡计，这种给予和剥夺，这种攻击与培养、伤害与抚慰的混合，从某种方式上抓住了这种毒品的精髓。鸦片的攻击效力是无敌的，但它的抚慰作用也同样无可比拟。

几天之后，我的西塔琴完成了，我离开了加尔各答。对鸦片的生理成瘾让我好几个星期都不舒服，不过这种不舒服还是过去了，一部分是因为我回到加拿大做暑期工作的时候吞了好几口可待因。我的戒断症状不如和吉米一起吸食海洛因之后那么严重，但持续了很久。代价本可能会更糟的。之后，我终于还是戒掉了鸦片，但我仍处于困境之中。我的复吸——更多是心理上的，而不是生理上的——为更多的悲剧奠定了基础。外界的阿片类物质已经成为我安全感的来源。阿片类物质等待着我的一天结束，为我提供安全感用以抵抗苦闷——无聊、孤独、羞愧、反复的自我怀疑——它们每天早晨都重新出现，而我成瘾的事实又让一切变得更糟。它让一切变得更加令人恼火，因为我觉得自己像一个可怜虫、一个蠢蛋，如此全身心地沉迷于愚蠢的毒品，以至于我无法体会到多姿多彩的生活和日常的感觉盛宴，而这些是我周围的世界最穷苦的人都能享受到的。我陷入了困境，因为我的病症所需的治疗方式只会令它更加糟糕、更加不详和危险；我陷入了困境，尽管我还不太明白是什么，但是未来每次我接触鸦片剂的时候，某一部分的我都会被进一步侵蚀。我的毒瘾会随着令人担忧的意外而萌芽，我会丧失自控力，我会承担超乎想象的风险。鸦片剂通过向下丘脑持续提供肽类物质让我感到安全、温暖、关爱、抚慰。它们让我掌控了我自认为需要的温暖，用于与它们自发产生的羞愧和抑郁作斗争。

我在多伦多度过了夏天，然后九月回到了伯克利，回到学校完成了音乐学业：和声与复调，莫扎特歌剧和贝多芬交响曲。这些都对我的初衷——印度音乐没有帮助，但我很满足。夏天我向逃离印度那个火炉来加州的著名音乐家学习西塔琴，得意于闪着星星眼的奉承者的谄媚，其中不乏一些美女。三年后，我毕业了，之后回到加尔各答开始长达九个月的认真学习。这次我不是独自一人了，迈克尔和我一起来，他学习手鼓（tabla），这是一种为西塔琴伴奏的鼓。我们每天练习四五个小时，挥汗如雨，然后在像直升机一样飞速运转的吊扇下吹干。一周里有好几天晚上，我会回到我的宝贝鸦片烟馆，但渴望没有以前那么强烈，大概是因为我有迈克尔和音乐作为慰藉。可是除了至高无上的美感及其给我的生活带来的自律，这种音乐不能给我带来任何东西。加拿大和美国没有印度音乐家的市场，而我也不打算在印度生活。此外，我遇到了一个多伦多女人，我想我爱上她了。莎伦（Sharon）<sup>[22]</sup>和我正讨论结婚，而这意味着我要找一份正经工作，并在北美选一个地方安家。我决心成为一个心理学家，尽管我还没掌控自己的自我实现，尽管我还在吸毒并承担与之伴随的风险，但我觉得我能在研究人类行为的方式和原因的领域中获得成功。研究心理似乎仍然是最崇高的追求。我特别想了解情感和内驱力，以及它们开拓成功或失败道路的惊人力量。我觉得我准备好了，我觉得我可以凝聚我的智慧和精力，为实现这个目标而服务。而且我觉得我在实现这个目标的过程中，能够有一个晚上等我回家的妻子陪着我。

于是我在1976年的春末再次离开加尔各答，开始着手安排在接下来的秋天结婚。我已经被多伦多大学录取了，我将在此完成心理学的本科学习，取得第二个文科学士学位。在回加拿大之前，莎伦和我在欧洲旅行了两个月，我们一路都在争吵，从一个国家吵到下一个。部分争执的内容围绕着我冲动之下在英国买的摩托车——每天早上为了发动摩托车，她都要在后面推着它。我们应该像她所希望得那样租一辆汽车。但是争吵让我觉得疲惫，而且看起来似乎没有解决的办法。这本应让我对

即将到来的婚姻更加谨慎，但我还是决定要结婚。我致力于成为我所能做到的最好的自己，靠着意志力、崇高的目标、自律来克服困难，我不会因消极情绪的入侵而受到影响：生平第一次，我不会因自我毁灭的冲动而脱离轨道。然而1976年10月，我们婚礼的前一晚，当我在镜子前系着领带，和我弟弟一起喝着苏格兰威士忌时，我意识到这是个错误。我意识到这婚姻是个错误。

---

### 【注释】

[1] 译者注：一种镇痛药。

[2] 译者注：一种经典鸡尾酒。

[3] 译者注：近代第一位用通俗语言向西方全面深入阐述东方哲学智慧的印度哲学家。

[4] 译者注：马来西亚原住民区。

[5] 译者注：一种止痛药。

[6] 原注：多巴胺对安非他命的提振效应已被研究多年。比如，池本（Ikemoto）于2002年发表在《神经科学》第113卷上的文章，以及Clarke和同事于1988年发表在《心理药理学》第96卷上的文章。

[7] 译者注：一种止痛药。

[8] 译者注：美国一迷幻摇滚乐队，第一支在吸毒后即兴表演的乐队。

[9] 原注：詹姆斯的引用内容来自于1897年的《信仰的意志兼论大众哲学》。

[10] 原注：阿伦·霍布森（J.Allan Hobson）深入研究了做梦时的皮层激活。参见他2009年发表在《自然综述之神经科学》第10卷中的最新文章。

[11] 译者注：泰国首都。

[12] 译者注：印度尼西亚著名旅游岛。

[13] 译者注：尼泊尔首都。

[14] 译者注：老挝首都。

[15] 译者注：泰国第二大城市。

[16] 译者注：印度东北部城市，旧称Benares.

[17] 译者注：印度城市。

[18] 译者注：印度东北部城市。

[19] 译者注：抗生素的一种。

[20] 原注：毒品渴望产生的基础是流入腹侧纹状体的多巴胺，众多研究者报告了这一发现，如罗宾逊（Robinson）和贝里奇（Berridge）于2003年发表在《心理学年鉴》第54卷中的文章。在一个巧妙的研究中，可卡因成瘾者在毒品发放前报告自己的渴望感，而非快感，此时眶额皮层和纹状体的激活达到最高峰——该结果由赖辛格（Risinger）及同事发表于2009年的《神经药理学》第56卷中。

[21] 译者注：出自美国作家麦尔维尔的长篇小说《白鲸》，书中的亚哈船长为复仇而捕杀白鲸，最后人鲸共亡。

[22] 原注：莎伦是化名。

## 第四部分 疾病与健康

### 第十三章 老鼠乐园的夜生活

晚上七八点之后，生命科学大楼的地下二层里几乎没有其他人，只有动物和我。我打开通往动物那一侧房间的大门，最先听到的是猴子的长声尖叫。这刺耳的声音是在齐声欢迎我？是对开门声的一种反应？还是它已持续了好几个小时，甚至是一整天？猴子们是突然受惊？还是好奇？甚至可能是感到了希望？我无法想象这些猴子的头骨里被插入电极、等待着被手术刀解剖的情形。我从未鼓起勇气进入那些关着它们的房间和手术区域，它们将在那里接受各种可怕的实验干预。我工作的地方在走廊的另一边，右边第一间，那里养着彼得斯（Peters）博士的老鼠们。我打开门，办公室里的一切和前一晚离开时一样。进门后，我的右手边是一张旧沙发，一张桌子紧挨着远处的墙，几把椅子分散在各处。桌子的左边有另一扇门，打开就是操作间，我们在这里做着费力不讨好的苦差事。

不过，我的苦差事里不包括手术，也不涉及看起来和人类很相似的动物。老鼠和人类的亲缘关系没那么近，但它们是我的朋友，是我活泼的小伙伴，能帮助我拓展心理科学的视野，这通常被称为行为科学。老鼠是彼得斯博士及其博士后和学生们组成的团队所进行的行为实验中的

被试。它们是我的朋友，但不是我的祖先。而我对待它们算不上特别温柔，不过没有动过刀子，除了我们强行对它们进行隔离之外，似乎没什么特别残忍的行为。毗邻操作间的那个房间里，放置着用于把它们关起来的隔断间。其实是一条很长的走廊，分支出一系列壁龛。第二个壁龛里是我的老鼠们，被用于贝斯（Beth）——现在是芬伦（Fenlon）博士了——的研究中<sup>[1]</sup>，我为了本科毕业论文正在帮她进行这项研究。每只老鼠一个笼子，每个笼子放在巨大铁网格的一个凹槽中，可以轻松放入取出。笼子只有朝外对着房间的那面是网眼的，所以这些小家伙看不到它们的邻居，它们也许可以通过尖叫或抓挠来进行交流，但它们肯定很孤独。相邻的老鼠们离得这么近，也许它们从笼子的铁丝网后发出的声音让它们更加孤独。我不知道，它们也没说过。

贝斯训练了我，而我要训练老鼠。我走进去，挂起外套，打开进入内室的门，走向笼子。我的老鼠们都在那儿，一如往常地无所事事。它们抓挠、低语、狂奔、躲藏，可能在用老鼠的语言互相聊着天。它们没注意到我来了。我是一道熟悉的风景线，或更像是一种熟悉的气味，漫漫长夜，我们有足够的时间来探访。

“嗨，小家伙们。今晚谁想先来？”为了给生活增加点趣味，我从网格的中间拉出一个笼子，并把它带到操作间，全程像老鼠一样轻声细语。然后我温柔地抓着老鼠的后颈，把它放在实验箱旁边待了一会儿，它将在在此履行它的夜间义务。

“饿了吗？好吧，这儿有很多吃的，但你要工作才能获得食物。”我把我的啮齿类伙伴丢到了称重盘上。我填满排泄槽，灌满水瓶，确认一切毫无瑕疵。我在全新的数据表上记下了日期——1977年2月12日和被试编号，以及它进食之前的体重。之后我拿起老鼠，把它放在实验箱的左侧，在这儿它能看见另一侧的杠杆、灯光和食物投放器，却无法触及它们。最后，我升起实验箱左右两侧之间的滑片并观察着，让我又惊又喜的是，这只老鼠十分完美地遵循了由其大脑和胃部所发出的指令。它

做了天生就会去做的事，表现得完美无缺。

我接着对更多老鼠进行了实验，但仍然只完成了一半。不到午夜时分我不想回家。又是一个漫长、寂寞、无聊的夜晚，这个夜晚尤其寂寞，因为我和莎伦再一次吵架了。我们总是吵架，我长时间的工作让她有被遗弃的感觉，仿佛她的存在与否并不重要，尽管我一再保证——“你当然是很重要的！”——可这远远不够。

“但我别无选择！”我反驳道，“如果我完不成这个研究，就拿不到成绩，或者只能得不及格，这样我就念不了研究生了……”每当事情变得艰难时，就像现在，我希望从她那里得到理解和力量，如果这些她做不到，那我希望她至少不要批评我。我不想感觉自己是个固执无理、不听话、不友善、不公平的人。我希望她能在我回家时抱住我，哪怕我凌晨两点才回来。不要再吵架了。但此刻我在实验室走来走去，她愤怒皱起的眉头仿佛漂浮在我的头顶和身后，她鼻音的回声仿佛从冰箱的嗡嗡声中传了出来。

实验室里的旧冰箱，立在操作室的角落里。

我可以吗？我应该吗？

不！一次就够了。有人会发现。不，他们不会发现。那玩意儿是棕色的，天啊，可以肯定，没有人留着它给老鼠做实验用。它快要变质了，大概有五年了。是啊，但它有药效，它仍然有药效。噢，可不是嘛。是啊，它很可能有毒性了。如果你做了想做的事，你很可能会死，连想都不要去想。

但我正在想，我无法停止这么想，而且上一次也没产生什么不良后果……

狂响的铃声把我拉回了现实，如果这是现实的话。我最初的反应是一阵羞愧：这是可耻的——往自己的血管里注射某种不明液体。好吧，这是吗啡（Morphine）。吗啡，神奇之药；吗啡，完美的麻醉剂。吗啡



是纯粹的精华，而其他一切毒品——甚至海洛因——都是它的衍生物。但注射冰箱里那已经腐坏的东西真是恶心。从冰箱里某处射出熟悉的刺眼光芒。我抓起此时已吃饱且训练好的小家伙，它似乎在对我微笑：“我知道你在想什么。”不，你不知道！我又称了它的体重，这次略微粗暴了点，然后把它放回笼子里。你不知道我在想些什么，你这笨老鼠，反正那吗啡不是给你的。

为了不去想冰箱和莎伦，我把下一只老鼠放进实验箱之后拿出小说，倒在发霉的沙发上开始阅读。周围没有任何人，不光实验室，整个地下二层都空无一人。没有任何声音，除了仍在等待着属于它们的光荣时刻的老鼠们狂奔的声音，而那些吃饱了的老鼠正心满意足地舔着自己的毛。我的脑海中有个声音越来越大——是老鼠们清理自己的白色软毛时，柔软舌头的抓挠和刮擦声。它们很平静，我也可以这样，如果我.....不，不，别这样，不可以再这样。

我是个大男孩，我正在学习，想要成为一名心理学家。但我有时还喜欢看恐怖小说，尤其是最近。而安妮·赖斯（Anne Rice）[\[2\]](#)的作品激起了我最强烈的想象。一个新来的人进入了客厅，一个年长的吸血鬼非常快速地穿过房间以至于没人能看见。他温柔地抓住访客的领子，半诱惑半警告地对他低语：“所以你想成为我们中的一员？但你是否足够坚强，能忍受始终伴随你的孤独诅咒？要不要尝一口我的血？”然后我再次想起了冰箱里的吗啡，因为它就像吸血鬼的血：肮脏、有毒性，却能给予我非凡的能量。它将使我陷入一个人迹罕至的地方，那里居住着被放逐的人，他们昼伏夜出，所做的就是满足自己可耻的饥饿。而此时又有其他的想象被唤醒了——我对希普三人组又爱又恨的记忆——拉夫让吉米服用速可眠入睡，这药总有一天会害死他。尽管毁灭的征兆一直在那里盘旋，我仍幼稚地希望成为他们中的一员。

还要做大概15只老鼠，我一定做不完。时间太长了，诱惑太大了。

不要去想，不要去想冰箱里的那些小瓶子。如果不是为了找一罐汽

水，你可能永远不会注意到它们。不要去想橱柜里那些摆放整齐的纸包装注射器，不要去想它们！但我看着手臂上的血管快速地跳动着，我无法让它停下来。到上周为止，我已经有两年多没有注射过毒品了，一切都结束了，那是年轻时的荒唐事，伴随着切切实实的恐惧。没人知道我所遇到的困难，没人知道.....除了上帝。我一边哼歌一边起身去换下一只老鼠。我一边哼歌，一边对自己微笑，微笑中带点狡猾，像小老鼠一样的狡猾。这个笑不为任何人，也没人会看见。但我的脉搏加速了，一部分的我已经放弃了。

成瘾者在放弃上面花的时间很长，但在试着坚持、试着不放弃上面花的时间却更长。此时的我已经试着坚持了好几个小时，而我的大脑渐渐败下阵来。为什么会如此艰难？为什么失败变得似乎不可避免？我们已经知道，腹侧区域——尤其是眶额皮层和腹侧纹状体——是由价值而形成的渴望，以及多巴胺刺激周围神经元并产生对愉悦和释放的期待的地方。然而前额叶皮层的背侧区域也对成瘾起着至关重要的作用，因为正是这些区域对期待进行约束。人类大脑最为令人瞩目的成就——判断和选择、计划和自我控制——依赖于位于前额叶皮层正中处的弓形组织：前扣带回的激活。背侧前扣带回，掌管着选择、自我监控和目标冲突的解决，是环境与判断相结合产生意志的地方，这种自我引导使人可以有意识地选择并且有道德地行动。背侧前扣带回激活附近的区域为决策创造支点，这也是智力的关键所在。我应该向左还是向右？我应该战斗还是逃跑？我应该立刻行动让自己当下感觉良好，还是隐忍不睬让自己第二天一早感觉更好？我该不该去做？这类决策与背侧区域直接相关：工作记忆位于大厅转角处的背外侧执行部门中（如图5），背侧前扣带回从工作记忆所保持的可能性中选择要做的事。我必须从工作记忆的元素中进行选择：这些是选项，那么计划是什么？

