

**Rooksignalen, een
hoofdkussenboek is een
een zoektocht, een trip,
een dans wellicht, die de
weg moet wijzen naar
een nooduitgang.**

Zittend op de bank hoef ik alleen mijn wijsvinger te bewegen om alles te zien, alles te horen, alles te voelen. Berichten over het laatste verkiezingsnieuws vermengen zich met beelden van dode kinderen in een oorlogsgebied, een koala die net op tijd van een bosbrand werd gered, reclames voor vollere lippen, een strakkere huid, de vakantiefoto's van een influencer die niemand kent. AI en nepnieuws rukken op, vervormen de werkelijkheid. De grens tussen echt en onecht vervaagt, het vaststaande verdampt. Op de markt van vraag en aanbod zijn we allemaal een product geworden dat zich vormt naar wat de kijker of klant verlangt.

Waar bevindt zich nog een uitweg?

Marian Donner

ROOKSIGNALEN

(een hoofdkussenboek)



DAS MAG UITGEVERS



Marian Donner is essayist en columnist bij
De Groene Amsterdammer. Eerder verschenen
van haar *De grote weigering* en de internationale
bestseller *Zelfverwoestingsboek*.

Eerste druk: oktober 2024

Tweede druk: februari 2025

© 2024, Marian Donner

Voor de citaten uit *Het hoofdkussenboek* (waaraan ook de ondertitel ontleend is), werd gebruik gemaakt van de volgende editie: *Het hoofdkussenboek* van Sei Shōnagon, oorspronkelijke titel: *Makura no Sōshi* (1002), vertaald uit het Engels (*The Pillow Book of Sei Shōnagon*, Ivan Morris) door Paul Heijman (2e druk, 1988, Nijgh en Van Ditmar, Amsterdam).

Omslagontwerp: Lyanne Tonk

Zetwerk: Frank August

Productiebegeleiding: Tim Beijer

Auteursfoto: Maarten van der Kamp

NUR 320

www.dasmag.nl

‘De verre schreeuw van wilde ganzen is
het meest aangrijpende geluid dat ik ken.’

– Sei Shōnagon, *Het hoofdkussenboek*

De toekomst

Stiekem beschouw ik mezelf wel een beetje als toekomstvoorspeller, of futuroloog. Een soort Lidewij Edelkoort die, zo las ik ergens, een intiemere en intuïtievare relatie met de natuur voorziet, technologie geïntegreerd in stoffen, en de kleur geelgoud. Alleen ben ik er een van een wat zuurdere soort. Meer: technologie ontmenselijkt, de zelfhulpindustrie ontmenselijkt, kapitalisme ontmenselijkt, en dat wordt alleen maar erger. Bedrijven zullen me daarom niet snel inhuren, maar zelf vind ik dit toch een net wat belangrijker punt dan de opkomst van geelgoud.

Neem het essay *The Anxiety of Influencers*, van universitair docent Engels Barrett Swanson, dat ik op *Harper's* las. Hier zit alles al in. Als futuroloog hoef je alleen maar de lijnen uit het heden door te trekken om te weten wat ons wacht.

Voor zijn essay verbleef Swanson een paar dagen bij een stel jongens van een jaar of achttien die in een zogeheten TikTok-huis wonen: een miljoenenvilla met zwembad, betaald door grote bedrijven, waar influencers begeleid worden om nog meer volgers en deals te scoren.

Ter verduidelijking: TikTok is veruit het invloedrijkst van alle sociale media. In 2021 was het zelfs de meest gebruikte website ter wereld, groter dan Google. Wie hier een leuk filmpje plaatst, kan in één klap miljoenen volgers vergaren en vervolgens tienduizenden dollars, euro's of yen vangen om *branded content* te genereren. Precies zoals de jongens uit Swansons essay overkwam.

