

Promotie door zelfdemotie

Was ik even blij. Echt aangenaam verrast. Ik had een eervol verzoek ontvangen. *Humo*, dat eigenzinnige, grappige en vooral hippe Vlaamse weekblad, wilde mij interviewen. Over mijn net uitgekomen boek *Nooit meer doen alsof*. En, zoals je begrijpt, aandacht van (sociale) media is tegenwoordig onmisbaar om je loopbaan aan de praat te houden. Of je nu begonia's verkoopt, nagels lakt of (zoals ik) boeken schrijft en praatjes houdt.

Nog blijer was ik toen *Humo* zelfs een fotograaf op me afstuurde voor een uitgebreide fotoshoot in het park bij mij om de hoek. Dat ging niet zomaar een interview worden, dat werd een lang, urgent en alomvattend verhaal! Met glossy foto's van *moi*, Aukje Nauta *herself*. Uiteraard ontspannen, natureel poserend in het groen.

De dag zelf bevestigde mijn vermoedens van belangrijkheid. De fotograaf was niet zomaar een fotograaf. Hij had een assistent bij zich die tassen sjouwde, flitslampen op statieven opstelde en alle apparatuur met elkaar verbond. Dat beloofde wat! Ondertussen deed ik mijn best om het niet koud te krijgen. Want ook al was het een nazomerdag, zodra het zonnetje achter de wolken verdween, werden mijn blote armen een en al kippenvel. Dus tussen de fotoshoots door trok ik over mijn lange zwarte met bloemen beprunte blousejurk een halflange blauwe nazomerjas aan, met om mijn middel een stevige riem. Zo koud kreeg ik het, dat ik die jas bij de laatste shoots maar gewoon aanhield. Dat had ik beter niet kunnen doen.

Toen een paar weken later de pdf van het *Humo*-artikel in m'n mailbox belandde, was ik aanvankelijk nog wel blij. 'Een echte pageturner' schreef de journalist al in de derde zin, en ook al droeg ik reeds op foto #1 m'n jas, ik stond er gedistingeerd op, van hoofd tot middel, boomtakken rondom mij, een minzaam glimlachje om de lippen.

Ik klikte door. De vijfde en laatste pagina toonde een foto van mij ten voeten uit. Ik in een halflange jas over een zwarte bloemetjesjurk die tot aan mijn enkels reikte. Ik knipperde een paar keer met mijn ogen. Keek weg en weer terug. Ik was het echt. In een uitdossing die niet zou misstaan bij een bezoek op de vroege zondagochtend aan de plaatselijke, strenggereformeerde kerk. Ik keek er ook nog eens bij alsof elk moment Maria aan mij verschijnen zou. En dat in het als libertijns bekendstaande weekblad. Subiet besloot ik om het artikel aan niemand te laten lezen. Laat staan het te posten op de socials.

Maar het was al te laat. 'Volgende keer even je styliste nextdoor meenemen naar een parkshoot', appte mijn buurtvriendin als onderschrift bij een screenshot van de gewraakte foto. Ook al was ik alleen thuis, ik begroef mijn gezicht diep in mijn handen.

Tot ik mij realiseerde waar dat boek van mij ook alweer over gaat: schaamte, duh, en dan niet als iets negatiefs, maar als krachtbron, wegwijzer, een koninklijke emotie zelfs. Wat volgde, was een zuiver staaltje omdenken, al zeg ik het zelf.

Ik postte de foto schaamtevrij (dus niet schaamteloos, da's totaal wat anders) op de socials. Met begeleidende tekst: "Ik was nou niet echt wat je zegt trots op deze foto bij het verder heel toffe artikel in de *Humo* over mijn

boek. Waar dácht ik aan toen de fotograaf dit plaatje schoot? Jij een idee?" Op de foto had ik een lege tekstballon geshopt. En verder schreef ik dat de grappigste tekstballonschrijver mijn boek zou winnen. Want om je lezers te motiveren moet je natuurlijk wel een incentive in het vooruitzicht stellen.

Het werd m'n best bezochte, meest gelikete en overvloedigst becommentarieerde bericht ever. Mensen schreven er hilarische teksten bij, zoals: "Wat nou als ze zien dat ik vanochtend al een hele fles wijn heb gedronken?", "Ik ben een boom" en "Beam me up Scotty".

Dus wat is nu de moraal van dit verhaal? Je kunt proberen jezelf op sociale media schaamteloos op te hemelen, maar dat is meestal nogal treurig. Je valt al snel door de mand als een Johnny de selfkicker. Beter is het jezelf op z'n tijd naar beneden te halen. Schaamtevrij dus, waarmee ik bedoel dat je je schaamte vrijlaat, dat die er mag zijn. Zoals ik nu quasi-onopvallend met deze column probeer te doen. Promotie door zelfdemotie.



Aukje Nauta

En nu allemaal op een drafje naar de boekhandel, want *Nooit meer doen alsof* is nog steeds te koop. Een lezing boeken mag ook. Of allebei. Ook goed. Ga ik ondertussen op zoek naar een nieuwe jas. Of juist niet, dus.

Aukje Nauta is zelfstandig psycholoog. ■