今晚我受到背侧前扣带回的影响，做出了一个伟大的决定，替代了由眶额皮层、腹侧纹状体、杏仁核合伙安排产生的渴望，这些腹侧组织的强制力如同黑手党。不，不要去拿吗啡！看别的地方，看别的地方。

读你的书，再做一只老鼠，回家，只要能避开那个冰箱就行！我的背侧前扣带回正因为它而忙碌地运转着。但是有一个问题：这个选择我不是只要做一次，我必须一次又一次去做这个选择，每次我经过冰箱的时候，每次它刺耳的嗡嗡声打断我幻想的时候，每次莎伦的愤怒引起我焦虑的时候。一而再，再而三。但那又怎样？当你做出了一个决定，为何再次做出同样的决定会变得这么难？任何一个成瘾者都会告诉你：它就是这么难。不过现在心理学家给这个问题命了名：称作自我损耗，或自我疲劳。大脑在完成日常琐事时耗费了巨大的能量——比身体所有其他部位加起来耗费的都多。而这些能量大多来自葡萄糖或其他糖类，它们是谷氨酸和GABA的重要来源，而谷氨酸和GABA正是在神经元之间传递信息的神经递质的主力军。当背侧前扣带回必须不断工作以控制不断循环或无法消失的神经冲动时，它便耗尽了能量供给。它无法补充神经递质的储备，它累了。这和肌肉非常像，试着向身体一侧展开手臂并保持半小时，最开始五分钟很容易，但之后会变得越来越难。只是一个简单的身体动作，若维持得太久，很快便会耗尽最初的力气。

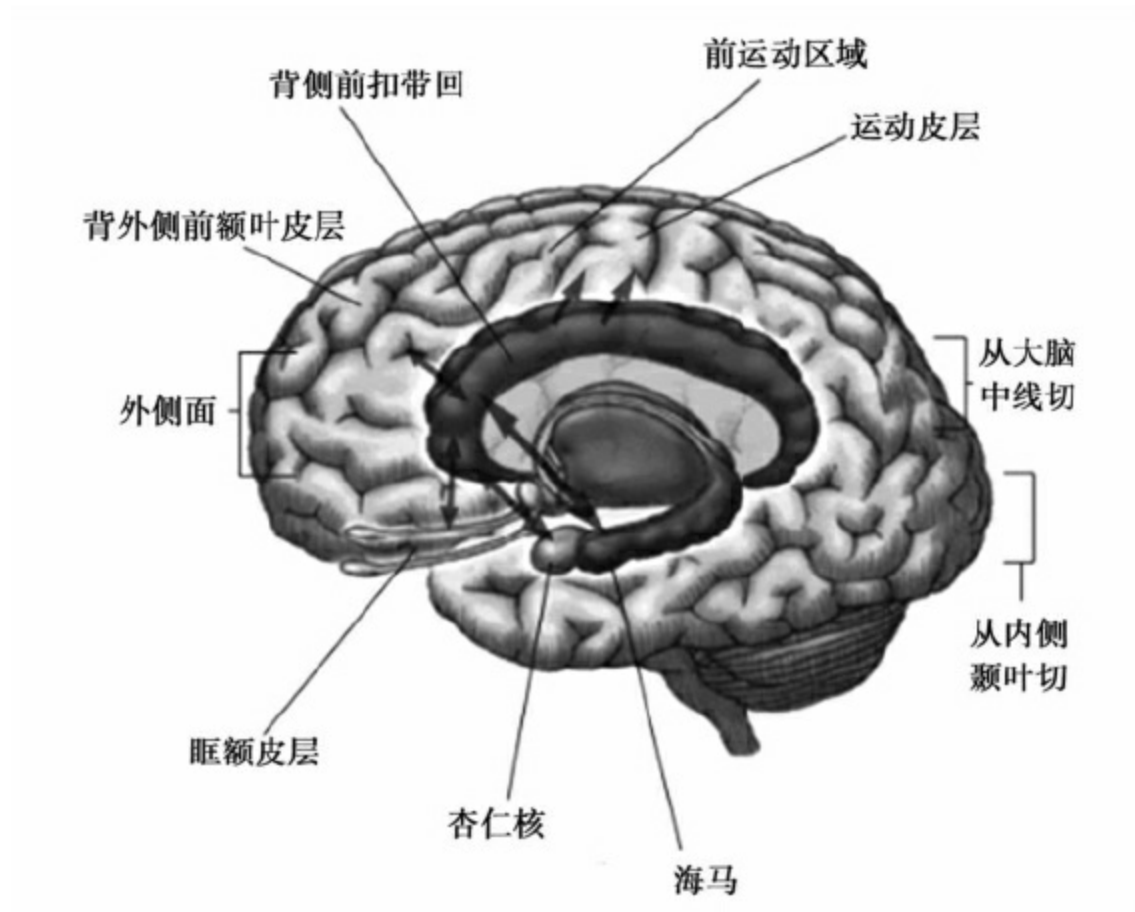


图5：前扣带回是图中带状组织的前半部分（实际上是两个相连的带状组织，前后各一），它沿着大脑皮层中线形成一个弓形。背侧前扣带回为该弓形的上部。该区域的箭头指向显示了它与其他组织的连接通路，包括背外侧前额叶皮层和海马，二者均参与工作记忆。

对于自我损耗的研究已开展了十年有余，心理学家们用来研究它的实验与成瘾的核心机制有直接关联<sup>[3]</sup>。在最初的一项研究中，被试们被要求空腹来到实验室。一半的被试可以随意去拿放在碗里的巧克力饼干，但不能拿碗里的萝卜；另一半被试可以去拿萝卜，但不能拿巧克力饼干。那些不得不抵抗饼干诱惑的被试在一小时后，出现了思维能力下降：他们在一项拼图任务中的表现更差，而且更容易放弃。他们耗尽了自己背侧大脑的心理资源。他们的背侧前扣带回被简单地对诱惑说“不”的行为弄得精疲力竭。在另一项研究中，一些被试被要求在看电影时控制自己的情绪，而另一些被试则可以大哭大笑，尽量表达他们的

感受。那些必须控制自己的被试在紧随其后的拼图任务中再一次地失败了。控制情绪和控制冲动一样，让背侧前扣带回非常疲劳，因为这会耗尽它的化学储备，而失去了这种能力的人很难继续控制自己，很难去思考、判断、监督自己的行为。

失去自我控制能力一直是成瘾的标志之一。如今科学家们已经找出了导致这个问题的神经环路中的薄弱环节<sup>[4]</sup>。大脑失控，人们也失控，听上去似乎又是一个心理大脑的并行机制。不过就像上一个机制一样——神经灵活性随着突触和习惯的僵化而下降——这里有更深层次的意义：神经行为的规则和大脑本身的缺陷是因，人体机能的崩溃是果。我们再一次地发现成瘾是由神经系统的易感性所引起的。而通过了解背侧前扣带回的缺陷，我们可以明白为什么成瘾者失去的不仅仅是节制，他们是失去了自我引导、解决问题、个性坚强、正当行为的心理能量。

背侧前扣带回是聪慧的。背侧前扣带回可以忽略当前的诱惑，对全局做出判断，它想要——即我想要——安全地回到家，不管莎伦是否会为我祈祷。我的背侧前扣带回就是我的船长、我的指挥官和意志，但是这艘船正在倾斜、下沉、坠落。每次冲动产生时，我都能感觉到船上的绳结正在变松。我每抓一块巧克力饼干，选择萝卜就变得更难。在花了一个半小时抑制自己的感受、在老鼠实验室里观看自己的脑内小电影之后，我的控制力此刻软弱而无力。我无法再压抑自己的感觉，我无法再解开这个拼图，太困难了。

当我从笼子那儿返回时，我的身体微微前屈，我是饥渴的。我从一个青年心理学家、一个有实验室钥匙的人的云端，堕落到无拘无束的、渴望的沼泽地。我觉得会没事的，因为必须如此，因为我无法再阻止它。而我可能根本不在乎，可能我就是要为所欲为。放弃让人感到激动，屈服让人感到异常愉悦，从努力自控到去他的让人感到非常满足。我的腹侧纹状体突然开始行动，引起了兴奋感。目标信手拈来，多巴胺汹涌澎湃。全都是你的，去吧，没有人阻止你。当我的手触到冰箱门的

时候，只有这里的老鼠们在轻声表示反对。

就在那，打开了。装着硫酸吗啡液体的小瓶子放在架子上，和之前我看到的一模一样。就在黄油的旁边，我的天啊！还有一些以前实验的残留物，现在没有人需要它们了，除了我以外没有人。问题来了，我的眶额皮层现在只关心这个。此刻任何其他的东西都没有价值。这种对其他事物价值的窄化和消除使得我的背侧前扣带回孤军作战，失去了一直以来的同盟：关于世界的意义、目的和兴趣。张力过于强大，所有聚集起来的欲望都在和软弱的自控力作对。要求太高了。我拿起一个瓶子检查了一下，发现它已经变质了，它已变成棕褐色。那是.....？是的，毫无疑问：它的质地有点呈烟雾状。这可不太好。我又拿了一瓶，也是如此。我要把它注射进血管里吗？最后一次求助于腹侧的控制，仿佛伸手去抓救命的浮木。但我坚持不住了，我掉了下去。

我从笼子里拎出下一只老鼠，让它开始实验，然后再一次打开了冰箱，心不在焉地数了数瓶子的数量，估算着还有多少次.....我的思维在飞速地运转。1973年和1974年在伯克利的影像碎片，第一次从加尔各答回来后遇到的毒贩，我的朋友艾迪（Eddie），说得好像真的能和毒贩成为朋友似的。都是大眼睛，大眼睛和谎言。但我与他变成哥们儿是因为那次开车去奥克兰市中心，他的供货人在那里的砖砌贫民窟或附近某地躲起来了。我一直不确定，因为白人男孩是不允许踏上那里的楼梯的。我在车里等，艾迪上了楼，待了非常久。当他回来时，我知道他已经骗了我：我尝了几口海洛因试了试“味道”——只为确认货是真的，你懂的。他的大眼睛里的瞳孔小小的，在虹膜的衬托下几乎看不见。为了弥补和真货的差距，他又在里面加了些什么？即便如此我依然不在乎，我的渴望是那么强烈。但是曾经有一次，就那一次，我被允许上楼了。有四个身形高大的黑人在桌子周围站着：是大毒贩，一次注射了价值50到100美元的毒品。我被吓到了，他们可能转过身就会拿刀捅了我。但我一直待在背后，直到他们叫我。“嘿，兄弟，你要货吗？就剩下那些了。”另一个人用放在勺子里的一片棉花吸了价值80美元的海洛因之

后，我拿走了剩下的不明液体。那个人有着亮黄色的眼睛，那眼睛似乎在尖叫着说他有“肝炎”。即便如此我依然不太在乎，也没有停下来，即便共用勺子甚至针头意味着感染疾病。

电话把我从回忆中震醒，是莎伦——还能有谁？白日梦以难以置信的速度消散，美妙的狼吞虎咽像泡泡一样在此刻被戳破，欲望退回到我的思想地平线。

“你做完了吗？”

“没，还没做完。”我快速地回答，可能听上去有些狂躁易怒。“还有三分之一左右要做。”

“为什么要这么久？”

“莎伦，一直都是这么久。”

“不是的。如果你像你所说的那样从七点开始做，那现在就做完了。你什么时候开始的？”此刻，那熟悉的愤怒和羞耻混合的情绪涌上了我的胸腔，我想朝她大喊：“别管我！”

“我开始得有点儿晚。”

“多晚？”

“我不知道，我没注意。”

“你知道这样会让我感觉——”现在她在发牢骚，而我则结巴了。

“我知道，不过……”

“要不我们见面喝杯咖啡吧？我下楼去甜甜圈店等你。”

“不，莎伦，我不想去……那会浪费我一小时的时间。我只想做完然后回家。”

这时我不结巴了。怎么我突然变得这么勇敢？冰箱里的小瓶子，是



因为它吗？想要不惜一切取得胜利的那个我，像个吞没一切的巨影逐渐靠近。肯定会没事的，对吗？当你拥有一切的时候，根本没什么好沮丧的。

莎伦继续发牢骚：“为什么我需要你的时候你从来都不在？为什么你为了让我高兴连这点小事都不能做？”

“好吧，我会尽快回家。”我说，此刻的我有种奇异的冷静。因为我根本不想和莎伦见面喝咖啡，这是我最不想做的事。而且不只是因为那会耽误我的工作，不只是因为我跟她没什么好说的，该说的早就说过一千遍了。原因是，我放弃了，不再挣扎了。多巴胺此时如同一股元气在我体内升起，通过了闸门，错失了所有停下来机会。药物要起作用了，会没事的，之后我就去见她。按我自己的规矩来。

老鼠警报器响起时，我不得不挂了电话。我不得不打断她，半是请求地对她说：“科学需要我。”在这种情形下有些过于漫不经心，但此时的我基本不在乎了。所有的事物都开始转变，我不再孤单，不再沮丧、恼怒、焦虑，甚至不再羞愧。这是最令人惊喜的事，我的羞愧不见了，我释放了自己，不是因为吸了毒，而是因为放弃了自我控制。仿佛自我控制是严厉的父母，是我母亲的审视目光，它始终存在着……直到此刻。

我自由了。

我温柔地托着我的老鼠走向天平，把它放入小隔间，调整了配重物，认真地听着。周围没有人，现在没有，一直都没有。然后我把它放回笼子里，转身离开。下一只老鼠只能等一会儿了，一切都在加速，在我的血液、喉咙、呼吸之中，快速而微弱。当那一刻来临之时，我能感觉到自己开始流汗，两股波浪汇合达到顶点，一波来自海岸，一波来自海洋——一波是谷氨酸，携带着眶额皮层所产生的意义，一波是多巴胺，携带着腹侧被盖区产生的驱力——波浪越来越高，直至汇合于腹侧

纹状体中.....而后跌得粉碎，身处波浪中的游泳者们既高兴又害怕地尖叫着。

我剥开了一个注射器的纸包装，它能装下三毫升，足够了。我又剥开了针头的包装，把它安了上去。大小正好，不会痛的。我摇了摇瓶子，转头看向别处。那些.....粒子.....在里面吗？我把针头扎入瓶盖上的橡胶靶心，把瓶子倒过来，把液体抽入注射器。够了。我把液体注入一个小汤勺，加上一些脱脂棉作为自制过滤器，再把液体抽回注射器里，为了省事我都没有用绳子或皮带勒紧手臂。我要迅速做完这件事，免得想太多。我只要握紧拳头和绷紧前臂肌肉就能让血管很好地显现出来。液体进入我的身体，如此轻易。我看着，几乎游离在外，几乎是抽离的，如痴如醉。我在做什么？而后它开始起效了。

当你注射吗啡时，会立即发生两件事：你的头皮开始感到疯狂的刺痛和发痒，你的腿变得不由自主。接下来，一切都变得软绵绵的。这样没事，这样很好，没有副作用，唯一的作用是非常.....愉悦。

一年多时间里，我一直在心理上对吗啡成瘾。有一次冰箱里的瓶子不见了，我在动物实验室那边的另一个房间里找到了两大罐硫酸吗啡粉末。第一次找到它们的时候，我都不敢相信自己如此幸运。这毒品的数量之大实在可恨，又大又圆的罐子，像花生酱的罐子，装得快满到瓶盖了。头几次我拿了一点儿，告诉自己这是最后一次。但“最后一次”总是变成下一次，又再下一次。之后我就再也不说大话了，只是顺其自然：渴望、宽慰、烦恼、自我控制，然后同样的循环再次发生。我从未一连好几天服用吗啡，因此一直没有太多的生理依赖。我有的只是不断增长的需求、欲望、渴望的浪潮，唯一的解决方法就是服用更多吗啡。