Bovenal zijn ze verschrikkelijk aardig, schrijft Swanson over die jongens, tegen iedereen en altijd. Maar er is ook iets vreemds met ze aan de hand. Ze zijn rusteloos, bijna wanhopig uitgelaten, alles wat ze doen is performatief, ook als de camera niet aanstaat. Ze lijken een kern te missen. Swanson beschrijft hoe op een drankovergoten feestje ‘iedereen dezelfde dode zinnen en standaard antwoorden begint te herhalen, alsof hun persoonlijkheden zelf onderworpen zijn geraakt aan de logica van memes’.

Ik moest denken aan een escort die ik kende. Ze deed het werk al zo lang dat ze sneller op haar escortnaam reageerde dan op die van haarzelf. Of ze nu een biertje dronk met vrienden of thee inschonk voor haar moeder, ze deed het altijd gracieus, altijd professioneel. Ze wist niet meer wie ze was, zei ze op een avond, zo gewend was ze om in te spelen op wat de klant verlangt.

Als universitair docent herkent Swanson zich in de influencers, schrijft hij. Ook hij is immers afhankelijk van de likes van zijn studenten: het zijn hun beoordelingen die grotendeels bepalen of hij mag aanblijven. Belangrijker dan ze uit te dagen is het daarom om ze tevreden te houden, ervoor te zorgen dat ze zich veilig voelen, ondersteund, om hun cijfers wat op te krikken. Ook hij speelt in op wat de ‘klant’ verlangt.

Tegenwoordig etaleert bijna iedereen zichzelf. Of het nu via LinkedIn, Tinder of een Teams-meeting op maandagochtend is (zit mijn haar goed, ziet mijn kamer er netjes uit?). De influenciereconomie is slechts onderdeel van een veel grotere tendens. Wie online een sterk profiel heeft, zich daar weet te presenteren als krachtig merk, vergaart invloed. Schrijvers verkopen meer boeken, kunstenaars winnen meer opdrachten, politici meer

stemmen, en ook voor veel anonieme werknemers geldt dat opdrachtgevers ze in een sollicitatieronde toch even googelen. Als iets onze huidige cultuur domineert, aldus Swanson, is het wel ‘het idee dat onze waarde als individu niet onze persoonlijke integriteit is, of ons gevoel van deugdzaamheid, maar ons vermogen om onze relevantie te tonen op de platforms van technologiebedrijven’.

Jongeren van nu zijn opgegroeid met een telefoon in hun hand, ze kennen geen zelf dat niet onderworpen is geweest aan al dan niet anonieme, virtuele observatie. Natuurlijk zijn ze gewend geraakt om in te spelen op wat de klant of volger of observator verlangt.

Swanson merkt het aan zijn studenten, schrijft hij. Ze hebben steeds vaker last van angsten, onzekerheden, zijn ‘bedroefd op een manier die ze niet kunnen verklaren, wanhopig op zoek naar iets waarvan ze niet weten hoe ze het moeten krijgen’. In zijn laatste werkgroep schreven vierentwintig van de zesentwintig studenten een essay over zelfmutilatie en/of suïcidale gedachten. Een deel van zijn studenten is opgenomen geweest voor depressie of een angststoornis. En altijd hebben ze een telefoon in hun hand.

Er is nauwelijks een verschil met de influencers uit het TikTok-huis, stelt hij, want: ‘Of het nu gewone studenten zijn of beroemdheden op sociale media, ze komen me allemaal voor als ondraaglijk verdrietig, en het is een verdriet dat meer dan terloops gerelateerd lijkt aan de manier waarop we gedefinieerd hebben wat het betekent om een persoon te zijn.’

In een mail die ik onlangs kreeg van hoogleraar cultuursociologie Giseline Kuipers aan de KU Leuven beschrijft ze hetzelfde over haar eigen studenten. Ze noemt

hoe ‘pijnlijk weerloos’ ze lijken: ‘Ze trekken langs mijn bureau met hun holle ogen, ik-boodschappen en onder woorden gebrachte gevoelens. De suggesties die ik aan draag (Ga dansen. Word dronken. Ga alleen op reis. Kijk een oude film. Leer zingen. Ga uit met je collega’s en over mij klagen) vinden ze bizar en ik geloof op de rand van aanstootgevend. Maar van hun oplossingen krijg ik het dan weer benauwd – hollen, sporten, spinnen, grenzen bewaken, werk en je leven krampachtig scheiden, veganist worden, en dat allemaal documenteren op sociale media.’

