

# DOE-HET-SELFIE

DE KICK VAN HET KIEKJE

Meer dan 3 miljoen keer werd de sterrenselfie van Ellen DeGeneres gedeeld. Obama houdt van selfies, de paus ook. Nieuw? Niet echt, Rembrandt portretteerde zichzelf een keer of tachtig. Zien we onszelf zo graag? Of maskeert het juist onze onzekerheid? Een kleine verkenning van het zelfportret: klaagzang en ode. 'Kom, laten we spelen.'

Filip Rogiers

In den beginne was er water. Gezeten aan de oever werd Narcissus zo de eerste adept van de selfie. Hij raakte er danig aan zichzelf verslingerd dat het zijn ondergang werd. Zijn naam leeft voort in de aandoening die in de psychologie bekendstaat als een 'erotisch gerichte liefde voor zichzelf, voor de eigen schoonheid.'

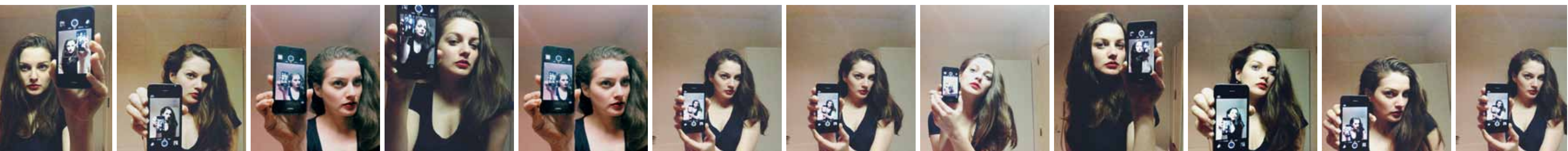
Na het water kwamen, in de oudheid, koper en brons. De Romeinen brachten ons de eerste spiegels van glas. Met de komst van het glasblazen, een uitvinding van de 14de eeuw, blies de mens zijn zelfbeeld verder op. Daarna werd er gedurende 400 jaar in de kwikspiegel gestaard. In de 17de eeuw, zo lezen we op Wikipedia, was zo'n spiegel soms meer waard dan een schilderij van Rubens.

Schilders begonnen de spiegel te gebruiken

om zichzelf te portretteren. Zo'n portret deed veelal dienst als visitekaartje, weet Rembrandtkenner Ernst van de Wetering. 'De koper kreeg zowel een afbeelding van de kunstenaar zelf als een voorbeeld van zijn stijl, zijn proeve van meesterschap.'

Maar het is toch vooral sinds eind 19de eeuw dat er geen maat meer staat op het in beeld brengen van het Es, Ich en Über-Ich, zeg maar de hele reutemeteut die we hier in het ondermaanse van de wieg tot in het graf meeslepen.

De fotografie instrumentaliseerde de verikking van ons wereldbeeld. We zijn het beeld dat we ons dromen. We zien onszelf graag. We zien onszelf ook erg graag bezig. Denk maar aan de spiegel die in sommige etablissementen boven het bed hangt. Dat is, zoals bij Narcissus,»





David Cameron, Helle Thorning-Schmidt en Barack Obama.



De Oscar-selfie.



Rembrandt.



Paus Franciscus.



Vincent van Gogh.

niet zonder gevaar. 'Maak in ieder geval dat je heel, heel, heel zeker weet dat die spiegels niet naar beneden donderen als je daar onder in bed ligt', zo lazen we deze week nog op een handig zelfhulpforum. 'Scherven in je buik geven een heel andere dimensie aan SM.'

### Zelfbevlekking

Sinds de introductie en de democratisering van de smartphone lijkt de hele wereld wel aan de selfie. Tieners en pubers gingen jaren geleden als eerste overstag, meisjes sneller en massaler dan jongens. Deze week nog trok Child Focus aan de alarmbel, omdat een kwart van de tieners tussen 13 en 17 jaar zichzelf te kijk zet op het internet.