我并不总是注射吗啡，有时我会用鼻子吸入，有时我会喝下去，但注射是最令人愉悦的。到目前为止，这个方法提供的多巴胺最多：仿佛过山车从第一个坡上急速下落之后，渐渐可以预见剧烈的兴奋从过山车爬坡到顶端停住的过程中会越来越强。我变成了期望与执行的大师，通

过不断增强的技巧设计出充满戏剧性的情节，以增加趣味性，从背景到舞台道具，尤其是表里不一、合法与违法的复杂交织。我享受着这些场景，因为我就是用这种方式对世上的其他人说“去你的”。我会坐在大学图书馆里的马桶上注射吗啡，然后穿过书架，并对这个诡计感到满意。我是全神贯注的学生还是卑鄙的“瘾君子”？谁能知道？谁能猜到？我也会在浴室里注射。“马上来，亲爱的！马上就好！”有时我会告诉莎伦，有时我会保守着自己的小秘密。我经常想告诉她，但我没法经常面对接踵而来的炮轰般的指责。尽管我向莎伦承认——毕竟这很明显——我是那个讨厌的人，那个应该受到谴责的人，但我不确定哪个是因哪个是果。究竟是我们艰难的婚姻刺激我形成了毒瘾，还是我的毒瘾破坏了我们的婚姻？最后我渐渐明白，二者皆有。

老鼠时常会消耗吗啡及其他阿片类物质，但大多数心理学家从未想过要究其原因，直到20世纪70年代末出现了一个著名实验<sup>[5]</sup>。在这个实验里，一些老鼠被关在普通笼子里，笼子用冰冷的铁丝所制，老鼠是被分开的，一只老鼠一个笼子；另一些老鼠被关在“老鼠乐园”里：一个大型的露天木箱，里面满是木屑和其他可供娱乐的东西，最重要的是，一大群老鼠待在一起。给所有的老鼠提供水或吗啡供其饮用，它们要自行选择。但是，老鼠乐园里的老鼠所饮用的吗啡，比那些同等条件下的独居老鼠所饮用的要少得多。可能的原因是它们在日常生活中能获得乐趣及同伴。该研究的作者们将成瘾视为一种缺乏刺激的环境的产物，而非一类特殊种类的药物的特征。他们认为，若陪伴能让生活足够愉快，那么不再需要摄入外界的阿片类物质。而他们很可能是对的。

我在实验室的漫漫长夜里非常孤独，但最让我痛苦的并不是孤独，而是与莎伦无止境的争吵，以及随之爆发并萦绕在心的羞愧与焦虑。社会依恋，无论是母亲与婴儿之间、爱人之间、朋友之间，还是同窝动物之间，都由内在的阿片类物质提供能量：衡量它的就是那些小小分子所提供的放松与温暖的程度。依恋的主要支撑物是对自身的良好感觉——心理学家们将它称作“积极自我意象”。如果你自我感觉良好，别

人也认为你还不错，那么社会的温暖就能经久不衰。但当你感觉不佳，当你所做的一切似乎都无法满足你所关心的人时，内在的阿片类物质就大幅下降。我当时感觉很不好，除了服从莎伦的要求，我不知道如何寻找温暖和与人连接的感觉。而另一部分的我对此感到退缩，我的内在阿片类物质供给不足。从某种意义上来说，不管我是否吸毒，我都处于一种回避的状态，而我所能找到的解决此问题的唯一途径就是找到另一个阿片类物质的供给渠道——在实验室的架子上。不管你说什么或做什么，我都能让自己感到温暖，哪怕窃取毒品以及在浴室注射并没有让我感觉特别正直。当药物离开我的身体时，轻蔑的苦涩刺痛又袭上心头：我是一个骗子，一个小偷，而这并不能为我赢来与莎伦或其他任何人的依恋分数。

## 第十四章 罪与罚

1978年4月，我的生活向两条延伸得越来越远的不同轨道疾驰。我被温莎大学（University of Windsor）研究生院的临床心理学专业录取，那里离多伦多有四个小时的火车车程。我成为一名心理学家的梦想就要实现了。与此同时，吸毒和婚姻问题的交织让我和莎伦的生活都不堪重负，我清楚地知道，如果不想毁灭自己，不想破坏即将体验到的崭新未来，我就必须要解决这些问题。我决定和莎伦分开一阵子——不是永久分居，只是自己单独生活几周。我想戒毒，但我们永无止境、周而复始的争吵似乎让戒毒无法成功。并不是说我在与莎伦一起生活之前非常成功，而是现在可能会不一样。无论如何，无论有没有毒品，我都需要远离莎伦。在非防御性的状态下去散步、冥想、学习，找到自己的样子，成为自己可以成为的样子。事实上，这大概也是我们婚姻的唯一希望。

但是没有任何作用。征得了莎伦的同意后，我飞到波士顿休假一个月，这将是我们的“生长期”。五天之后，她给我打电话，绝望地求我回家。在一个半小时的电话里，她倾诉了她对我的强烈需要。她哭着、啜泣着，说她感觉多么孤单，而她也没放过因此埋怨我的机会。

“一整年里我都期盼着和你一起过夏天，可现在夏天到了，我却一个人。”她开始恸哭。

“可是只有一个月而已。”

“你只是随心所欲地去做，这完全是自私。我的痛苦呢？”

“但我们已经说好了……”

“好吧，我错了。我不得不一个人坐在这里等着你甩了我，我感觉你对我们的关系什么也没做，这种痛苦我受不了。”

我把电话远离耳朵，审视着自己的感受。莎伦对我来说似乎完全陌生了，这不是我所爱的那个人，我对她的怜惜像是一种情感上的习惯，但我几乎没有感觉到真正的关心。我想知道自己到底对她还有多少爱意，而我开始意识到自己真的陷入了困境。我不只是感觉到自己陷入了困境——我是的确陷入了困境：她的需求像煤矿一样塌方，我被压垮了。终究，我们不会有一个美满的结局。

我返回多伦多后情况变得更糟，我们一周要吵好几次架。莎伦越要求我证明自己的爱，我对她的爱就越少。我的态度在无言的回避、明显的愤怒、一直以来的愧疚之间不断切换，但之后，偶尔空气中的硝烟退去，我又发现自己对她仍有感情。我仍然想试着维持这段关系，这似乎是可能的，只要她痛苦的负担没有完全加在我的身上，只要我能找回自己的意志，坚持自己的立场：我所能给你的就这么多，这已经超出我本来所能提供的了。

我们开始会见婚姻顾问。莱纳德（Leonard）人很好，有着长长的鬓角，灰白相间的头发向后梳得一丝不苟。可莱纳德不是魔法师，我仍继续吸毒，虽然不是每晚都吸，但很频繁。这一年里我一边完成心理学课程，一边在当地一家精神病院做志愿者的工作。我被委托开展另一个实验，拥有了另一套钥匙，以及又一次在夜晚漫步走廊的机会。随着我的吗啡储备日渐减少，我的创造力日渐增长。我用万能钥匙打开一间又一间办公室，我利用处方笺帮助自己。伪造处方并不太难，我从一个医生的处方上复制了各种符号，成功地获得了各式各样的药物：氢可酮——一种麻醉剂，没有解离性——以及我的老朋友复方羟可酮。

带着假名字和假地址走进一家药店真的很伤脑筋。有一次，我化名为约瑟夫·特舍（Joseph Tesher）（一个不存在的人），编了一个叫巴瑟斯特大街（Bathurst Street）的地址。药剂师很友善，他一边聊着天，一

边把一大瓶氢可酮镇咳药——一种强效止咳糖浆倒入一个四盎司的瓶子里，这瓶子很快就会属于我。他负责地将地址打到标签上，然后慢了下来，抖动着，就像一辆换错了档位的汽车，间歇性地摇晃着，最终停了下来。

“这是.....这是.....这是西边的那个公寓？”他问道。“但是巴瑟斯特大街上没有这样的门牌号，没有这样的房子。”

“肯定有的。”我的声音保持着镇定，但我的心突然猛跳起来。

“不.....啊.....不，真的，那里没有。我住在.....我就住在那附近，而且.....”

“呃，可能是我弄错了门牌号。你看，我只是暂时住在那儿，只是来探亲，和我的祖父母一起。可能是——”

“可能你说的是巴瑟斯特大街2100号吧。”他提醒道。他希望不要有事，他也真的这么做了。我对他感到抱歉，但此时的我无法停止。

“对，就是那儿！抱歉。”他继续工作，但没有再抬头看我。我不知道他为什么不停下来把我赶出去，或者打电话叫警察。我一点威胁性也没有，但他看上去好像比我还害怕。他低声咕哝着：“特是特舍，氢是氢可酮镇咳药.....特是特舍，氢是氢可酮镇咳药。”一种无意识的重复。我很害怕他当下会在那儿崩溃。

经过这样那样的冒险，我找到了在自己特别想要毒品时获取它们的方法。而现在，我努力和莎伦一起在从未停息的狂风骤雨中穿行。驱动力、手段、机遇乱作一团，有时它们连起来长到足以产生另一片海面；有时它们蒸发，让我一无所有、失望、抑郁。在那些夜晚，我会去拿一瓶可待因阿司匹林（Codeine Aspirin）药片，不需要处方就能买到。我找到了一种滤掉阿司匹林的方法，确保自己能通过可待因产生的快感得到暂时的休息。有时莎伦也会跟我一起吸，没人能对毒品的诱惑免疫。



莎伦和我准备搬去温莎，我准备开始研究生的学业，而她要开始社工的工作。搬家的计划似乎是把我们的生活连接在一起，让婚姻继续的最后一次机会。

但还是没有作用，它拒绝起作用。气氛完全不对。我一度对一切感到厌恶，而且对自己戒毒的失败感到十分抑郁，因此我决定参加一个六周的住院康复治疗项目。莎伦连听都不愿听，对她来说，这只是另一个假期，另一个忽视她的需要而专注我自身的借口。

“我只是在告诉你，”她说，“如果你去了，我也不会在了。”

“好得很！”我回击道，“只要我一直在你身边，你就根本不会在乎我内心的想法。”我的困惑迅速生长。难道她不想让我戒掉吗？她的威胁让我退缩。我还没准备好要放弃这段婚姻，可是我的一部分愤怒肯定已经转变成了怨恨。

在八月的一个暖和的夜晚，我们的争吵升级成一场全面战争。情况怎么会变得如此糟糕？我再也无法忍受。我告诉莎伦我必须离开……去某个地方，任何地方。

“不，你不能就这样走了！”

“就一晚！”

不过我很快意识到，我并不准备获得她的许可，我必须单方面行动。我把她留在了她母亲家——位于多伦多的一个高档住宅区，她在餐桌旁啜泣。没有其他人在家，但我告诉自己她会没事的，我没有回头，也没有想过打包东西。我拿了钱包和钥匙走向自己的车，一辆老旧的方背式大众汽车，就停在街边。

这时事情才开始变得无法挽回。我试了好几次才发动引擎，但我还没能启动，莎伦就打开副驾驶的车门，在我旁边坐了下来。她很震怒，她坐在那儿，嘴里喷出我从未听她说过的最侮辱人的话：你是个懦夫！

是个自私的混蛋！是个怯懦的“瘾君子”！这就是你处理问题的方式。不是交流，不是妥协，而是毒品！当我受够了的时候，我命令她下车，那个时候我也在大喊大叫。终于，她下了车.....然后躺在了车轮前。我简直无法相信。我下车看到她躺在街上，躺在车子前保险杠的正下方。我恳求她站起来，我的声音像是在舞台上，回响在寂静的街道上。我说这太荒谬了，我没法倒车，因为有一辆车正好停在我后面，而我也不能往前开，除非杀了她。最终她站起来，坐回副驾驶的位置，再次开始长篇大论的攻击，她说她不会让我离开。她又一次地躺在车子前面，然后再坐回来继续痛骂我。我为什么不把车门给锁上呢？

最后我失控了。我人生中第一次，也是唯一一次，打了一个女人。事情发生得太快，我还没意识到自己打了她，就看到了她脸上的震惊，感觉到了手背上的刺痛。一时无言，没什么好说的了。她捂着脸，眼睛周围的皮肤开始肿了起来。我急忙带她回到家，做了人们在有人受伤时都会做的最普通的事——拿出浸过冷水的毛巾和一袋冰块。随后我们打电话给婚姻顾问：紧急会议，莱纳德！你必须过来.....

我比莎伦还要震惊，可是我的怒气已经消退了，有好几分钟，我几乎感受不到任何事物。我没有感到真正的怜悯，而是某种表面的后悔和盘旋的困惑。我知道有些事错得太多，但我不确定是什么事。肯定已经快到午夜了，不过莱纳德说他45分钟之内就赶到。我变得焦躁不安，无法安静地坐着。我想吸毒。我向莎伦道了十几二十次的歉，然后跟她说我得出去走走，我得清空自己的大脑。她似乎并不在意，她知道我会及时回来见莱纳德。

我推开门，感觉到暖和的空气拥抱着我，带着我像个孩子一样远离此地。微风中洋溢着某种熟悉的香气，一种无形的存在在轻声细语，仿佛是在泰博学院我漫步穿行于黑暗街道的那些夜晚，仿佛是我去到空荡的教堂，坐在黑暗里，感觉不真实的那个夜晚。我走过街区，向左转，又走过好几个街区，街道上空无一人。我丧失了所有的理智，仿佛自己

只是戏剧中的一个角色。

这第一次的冲动和计划从何而来？可以肯定的是，我的背侧前扣带回因为自我疲劳的破坏已经彻底停工了，自我控制的回路无法继续工作。这么久以来，我已经花费了太多的努力去控制太多的事情：感受、冲动、行为。背侧前扣带回与大脑皮层的许多其他区域相连接，而且直接与负责动机和记忆的边缘模块相连接：杏仁核与情绪有关，海马与情景记忆的存储有关（见图5）。背侧前扣带回从海马提取选项，而它与背外侧前额叶皮层的连接对这些选项进行修改，并将其保持在工作记忆中。背侧前扣带回中用于选择和决策的工具可以对有限的选项进行操作，还能通过这些工具来控制位于杏仁核和眶额皮层的情绪波动。与此同时，背侧前扣带回的连接向上经过前运动区通往运动皮层，将意图转化成行动，将不做某事的意图转换为制动操纵：肌肉握紧；而手，不论是握拳还是摊开，都回到身旁；舌头僵硬，羞辱的话戛然而止。这就是背侧前扣带回实现控制行为表现的固有能力。而同样的工作机制也是道德产生的前提，这绝非巧合。十诫（Ten Commandments）中大部分的规则都是以“汝不应……”的基调开头的。

可是这对我不起作用，至少今晚没起作用，自我损耗已经超过了某些不可逆的临界值，我已失去了克制的能力。我的背侧前扣带回组织已经耗尽了其神经递质，我的边缘系统正在自行运转，缺乏引导。这就是我们所谓的解离状态的版本之一。解离性药物可以瓦解大脑皮层和边缘系统之间的桥梁，而背侧前扣带回就是其中一座桥梁。这就是背侧前扣带回如何将理智赋予意义，用以实现其克制冲动的功能。可是今晚，我没有通过药物的作用就关闭了这座桥梁。我在梦里，进入了边缘地带。

我看见一栋黑暗的房子，一栋巨大的黑暗的房子，让我想起童年时代的一些事。房子旁边有一个类似电视天线的东西，在那个年代很流行，它有三角形的脚蹬，你可以像爬楼梯一样容易地爬上去。我没有多想就爬了上去。我所感受到的唯一情绪就是一种释放感。我爬上第二

层，看见窗户开了一条细缝，我推开它走了进去。我发觉自己站在一条黑暗走廊的尽头，走廊很空旷，除了一种微弱的像是炖了好几个小时的肉味，一种美妙的气味。我沿着走廊前进，听着是否有任何声音，但什么都没有。我在一栋不属于我的房子里，甚至不知道它里面是否有人，然后我走向厕所，走到药柜旁。没有人在那里阻止我。

