

CRINGE

Wanneer je oom en tante op een familiefeest extreem vals een eigen versie van 'Let It Be' zingen. Cringe. Toen ik afgelopen zaterdag tegen iemand aan het praten was in een club en er een stuk kauwgom uit mijn mond op zijn schouder viel. Cringe. Als ik YouTube-filmpjes terugkijk van mezelf als puber. Cringe. Toen ik laatst 'jij ook' zei tegen de bediening nadat hij een pizza 'nduja op tafel had gezet. Cringe. Het idee dat ik een boek aan het schrijven ben om uit te leggen wat internetlingo allemaal precies betekent. Fucking cringe.

Cringe is geen schaamte, het is erger. Het is niet gênant als mensen achter je plankingsfase komen door naar je oude Facebookpagina te kijken. Het is cringe. Cringe doet pijn. Van cringe wil ik mijn nagels uit mijn vingers trekken, mijn hoofd tot een rozijn knijpen en mezelf diep in een hol van dekens terugtrekken om pas weer terug tot de wereld te keren als ik mijn ogen uitgekrast heb. *God*, ik haat cringe.

Veel van mijn vrienden vonden het ook heel cringe toen ik begon met het maken van TikTokvideo's. Elk begin is lastig. Maar als er nauwelijks mensen kijken naar de cringy tiktoks die je maakt is het wel extra moeilijk om door te gaan. Gelukkig kwam ik op een gegeven moment het idee van 'Cringe Mountain' tegen. TikToker Erica Mallett legde uit: 'Iedereen van wie je nu denkt

dat ze cool zijn of ergens goed in zijn, heeft ooit Cringe Mountain beklommen. Ze zijn nu daar, in *the Land of Cool*. Maar voordat ze daar kwamen moesten ze eerst door de cringe heen. En iedereen in hun omgeving lachte ze uit, terwijl ze van onderaan de berg naar je opkeken. Maar wat weten zij nou? Ze zijn nog niet eens begonnen met klimmen.’

Het was extreem cringe om tiktoks te gaan maken. Logisch. Want het is ook best raar om op een random dinsdag filmpjes in je slaapkamer op te nemen waarin je zelf alle rollen speelt. Bedenk het maar eens, jij in je eentje, met je telefoon. Cringe. En zeker als je in de *200 views jail* blijft steken. Week na week. Terwijl je vrienden met hun ogen rollen als je voor de zoveelste keer over een nieuw video-idee begint. Zoals een comment onder die video van Mallet het mooi samenvatte: ‘Ik ben de Sisylus van Cringe Mountain.’

Maar langzaam gebeurde er iets. Door de cringe werd ik hard. Je bouwt op een gegeven moment een soort cringeschild op om je tegen je eigen ‘cringe-zijn’ te beschermen. Je leert je cringe te accepteren, te gebruiken en ermee te spelen.

Uiteindelijk is het cringe-zijn toch maar iets subjectiefs, iets wat je in kan zetten. Een soort inside joke die alleen jij en je publiek begrijpen. Elke keer dat ik bewust mijn cringe-zijn opzocht voelde ik me sterker worden. Ik was al laag gezonken, ik had al honderd keer gefaald. Ik was toch al een dertiger in een quarterlifecrisis die ging proberen een influencer te worden. Hoeveel erger kon het worden? En uit dat falen, uit dat eindeloze cringehellenvuur, ontstond een nieuwe versie van mezelf. Een soort feniks, maar dan met wallen...

I am cringe, but I am free

Dus, *Cringe Mountain*, dit boek. Waar gaat het nou precies over? Het is zeg maar een grote verzameling aan woorden, zinnen en termen die ik de afgelopen jaren ben tegengekomen op internet. En bij al die dingen heb ik soms een verhaal, een betoog, analyse of gewoon een grappige zin bedacht. Meer niet. Denk Paulien Cornelisse, maar dan *brainrot*. Oh, en als je niet weet wat *brainrot* is (of welk ander woord in dit boek ook), *tough luck*. Ik ga niet de hele tijd alles uit lopen leggen. Dat zou cringe zijn. Je kan het namelijk ook gewoon googlen. Of nou ja... Misschien is dat geen goed idee. Dan ga je weer op je telefoon en dan raak je weer afgeleid door een of andere tiktok en bam, daar gaat je aandacht (of wat er nog van over is). Ok, prima. Ik zet wel een verklarende woordenlijst achterin voor als je echt de kluts kwijtraakt.