Het zijn inmiddels bekende reflexen. Deze studenten, ze richten hun energie naar binnen. Doen aan zelfonderzoek, gaan in therapie, proberen de controle over zichzelf en hun leven terug te krijgen in de hoop op een dag wél weer vrolijk mee te kunnen doen.

In mijn hoofd echoot dat ene zinnetje van Swanson al maar na: het is een verdriet dat meer dan terloops gere lateerd lijkt aan de manier waarop we gedefinieerd hebben wat het betekent om een persoon, om mens, te zijn. Kapitalisme heeft de mens teruggeworpen op zichzelf, schrijft de Koreaans-Duitse filosoof Byung-Chul Han in *The Disappearance of Rituals*. Er is niets meer om je aan op te trekken, niets wat het zelf ontstijgt, geen integriteit of deugdzaamheid die inspireert. Dít, stelt Han, is de essentie van een depressie: het is ‘een excessieve relatie tot het zelf’. Al dat nadenken over hoe je je relevantie kunt tonen, jezelf moet etaleren, verkopen, *meedoen!*, al het inspelen op wat de klant, volger of observator verwacht; de mens is verworpen tot product. ‘*What results is a poverty in world, with the self simply circling around itself,*’ aldus Han. Verbindingen zijn verbroken, de blik richt zich van buiten naar binnen, het streven is

aanpassing aan wat de markt van ons vraagt en de gek ervoor geeft.

Waar is nog ontsnapping te vinden, een uitweg, een andere manier, op zijn minst, om te definiëren wat het betekent om een persoon te zijn? Ik mag officieel dan geen futuroloog zijn, maar zelf denk ik dat dit in de toekomst nog wel eens heel gewild kan worden: een onaangepaste persoonlijkheid, onhandig en onverhandelbaar, maar juist daardoor ook behoorlijk gelukkig.

De vraag is alleen hoe je daar komt.

Ik ben acht

Ik ben acht en sluip 's nachts de trap af naar mijn vaders werkkamer waar hij achter zijn bureau zit te schrijven, op een tikmachine nog. Of misschien was hij wel aan het schaken, want ik herinner me geen geluid.

Ooit behoorde hij als grootmeester tot de wereldtop, bij vlagen tenminste, want al had hij belangrijke toernooien gewonnen, nog veel vaker werd mijn vader dankzij een stupiditeit van het bord geveegd. Hij was te slordig, bereidde zich te slecht voor om ooit echt succesvol te zijn. Hij kende de nieuwste theorieën niet, vond openingen niet interessant, zag schaken misschien te veel als een spel (in zijn woorden: 'Alleen een diepzinnige geest vermag deze diepe ernst van het spel te dragen'). Tegenwoordig schreef hij voornamelijk nog stukken voor kranten en tijdschriften waarmee hij zo veel mogelijk lezers de kast op probeerde te jagen.

Volgens sommigen was mijn vaders schaakcarrière ten einde gekomen op de dag dat ik geboren werd. Tijdens het nationale schaakkampioenschap dat drie weken later in Leeuwarden plaatsvond was het volgens het tijdschrift *Panorama* in elk geval voor iedereen duidelijk dat mijn vader alleen maar zo snel mogelijk naar huis wilde. Hij was de gedoodverfde winnaar geweest, maar accepteerde zelfs remises voor partijen waarin hij duidelijk op winst stond: 'Bang als hij was zijn laatste trein naar Amsterdam te missen, waardoor hij verstoken zou blijven van de aanblik van zijn kleine Marian,' aldus *Panorama*.

'Ik geloof wel dat je kunt zeggen dat ik naar mijn dochter verlangde,' zei hij er desgevraagd zelf over in een interview.