有一扇门从厕所通往卧室，我觉得自己听到了某人睡觉时发出的绵长而有规律的呼吸声。我无声地关上门，等待眼睛适应从街上洒进来的光。我轻轻打开柜门，清楚地看见复方羟可酮的瓶子放在架子上。我并不奇怪能发现它，因为这似乎是我梦境中的自然发展。我把它放进口袋，蹑着脚走下楼梯。我走出去，温柔地在身后合上前门。就是这样。

吃下几片复方羟可酮之后，那晚我得以顺利地莱纳德和莎伦完成两小时的会谈。我平静而优雅，愿意尽我所能地去妥协。我并不感到懊悔，事实上，我觉得有些得意扬扬。我的奖励在我的血液和大脑中，没人能找到它、夺走它。我们列出了规则，调整了之前的尝试，更新了合同与保证，之后莱纳德离开，又剩下我们两个人。我无法相信那一晚我所犯下的任何一个罪行，但我并不难过。不只是因为吸毒，我真的已经放弃控制了，所以再也没有什么好后悔的。

我和莎伦在九月初搬到了温莎。到了十月中旬，我决定必须离开，至少离开几个月，因此花了两周时间租了个公寓。此时已是十一月中旬，而我还没搬出去。这个沼泽地，这个把我往回拉的黏性物质到底是什么？我的能量和动机去哪儿了？连租住的地方需要油漆，我都几乎找不到动力去买。有醉酒的混蛋在门框上乱画了一个纳粹符号，好得很，怪不得这公寓这么便宜。上一任租客是当地某个黑帮的成员，好得不得了，万一他们又回来了呢？不，这里更安全。和这个女人在一起，这个我爱的女人，我对她撒谎，我恨她。我知道我必须离开，只是迟早的问题。她当然想尽量拖延。她用的每一个花招书里都有，但现在我根本不在乎她做什么。据我所知，她是.....她是恶魔。

大中午的我还躺在床上，两点的时候我有一门课要上，但我还没决定要不要赶着去上课。我闭上双眼，昨晚的画面在密布的乌云中闪现。昨晚，我的天啊，我做了什么？我去了办公大楼中低矮的平房——所有医生的办公室都在那儿——基本上都破旧不堪，由胶合板建成。这样更好，我想。而且外面的一扇门没有上锁！于是我走了进去，那时至少是晚上11点。我很肯定当晚没人会来这里，可是我该怎么进入办公室呢？值得注意的是，这些门都真的非常脆弱，上面的锁也都是些毫无作用的小锁，连个固定插销都没有，所以如果我重重地撞开它……噢！这主意不好，肩膀疼得发烫。不过过道很窄，也许我躺在地上用肩膀顶着对面的墙，用脚用力地踹门，门就会……打开？疯狂的笨蛋，我的天，成功了！门连带着铰链向里打开，它看上去甚至都没受损，这真好，因为……我已经在第一间办公室里了。为了不引起注意，我把桌上的灯放到地上，开了灯。只需几分钟，没关系的。可是这里除了一些劣质镇静药之外，根本就没有毒品。他妈的！这办公室是谁的，精神科医生之类的？不过我因此找到了窍门。我回到走廊上，查看前门展示板上的专家科室示意图。家庭医生、牙医、皮肤科医生……嗯，我看看……

啊！“内外科医生”——太好了，我喜欢这个。对我来说，这个听上去就像是杜冷丁。办公室的门像上一间一样打开了，我走了进去，但我好像听见一个杂音。糟了，外面有辆车慢慢地减速停下来。我赶紧回到走廊上，我还没准备要放弃。即便如此我也能不被发现地离开。我确定刚才那两扇门看上去都像没被动过的样子，然后回到外科办公室，关上门，上了锁。它看上去很正常，只是有一些缝隙，但要仔细看才能看得出。糟糕！窗户上有光。如果是警察，我就走不了了，于是我躲在办公桌下面，看着手电筒的光慢慢地交叉从窗户外照进来，之后就……不见了？我坐在那儿，纠结了15分钟。但是那辆车开走之后就没声音了。依然什么都没有，就这样了，他们不会再回来。也可能他们还会回来，带着加派的人手，那么我被抓到的机会是——多少？三分之一？不，他们不会检查每一间办公室的……我等了很久，逐渐恢复平静，却又不只是平

静。因为我在这个黑暗而温暖的地方，还知道这里有毒品。我能感觉到它。在某人的办公室，某人想把所有毒品占为己有。一个浓眉大眼、父亲般的人物形象（不是我父亲）在脑海中盘旋着，但它们现在是我的了，都是我的，液体中的温暖让我安定下来，那混合着图像、黑暗与熟悉的汤汁，我几乎感觉到了他的祝福。没关系的，孩子，我理解。他理解才怪，他会非常生气的，我是个到处翻东西的小男孩，翻了一个又一个抽屉。毒品就在这里，有好多，绝对够了，满满一抽屉的盒子，堆得很高，是免费的样品。肯定是。噢，这里有杜冷丁，是多剂量玻璃瓶装：每毫升50毫克！这东西效力强劲，几乎是满满的一瓶。接下来我开始找吸毒工具——满满一抽屉的注射器和针头，每个都包装完好。我高兴得咯咯地笑出了声。我正在冒充海德（Hyde）先生，或者我不是在冒充。我对自己说，你完蛋了。可我依然在笑，指责的声音此刻没有任何力量。没有母亲或父亲的指责，哪里都没有。看啊，一个叠好的塑料袋。我开始塞东西进去，像是在毒品世界里过万圣节，我的心情已经爆表了——强烈的兴奋、欢快、力量、胜利以及期待……是啊……注射杜冷丁的感觉太棒了，没有什么事能比得上。我曾读到过，如果宇宙中还有什么更好的东西，上帝一定留给自己了。看啊——这是什么？右旋苯丙胺（Dexedrine）<sup>[6]</sup>，拿着吧，为什么不呢？把它们混在一起会非常非常棒。这人甚至有复方羟可酮，他用这东西干吗？都放进袋子里。我关上所有抽屉，准备离开，把一切放回原位，使布置显得干净而整洁。这会不会很怪？我偷了他的毒品，却不想弄得乱糟糟的。但他自然会注意到杜冷丁已经不见了，大概明天吧。好吧，他总能拿到更多杜冷丁的。

又要回家了，又要回家了。不过回哪个家呢？我的公寓，对，我的公寓——这是个笑话——我用钥匙开了门，让自己不去看那个纳粹符号。里面非常冷，那又怎样？我用湿纸巾擦了擦餐桌，把袋子放下。我吞下三片右旋苯丙胺，把三毫升杜冷丁注入注射器，哼着歌，像是在低空飞行。多巴胺嗡嗡作响，因为此时离目标越来越近，图像的碎片如同

尘埃微粒，在我的意识中汇聚成云，而我的腹侧纹状体在谷氨酸与多巴胺、意义和动机的波浪中被高高举起。去甲肾上腺素的水平更高，我因为兴奋而感到疯狂。不只是期望，还有一种焦虑与胜利的美味混合物，就像蛋糕上的糖霜。我脱下外套，绷紧手臂，把针头扎入血管，就扎在几天前留下的那个略痛的红色针眼上，针管中有一点回血之后，所有系统开始运转。准备好，全程要稳稳地推注射器的活塞才行。在活塞还没有推到底时，温暖而密集的愉悦波浪就开始按摩我的全身。之后，过一会儿，它们就没那么温柔了，它们像洪水一样淹没了我。啊啊啊啊，太棒了！杜冷丁完全是合成物质，是科学的奇迹，它击中我的阿片类物质受体并将它们灌满。在这半梦半醒的状态中，除了梦的低语，都是沉重的透明液体。这状态几乎和一氧化二氮引起的意识中断一样严重，但却更加丰富饱满，柔和地冲入海底，而且一波又一波，越来越深。

我在这即将属于我的公寓里漫步了三个小时，大约每半个小时就注射更多杜冷丁。一旦波浪开始退去，渴望就迅速地积攒，为再一次大量摄入毒品留下空间，直到我几乎不省人事。我处于木僵状态，我不能这样回家去见莎伦。又吃了几片右旋苯丙胺后，我的脉搏快得足以让我从迷惑中醒来。我能开车吗？我根本不在乎。不过离合器是个狡猾的装置，注定要迷惑我，于是我小心翼翼地把车开了出去，最好保持用二档的速度开，笨蛋，如果警察看我开得这么慢，肯定会让我停车检查的。

但我顺利地回到了家，莎伦已经睡着了。我窝在客厅的沙发上又注射了一次，然后躺下，意识四处漂流：太多的右旋苯丙胺让我无法入睡，太多——多得离谱的——杜冷丁让我无法做任何别的事。

凌晨四点半时，莎伦发现了我，她应该是起来上厕所或担心我，或做些我不在身边时她做的其他事。她把我拖到了床上，早上免不了又是尖刻的言辞，好像我会在乎似的。我把枕头盖在头上，直到她终于离开去上班。之后我不断入睡，再醒来。我不得不去上厕所时，看到镜子里的脸并不太美观。这张脸不是我希望出现在《心理学1250：认知过程》



课上的脸。此时的我本应感到无比糟糕，只不过.....只不过那袋好东西可以帮我度过这一天，光是这么想想都让我豁然开朗，一切都会好的。

那四个月——从九月到十二月——漫长、痛苦而扭曲的分居生活——是我堕入深不可测的犯罪旋涡的时期。那不是我，我不是罪犯；可那就是我，我就是个罪犯。白天我是心理学专业的研究生，而晚上我是小偷。这种模式逐渐有了自己的逻辑——这种逻辑逐渐变成了必然，甚至几乎是自然。起初我闯入多伦多某家人的房子——这种犯罪会被判处多年监禁——而这使得一部分的我变得软弱，那个部分的我已受到永久性损伤。之后通过某种离奇的方式，我开始承认那个部分的我的存在，并有意地利用它，通过尝试错误不断地调整它。第一晚——在莎伦母亲家优雅的客厅里，我舒服地坐在莎伦对面，莱纳德匆忙从前门进来，随后看到莎伦的黑眼圈顿时呆住。这时我和他打了个招呼——那一晚将一连串的情感收获转化成了强烈的意义，产生了良好效果，以至于结束之后也没有完全消散。意义不但完好无缺，通过事件的强烈程度深深地刻入我的突触之中，而且还持续结晶，与每一次入室盗窃连接起来。我发现了反抗的某种极端行为，一种表达抗议的方式，它被克制了太久，以疯狂吸毒所带来的满足和抚慰感作为结束——这是通过切断连接的方式来获得重新连接。目前为止我寻求毒品的所有属性都体现在这种极端行为中。我没有征得同意就拿走药品，没有通过任何人的爱或支持作为媒介而得到了所需要的温暖。但是也有一个新的因素：纯粹的、野蛮的反抗。它是一条把所有东西系在一起的金色绶带。我的罪行，和那些年幼的孩子所犯的一样，将对温暖、联系、安全感的需求诉诸抗议的咆哮：你不能那样对我！你不能阻止我！我会做给你看！

我从小和隔壁的三个表姐妹一起长大，我暗自想成为她们家的一员，这样我就能永远和她们生活在一起。她们家里有种温暖和富足在召唤着我。我自己的家很柔和，像一团即将熄灭的火焰，但明登

（Minden）家的这团火焰每日每夜地燃烧生辉——每晚我上床睡觉时，都能从她们家溢满黄色灯光的窗子里看到。我肯定不满足于停在窗外看

里面，因为在一个夏天午后，当时只有四岁的我干了点坏事。我在后院捡到一根金属棒，她们开车出去时，我用它打碎了她们家的窗户。每个我能够得着的窗户都被打碎了。我的叔叔阿姨和表姐妹们回到家，看到地下室和一楼的地毯上全是玻璃碎片。我早已藏好了金属棒，因此我不明白是怎么怀疑到我的。但我自然还是被怀疑了，还被前所未有地打了屁股。没有人明白我怎么会做出那样的事，连我的母亲，最了解我的母亲，都不理解我的不满、冲动、鲁莽，以及我想毁掉把我挡在温暖房门之外的围墙的强烈欲望。

抗争反败为胜，可对我来说这代价太可怕了。它完全取决于我所能恢复的解离状态，通过扳动一个开关，切断我的背侧前扣带回连接变得越来越容易，而背侧前扣带回几乎早已不工作了。我要么在抑制自己对毒品的欲望，要么在抑制从我和莎伦之间的裂痕中喷涌而出的愤怒、悲痛、恐惧和罪恶。太多东西需要被抑制，而此时我的背侧前扣带回已被严重损坏了。它的功能坏了又修，修了又坏，直到像一个被修过太多次的架子，无法再承重，所以我会重蹈覆辙。但下一次入室、下一次盗窃又让我感到比之前更加孤独、羞愧、恐惧。于是我对抚慰的需求逐渐增强，而抑制的任务愈发艰难，最终我放弃了，穿上外套，抓起一个螺丝起子，跑向我的车。

然而反抗是有回报的，潜行、破门、盗走毒品给我带来了异常的兴奋和力量感，这和吸食甲基安非他命的效果是一样的。我们回忆一下，甲基安非他命所提供的是多巴胺（带来专注、能量、精力）、去甲肾上腺素（意味着新奇和兴奋，每秒刷新）和五羟色胺（滤掉负荷、放松、调节）的神奇混合物，这就是我所感受到的。我犯罪的神经化学成分是甲基安非他命和阿片类物质的混合物，而这种由自我控制抑制、背侧前扣带回解脱所引发的快感，有着瞬间消除羞愧和恐惧的效果。我花了好几个小时努力克制，阻止自己，强行压下不断涌上我喉咙的痛苦情绪，随着自我疲劳越来越沉重，随着不可避免的投降将我可悲的坚持分裂成碎片，终于，我放弃了挣扎，而羞愧和恐惧也消失了！夜晚的空气把它

们溶解了。

我的罪行还有另一个好处，每次我重复这个循环，那两三天里我都会快活得像只风筝。之后我会耗尽、坠落、榨干自己，而且会感觉很糟：宿醉、迷糊、空虚、抑郁，通常还附带躯体戒断症状：眼睛流泪，过度刺激，呼吸短促。我的胃部一旦重新开始工作，也会有自己的报复方式：上厕所弯腰时灼热绞痛。不过最大的冲击是对我的精神。我从镜子里看向自己的那张脸：苍白、干枯、空洞、老化，眼睛下方脆弱的皮肤上出现了无法褪去的皱纹，有种特定的情绪近乎永久地刻在了那张脸上，那种情绪我从未见过，就是恐惧。我让自己生病了：心理软弱，身体残破，没有意志、没有温暖、没有任何象征着自尊的东西。“这是好处吗？”你可能会问。正是这种自我毁灭偿还了我的一些愧疚，如果我正在遭受这么多痛苦，我如何能为莎伦的痛苦负责？除此之外，我还能让自己重新依赖莎伦，至少依赖一阵子，因为现在我真的需要她，好让自己重新振作。我可以给予她似乎想要的东西：相互需要。

在我看来，我的罪恶似乎比别人眼中的更难以置信和古怪。有一次，我从学生会休息室的沙发上醒来，某个东西烧着了，闻起来像是橡胶和头发——令人恶心——而且我躺着的那个沙发上也冒烟了。过了很久我才意识到，我的烟还在沙发的洞里燃烧着。注射了太多杜冷丁之后，我的脑子失灵了，周围人的脸上写满了警觉、迷惑和厌恶。一个朋友来帮我油漆新住处，当着他的面，我每过几个小时就注射杜冷丁，这件事之后他再也不是我的朋友了。我学会了如何用塑料物品撬开上锁的门，我从一个很薄的特百惠（Tupper-ware）保鲜盒上切下一块，大小是信用卡的两倍，强度和弹性绝佳，可以挤入门与门框之间，然后压住上了锁的锁舌。大多数医疗中心都不使用固定插销和电子警报器，于是我变得越来越从容，越来越熟练。以前我会在夜晚破门而入，留下陈旧的门把手或木屑，想象着第二天早上发现被盗的医生肯定会感到惊恐和厌恶，而现在我会在下午五六点时进入大楼，用我的特百惠工具进入已上锁的办公室，然后等在那里。到七点的时候，除了清洁人员以外就没有