Het fenomeen is inmiddels de kinderschoenen ontgroeid. Ook volwassenen klikken en sharen massaal mee. Naar schatting 1 op 2 aardelingen die in het bezit zijn van een smartphone, fotografeert zichzelf met enige regelmaat en deelt dat resultaat ook met derden, tot in de ruimte toe.

Paus Franciscus ging vorige zomer wat graag op de selfie met enkele jongeren. En blijft

**We zijn het beeld dat we ons dromen. We zien onszelf graag. We zien onszelf ook erg graag bezig. Denk maar aan de spiegel die in sommige etablissementen boven het bed hangt**

zelfbevlekking een zonde, het Vaticaan tweette wel de foto rond. Op de begrafenis van Nelson Mandela zette president Obama zichzelf in het zonnetje naast de bevallige Deense premier Helle Thorning-Schmidt. Dat deed ook David Cameron deze week om te laten zien dat hij met Obama belde, tot jolijt van het twitterdom: 'Cameron, don't be selfish.'

Ook nog deze week gingen Novak Djokovic en Andy Murray dartel aan de slag met de smartphone op het tennisclub van Madison Square Garden. En op de Krim en in Kiev flitsen de toestelletjes onafgebroken. Eind vorig jaar, toen de strijd er nog niet zo bloederig was, hielden demonstranten op Maidan de oproerpolitie letterlijk tientallen spiegels voor, hopen op het ontwapenende effect van zo'n onbedoelde selfie. Tevergeefs.

De ene selfie is natuurlijk de andere niet. Schreeuwt de een van: zie mij graag!, de ander wil de wereld laten weten: ik was erbij! Maar wat vertelt die tsunami aan selfies precies over ons zelfbeeld? Dat we met z'n allen vreselijk narcistisch zijn geworden? Of net erg sociaal en gul: we delen onszelf te pletter? Dat we ons stierlijk vervelen, zelfs op begravingen? Doen we het omdat het technisch kan? Omdat er gewoonweg meer gelegenheid is om onszelf in de kijker te stellen?

Toen selfie vorig jaar door het *Oxford*-woordenboek, en ook onze *Van Dale*, verkozen werd tot 'woord van het jaar', leidde dat in de wereldwijde pers net zo goed tot gejammer als gejubel. Maar kiezen hoeft niet. Er zijn even zovele redenen voor een klaagzang als een ode aan de selfie. Jonathan Freedland noemde de selfie in *The Guardian* in één zin 'het ultieme embleem van het narcistische tijdperk' en een instrument voor 'de tijdloze nood van de mens om zich verbonden te voelen'.

### 'Wat we van selfies verwachten? Massaal veel retweets. We hengelen naar de honorering van onszelf'

#### Instinct

'In de loop der jaren ben ik voorzichtiger geworden met het gebruik van het etiket "narcist", waarschuwt de Nederlandse psycholoog Hessel Zondag. Hij verricht aan de universiteit van Tilburg al decennia onderzoek naar narcisme. 'Zelfreflectie kent natuurlijk uitwassen, maar heeft doorheen de geschiedenis ook haar nut bewezen.'

De gave, of de obsessie, om naar onszelf te kijken, zet ons, mensen, apart van de dieren. Honden en katten zien in water alleen water, niet zichzelf. Ze kunnen het evolutionair ook prima stellen zonder selfie. 'De mens heeft geen aangeboren instinct voor het gevaar dat hem beloert', zegt Zondag. 'Hij heeft de zelfreflectie nodig om te overleven. Bij een dier komt dat automatisch.'

'Wanneer u en ik de straat oversteken, kijken we wel uit onze doppen. We draaien het hoofd eerst links, dan rechts. Zo hebben we het geleerd. In ons hoofd zit een selfie die we liever niet bewaarheid zien: hoe we op de motorkap van een auto belanden. Ook als we een vergadering binnenstappen, hebben we meestal al een beeld in ons hoofd van wat we daarbinnen zullen aantreffen en hoe we ons daar zullen gedragen.'