Als ik een middagslaapje deed, kwam hij volgens mijn moeder elke vijf minuten vragen of hij me al mocht wekken om weer samen te spelen. Hij bracht me naar de crèche, haalde me later van school, nam me mee naar Artis, mee naar de film, zette me daarna op een stoel en vroeg me wat ik wel en niet goed had gevonden aan *E.T.* Vanuit de grote fauteuil waar we ons gezamenlijk in propten, keken we tv en maakten we ruzie of we *Sesamstraat* zouden kijken of weer dat saaie journaal.

In mijn herinnering was hij er altijd. En al zal hij op mijn negende een herseninfarct krijgen waardoor hij in een verzorgingstehuis belandt waar hij vijf jaar later ook sterft, op dit moment ben ik nog acht en schuifel ik zijn werkkamer binnen.

Mijn moeder slaapt al, het is midden in de nacht. Ik ga op de bank liggen die naast zijn bureau staat en kijk naar hem, naar die grote baard en buik, terwijl in het licht van de bureaulamp de rook van zijn sigaret langzaam omhoog kringelt.

Nostalgia

Wat zoeken we in het verleden? Wat is het nut van herinneringen? In de serie *Watchmen*, losjes gebaseerd op de gelijknamige graphic novel en niet te verwarren met de film, bestaat een pil waarmee mensen hun herinneringen kunnen herbeleven. Het is alsof ze terug in de tijd worden geworpen, het verleden zich opnieuw voltrekt, zo echt zijn de opgewekte beelden.

Je bent weer vier en gaat voor het eerst naar school.

Je bent zestien en je hart wordt voor het eerst gebroken.

Je bent drieëndertig en denkt dat je dit keer voorgoed gebroken bent.

Nostalgia heet de pil en elk exemplaar wordt samengesteld op basis van de hersenchemie van individuele gebruikers. Het is bedoeld als een middel om trauma's mee te helen, legt de bedenker en maker van het middel, Lady Trieu, uit. Door terug te keren naar het verleden, te zien wat je destijds overkwam en hoe je daarop reageerde, kun je de pijn en het verdriet loslaten, zo is het idee.

Of zoals Lady Trieu zegt: 'Ik gaf mensen de middelen om naar het verleden te gaan, zodat ze ervan konden leren, zodat ze konden evolueren en transformeren en zichzelf konden verbeteren.'

Maar zoals dat wel vaker gaat, of eigenlijk altijd, pakt haar plan anders uit dan verwacht.

Gebruikers blijken hun verleden niet los te willen laten. En ze willen zichzelf al helemaal niet helen. Ze slikken Nostalgia om steeds opnieuw terug te keren naar de pijnlijkste momenten van hun leven om die eindeloos te

herbeleven. Ze kijken niet opgewekt naar de toekomst, maar keren zich van die toekomst af. Zitten bewegingsloos op de bank met een potje pillen in hun hand om zich onder te dompelen in hun pijn en verdriet.

Geef mensen de keuze en ze kiezen niet voor geluk, maar voor pijn, laat *Watchmen* zien.

Zou dat waar kunnen zijn? Tegenwoordig heb ik soms het idee dat mensen tegenwoordig massaal aan de Nostalgia zitten, ja, dat de hele cultuur dat zit, zo alomtegenwoordig zijn de persoonlijke verhalen over pijn en verdriet. Er kan geen verlies worden geleden of er wordt wel een documentaire over gemaakt, een boek over geschreven, een Instagrampost over geplaatst. Onder kapitalisme is het leven 'zijn plezier en uitbundigheid' verloren, schrijft Han in *The Disappearance of Rituals*. We zijn allemaal *sad*. Er valt niet opgewekt naar de toekomst te kijken, omdat de toekomst alleen maar meer van hetzelfde belooft.

Misschien is dat wel wat we in het verleden zoeken: een uitweg, of afslag, die naar een andere toekomst leidt.

Ik besloot mijn eigen Nostalgia te slikken. Of, bij gebrek aan een echte pil, het beste equivalent van zo'n *trip down memory lane*: die via het geschreven woord. Een reis naar mijn jongere zelf en de essays en columns en lezingen die ik schreef, om te kijken wat daar te vinden was. Een andere definitie wellicht van wat het betekent om een persoon te zijn?