其他人了，只有我。我伪装得很好，清洁人员或警卫看到我的时候，会以为我是一个工作到很晚的医生。甚至在我快速翻抽屉时也是如此。一天晚上，门突然有些急促地打开，我的访客并没有警觉地大喊，而是说道：“不好意思，医生，不想打扰你的，不要工作到太晚。我的意思是，尽管你是医生，但也可以放轻松点。”这种躁狂抑郁的状态一直持续着，但我仍然抱有希望。日子会过去的，只要莎伦和我不再吵架，而是让彼此感到快乐。我们一起看电影、做爱、聊天、努力。可是这样的阳光灿烂不会永远持续，当希望之光一闪而过，失望的感觉更强烈了。

到了十二月末，我仍然没有搬出去。循环继续着，而且越来越糟，似乎无法停下来。沉重的抑郁在每次入室盗窃之后变得更严重，把我击垮，让我虚弱。此刻我独自躺在莎伦的床上，每当我移动自己的身体，哪怕只是一只手或一条腿，黑暗的糖浆就会包围新的位置，填满短暂打开的细小空间，赶走可能进入的空气和平静的碎片。根本没有任何事情可做。移动、阅读、继续睡觉或保持清醒，去外面或留在这里都毫无意义。我的身体被黑暗填满，一个巨大的血块占据了 my 身体内部。外面，什么都没有；里面，是厚厚的毫无生气的血。而此时我的双腿颤抖着，焦虑像静电一样在我体内流窜。多么令人愉快啊，一个讽刺的声音说：一个小小的霓虹灯惊慌地点亮了我心灵的空旷街景。

昨晚的争吵中，莎伦暗淡、饱受折磨的脸庞在愤怒中扭曲。是我的错，还是她的错？谁能说清楚？有什么用？这里什么也没有了。没有婚姻，没有束缚，没有共同的希望，没有可以在一起的地方。现在她去上班了，房子里回荡着空旷的声音。我一直等着门被砰的一声关上才从床上起来。我忽略了膀胱的不适感，直到确定从床到浴室的过程中不会看见莎伦。想着莎伦让我如此不愉快，但想着独处的感觉也并没有更好。

这导致了在这个早晨，我有了一个想法：应该？不应该？应该？不应该？我非常抑郁，无法承受指责。不可能指望所有人都能有截然不同的行为。假如能做到，知道有方法可以缓解，我会去尝试的。可是此后

的四到五天里，当我耗尽精力，当戒断症状再次出现时，会和现在一样糟糕。可我又能做些什么呢？怎样才能让这一天过得多姿多彩、动力十足？只有计划又一次的盗窃，重复那些动作，为了黑暗季节之中的那些短暂光明的几个小时而活。

我终于在一月初搬进了自己的公寓，过了好几周，莎伦才收到我不再回去的消息，她很痛苦。她的需要无边无际。我已经不再内疚，我们已经尽力了。而乌云开始散去，自我躲在抑郁和焦虑的迷雾之下。公寓里很冷，客厅里有一个暖气——一个小火炉，暖气必须从一边的卧室传到另一边的厨房。但我的内心很温暖，我的生活变得清晰而简单，沉积物飘落谷底，留下了一片学习和阅读的空间。我在清晨冥想，一直远离毒品。大概有四个月我完全没有吸毒。当我感到悲伤孤寂的时候就喝威士忌，而这似乎如此.....正常。对此我几乎感到骄傲。我坐在冰冷的客厅里写歌，小口地喝着黑麦威士忌酒（rye）。我感觉自己再次完整了，对这种感觉我很珍惜。

但并不总是那么容易，当渴望或机遇出现时，我必须快速无情地将它们打压下去。我一周看一次心理医生：一个善良而帅气的男医生，名字叫巴伦斯（Balance）。（这是他的真名！）他帮助我走上正轨。我在学校表现得相当好。学期快结束了，我费了好大的劲才搞定了暑期实习。接下来的六月，我就要在桑德贝市（Thunder Bay）<sup>[7]</sup>

的湖首大学精神病院（Lakehead Psychiatric Hospital）进行心理学实习，从温莎或多伦多去桑德贝开车大概要20个小时。我偶尔和莎伦见面，不过那种可怕的撕扯已经结束了，她也重新振作了。我们偶尔可以一起吃午餐。我开始和一个叫蒂娜（Tina）的女人约会，不过我们俩都害怕联系过多。我也和其他的女人约会。我去酒吧疯狂地喝酒，这是大学生应该做的事。终于，重新吸毒的潜在威胁开始减弱。

可是到了学期末，我开始晚上聚会，白天宿醉不醒。我卸下自己的防御稍微久了点。在某个聚会上已经喝到第三杯时，我去厕所小解，然

后一阵冲动之下，打开了药柜。那里放着一瓶氢可酮镇咳药，它正在看着我。噢，我的老朋友。五秒钟之后，我把大半瓶倒入了我的喉咙。在我制止自己之前，我要快速做完这件事。接下来的24小时里，我感觉很快活，而我喜欢这种感觉。我当然喜欢这种感觉，一直都很喜欢。接下来的两个月，想要再次入室盗窃的欲望又强势回归了，我让自己不知不觉地陷入其中。抑郁又带着它的黑暗力量回归了，每一次堕落之后都愈加强烈。

我搬回多伦多住了一个半月。有一大批新的医学中心可以入侵。我开始有自杀的念头。在一间医生办公室里，我找到了液体盐酸可卡因（Cocaine hydrochloride），我注射了它。当流速加快了好一会儿之后，我还按着注射器的活塞。我不断把这种未消毒的溶液注入血管，直到我的意识晕眩、感到恶心、心跳加快、毛细血管肿胀，这意味着我离死亡不远了。那晚之后我乞求自己停下来。我盛怒着写下日记、祈祷，想努力找到一种可以与自我毁灭的逻辑相抗衡的另一种逻辑。我感到我的人生彻底崩溃了。我给自己写了遗言：马克有很大的潜力。他本可以成为一名心理学家、作家、音乐家、学者，或许能同时胜任这几种角色，但他没能取得成功。我对自己的人生负有难以承受的重责，这种重责压倒了我早已被毒品削弱的意志力，投射出本应辉煌的未来在一蹶不振的当下渐渐走向灭亡的画面。

然而对毒品的强烈渴望没有减弱，它从自身的满足感中生长出来，直到它在任何情况下都能压倒我用来与之对抗的每一种理性思维。无疑，我的大脑正在被重新调整，它正在变成单维的：黑暗的抑郁与明亮的抚慰相对。但我从内部是看不见这种变化的，我试着用寓言来描述它。它是一种死亡愿望？一种对不朽的渴望？某种畸形的对自由的追寻？但是一次次地想要停止、放下，告诉自己这是最后一次，却一次次地失败。我的生活被彻底击垮，只剩下自我厌恶、彻底的自我憎恨、停止活下去的愿望和世界末日般的孤寂，只有魔法通道重新开启的时候，孤寂才会消失。只要我一离开房子，开车去寻找新的宝藏，抑郁就转化

成了一种力量感。因为说“不！”的声音似乎来自他人，而我说的“去你的！”让我摆脱了随之而来的谴责和藐视。在我找到自己想要寻找的东西之前的很长一段时间里，我又没事了。

这种冲动是如何突然出现，并且如此有力地突然增长的？我们已经了解渴望在心理和大脑中是如何运作的；我们也已了解突触的窄化是如何排除其他可能性，只剩下反复练习过的那一种的；我们知道自我控制如何被自我疲劳消耗殆尽，而反抗如何将失败转变为某种不自然的自由感。可是我的成瘾中的最后一个要素——可能是任何人成瘾的要素——就是自我责备（self-accusation）和自我轻蔑（self-contempt），它们折磨着我，一小时又一小时，直到除了离开无路可走。我正在表现自己：我应该要感觉良好，可我却感觉很糟，很孤单。经过前两晚而残留下的是破败不堪的身体，大量的黑暗思想，以及令人惶惑的不满。失望的感觉令人崩溃。失败的信息发展成声音，填满空虚：“你说过不能做的那件事——注射毒品——你就是无论如何都要去做。再一次！就在两晚之前你几乎害死了自己。现在你又想再来一次？”斥责的声音把散发着讽刺的污泥从废弃的管道里挖了出来。这讽刺是熟悉的老生常谈，是我母亲的声音？不太像，那是谁的？

如果你去问人们是否会对自己说话，或是否会听到自己脑中的声音，他们的第一反应一定是试着搞清楚你到底是什么意思。你是指字面意义上的声音？还是指大声说出来的声音？不，就是想象的声音。你知道它们并不真的存在，但你能听见。还有，它们也不是大声说出来的。人们都说，它们在你的脑中，只不过有时它们会被大声地说出来。很多人报告他们在日常生活中会把与自己的对话大声说出来<sup>[8]</sup>。但他们没疯，他们的行为只是我们大多数人或所有人所做的略微极端一些的版本。偶尔，我们大多数人会发现自己出声地自责：“你在做什么！这太蠢了！”或出声地称赞自己：“做得好！”

当你是发声的那个人时，很容易就能发现那是你的声音，而不是其



他人的。但是当声音朝着你而来，当你是被指责的收听者时，那么是谁的声音就不太明显了。有时听上去像父母、老师、配偶，或是他们声音的某种结合；有时听上去像自己严肃的时候，批评指责着什么人，也许是个小孩：“哎呀，你就不能做点符合年龄的事吗？”有时听上去不像任何人，只是那个熟悉的存于你脑中的实体——它只存在于你的脑中。那么这声音的本质是什么？当你大声说出赞美或反对的话语时，这些话语是……好吧，它们就是话语。但是当责备（是的，通常是责备）向着你而来，它就并不一定——甚至极少——表现为完整语句中的完整话语的形式，通常它更像是一种声音语调，而不是真实的声音，更像是一种责备的形态或感受、一种味道、一种声音，传递着一种信息。因此，内部声音的问题从整体上难以阐明，除非通过观察我们的大脑。

眶额皮层及其附近的前额叶皮层区域对传入的信息进行采样——这是它们的职责——对其进行快速评估和情绪意义的破译，然后组织某些对信息早期阶段的反应：接近、停止或撤回。为了更好地进行这项工作，眶额皮层从大脑皮层的后部获取信息，那里是产生视觉和听觉的地方，是由神经冲动模式建造的丰富的感官世界。这些视听觉的感觉信息在向前传递的路上被修改了，它们沿着颞叶前行，从单纯的感觉转化成意义。它还被过滤、结合、同质化，从而变成由世界传递给你的连贯信息，它是有意义的，告诉你某些关于事物本质的重要信息。

杏仁核正好位于这条信息通道中，它把感觉图像与过往的情绪内容连接在一起。杏仁核中的情感连接非常强大，我们可以认为它们在流经的一切事物上刻下了印记，所有感觉信息都带上了情感色彩，而这种情感色彩和意义决定了接下来会发生的事。杏仁核向上与眶额皮层连接，而眶额皮层负责合成情绪意义以及开始准备行动。杏仁核向下与下丘脑连接，而下丘脑负责激活古老的反应模式，它已存在于我们祖先的脑中至少几百万年。这种反应模式如同暴怒反应：露出牙齿，向前推进身体来击退敌人。杏仁核再向下与脑干连接，此处的组织至少可追溯到爬行动物时期，它们协调着最原始的情感渴望。这些过程都发生得非常迅



速，在二十分之一秒之内开始，意义、记忆、联想、本能、冲动从最初的感觉瞬间被激起，像石子击水后从中心点向四周荡起波浪。在大脑皮层有机会知道发生了什么之前，它们早已发生。

不过有一点，颞叶中所产生的意义——为眶额皮层提供关于期待什么和如何去做的建议的信息，不一定需要输入，做梦就是一个明显的例子。意义可以只是边缘系统的记忆，它可以通过重复来训练、合成、沉淀。因此我们“听见”责备的声音是由眶额皮层产生的解释——不断发生的拒绝、背叛、孤立的信息，基于其与杏仁核的联系，并受到一系列不同大脑组织的调节，可能根本不用费力——只用一句“哎呀，我又这么做了”做引子，就能开启意义的机器，安装好并让其运转。而这意义会募集各种细节对我们的不道德行为施加压力。你总是这么做是因为你的脆弱、恶劣、自私。这有道理，这是个连贯的故事，它在更多边缘输入的帮助下，快速充满了前额叶回路。但它并不来自于任何特定的说话者，它只是被一两个连接激活的合成独白，这连接对我来说就是毒品和愉悦，毒品和危险，毒品和惩罚。不意外的是，这些连接募集了大部分大脑和组织，形成了一个表面上的对话，一出完整的戏剧，戏中一个角色负责批评，另一个角色负责被批评。

因此我就这样被内部生成的谴责大火轰炸，我的孤立无援、最近入室盗窃的记忆、想要再次吸毒的冲动就是让这大火继续燃烧的充足弹药。失败、成瘾、拒绝的丰富联结是我的杏仁核中熟透的果实，将内部声音涂上责备的色彩。这并不需要真实的语言。我的眶额皮层的职责就是期待坏事如此发生，而这些坏事就是语言组织还不到一半时就已开始形成的指责。然而坏事一直发生，并且不断变糟，随着夜晚的流逝变得越来越糟，而这指出了最后一个要素：没有人，哪怕是毫无自尊的成瘾者，可以承受这种指责和鄙视的冲击而不发疯。因此愤怒也夹杂在其中了。愤怒的联结向下进入我的下丘脑，在此激活了反击和抵抗敌人的本能。此后一切都失控了。神经化学物的激流，如肾上腺素、促肾上腺皮质激素释放因子和大量缩氨酸被释放进入我的大脑和血液中。我的交感

神经系统被激活，以至于整个身体变得紧绷。攻击的原计划立即启动，被边缘和皮层的化学物质充满，在上游等待。但还少了一样东西，就是攻击对象。我们到底对谁生气？谁是作恶者和敌人？我的杏仁核、眶额皮层、下丘脑回路不会等在那里让我想清楚，它被设定为立即运转，它选出附近的某人作为敌人，某个应该承受暴力的人。它选出了附近的唯一一人，而这刚好就是我。因此现在，我的脑海深处，我真的很生气，但愤怒绕了一圈又回到了自己身上：指责变成了醒目的怨恨，防御变成了更多的攻击，而武器就是那几乎可以听见的声音，意义的污点，内隐的，像是杯子底部浮动的毒药。

那声音并不来自于任何人。那声音是有组织的前语言攻击模式，被每时每刻滋长的羞愧和愤怒点燃，从它们自己造成的伤口里盘旋上升：你又要去做这事？继续通过肮脏的毒品来贪婪、放纵地寻找愉悦感，然后失败？难怪你一屁股坐在这儿。噢，我们应该做什么（用做作的音调说着）？我们应该对自己做什么？其实只有一件事可做，只有一条可以逃出这个地狱的路：不再做自己，不再做接受者。换个环境，从被动到主动，让愤怒在反抗的火焰中净化自己。我要说的只有去你的！坐进车里，开车离开。我走了很远，远走高飞，我不再是我了，批评的声音像苍白的鬼魂四处游走，紧紧相随。此刻的受害者不是我，受害者在夜晚之中。

不知为何我强迫自己再次停下来。我告诉自己我无法再忍受回到那种状态，它太强大，而我却太弱小，而必然产生的抑郁会将我洗劫一空。当诱惑努力阻碍我的时候，我迅速做出了反应。我转身，说绝对不行！然后让我的心智赶快转移到其他事务上去。生活貌似回归了正常，暂时的正常。

春天转入夏天，是时候开始我在湖首大学精神病院的实习了。我打包好自己的财物放进我的大众汽车里，花了两天开了20小时的车，中间停在某个叫作瓦瓦（Wawa）的荒僻小镇里过了夜。第二天晚上，我开

过一个山岗，看到桑德贝的景色在我眼前展开，这个城市人口约十万，位于苏必利尔湖（Lake Superior）的背面。桑德贝的冬天非常冷，但在这温和的夏夜里，它似乎是无害的。然而我也立刻感受到这里离我所熟悉的那些地方有多远，蒂娜远在温莎，她说她爱我，或许是真的，但有了这样的距离，我没法和她接触。无论如何，我有一份不错的工作，而远离温莎和多伦多也许是一件好事。这里自然也会有医疗中心和医生办公室，但我不知道它们的位置在哪儿，也许会一直都不知道。