Eigenlijk maken we voortdurend mentale selfies. Ze zijn onze ingebouwde gps. 'Die voortdurende zelfreflectie is zeer oud en heeft

de menselijke soort darwinistisch gesproken heel wat goeds gebracht', zegt Zondag. 'Dat noem ik geen narcisme. Inmiddels zijn we een stap verder. Naarmate een maatschappij individualiseert, worden ook de sociale regels veelvuldiger en complexer. Je merkt het meestal pas als je er één overtreedt. Dat verhoogt opnieuw de nood om over jezelf te reflecteren.'

Met de selfie belanden we op een *next level*. De zelfreflectie verlaat hier de sfeer van het existentiële nut. Koketterie doet haar intrede. 'Met de selfie zie je vaak extravagantere varianten van zelfbewustzijn opduiken', zegt Zondag. 'Je merkt het vooral aan wat we van die selfies verwachten: massaal veel retweets. We hengelen naar de honorering van onszelf.'

De narcist is narcist bij gratie van zijn publiek. Wat we vroeger alleen voor de spiegel deden, doen we nu voor de lens. Eigenlijk proberen we altijd met de ogen van een ander naar onszelf te kijken.

#### Retoucheren

Psycholoog Stijn Vanheule, die aan de Universiteit Gent onderzoek doet naar zelfbeleving, heeft het in dit verband over 'het sociale zelfbeeld'. De selfie heeft de mogelijkheid om onszelf te modelleren naar hoe we gezien willen worden, onbepikt opgerecht.

Vanheule: 'Als we voor de spiegel staan, vragen we ons eigenlijk af: "hoe wil ik dat de ander mij ziet?" Ook als je spreekt, is er altijd die bekommernis om hoe je stem op de ander overkomt. Reproducties van onszelf hebben altijd een vervreemdend effect. Als we onze stem op band horen, of als we een foto van onszelf zien die een ander heeft genomen, zijn we zelden tevreden met het resultaat. De

reactie is vaker "dat ben ik niet" dan "dat ben ik helemaal".'

Met de selfie hebben we nu een instrument in handen dat ons toelaat om het beeld van onszelf te regisseren. We houden het zelf in de hand, we gaan op zoek naar de juiste configuratie van ons "ik". En de foto's waarvan we tevreden zijn, sturen we de wereld in.'

Wat we zelf zien, zien we beter. Brits onderzoek uit 2000 toont aan dat we daarbij aardig ijdel te werk gaan. Mannen brengen vaker (34%) retouches aan op de selfie dan vrouwen (13%) voor ze hem delen op Facebook. Worden in deze volgorde het meest bijgewerkt: huidskleur, kleur en helderheid van de ogen, vorm en omvang van de ogen, lichaamsvormen en lippen.

'Een selfie is veelal een geperfectioneerd beeld van onszelf', zegt ook Vanheule. 'Je gaat bijvoorbeeld vermijden dat die kale plek op je hoofd in beeld komt. Of je sluit je mond als je scheve tanden hebt. We camoufleren onze kleine kantjes, zodat we een sociaal wenselijk zelfbeeld krijgen.'

**'Als we onze stem op band horen, of een foto van onszelf zien die een ander heeft genomen, zijn we zelden tevreden. Met de selfie hebben we nu een instrument om het beeld van onszelf te regisseren'**

#### Iedereen beroemd

Wijst die onlusbare drang om onszelf anders voor te stellen dan we zijn, niet vooral op onzekerheid? Geeft zo veel trots, en zijn tegendeel: zelfverachting, niet vooral blijik van 'zwakheid van ziel', om het met Spinoza te zeggen?

Dat is natuurlijk een uitleg waarvan cultuurpessimisten smullen. Filosoof Herman De Dijn zei het onlangs zo in *De Groene*: 'Als je op LinkedIn niet boven de 500 connecties zit, ben je een mislukking. We krijgen een maatschappij waarin je van 's morgens tot 's avonds, zelfs als je niet werkt, bezig bent met je imago. Dat systeem vergt een activistisch management van je eigen leven. Hoe leef je nu je leven? Niet meer, zoals vroeger, door je in te voegen in een voorgegeven symbolische orde met haar vaste betekenissen, maar door je te verbinden met zelfgekozen tekens die je genot en het genot van de erkenning bezorgen.'