Oh, en nog één ding: je *hoeft* het niet per se lineair te lezen. Je kan ook gewoon random een pagina openslaan en daar beginnen, of van achteren naar voren, of eerst de even bladzijdes en dan de oneven, zomaar wat ideeën. Ik hoop dat je evenveel plezier hebt met het lezen van dit boek als ik had terwijl ik het schreef. Ook al is dat best cringe om te zeggen.

IT'S GIVING

Als je alleen maar zwart draagt, *it's giving* emo. Als iemand de verwarming net iets te koud heeft staan, *it's giving* ijsdijd. Als je vriend kaal aan het worden is, *it's giving* 2007 Britney Spears. Als je loopt te liegen in de rechtbank, *it's giving* meined.

Het regende en ik stond op tram 7 te wachten bij de Bilderdijkstraat toen ik een vijftienjarig meisje hoorde zeggen: 'It's giving nat.'

YAPPING

Sommige mensen zou je op 2.0x snelheid willen zetten en vervolgens door willen swipen. Chronische yappers. Yapsessie-enthousiastelingen. Yapfanaten. Mensen die lekker op hun yapstoel gaan zitten om een uitgebreide yapsessie te houden, oh fuck, daar komt-ie weer, *yapping intensifies*. Je bent zo een uur verder (het liefst met een paar glazen wijn) en dan yapt het maar door. Er komt letterlijk geen eind aan. Je moet bruut de yapsessie verstoren door te zeggen dat je cavia met leukemie op sterven ligt – en dan beginnen ze over hun eigen knaagdierenfascinatie. Notoire yappers yappen over alles waar ze maar over kunnen yappen. Yap yap yap. Hun verschrikkelijke 9-to-5 (waar ze elk moment zouden kunnen stoppen), hun ondankbare vrienden (die ze zelf hebben uitgekozen), hun bemoeizuchtige familie (die ze nooit confronteren). Alles en iedereen heeft het altijd fout gedaan en de hele wereld is tegen ze. Of ze kunnen gewoon niet stoppen met het over de meest onzinnige en nutteloze details te hebben, over waarom het toch zo jammer is dat product X niet meer in winkel Y ligt, enzovoort.

Het zou fijn zijn om af en toe een yappauze in te lassen. Even op adem te komen midden in een yapsessie.

O shit, ik ben nu ook aan het yappen... wacht, laten we gelijk even zo'n pauze inlassen. Komt ie

.
. .
. .
. .
. .

Ok ik verveel me

ERA

Ik zit in mijn cringe era
Ik zit in mijn sad girl era
Ik zit in mijn slut era
Ik zit in mijn bètablokker era
Ik zit in mijn healthy era (ik drink alleen maar bloody mary's)
Ik zit in mijn chocoladecroissant era
Ik zit in mijn vage-natuurwijn-drinken-en-dan-volgende-dag-
kapotveel-koppijn era
Ik zit in mijn vouwfiets era (mijn wiel is gejat)
Ik zit in mijn keta era
Ik zit in mijn babyshower-partycrash era
Ik zit in mijn eras era
Ik zit in global citizen era (ik ben afgelopen jaar twee keer naar
Duitsland geweest)
Ik zit in mijn anusjeuk era (aambeien)
Ik zit in mijn matcha era
Ik zit in mijn ja-zeggen-op-plannen-en-hoop-dat-ze-gecanceld-
worden era
Ik zit in mijn vage-jazz-vinyl era
Ik zit in mijn zinkzalf era
Ik zit in mijn skèr era
Ik zit in mijn producer-era (ik heb gisteren fruity loops aange-
zet)
Ik zit in mijn dj-era (zie boven)

Ik zit in mijn uh-huh-wat-nu?-welke-era-zal-ik-nu-kiezen-om-mezelf-weer-kort-mee-te-identificeren-zodat-ik-niet-na-hoef-te-denken-over-de-serieuze-dingen-in-mijn-leven-zoals-het-feit-dat-elke-keer-als-ik-in-de-spiegel-kijk-ik-niets-dan-leeg-te-zie-en-dat-ik-eigenlijk-doodsbang-ben-te-sterven-fuck-ik-wil-daar-niet-over-nadenken-fuck-fuck-fuck-fuck era

Ik zit in mijn tijgerprint era

GATEKEEPING

Ze had een story geplaatst over een restaurant met de caption ‘Beste ravioli ooit’. De story daarna: ‘Sorry voor iedereen die wil weten welk restaurantje dit is, deze moet ik echt even gatekeepen...’