我带着包穿过长长的走廊，我的焦虑并没有因为这医院的布局而减轻。这家医院在市郊，里面有一栋巨大的中心大楼立在大片的草坪和花园上，每隔几百米就分岔出一些病区和突出的隔离病房，全都由同样的红砖砌成。每个病区里都住着不同类型的精神病患者：躁狂的、抑郁的、精神分裂症的（偏执及其他），以及心智迟缓的——旧称“智力障碍”。病区之间有庭院——像公园一样围起来，患者们可以在外散步，只要不离开就行。我的房间在员工住宅区，离大楼主入口最远。房间很简单：一张靠着外墙的床铺，上方有一扇窗，一张书桌，一把椅子和一个衣橱，就这样。大厅里有间公共休息室，精神科住院医师、心理学实习生以及其他专业人士可以在此集会、聊天、增进了解，只不过这里几乎总是空着的。晚上大家都去哪儿了？这一切尽管不是让人特别愉快，但似乎还能生存下去。最让我烦躁的是，从我的窗户穿过庭院看过去是住着严重智力障碍的成人隔离病房，他们中的大部分也被诊断为精神疾病。这些人几乎不会说话，或者会说话但你无法理解他们在说什么。他们可以很暴力，但是是无意的而非故意的，他们体验着可怕的、一阵阵的挫折和绝望，通过啜泣或恸哭表达出来，缺乏动机和希望。他们中大多数人的体重过重，如果你近距离仔细观察，会发现他们的外貌都下垂或凹陷了，呈现出一种婴儿般的精神不振，这让他们显得懒惰、吃力、困惑，像被困在畸形身体之中的流口水的成年人。我为他们感到特别悲哀——悲哀中还有一点点害怕。

前三周过得还行。我的工作很有趣，我被分配去照顾那些有严重心

理创伤的病人，但我认为我能用某种方式帮助他们，至少我可以陪着他们闲逛、胡言乱语、听他们讲恐怖或受虐的故事。大多数日子里，我会在六点钟左右去食堂吃晚饭。我也会开车去城里的餐馆吃饭。我结识了一些其他的实习生，他们人都很好，但也没有完全合得来的，我更喜欢一个人边吃饭边看小说。我认识了一位心理学同事，他邀请我去他家与家人一起吃晚饭，但他的大方邀请只是客气一下。在笑脸背后，没有人是可以相信的，因此我在大多数时间是独处的，我感到很孤独，而这孤独感开始干扰我的决心。孤独几乎成了声音，含蓄地谴责我是一个大家都不愿意与之相处的人。而吸毒的想法又在这些阴影下开出了花朵。之前的几周里我还能抵抗这些想法，之后有了变化。不知怎地，这里的一切悲伤都向我涌来，让我的孤独感愈加壮大，直到我因此感到窒息，窒息而且焦躁，夜复一夜。这种混乱滋生了一种绝望感，一部分的我不再相信自己能继续拒绝诱惑，而任何一个成瘾者都知道，这就是通往复吸的门票。如果无论如何它都会发生，那么不妨就在今晚。

于是我又开始重操旧业。首先是一间私人办公室，它沿街窗户没有锁牢。接着是一家有十几间办公室的医疗中心，是栋老旧的砖混建筑，每间办公室的锁都可以用我的特百惠工具强行打开。每周入室盗窃三四次，即便对我而言，这也太频繁了。我身体之下的地面正在融化，我开始恐慌。这里没有我能说话的人，没有朋友，没有熟悉的地方，而住在对面的患者的哭号似乎在我睡着时进入了我的身体和大脑。

这场必然的堕落由独特的奇幻历险开始，一天天变得愈加匪夷所思。在我所偷的毒品之中，有一大瓶脱氧麻黄碱（Desoxyn）——口服甲基安非他命，有减肥需要的人应每日服用一片。我回到房间后吞了三四片，然后混合了一些镇静剂，躺在天花板下度过了这个夜晚，在梦的云朵中翱翔。清晨来临时我仍处于快感之中，但我没有睡着，疲劳开始乘虚而入，于是我又服了五片。我有一篇报告要写，没问题，就是一篇简单的心理评估报告。我已经做了测试，计算了数值，做了一堆笔记。“大卫的学习困难是由以下几个方面的认知薄弱造成的……”这是心

理学入门课的内容。可是这一天似乎是在一连串拖延中度过的<sup>[9]</sup>。五点钟的时候，霍普金斯（Hopkins）医生，我的老板，建议我先休息一晚上，明天再完成报告。

甲基安非他命会一直让人处于快感状态，持续约18个小时。难道我忘记了？当晚我根本没机会睡觉，于是我又服了甲基安非他命，读书、弹吉他，尽情享受。第二天有很多话要说，我停下来和每一个我认识的人聊天。但当我终于坐下来写东西的时候，我能看出自己的思绪已不再清晰，是的，现在我已经有两晚没睡觉了。疲劳的大军在我的门前聚集，但我拥有所需的巩固自身防御的武器。那天早上我吞了很多安非他命，感觉自己完全处于平稳状态，于是静静地准备完成写作。可是并不容易。我想我可能还得吃点东西，我已经不记得上一餐是什么时候了，但我并不饿。排队站在食堂柜台旁，人们似乎一直在看我，要不然就是很快地就移开了视线。我试着减弱眼中的亮光，它在镜子里看上去似乎确实特别地亮。不过我确定我的表现不错——实际上比不错还要好。我几乎轻快地跳起舞来，说出貌似相当聪明却无礼的话。我到书桌前再次开始写作，我很喜欢自己的用词。我所达到的洞察的深度像是真相的钢铁巨石，费力地由晦涩的证据碎片构建起来，不可逆地装配上逻辑的水泥，上升穿过不确定的迷雾，成为我锋利思维的纪念碑。看得出来，我的第一份报告将会非常出色。

但是下班时我还没有完成报告。霍普金斯医生冷静地看着我：“你可以在心理学办公室继续工作。”他说，“我会给总机留言，你做完了再锁门。”然后，他顿了顿又说：“写完它。明天一早我就让辛迪（Cindy）把报告打出来。”

我又服了很多甲基安非他命，接着一直写到深夜。当我突然意识到这份报告的目的在于稍微拓展一下测试结果并且做出建议时，已经差不多凌晨三点了。这份报告本来只要写一两页，而我写了15页！我痛苦而强烈地开始意识到我搞错了重点。我不仅把论述的重点放在了某种幻想

的知识论坛上，而且我捏造的一切都基于毫无价值的推测——这正是我所受的培训让我避免在心理报告中做的事。

我必须重新写，但我已经有三晚没睡觉了。花了一整天和半个晚上写出这篇可笑的报告之后，我怎样才能在早上八点半时重新写完？我又服了脱氧麻黄碱，感觉有一股能量涌上来，但比我期望的要少一些。我对甲基安非他命的耐受性快速地增长。我觉得我还是能完成的。但当清晨来临，霍普金斯和秘书们吃惊地发现我还待在15个小时之前所在的地方。带着大家的关心，我回到了自己的房间。只剩两段了，可是和过度疲劳作斗争使我无法思考。于是我又吞了18片药片，继续我的任务。我费力挤出一个又一个单词，我努力让它们连成简单的句子，但每个句子都有自己的思想，漂浮着变成离题的细节，与任何东西都无关。到了下班的时候，霍普金斯医生看上去很担心我。

“到底……是什么问题？”

“我只是……我差不多完成了。真的！”

“马克，我明天早上需要这份报告，病人家属会来向我咨询。出什么事了？”他眼里的和善已经消失殆尽。

“我因为发烧彻夜未眠，霍普金斯医生，我睡不着。如果我不每小时喝一杯咖啡的话，我出去会弱不禁风，我只是无法清晰地思考。”

“我只是不明白有什么问题，这只是一份简单的报告，关于一个有学习问题的男孩。”

“嗯，我确定我可以在一小时内完成报告。”

“那你就在这里继续写，直到完成。我叫辛迪等一下，你完成报告后她就可以打出来了。”

“谢谢，这——”

“你还一直在增加更多内容，马克。只要写完它，写简单一点。”

我坐在一张桌子前，辛迪坐在另一张桌子前。其他的心理学实习生进进出出，丢下一句鼓励的话，然后很快就紧张地离开。每个时刻似乎都充满戏剧性：交替出现怀疑的否定与同情的画面——同情这部分是令人欣慰的。还有人相信我说的咖啡的借口吗？我的衬衫被汗浸湿了，上面满是褶皱。但辛迪安静地坐等我的每个句子，开始打字，然后尽可能温和地让我知道，我似乎完全没有抓住重点。在几乎能被听见的低声建议中，梦境剥夺升级了。我知道这些声音在我脑中，但我感觉辛迪一定也听到了。几个小时过去了，我眼角闪烁的动作越来越难以被忽视。每隔几分钟，我的整个视野似乎就会倾斜摇晃，像信号不良的电视频道，梦境意象开始侵入每个思维和句子。此时辛迪正带着毫不掩饰的焦虑看着我。

之后错觉真正开始产生了。至少在一个小时里，我试着想弄明白为什么辛迪今晚会在这一打我的报告，我们明明已经在昨晚做过同样的事了。她一定对我很生气，因为要重新再做一遍。我已经完全相信这是先前事件的重复。窗户上闪着浅浅的光，紧迫性，尤其是耻辱感产生了，完全和昨天一样。接着，在冰冷的冲击下，我意识到这是一种似曾相识感，我迷失其中并相信它就是真的。我开始觉得我无法完成报告了，我崩溃了并进入一种由安非他命引发的精神障碍。绝望和难堪把一切都淹没了。辛迪试着帮助我，她抬头看我，等着下一个句子，然后大声地读我写的东西。然后我说：“我懂了。”接着口述了一个句子，当说到一半的时候，句子的开头已经模糊不清了。真令人绝望。

这样的状态直到霍普金斯医生晚上九点钟打电话来确定我们是否完成时才结束。真的只剩三四句话要写了，但这种情况下至少还要一个小时才能写完。他坚持让我今晚先回去睡觉，明天早上再来完成报告。我同意了。

我步履蹒跚地回到房间，被丢脸的画面弄得头晕。他们不会再以同

样的眼光来看我，我已声名狼藉。他们知道，他们一定知道我在吸毒。昨晚的清洁女工已经知道了。“我以前看过这种样子。”她说，“我儿子过去也吸毒，但现在他已经好了。”自那以后，情况变得更糟了。我打开门，面对着空荡荡的床铺，我的头开始上下晃动，但我没有屈服。我仍在追寻某种放任的象征——甲基安非他命的狂欢及其固有的谎言。我需要它不停止、不后退、不接受睡与醒的惯常循环破坏错觉的能量。我来到抽屉前，拿出了一个苯丙胺吸入器（另一种形式的甲基安非他命）——仍然是上一次入室盗窃所得的战利品。我打开容器，把里面的物质浸在水里几分钟之后喝了下去。我不知道我摄取了多少剂量，也不知道在三晚没睡之后它会对我产生什么作用。但无论如何我把它喝了下去，我的神经系统摇摇欲坠，像一条掉落在人行道上的电线，断断续续地向前延伸。没事的，我能应付得来，但我需要服用更多的镇静剂来平衡这疯狂的能量。我找到了剩下的药丸，强迫自己全部吞下去。之后我躺在床上，等待着镇静缓缓而来……终于，它慢慢地爬上了我的脊椎。它来了，我真的再次感觉良好。于是我朝窗户走去向外看，而我所看到的东西毫无意义。庭院那边，三个严重智力障碍和身体畸形的患者回望着我。他们不可能是真的，但他们就是真的。我偷溜到休息室，从那里的窗户向外望去。那几个患者没有移动，他们还在看着我。我盯着他们看，觉得很尴尬。但他们怎么能看到我呢？他们晚上怎么能出来呢？还有，为什么他们看起来这么大？我回到自己的房间，躲在窗框边上偷窥。怪异的病人，有正常人的两倍大，他们从窗户爬到外面然后攀到墙上，肩膀上扛着他们的床。他们进入庭院，然后离开，奔向自由。我看着他们，带着羡慕、害怕和一种愉快的骄傲。谁曾有过这样的快感？

那一晚我最终还是睡下了。接下来的三天里，我远离了所有人。霍普金斯医生完成了那份报告。我们一致认为我正在遭受神经衰弱的折磨——这个临床标签已经沿用了100多年。“休息一下。”他说。狂欢之后的身体和情感残骸似乎是难以克服的，抑郁像雪堆一样越积越多，掩盖了一切。我花了两天时间试着阅读——和睡觉。接着，第三天的夜晚缓



慢而又悲伤地到来了，而我知道如果不内省的话，我还会再次入室盗窃的。我足够坚强可以内省，而又太过抑郁以至于无法完成。

现在外面天已经黑了，我在这家大型诊所里已经徘徊了一个多小时。我看过每一层楼，但是办公室里几乎什么也没有。随后我找到一家街边的药房，它的货架召唤着我。我能看见天花板上装了某种动作探测器，但我还是走向了货架并开始搜寻。我告诉自己我可以迅速从这里离开，只要我不逗留就不会有问题。我找到了一大瓶氢可酮镇咳药，还有一些其他的東西，然后我就看到了窗外的灯光——车头灯的灯光。我依然没有恐慌。我像是在糖浆中缓慢移动，如此之慢，以至于像在梦里。我还没拿到它，然后我听见门被甩开的声音。我的胸腔终于害怕地收缩着，我起身，跑到大楼另外一端的尽头，瓶瓶罐罐都装在我的大衣口袋里。我听见开门声和喊叫声。我走下一段楼梯，发现走廊里的一扇窗户向外看去对着大楼后面的一口井，从地平面算起，它的顶部在我的头上方1.5米。我对自己说我能行。我爬上去，抓住窗户边，让我的身体穿过窗户，此时的我在肾上腺素的帮助下移动着。终于，我到了井里，我想我可能可以在他们找到我之前跑过草坪。我伸长手臂，开始把自己拉上去。之后我感觉到有力的手抓着我的双臂，帮我向上爬。你们真好，警官，帮助一个处于如此困境的家伙爬出来。我几乎大声地说了出来。他们并不粗暴，但也不是特别友善。他们掏空了我的口袋，用手电筒照着搜出来的东西，在书写板上写了些东西，给我铐上手铐，然后带我走向了等在那里的车。

在警局里，事情像流水线一样一步步进行着，我被采集了指纹，每只手的大拇指和其他手指都被扣紧，一个接一个地压到印台上，然后坚定地按到了一张白色表格上的一系列小方格里。我没有反抗。我被采集了照片。我的头和身体被另一双手移正位置。我几乎没有感觉，有种带点悲伤和焦虑的呆滞，但没有真正的恐惧。为什么我没有更加害怕？最终我被押送到了一间牢房，这是一个小房间，其中一面墙是栏杆，就和电影里一样，我将在此度过这一夜。我坐在唯一的一张小床上，这次真

的很严重，但我的思绪仍在继续飞驰，我的感受在小小的旋涡中变换。这次你是成年人，而这是个重罪。之后，随着时间的拉长，一种意想不到的平和开始沉淀下来。总有一天它会发生的，而现在它已经发生了。终于结束了。

我从监狱里打电话给另一个实习生，她就住在桑德贝，然后她打电话找了律师。那律师用某种方法让我第二天就被释放了，我们在法庭上见了面，他请求一个月以后进行庭审。我回到了医院，但当我回到自己的房间时，我看见门被黄色的警戒带封上了。我觉得自己无处可去，然后我意识到这里的每个人一定都知道了。我开始明白被捕将不再是我自己的小秘密，羞耻和懊悔开始从伤口里渗漏出来，这种渗漏好几个月、好几年都没有结束，有时它会扩大成激流。就在那天晚些时候，我见到霍普金斯医生，他没有什么话好说，但他的眼睛因为厌恶而眯了起来。我被告知要打包好自己的行李，随后被一个保安护送回房间。不到半小时我就打包好了，我环视着空荡荡的房间，和刚来时一样，仿佛我从来都没有来过这儿，而我真希望那是真的。我闭上眼睛，试图让它成真，我真希望我从来都没有来过。