Onmiskkenbaar hebben media en reclame de voorbije tien jaar gefungeerd als een katalysator voor al dat exhibitionisme. Nederlands onderzoek van de Stichting Mijn Kind Online legt de link tussen de selfie en de drang om te conformeren aan een ideaalbeeld. 61% van de ondervraagde tieners gaf aan beroemd te willen worden. 'Dat je jezelf daarvoor moet presenteren aan een groot publiek, dat is hen bekend. Ze groeien op met tv-programma's als *Holland's Got Talent*, *Idool*, *X-factor* en *Hollands Next Topmodel*.'

Maar Stijn Vanheule vindt het een grove verenging van de selfie en zijn gebruikers. 'Ja, als iemand met selfies goochelt om zo goed mogelijk op Naomi Campbell te lijken, is er een zekere mate van narcisme in het spel. Maar ik heb niet de indruk dat het gros van de selfies zo functioneert. Kijk maar naar de *joke*-selfie. »



Selfie vanop Maidan.

VIKTOR DRACHEV / BELGAMAGE



Meryl Streep en Hillary Clinton.

BELGAMAGE



Justin Bieber.



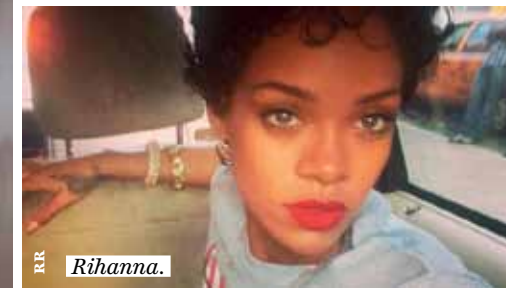
Miley Cyrus.



Scarlett Johansson.



Beyoncé.



Rihanna.



Aki Hoshida doet een gooi naar de ultieme selfie.

NASA

Mensen zetten zichzelf net zo goed te kijk met *duck-* en andere *faces*. We zijn perfect in staat om ironisch met het medium om te gaan.’

**Kladschilders**

Het is verleidelijk om in de selfie het summum van de ik-cultus te zien, de iconografie van een doorgeslagen individualisme. Maar is het ook juist? Psychologen Zondag en Vanheule plaatsen graag een fors schot tussen zelfbewustzijn en narcisme. ‘Die laatste term gebruiken wij toch alleen om er een pathologische ik-beleving mee aan te duiden’, zegt Vanheule. ‘Ik zie dat niet in de selfie.’

Nog minder zouden we eraan denken om zelfportretten van schilders af te doen als ijdeluiterij. De mens die van zichzelf de maat neemt, heeft bepaald rijke cultuur-historische wortels. Het woord ‘zelfportret’ als zodanig duikt in de schilderkunst pas in de 19de eeuw op en is er onlosmakelijk verbonden met de romantiek. Voor die tijd werd een schilderij waarop de schilder zichzelf uitbeeldde, eerder omschreven dan benoemd, zoals in: ‘Een portret van Rembrandt door hemzelf gemaakt’.

‘Natuurlijk borstelden schilders ook voor de 19de eeuw al zichzelf’, vertelt Ariane van Suchtelen, conservator van het Mauritshuis in Den Haag, dat in 1999 de zelfportretten van Rembrandt samenbracht voor een tentoonstelling. Hij vervaardigde er zo’n tachtigtal: etsen, tekeningen en schilderijen. ‘Bij hem was het onder meer een middel van zelfpromotie. Ook Rubens stuurde bij zijn brieven wel eens een zelfportret mee. Rembrandt toonde er vooral zijn kunst mee. Of hij gebruikte zichzelf als model om studies te maken voor diverse tronieën. Het zelfportret als oefening in de uitbeelding van gezichten. Het was, zeker met de introductie van de spiegel,

voor veel schilders ook een gemakkelijke en goedkope oplossing om zichzelf daarbij als model te nemen.’

Volgend jaar wijdt het Mauritshuis een tentoonstelling aan het Hollandse zelfportret in de 17de eeuw. ‘In de Gouden Eeuw beeldden Nederlandse kunstenaars zichzelf wel vaker al schilderend af. Zo wilden ze bewijzen dat ze geen kladschilders waren, maar heren die met de allerfijnste penselen een hogere kunstvorm beoefenden.’