Al snel dienden zich echter meer stemmen en woorden aan.

In *Watchmen* is het ten striktste verboden de pil van iemand anders te slikken, en zo andermans herinneringen te betreden, dat zou kunnen leiden tot een psychose. Maar als je psychose omschrijft als 'meerstemmigheid' is

dit misschien wel dé manier om los te breken van jezelf, van dat ego dat rondjes draait om zichzelf.

De werkelijkheid bestaat uit relaties, leert de kwantummechanica. Wie je bent, hoe je in de wereld staat, is altijd een wisselwerking, een uitwisseling met je omgeving. En waarom zou die uitwisseling of relatie afgebakend zijn door de tijd?

Want liggend op die bank in de werkkamer van mijn vader, was ik niet de enige die keek. Mijn vader keek ook terug. En schreef bovendien op wat hij zag.

Ik stuitte op een column van hem waarin hij zich afvraagt of mijn generatie het moeilijker heeft dan die van hem. Hij concludeert dat kinderen zoals ik weinig meer hebben om zich aan op te trekken, de toekomst is duister: ‘tegenwoordig staan ze al zeer jong voor de werkelijkheid zelf.’ Hoe moet dit dan zijn voor kinderen uit deze tijd, nu de werkelijkheid zelf lijkt te verdwijnen? Alles wordt steeds virtueeler, AI en nepnieuws rukken op, de wereld komt voor een groot deel tot ons via schermen.

Langzaam doemde in mijn Nostalgia-trip een oudere stem op, als een soort fluistering uit het verleden, vanuit een tijd veel verder weg, van ver voor de schermen. Rond mijn twintigste had ik een boek gelezen dat me sindsdien altijd was bijgebleven omdat de wereld die eruit verrees zo radicaal anders was dan die waar ik zelf in leefde. Het was het dagboek van de Japanse hofdame Sei Shōnagon dat ze meer dan duizend jaar geleden schreef.

Op een dag had de Japanse keizer gewoon een stapel lege notitieboeken gekregen en vroeg hij Sei Shōnagon wat ze ermee zouden doen.

‘Laat mij er een kussen van maken,’ antwoordde ze.

Het hoofdkussenboek noemde ze haar dagboek, ze voltooide het in 1002 na Christus, en opeens, nog steeds in mijn Nostalgie-trip, kreeg ik het idee dat ze misschien wel mijn absolute tegenpool was. Alsof we twee verstrengelde deeltjes waren, volgens de leer van de kwantummechanica, die zowel verbonden zijn als aan elkaar tegengesteld: als de een rechtsom draait, doet de ander dat linksom. Alsof zij het wit bij mijn zwart was, en andersom. Zowel herkenbaar als ontegenzeggelijk vreemd.

Ze is zo concreet, zo zintuiglijk, zo gericht op Het Schone ('Op de Eerste Dag van de Eerste Maand en op de derde van de Derde zie ik het liefst een strakblauwe lucht'). Ze schrijft over de vorm van de wolken als de lente komt, over de mantelkever en de beervlinder in de keizerlijke tuin, over de vele minnaars die ze aan het hof ontvangt. Ze maakt oneindig veel lijstjes ('Pijnlijke kwesties: Een man van wie je houdt, wordt dronken en vervalt in eindeloze herhalingen'). Ze ergert zich helemaal gek, maar schrijft nooit over haar persoonlijke pijn of verdriet.

Ze richt haar blik naar buiten. Shōnagon doet niet aan zelfonderzoek, of psychologie, vraagt zich niet af of je dingen ook anders kunt bekijken, twijfelt niet. Schrijven is orde aanbrengen, maar bij haar lijkt het meer op vastleggen: dit is wat het is. Ze lijkt naar regelmaat te zoeken, iets van een kern, in een poging zich een houding aan te meten tegenover dat wat onveranderlijk is ('Zaken die een vuile indruk maken: De achterkant van borduurwerk/ De binnenkant van een kattenoor/ Een groot aantal muisjes, nog zonder vacht, die uit het nest komen wriemelen').

