# Zelf

Men kan onmogelijk ontkennen dat onze maatschappij aan het verzelfen is. Zelfevaluatie, zelfontplooiing, doe-het-zelfwinkels, zelfbeeld (selfie?), zelfbediening, zelfhulpgroep, zelfkazer, zelfredzaamheid, zelfbedruipend, enzovoort. De zelf-lijst in het woordenboek is eindeloos. Wie ben je eigenlijk als je jezelf bent?

De generatie van de babyboomers maakte al kennis met het zelfevaluatierapport. Dit zelfwoord is zelfs nog niet tot van Dale doorgedrongen wat een beetje onbegrijpelijk is want velen hebben er enige zelfbeschadiging mee opgelopen. Het is ook een moeilijke taak om zo'n lijvig rapport over zichzelf te schrijven. Alle betrokkenen moeten zichzelf evalueren en hun positie en interactie met de andere spelers analyseren. Maar deze analyse en zelfreflectie gaat natuurlijk hun eigen visie en gedrag beïnvloeden. Een quantumfysische kat komt om de hoek kijken. Het schrijven van het rapport zelf verandert het hele sociale weefsel. Welke zelfkater evalueert men dan? Een schip-van-Theseus paradox. Men beschrijft niet wat de toestand was voor de introspectie toen men nog niet grondig daarover nadacht maar de toestand tijdens het schrijven (en die blijft, gelukkig maar, ook niet eeuwig duren) en dat is niet de toestand die men eigenlijk wil evalueren. Bovendien is de zelfbeschouwing niet de enige reden dat de toestand niet de gewone toestand is. Alle hens worden aan dek van Theseus geroepen en de gewone taken moeten blijven liggen om het rapport op te blazen met de nodige SWOTs her en der tot een dikke kanjer waar de commissie dan een heerlijke kluif aan heeft om de essentie daar weer uit te puren en alles tot een paar bladzijden te infuseren.

De generatie X heeft geleerd om zoveel mogelijk zelf te doen. De doe-het-zelfwinkels vindt men op elke hoek van de straat. Niet dat ze daar de tijd voor hebben, want DINKs hebben een zó druk leven dat iets zelf doen er meestal bij inschiet. Het is ook niet nodig. Alles is voorhanden, en alles kan wel ergens gekocht of besteld worden. Ze kunnen wel zelf beslissen welk programma ze wanneer willen bekijken op tv. Maar willens nillens worden ze ook gedwongen om veel zelf te doen waar ze niet voor kiezen. Waar hun grootouders nog geholpen werden door iemand aan de balie, het loket of de kassa, en dus nog vrije tijd hadden, daar moeten de heer en mevrouw X zelf tanken aan de pomp, zelf scannen in de supermarkt, thuis zelfbankieren, zelf de meters van water gas en elektriciteit aflezen en indienen, zelf een aangepast abonnement voor telecommunicatie samenstellen, en op het werk zelf de informatica-pakketten voorzien van de nodige gegevens. En dan heb ik het nog niet gehad over de zelfmoordterroristen.

Anderzijds heeft deze generatie ook in toenemende mate kennis-gemaakt met amputaties en transplantaties. Neuzen, borsten, billen worden bijgewerkt om aan een zichzelf aangepraat ideaal te voldoen. Kankers worden sneller opgespoord door verbeterde screening en indien mogelijk worden kwaadaardige tumoren weggesneden. Maagringen worden geplaatst zodat men zichzelf kan halveren. Geen zelfverminking, maar toch verminking met volle toestemming. Het inbrengen van een onderdeel van iemand anders (dood of levend) in je eigen lichaam verandert iets aan jezelf. Hoeveel kan je veranderen, wegnemen, toevoegen aan jezelf voor je iemand anders wordt? Hoe 'zelf' ben je nog als je gekloond wordt? Maar zelfs zonder dat je iets doet aan het lichaam, verandert je ideeëngoed en vernieuwen voortdurend alle cellen in je lichaam. Hoeveel van de gepamperde zuigeling is hetzelfde gebleven in de gepamperde ouderling? Hoe lang ben je eigenlijk dezelfde zelf? De golfslag omheen het schip van Theseus maakt duizelig.

Met generatie Y is het nog erger gesteld. Zij onderhouden voortdurend de van databesitas zwangere maatschappij. Aan hen komt de kok vragen of alles wel in orde is als ze geen foto van hun bord maken. De echte diehards zijn lid van de quantified-self beweging die zichzelf permanent opmeten (elke bit telt): het aantal stappen dat ze zetten, hun bloeddruk, hartslag, hoe lang het duurt voor ze inslapen, hoe lang ze slapen, hoeveel calorieën ze tot zich nemen en hoeveel ze er verbruiken, en hoe gestrest ze wel zijn (je zou voor minder). Met hun activity trackers, smart watches en phones, en eventueel meer invasieve wearables zijn ze een onderdeel geworden van het Web of Things, een mobiel biolab. Ze hopen zo de dokter overbodig te maken in de toekomst. Voorlopig vallen ze hun huisarts nog wel lastig voor schommelingen in hun getalletjes die de dokter dan moet duiden als volstrekt normaal, zelfs voor hun digitale avatar. Hun overgrootouders speelden Monopoly en werden tijdens dat spel (virtueel) eigenaar van huizen, hotels, en winkelstraten. Maar dat was enkel voor de duur van het spel. Vlak erna waren ze weer

hun gewone zelve, en gingen wat sla plukken in de moestuin of deden samen de afwas. Wat zou er gebeuren met een quantified-selver met stroompanne? Als ik vaststel hoe hopeloos verloren tegenwoordig chauffeurs zijn als hun gps uitvalt of als er geen gsm-bereik is in de supermarkt en het thuisfront niet kan bereikt worden om te vragen welk soort yoghurt er moet meegebracht worden, dan heb ik toch enige bedenkingen bij de hulpeloze quantified-selver die hopeloos verward en onbeholpen de stoelgang van zijn (of haar) quantified baby moet analyseren. Hoeveel van het zelf blijft er over als je al de sensoren wegneemt? Zie ik daar weer het spookschip van Theseus als de Vliegende Hollander (of is het de Kleppende Klipper) opdoemen aan de horizon?

Adhemar