Talrijk zijn ook de schilders die een selfie in een historisch tafereel smokkelden. Jan van Eyck duikt op in de spiegel op het door hem geschilderde huwelijksportret van het echtpaar Arnolfini. Michelangelo voerde zichzelf mee op in zijn *Laatste Oordeel* in de Sixtijnse kapel.

**Van God los**

Ijdelheid, knipooog of eerder signatuur? In de middeleeuwen deed het ik van de schilder er in elk geval nog niet zo heel erg toe: hij werd beschouwd als een ambachtsman, beoefenaar

**‘Ook Rubens stuurde bij zijn brieven wel eens een zelfportret mee. Als promomiddel. Rembrandt toonde er vooral zijn kunst mee. Of hij gebruikte zichzelf als model om studies te maken voor diverse tronieën’**

van de iets fijnere handenarbeid. Ook in de literatuur kent de auteur zijn (anonieme) plaats binnen het collectief, niet zelden een klooster, en bovenal onder God. De renaissance brengt daar verandering in: de kunstenaar mag dan mee met de homo universalis op een sokkel. Met de zelfportretten van Albrecht Dürer (1471-1528) verschijnt de kunstenaar ook voor het eerst zelfstandig, en niet als ornament of figurant, op doek.

Lang voor de fotografie het ook letterlijk mogelijk maakt, neemt de mens zichzelf onder de loep. Het heeft minder met een hang naar individualisme, al zeker niet in hedendaagse termen, te maken als wel met een shift in perspectief. God verdwijnt weliswaar niet helemaal in de schaduw, maar hij is toch niet langer de maat van alle dingen. De mens eist zijn plek op in het universum.

‘In de romantiek breekt een beweging door die haar wortels in de renaissance heeft’, zegt Hessel Zondag. ‘Het menselijke, het eigen gevoel, wordt beschouwd als de basis van ons handelen. Daar is de term expressief individualisme voor uitgevonden. Het wordt een levenstaak om je ware zelf op het spoor te komen.’

**Dandy**

Noem het geen afsluiten of navelstaren. Integendeel, de mens leert zijn ogen beter te gebruiken. Hij neemt niet langer genoegen met een voorgekauwd mens- en wereldbeeld.

‘Je kunt dat de “ver-ikking” van de maatschappij noemen,’ zegt Stijn Vanheule, ‘maar het getuigt toch vooral van een groter zelfbewustzijn. Sinds de romantiek en zeker het modernisme beschouwen we onszelf niet langer gedetermineerd door een externe geestelijkheid, in casu God. Door het

verdwijnen van dat transcendente wezen zijn we meer op onszelf geworpen.’

Wie daar meer dan het beste van trachtte te maken, is de 19de-eeuwse dandy. Het verhevigde zelfbewustzijn krijgt met figuren als Charles Baudelaire en Oscar Wilde extravagante trekjes. ‘Een soort religie’, zo noemde de eerste het dandyisme. ‘In de ogen van Baudelaire overstijgt de ultieme dandy zijn menselijkheid’, schrijft *The Paris Review* in een recent artikel dat de wortels van de selfie in het 19de-eeuwse Parijs situeert. ‘De dandy kiest en creëert zijn eigen identiteit, hij blijft afzijdig, onaangedaan door anderen of de wereld.’

Het eerste gaat zeker ook op voor de maker van de hedendaagse selfie, het tweede niet. Hij trekt zich net erg veel aan van de wereld. Hij gooit er zich in, hij wil er zich mee delen. Daarin verschilt de selfie ook wezenlijk van het zelfportret in de fotografie.

‘Bijna elke foto heeft zichzelf ooit geportretteerd’, zegt fotograaf Michiel Hendryckx. ‘Het is een daad van zelfreflectie. Het hoort bij de intimiteit van het beroep. Het is onze poëzie. Ons dagelijks werk in de krant is proza. We moeten het ook blijven doen om te weten wat we anderen soms aandoen. Als fotograaf terroriseren wij de wereld. We slepen iedereen op de foto. Het kan geen kwaad om af en toe voor de spiegel te staan en af te drukken, zodat we zelf ook weten hoe het voelt om voor de lens te staan in plaats van erachter.’