庭审之前我一直住在一个熟人的家里。我把头缩进壳里，我知道自己不是特别受欢迎，但我必须去做这件事，去完成这项任务。我的律师在与我短暂会面时已经说得很清楚，我能不坐牢的唯一方法就是一堆展示自己闪光点的推荐信。我要给每一个我认识的人打电话或写信，每一个权威人士、导师、教授、心理学家、有受人尊重的工作的朋友，请求他们为我写一封信。你看，我被指控入室盗窃了，我有吸毒的问题，如果你能说一些我的好话，那就真的太好了。

而他们真的写了。一封又一封信件，都是对我有利的话。问题是，现在每个人都知道了，每一个我尊重的人，每一个尊重我的人。我在温莎大学的导师，罗恩·弗里希（Ron Frisch）写了我所做的工作，写了我当初为了进入研究生院学习所做的刻苦努力，以及尽管我很努力，我的

吸毒问题仍没有解决是一件令人感到耻辱的事。之后他打电话告知我被开除了，要么我自愿离开系里，要么他会开除我。我很崩溃，也很生气。尽管我知道事情很棘手，但我觉得应该再给我一次机会，而他不同意。

“你知道我们的实习机会多珍贵吗？你觉得我们的学生还能再被邀请去湖首大学吗？”

“是的，可是——”

“除此之外，你不适合去帮助别人处理他们的问题。在你想要成为一名心理学家之前，你最好先把自己的问题解决好。”毫无疑问，弗里希说得有道理。

我的庭审终于到来了，那些信件肯定起了一些作用。我被判处一年缓刑，并被命令要接受更多治疗。我不觉得自己会介意去监狱里待上一段时间，我不确定自己还能做些什么。可是我回到了借住的房间，睡了12个小时，打包好行李，然后沿着街区走着去买点早餐。报亭里的《纪事日报》的头版吸引了我的眼球：

### 杰出学生的未来被庭审定罪终结

一名来自多伦多的男子本可以在心理学领域大有前途，却被指控入室盗窃并被定罪判刑，现在他将面临一个惨淡的未来……今年夏天，刘易斯在湖首大学精神病院实习，他的生活看似前途无量。随后在7月21日，警察接到一个警报……

……我没法读完，它让我感觉不舒服。我忘记了早餐，找到自己的车，把自己的行李扔进车里，然后开车离开。这再也不是我自己的小秘密了。

## 第十五章 治愈

你可能会觉得被捕、监禁、被研究生院开除、忍受某种痛苦而又难以掩饰的声名狼藉，这一切以及重新做人的愿望，足以让我停下来。然而并没有。我回到多伦多，感到无所依靠。我的人生变成一个开放的通往虚无的大道。我编了个借口告诉亲朋好友，让他们认为我是主动离开学校的，只有几个密友知道真相。不过人们当然有所怀疑，尤其是我所在的温莎大学的系里。我不想回到那里，去年春天我已将公寓的东西都打包好了，接下来没什么事需要我去做。

我住进了一个合住宿舍，然后开始找工作。我的室友都是友好又聪明的人，我和我所预期的一样快乐。我和一个朋友开始做洗窗户的生意，我们也做一些油漆的副业。它虽没有漫步学术殿堂那么光鲜，但也是个生计。我又从零开始了，但有种向前走的感觉，然后几乎同时发生了两件事。我有资格申请一份在困难孩子之家的的工作，而申请表上出现了一个琐碎的问题：你是否曾犯过罪？因此我不得不把事情写出来，自然没有得到这份工作。但我得到了一份新的油漆工作，一个远房表哥在多伦多市区有个药店，那里的天花板需要油漆。我对于自己在精神卫生领域的前景很绝望，因此在药房工作几天可能不是个好主意。在我混放油漆、刷子的地下室里，有大量的药品，大部分是旧的和过期的，但它们仍然有效。

循环就这么又开始了，它断断续续持续了两年多。解脱期甚至是平静期，往往夹杂着抑郁发作，导致了更多的入室盗窃，又导致了更深的抑郁，周而复始，但我从未放弃。我戒除毒瘾的努力不断泛化，比如心理治疗、杂志写作、冥想、和朋友聊天，以及某些残酷时刻里，强烈的自我惩罚。有次我喝了一杯自己的尿，试图证明自己是在饮鸩止

渴。许多我对自己写下的誓言都是用自己的血来书写的，这是为了强调自己受伤的程度。有些朋友背弃了我，但也有一些仍然很忠诚。他们看着我与恶魔挣扎，只希望能够做些什么帮助我。

我与蒂娜的关系渐渐转为友谊，我开始到处与其他女人约会。然后我恋爱了——严重而无助地陷入了爱情——与一个叫翠西（Tr-ish）的女人。在我眼中，她聪明、活泼、极度脆弱，而又非常性感。她比我小八岁，我们觉得这有趣又甜蜜。我理应是那个成熟的男人，但我对翠西没有秘密，至少最开始是这样。她了解我的缺陷，她对此并不陌生。她父亲是个酗酒者，我是个“瘾君子”。至少我努力要戒毒，而且有时连着一两个月我都是成功的。只不过之后我又会重蹈覆辙，这让她很受伤。她不会对我发怒或反感我，但她会感到受伤。我的毒瘾在感觉上太像她父亲了——极具威胁性，毁人一生。她很担忧：担心我——尤其因为我还在盗窃毒品，担心我们。

两年过去了，我和翠西的感情越来越深。她的孩子气和反复无常的心情让我感到无休止地挫败，但我全身心地爱着她。我和她的朋友成了朋友，她了解了我的家庭，然后我们聊到要搬到一起住。此时我住在城区一个高档社区的一居室公寓里，一棵巨大的榆树占据了我二楼窗前的大部分景色，还有一个陡梯通往底层的小厨房。我记得翠西蜷缩在浴缸里，她纤细的四肢泡在水中，聊着某天与我生个小孩的梦想。

”

一个犹太爱尔兰人的小孩，”她大声说出她的想象，“我们可以叫他帕特里克·摩西（Patrick Moses）。”

我喜欢自己的小公寓，尤其当它被翠西填满的时候。她经常在我这里过夜，我也经常在她家过夜。然而，在某种程度上，光有翠西还不够。对毒品的渴望会涌上来——几乎总是在她想要独处的那些夜晚——有时我无法控制。越来越多的毒品，带来了越来越多的风险和对彼此的

伤害。翠西警告了我，她不知还能这样承受多久。确切来说这不是警告，更像是一个无法持续下去的预兆。因此我会在吸毒的事上撒谎，吸上一两个星期之后，戒掉，然后告诉她我撒了谎。她会听我说完，然后离我远一点儿。事情对于我们变得越来越艰难，有一段时间她都不愿意和我一起过夜，这只会让我更加渴望她，而这种渴望让她感到害怕，又让她离我更远了。

最终我清醒地认识到翠西想“只做朋友”的时候，我的愤怒蔓延开来，就像受伤后的瘀青。我离开她，愤怒而又绝望；我重新开始吸毒，吸毒让我重整旗鼓。这以大规模的狂欢告终：轮换吸食杜冷丁和可卡因，我可以达到几小时的木僵、幻觉、妄想。我最好的朋友找到半清醒状态的我，带我回家，把我放在床上。我不知道睡了多久，但我醒来时，世界寂静无声，了无生趣。

此时我发现自己一个人躺在这里，我断断续续地醒来有几个小时了，而在这期间我孕育出一个非常实际的幻觉：自杀。有很多方法可以完成它，我现在应该是个专家了。最终，我起身开始踱步。我公寓里的气氛很厚重，厚得我要努力才能喘上气，呼吸点缀着燃烧的内在发出的刺鼻气味。攻击的意象出现，然而无人在旁。翠西走了，我的朋友们走了。他们脸上的惊恐在记忆里变得鲜活，羞耻的感觉让我无法忍受。现在我该做什么？如何熬过今天？我必须搞到更多毒品，但这又会继续这愚蠢而又乏味的循环一周或两周，直到我逼自己停下来，然后我又会再次开始。而我这次真的不能面对了，这太痛苦，太无聊，太无意义。

我应该给翠西打电话告诉她我这次的放纵吗？企图引起一点儿同情？这就等于在告诉她，我们之间不会再有任何机会。我可以保持一个月，甚至两个月不吸毒。但永远？你在想什么，翠西？而这一切都不再重要了，翠西早就不感兴趣了。

我摇头想摆脱这些声音，它们越来越刺耳，指责着我，毫不留情。阴郁如此之深，我几乎无法穿过它。我记得上次她和我在一起待了一

天：有风、有飞盘，还有树叶在步道上神奇地打转。而这一切都没意义了，没有丝毫意义。我不在乎午饭，也不在乎晚饭，我不在乎翠西，并不是这样，我只在乎得到更多。旧的发动机开始在下面轰隆作响，是熟悉的、无止境的、无聊的、轰鸣和嘶吼。

我用柔和的动作数了数我的伤口，为了不撕裂它们。我永远不会忘记我朋友们脸上的表情。我可以不断地许愿、许愿再许愿，但永远也不会好。而翠西走了，真的走了，已经一星期了，相当于永远。而我必须接受，因为我对她亏欠太多，因为我足够尊重她，希望她在自己的人生路上成功，而不是让她经历这已经毁掉我的无止境的堕落的肮脏，因为我如此爱她。一瞬间，这里面有种类类似解脱的东西，然后我又被孤独的洪潮席卷了，没有翠西的生活真是种巨大的煎熬！

此刻我坐在厨房的餐桌旁哭泣，陌生的声音从我身体里传出“这太糟糕了。太糟了，太糟了。”而这一切都是因为毒品，都是因为我停不下来，因为我不能停下来，因为我不愿停下来。它会杀了我，是的，杀了我。这不公平。

但某个东西瞬间改变了，一个声音——我的声音之一——听上去似乎站在我这边。

你不能这么对我！我值得拥有活下去的机会。它又来了。这声音不是我熟悉的那个。

我值得从你这里得到自由。你不能这么对我！你不会！我不会让你！我不会……

有一瞬间似乎是某人——可能只是我自己——来帮忙了。

一个曾经的治疗师的话从地底下冒了出来：“一个存在主义者能说出的最有力的话就是‘不’。”

我会说“不”。

我用与以往不同的方式思考着。

如果我真的做到.....？如果我真的真的真的戒掉呢？如果我不再接触毒品，永远，一辈子？也不会比现在更糟糕，没什么能比现在更糟。

我起身在厨房里走来走去，想象着未来的可能性。我接着想象戒掉——不只是一个星期或一个月，而是永远。而我发现每时每刻说“不”是可能的。好吧，如果这是可能的，就意味着我可以做到。我不断重复着，这简单的逻辑开始连贯了。然后是下一步，如果我能做到，就意味着我可以说我会做到。我同样不断重复着。之后我把它缩短成四个字：我会做到。而这个想法的某处包含着温暖的呼吸、不熟悉的融雪，和一缕自爱。

我从抽屉里拿出一张空白的纸，画了一个复杂的形状，介于花和曼陀罗之间的形状，在纸的正中写上“不”这个字。然后我画从中心延伸出的线条，一直延伸到纸的所有边缘。于是纸上的每个部分都被一条线分割，这条线带回到中心的“不”。我画了半小时，毫不费力地点缀上精美的设计。我的心脏缓慢、坚定地跳动，带着一点可能性的感觉。除了这个目标我不敢想别的：我需要整天说不，每时每刻说不。“不”是我的朋友；“不”是我的中心。最终我看了看自己的成果，泛起一丝微笑。这微笑是温暖的另一种品尝，这微笑让我放松，开始给我力量。然后我告诉自己，是的，我可以做到，我可以说不，只需要向自己证明。

我把曼陀罗放在木相框中，把它挂在通向厨房的过道一旁。我注意把它放在与视线水平的位置，这样我就不可避免地一天中多次看见它。我感到焕然一新，这次与以往任何一次都不同。

一周以后的一个星期天早晨，我在床上辗转反侧，阿片类物质戒断反应像恶鬼一样流向肚子和四肢。我不想要在没有阿片类物质的世界里.....单独一个人。我的眼睛闭着，企图进入最近的梦境。我不想要醒来，暂时不要，不要开始眼前这漫长而空虚的一天。

但这恶鬼缠着我、戏弄我，通过唤醒的星星之火，最终把我拉入意



识状态。而我爬出床，怒视着它们的坚持。现在我起来了，我冲进厕所，小便，看着镜子里的自己。不太糟，本来可能会更糟的。我穿过卧室，走进小小的客厅。窗户外面的那棵树巨大而气势磅礴，一瞬间我迷失在羡慕里，而后我把思维转回了自身。我该拿自己怎么办？我如何填满今天的空虚？然后我惊讶地意识到此刻的空虚并不那么深。抑郁.....在某种程度上消散了，在一个充满浓雾的地方减弱了，阳光几乎照了进来。我漂浮在属于自己的早晨，而我.....我还好。我并不是很棒，但我还好。光在这儿，不明亮，不耀眼，不是那种从药片中心发射出的圣光，但这光足够生存，足够看看四周和想象。没有绝望，一天在眼前展开了。没有一直以来的让人受伤的绝望和自我仇恨，没有绝望到感到自杀的重量。然后我想：“之前有那么糟吗？之前真的那么糟？”我回答自己：“是的！真的有！你一刻也不要忘记！因为如果你忘了.....如果你敢小看、合理化、玩耍、探索、敲那扇门，哪怕只是看一眼，哪怕只是一次.....你就迷失了，再一次迷失。”

除非.....除非，看别处。如果你看别处，入口不会让你进入。如果你可以.....保持.....选择.....人生，你可以待在这里。这个世界并没有那么糟糕，它确实有些阴暗面、不确定性、令人厌烦的规矩、寂寞的吞噬——可能仅仅是蚊虫叮咬。只要保持向前走，之后会有别的事发生，之后再其他的。这个世界.....意味着变化、不确定、无聊、自由和可能性，是的，可能性。一个星期以前，可能性这个东西还完全不知所踪，只有必需和更糟的：绝对的、完全的重复。

到了第二、三个月的时候，情形变得没那么艰难了，我不再需要命令自己——连想都别想它！我不再需要避开某条街、某个区，在那里，诱惑可能会开始滚雪球般累积。我发展出了一种完全不同的自己。毫无疑问，我仍然是个“瘾君子”，但我现在是戒断的“瘾君子”。我唯一的化学缓刑是酒精，我允许自己晚上喝酒——不超过两三杯——它能帮助我，为我的日子提供一点支撑。毕竟没人能那么正直。当日子似乎漫长而单调的时候，它也给我一些向前看的東西。尽管如此，让我惊讶的

是，这么多年的成瘾之后，对毒品的渴望消退得如此迅速。我不再需要对伤口施压，它已经不流血了。

那么多的神经连接是如何迅速断裂的？我混乱而上瘾的大脑怎么还是那么有复原力？

我也并不真的知道答案，我相信未来针对成瘾的神经科学研究会帮助我更好地找到答案。我能做的是讲完我的故事并且分享一些简单的建议。

这就是发生在我身上的事。

戒毒几个月之后，我开始了一个更高强度的心理治疗课程：洞察治疗。我持续了好几年，学到了许多关于羞耻和悲伤、孤独和愤怒的事，以及为什么我有时感到受到驱使去惩罚和伤害自己。我在流浪儿童危机中心找了份工作，现在我是其中的一名员工，是好人中的一员，而我帮助着那些曾经和不到一年前的我一样陷入麻烦的青少年。之后，过了一年，我重新申请了研究生院。我非常不确定自己有没有机会重新回到心理学专业，因此申请了竞争性没那么大、不太费力的项目——包括社会工作的本科项目——以及我真正想去的：多伦多大学的儿童临床心理学项目。为了这个项目，我字斟句酌地把申请信修改到每个字都完美，并且和我想要一起工作的教授——奥托·魏宁格（Otto Weininger）见了面。我告诉了他我过去生活中一些骇人听闻的细节，他似乎没有很反感，实际上他似乎很感兴趣。两个月后我拿到了官方信函，让我惊喜的是，我被接受成为硕士研究生，并且能够参与到我第一志愿选择的项目中。