Ze legt haar keizerrijk vast en dat was precies wat ik zelf ook wilde doen. Dit boek moest mijn eigen hoofdkussenboek worden, besloot ik, even grillig en associatief,

om daarmee ons huidige keizerrijk vast te leggen dat in alles zo tegengesteld is.

Waar Shōnagon haar penseel langs een inktsteen haalde ('Zeldzaamheden: Een tekst zonder vlekken'), zo tikken we tegenwoordig op onze telefoons. Terwijl zij uit het raam staarde om de wereld te aanschouwen, staren wij naar het blauwe licht van onze schermen. Als de lente nu komt, vragen we ons af waar alle bijen en vlinders gebleven zijn.

Er is een abstractie in de huidige tijd geslopen, een afstand tussen de wereld en onszelf. Soms lijkt het alsof de tijd zelf gebroken is, gefragmenteerd is geraakt en het daarom zo moeilijk is om nog ergens houvast te vinden.

Ik vroeg me af: zou Sei Shōnagon een escort, of geisha, zijn geweest? Zelf had ik twaalf jaar lang als telefoniste bij een escortbureau gewerkt en al wordt bij Shōnagon nooit helemaal duidelijk wat precies de relatie met al haar minnaars is, bepaalde irritaties kwamen me bekend voor ('Afschuwelijke zaken: De minnaar die bij het aanbreken van de dag weggaat, zegt dat hij zijn waaier en papier kwijt is. "Ik weet zeker dat ik ze vannacht ergens heb neergelegd," zegt hij. Omdat het aardedonker is, zoekt hij tastend de hele kamer af terwijl hij overal tegenaan stoot en mompelt: "Vreemd! Waar zouden ze toch kunnen zijn?" (...). Een weinig charmante manier van doen. "Afschuwelijk" is in dit verband een eufemisme').

Ikzelf ben allesbehalve concreet of zintuiglijk, integendeel, voor mij is bijna alles een metafoor: iets zal symbolisch zijn of het is niet!

Ik zoek geen orde, maar wil juist ontsnappen aan hoe het hoort.

Ik maak geen lijstjes, nooit, zelfs geen to do.

Terwijl Shōnagon weet welke bloem of welk weer ze op een bepaalde datum prefereert, vergeet ik regelmatig welke dag of zelfs maand het is.

Maar de grootste tegenstelling zit natuurlijk in de technologie. Dat is uiteindelijk ook wat de tijd heeft doen breken.

Sei Shōnagon stamt van voor de schermen, voor de stoommachine, voor de drukpers. Zij begon gewoon met schrijven op pagina 1 van haar boek en werkte zich zo, met elk woord, de toekomst in. Ik daarentegen werk op een computer waar tijd steeds weer herschreven kan worden. Ik spring door de jaren heen en weer, soms zelfs door decennia. Ik knip en plak, begin steeds weer opnieuw, begin ergens middenin, werk vanaf de laatste pagina's terug om een richting aan te brengen. Ik schik, herschik, orden, laat nieuwe relaties ontstaan.

Zij schrijft over vuurkorven, een zuiderwind en poelen bedekt met eendenmos. Ik gebruik de elementen als metafoor, laat mijn boek uiteenvallen in vier delen: Aarde, Lucht, Water en Vuur (al kon ik dit ook niet laten omdat deze als elementaire krachten terugkeren in ongeveer elke serie die mijn zoontje kijkt, van *Ninjago* tot *Avatar*).

Aarde staat voor de tastbare werkelijkheid en hoe die inderdaad aan het verdwijnen is. Lucht voor de hokjes en labels die we aanbrengen om houvast te vinden. Water is het vloeibare, waar al die kleine, mogelijke vormen van verzet stromen. En vuur is de vonk die iets nieuws doet ontbranden.

Ik schikte, herschikte, ordende, liet nieuwe relaties ontstaan. Schrijven is niet alleen ordenen, maar ook spel.

Steeds weer komen dezelfde ideeën voorbij, maar dan vanuit een net wat ander licht. Steeds weer haal ik dezelfde schrijvers aan: Kurt Vonnegut, Milan Kundera,