**Volkskunst**

Beroepsfotografen zijn doorgaans zuinig met zelfportretten. Ze houden ze binnenskamers. Slechts uitzonderlijk gaat er eentje publiek, wanneer de maker ervan sterft bijvoorbeeld – zoals Patrick De Spiegelaere (1961-2007) – en er een in memoriam dient geïllustreerd.

**Michiel Hendryckx: ‘Als fotograaf terroriseren wij de wereld. Het kan geen kwaad om af en toe voor de spiegel te gaan staan en af te drukken, zodat we zelf ook weten hoe het voelt om voor de lens te staan’**

Selfies daarentegen dienen niet om tegen de borst te houden. Integendeel. Ze zijn een vorm van averechtse intimiteit. En de technologie heeft ons daarbij flink geholpen. De selfie heeft het ik vermarkt.

Stijn Vanheule heeft het over ‘een complexe wisselwerking’. ‘We hebben allerlei gadgets ontwikkeld omdat we onszelf wilden exploreren. De technologie speelde almaar verder in op die behoefte. Dankzij digitale toestellen, gsm, smartphone en laptop beleven we onszelf heel anders dan 20 jaar geleden. De selfie verandert de manier waarop we naar onszelf kijken. Ik vind dat zeker geen negatief fenomeen.’

Ook Michiel Hendryckx zeurt er niet over. Hij is dol op de gadgets van het oog. ‘Veel van mijn vakgenoten doen er minnetjes over. Ik vind dat protectionisme. Niet de Stephan Vanfleteren of de Lieve Blancquaerts dragen de fotografie, maar iedereen die de smartphone gebruikt als fotoestel. Verdorie, de selfie is geen achteruitgang, het is een verrijking. De fotografie is er datgene mee geworden waarvoor ze bedacht werd. Het is de

volkskunst par excellence. Als je spreekt van democratisering, wel, daar heb je er één.’

‘Er worden dagelijks miljarden foto’s gemaakt. Erg veel slechte foto’s? Heel zeker, maar net zo goed ongelofelijk veel goede foto’s, méér dan in de 100 jaar fotografie die aan de smartphone voorafging. Ik heb ze nooit geloofd, de doemdenkers die zeiden dat de film de foto zou verdringen. De foto is *alive and kicking*.’

**Poging tot lijfsbehoud**

Hendryckx vindt de selfie niet alleen een zegen voor zijn vak, maar ook voor de mens. We geven onze ogen meer de kost dan vroeger, tot over het graf heen. ‘Ik heb mij deze week verlustigd in de massa die in de rouwstoet voor Jan Hoet met de smartphone in de weer was. Wat een heerlijkheid is die spelende mens toch!’

In *The Picture of Dorian Gray* van Oscar Wilde spelen zelfportret en maker haasje-over met de sterfelijkheid. De maker blijft jong, het portret verouderd. Beogen u en ik met een selfie veelal een betere, mooiere zelf, Dorian Gray kanaliseert ouderdom en lelijkheid – uiterlijk en innerlijk – naar zijn portret.

De selfie houdt ons jong en maakt ons oud tegelijkertijd. In het Letterkundig Museum van Den Haag is binnenkort een expositie van zelfportretten te zien van schrijfster Heleen van Royen. ‘Als ik schrijf’, zegt zij, ‘kan ik me altijd achter mijn personages verschuilen. Bij dit project kan dat niet. Dit ben ik. Dat is soms pijnlijk en confronterend. Wie ben ik? Ben ik toonbaar? Hoelang nog? Nu ik de vijftig nader, lijkt de drang om vast te leggen groter dan ooit, net als mijn pogingen tot “lijfsbehoud”’

Narcisme of zelfkennis? Klaagzang of ode? Of gewoon: fun? Het antwoord ligt, net zoals schoonheid, ongetwijfeld *in the eye of the beholder*.