我开始上夏季学期的课。我还记得第一次试卷的反馈。我的教授，一个大而笨拙，但很聪明的男人，有个少见的名字叫艾德·苏利文（Ed Sullivan），慢慢地从过道走过来，在空中挥着试卷。

他停下来大喊：“我想这个成绩是A+！”

“你确定吗？”我问，我只能想到这句话。

接下来的几个月，我开始从不同的角度看自己：一个戒断的“瘾君子”，只要用尽全力，还真有可能成为一个好学生。在多年的自我贬低之后有这个改变不容易。但我的考试卷持续收获了赞扬。我开始跟着一个叫罗比·凯斯（Robbie Case）<sup>[10]</sup>的教授学习认知发展。他是我遇过最聪明的人，而且他的理论是个王国，我可以住在里面生长，帮助建造、扩展、延伸它。罗比认为我的硕士论文堪称典范，而且它真的得了个奖：安大略省心理学论文第一名。这种名声比上报纸头条令人愉快得多。

凯斯成了我的博士生导师，不过我仍然一有机会就向魏宁格学习。我仍然对儿童的情绪动力以及帮助他们可能性深深着迷，但我更喜欢理论的世界，而凯斯的理论是不断发展的洞察与逻辑兼具的大厦，我作为他的助手可以一直跟进。某天，在午餐时，罗比用他经典的漫不经心的方式说我天生就应该成为教授。不知为何这些话不断地回响了几个月，不论白天夜晚，直到我下定决心这就是我想要的。思考、写作、研究，把接力棒传给继续沿着这条轨迹走下去并进一步推动它发展的学生们，哪还有比这更好的生活？在毕业之前，我开始申请学术界的职位。我与一些顶级学者竞争，而我并不认为自己的机会很大。但我的专长——结合儿童的认知和情绪发展——对于雇佣方来说很有竞争力。我收到了很多录用通知，最终我接受了多伦多大学我自己所在的系里的职位。

我的过去仍时不时地回来纠缠着我。为了得到临床心理学家的执照，哪怕是在两年的实习和训练之后，我还是不得不解释自己的犯罪记录。但现在已经过了好几年，我已尽我所能地把过去抛之脑后。我拿到了执照，为儿童和青少年进行评估和心理治疗，然而这些兴趣随着我对理论和研究的追求占用更多的时间而减弱了。还有家庭生活的变化，我结婚了，有了自己的女儿和两个继子。我向心理学期刊投长文章，学着

修改稿件让审稿人满意，最终开始规律性地发表论文，尽管我的想法已经和我的导师们有了一定的距离。我建立了自己的理论模型，并教给我的学生们，之后我如期获得终身教职的奖励，还升职成为副教授，这意味着我在自己喜欢的工作上得到了终生保障。在我挣扎了九年终于成为一个好丈夫、好父亲、好教授之后，我的妻子决定放弃这段婚姻，我很受伤，很愤怒，之后直接抑郁了。绝望击倒了我，但我要照顾我八岁的女儿。在剑桥度过了几个月时间的休假期后——这很有帮助——我恢复了，没有再吸毒。

又过了几个月，我爱上了自己的研究生，伊莎贝尔·格兰妮可（Isabel Granic）。我很高兴地把导师的责任转给另一个教授，这样我就可以和伊莎贝尔自由地追寻我们非学术的兴趣。这些兴趣包括旅行、马丁尼酒、电影、高级餐厅用餐、本地夜店里玩台球，当然偶尔会遭遇人们轻蔑的表情。我们还进行激烈的理论争论，以及在她老旧的沙发上做爱。我和伊莎贝尔对彼此诚实，以我们都没有想到的方式——以前我会偷瞄其他女人，但现在不会了。这次我是一心一意的：没有人让我分心。

最后是升职成为教授。那是2000年，这个职位给我提供的灵活性，让我觉得是时候改变了。我已经做了11年的发展心理学家，但现在我的注意力转移到了取得爆炸性发展的情绪神经科学领域。这种方法通过对神经系统——真正产生一切心理过程的组织——的研究来研究儿童在成长过程中的思维、感觉、人格发展，这是一条带我穿过心理学的抽象性而通往更坚实的生物学基础的路，直到今天我还继续在这些学科的交叉处工作。

对于我来说，毒瘾的魔咒在30年前就破除了。在中间这些年里，我经历过诱惑、经历过挑逗，我必须对疼痛药非常小心，但我再也没有堕落回到年少时的恐怖生活。你可以说我的生活变得太充实，以至于没时间思考去重新吸毒，但这无法解释一切，完全不能。我二十多岁时的突

触的成形是无法挽回的，毒品的意义，它们所代表的想象的价值，仍然刻在我的眶额皮层上：有共鸣天赋的多巴胺仍然可以点燃我的腹侧纹状体，至少某种程度上是这样的。这些都是我神经系统的情况，而且它们无法逆转。关于成瘾的知识众所周知，没有最终的治愈，只有恢复、戒除以及自我意识。但有圆满的结局，我的就是圆满结局。我的大脑尽管有伤疤，却如我所期望地带我过完一天又一天——不，比我所期望的更好。

---

### 【注释】

[1] 原注：彼得斯博士和贝斯·芬伦都是化名。

[2] 译者注：美国恐怖小说与情欲书的代表作家。

[3] 原注：关于自我损耗的首个研究是由鲍迈斯特（Baumeister）及同事进行的，于1998年发表在《人格与社会心理学杂志》第74卷中。自我损耗的神经学指标的证据由因兹利奇（Inzlicht）和噶特赛尔（Gutsell）发表在2007年的《心理科学》第18卷，以及由赫什（Hirsh）和因兹利奇（Inzlicht）发表在2010年的《心理生理学》第47卷中。

[4] 原注：瑞德什（Redish）、詹森（Jesnon）、约翰逊（Johnson）于2008年在《行为与脑科学》第31卷中发表了一个关于成瘾选择的统一框架，强调了认知缺陷和错误的作用。

[5] 原注：加拿大心理学家布鲁斯·亚历山大（Bruce Alexander）在1981年的《药理、生化与行为》第15卷上发表了她的“老鼠乐园”实验结果。他的发现对成瘾的传统观点极具挑战性，因此遭到了一些知名杂志的拒稿。

[6] 译者注：刺激中枢神经的药物，比甲基安非他命温和，但药效相似。

[7] 译者注：加拿大南部城市。

[8] 原注：我于2002年在《理论与心理学》第12卷中发表了关于内部对话的神经机制的探索性文章。

[9] 原注：在《枪声之夜》中〔西蒙和舒斯特（Simon & Schuster）出版社2008年版〕，大卫·卡尔（David Carr）强调了对自制力失去信心与立即复发之间的直接联系。

[\[10\]](#) 译者注：新皮亚杰学派代表人物。

# 后记

近年来，我对成瘾的神经科学研究越来越感兴趣，本书就是表达这种兴趣的一种方式。但通过把成瘾的经历和其中的大脑过程联系起来，我从中有何收获？本书的意义绝不是为了放在自助图书区，而我不断问自己：我现在所了解的知识可能对解决当时的我的困难有何帮助？

我知道大脑是极度敏感的，为了加入现实的湍流中，它必须如此。但这个敏感性使得我们对于发展中的差距和挫折极度脆弱，尤其是在青少年时期，这是一生中最为混乱的阶段之一。不仅如此，外部世界中发生的事件的影响与身体内部的影响是平行的，这是因为二者都是同一个电化学过程的体现。因此一旦处于情绪上的艰难时期，本来应该满足儿童需要（如受到父母的约束）的东西，被交换成了设计好的——自然或人工——化学物（如阿片类物质）并产生满足感，它们作用的位置就在我们前额后方那个自命不凡的组织中。不仅如此，我们寻求的种种药物代替了未满足的种种需要。因为，从大脑的角度来看，二者有完全相同的共同特性。在我作为“瘾君子”的多年之中，归属感的缺失无情地指向了阿片类物质。而一旦力量的丧失给需要蒙上阴影，甲基安非他命就开始发力。和其他大脑一样，我的大脑并不在乎哪里可以获得答案，只要毒品解决了当前的问题就好。

我知道我们大脑巨大的灵活性不是无限的。相反，它会被突触的成形无情地、永久地用尽——这是经验本身所带来的结果，这是学习发生

的方式，而成瘾其实就是一种扭曲的学习。突触灵活性要么在从儿童到成年的健康成长中用尽，要么在药物成瘾的重复循环的不健康增长中用尽。突触塑造不仅仅是自我提升和自我强化——不断收紧的螺旋上升，还通过强烈的情绪得到能量和加速。成瘾性药物之所以让人成瘾，是因为它们释放的强烈情绪，这些情绪战胜意义和价值，从一个场合到下一个场合不断增强重要性。结果是一个反馈过程：意义更受限导致了感觉什么是好的更受限，导致我们的目标和行动更受限，导致意义进一步受限。对于世界的感受被窄化了——从多维变成单维，一端是巨大的加号，一端是巨大的减号——结果世界对我们的反应也被窄化了。没有人喜欢成瘾者，哪怕其他成瘾者也不喜欢。绝望增加导致了只剩一种可能的解决途径，而它会使情绪之轮又再多转一圈，脑中的凹槽刻得更深了。

反馈是大脑操作的首要模式。大脑的一切运作都通过反馈回路完成。但这个特殊的反馈回路对药物成瘾者来说是绝对的坏消息——这配一切得到和失去的模式决定他们最终成为什么样的人。

我还知道自我控制是种脆弱的技能，由一群和其他细胞一样需要营养的细胞（位于前扣带回）支持着，当我们对这些细胞要求太多时，当它们不得不抵制诱惑太长时间时，没有环境或一段关系的支持时，没有一种哲学、信仰或故事足够应对一部分压力时，它们的营养就会枯竭，而后自我控制就会失败。成瘾者的生活就是一个溶解、分裂的过程：失去自我感，失去自己在这个充满其他人的世上所适合的位置的感觉。结果是，并没有很多脚手架能支撑大坝的墙，前扣带回不得不持续地抵抗诱惑，而意志最终精疲力竭。讽刺的是，以缺乏勇气和决心著称的成瘾者，事实上比任何人都更努力地去维持一种极为困难的平衡作用。

我还知道，药物成瘾者都无比丑陋，他们伤害他人并且进行蓄意的自我伤害，毁坏我们所珍视的诚实和自控的美德。这种丑陋给内部对话提供养分，让它常常处于危险区域。自我责备的信息在眶额皮层产生共



鸣，此处掌管他人对自己的期待以及为反应作准备。这意味着敌人在内部，而这又进一步证实了自我毁灭的逻辑——又一个自我强化的循环，心理灾难由大脑的脆弱性而产生。然而，由于眶额皮层比语言产生的发动机更原始，且发生顺序在它们之前，自我毁谤的信息并不需要通过真实语词就能被听到，这也使它们变得难以解释清楚和难以抵抗。而同样的环路，此时充满了羞耻的图像，引发更原始的大脑某处新产生出纯粹的愤怒，甚至还未到达意识层面。因此，狂怒升起而变成增强的声音，却保持在掩护之下，伪装成自我憎恨直到它转换目标并转而猛烈地反击这个世界。

这就是当我检查疯狂成瘾者时的部分自我感悟。不过如果要学习中心思想的话，可能是这个：大脑对价值的凝结是个错误。成瘾是一个神经性的错误，一种扭曲，一种通过把“你所需要的”凝结成一个单一的整体符号，企图获得更多所需的捷径。药物（或其他物质）代表了一连串的需要，就我而言，是对温暖、安全、自由、自我效能的需要。随后它变得太有价值，以至于你无法离开它生活。但一种东西不可能成为一切。这也是为什么，从长期的角度来看，让你成瘾的东西无法很好地满足需求——假设的前提是他们真的能满足需求。同时，许多让你成瘾的事，当然包括药物成瘾，把真正能满足需要的机会冲走了。这就是为什么成瘾是一件如此不划算的事。

糟糕的是，我们不能重新改造我们的大脑，至少不能改变太多，也没那么容易改变。一旦开始成瘾，大脑再也回不到之前——无辜的？——状态。那么成瘾者该怎么做？在我集合了对神经学的深入了解之后，我该如何给年轻的自己全新的建议？我想只有少量东西是有用的。学会用某种可以捕捉和把握的方式说不，用对自己的全新视角给它以支持，这样自我疲劳不会滤掉你的所有决心；用足够丰富的意义填满你的生活，就算不能打败产生想象的价值值的旧突触，至少能与之抗衡；提醒自己想象出来的价值是有欺骗性的——这就是它的作用方式；收听自己的内部频道；你的大脑会与引发胜利或失败的信息产生共鸣，即便它们

不是以语词的形式出现，这些信息无法杜绝，但你可以增加其他的、更温柔的声音来中和；以及不要放弃。大脑因成瘾失去了大量的灵活性，但并未失去所有。

所以基于神经学的观点，我的结论并不独特：只有一小部分事情可以用来打败成瘾，而且成瘾者需要改变自身的很多部分来实施它们。不过，了解大脑能帮助我们正确地——或几乎正确地——了解那些能打败成瘾的事情是什么、为什么以及它们如何作用。我们不仅要了解成瘾的缺陷所在，还要了解作为人类的一般缺陷所在，这可能是向全然不同的打败成瘾的方法迈出了第一步。

# 致谢

在本书逐渐成形的四年中，有两位编辑一直支持着我。第一位是伊莎贝尔·格兰妮可，我常提及的妻子与同事。从最初的大纲到最后的修改，她一直引导我、修正我、启发我。我非常感谢她的远见——她坚定地确信我可以运用自身挣扎的戏剧性事件，向非科学界的读者生动地描述大脑。我的第二位编辑是加拿大双日出版社（Doubleday）的蒂姆·罗斯特朗（Tim Rostron）。他帮助我了解回忆录应该写些什么来让读者进入另一个人的世界，对此我衷心感谢。

迈克尔·莱文（Michael Levine），我的表弟和文字经纪人，我诚挚地感谢他对生活与科学的怪异融合的坚定不移的信念。我也感谢其他的家庭成员，我的阿姨、叔叔、亲戚们——明登家的和刘易斯家的——都很鼓励我，他们的爱和信心支撑着我完成了写作。我的弟弟和弟媳，迈克尔·刘易斯（Michael Lewis）和米歇尔·刘易斯（Michelle Lewis），读了早期的初稿，激发了我的创意并用慷慨的支持给予我勇气。我的父亲艾伦·刘易斯（Allan Lewis），用自己的写作经历给予我启示。是我们家族里第一个用自己的人生故事出书的人，这鼓励我也写下自己的故事。

我想感谢我的女儿佐伊（Zoe）答应了我，不要因为爸爸年轻时嗑药的疯狂故事而过于崩溃。我也非常感谢我的朋友们，汤姆·霍伦斯坦（Tom Hollenstein）、拉瑞·韦伯（Larry Webb）、阿列克斯·罗伊

（Alex Lowy），他们每年都问我书写的怎么样了——而且是真的想知道答案。罗布·法尔林（Rob Firing）和诺埃尔·齐泽（Noelle Zitzer）一步步指导我跨越了出版界的障碍，他们是本书内容最初和最强大的拥护者。谢谢格兰妮可一家，我的姻亲，一直相信本书某天可以完成并且想象它是值得等待的。而对于鲁本和朱利安，我的两个可爱的儿子，谢谢他们让我有单独写作的时间，以及他们明亮的眼中对爸爸真的写出一本书的期待。我还很感谢瑞贝卡·托德（Rebecca Todd）和伊万·汤普森（Evan Thompson），这两位年轻学者看到了将神经科学与亲身经历结合起来的价值并鼓励我不要放弃。

双日出版社的团队名不虚传。劳埃德·戴维斯（Lloyd Davis）的编辑文本做得很棒，他的妙手没有模糊任何细节。我的出版商，尼古拉·梅可威（Nicola Makoway）提出了一大堆新鲜想法。而封面设计师特里·尼莫（Terri Nimmo）克服了种种阻碍，包括我自己提出的过分装饰，制作出了一个完美的大脑封面。

最后，我很感谢一位几年前去世的亲爱的朋友。罗恩·温伯格（Ron Weinberger）通过私人谈话帮助我认识到成瘾对于除我之外的其他人的摧毁性力量，使得我们理解成瘾的尝试变得至关重要。