Ok, Anne-Fleur, dan niet hoor.

DE CUCKSTOEL

17:49, Utrecht Centraal. De intercity naar Den Helder komt aan op spoor 5 en het perron staat overvol. ‘Waarom ben ik in godsnaam in de spits aan het reizen?’ vraag je je af. Zo meteen sta je weer verticaal bepakt op het balkon van een veel te korte NS-trein (thanks VVD). Er is maar één redding, één uitweg uit de ellende, vandaag heb je geluk. Precies op de plek waar jij staat, komen de deuren tot stilstand, en je weet jezelf precies zo te positioneren dat je achter de laatste uitstappende mede-ov-martelaar naar binnen kan glippen. Net te vroeg, net te asociaal, maar fuck het, het is de

wet van de sterkste in deze forenzenhel, het is de scheve blikken meer dan waard. Je sprint naar de benedencoupé (de beste coupé) en daar staat ie dan. Als een pot met goud aan het eind van een regenboog, een warm bad na een sneeuwstorm, een Rotterdamse kapsalon na een avond stappen; de NS-cuckstoel. De enige stoel zonder (over)buurman. Je ploft neer en kijkt hoe de coupé zich vult met bezwete 9-to-5-yuppen die in het gangpad moeten staan. Je zit daar, alleen, airpods in, niemand naast je of tegenover je, tiktoks te kijken. Dit is beter dan seks. Veel beter.

Toen ik met mijn vriendin strandde in Wenen omdat de Night-jet naar Amsterdam was gecancelled in een hotel naast het station: daar stond er een. Toen ik in Griekenland in een of ander resort verbleef voor een performance: daar stond er ook een. In Vancouver, Beijing, Marrakesh. Eigenlijk elk hotel waar ik ooit ben geweest leek het onvermijdelijk. In de hoek, naar het bed toe gericht staat ie, de cuckstoel. Soms is het een cuckfauteuil, soms een houten cuckklapstoel. Af en toe heeft hij een cucktafeltje erbij, of is het een cuckbank. Soms heb je de cuck-executive-suite met cuckbureau, cucktelefoon en cuckbureaulamp voor geavanceerde cuckolding. Maar altijd staat hij klaar, klaar voor jou om gebruik van te maken. Het doel is simpel. Jij gaat zitten en kijken, terwijl je vriendin, vrouw, vriend, partner zich laat nemen. Je observeert stil. Je geniet (denk ik, ik zou het niet weten, echt niet, hoezo denk je dat? Hey hou op joh, ik beschrijf het alleen maar, laat me met rust joh!) terwijl de liefde van je leven wordt ge- Ik denk dat je het zelf wel kan verzinnen. En dan word je dus gecucked, hoe simpel kan je het hebben. Wat is het trouwens toch met hotels en die cuckstoelen? Zit er ergens een soort cuckboard die bepaalt dat elk cuckhotel meer cucksterren krijgt als ze meer cuckvoorzieningen hebben? Hoe dan ook, ik hou van de cuckstoel, ik bedoel, de NS-

cuckstoel, niet de gewone, ik ben geen cuck... fuck... ok, ik ga niet meer in de cuckspits reizen, kut ik bedoel kutspits... urgh...

BANGER

‘Altijd is kortjakje ziek is eigenlijk echt een banger,’ zei ze. Ik knikte. ‘Ja man, als ik zes was had ik dit sws een bop gevonden. Lekker Capri-Sun drinken en dan gaan viben op deze plaat.’ Ze keek me aan met een instemmende blik. ‘Facts.’

PERFORMATIVE MALES & VPRO-FLOWERBOYS

De concurrentie was moordend. De ene na de andere Performative Male liep onder luid gejoel over de catwalk. Matcha werd ge-at, tampons rondgegooid, een jongen haalde uit zijn totebag een eindeloze stroom andere totebags. Het was chaos. Op een gegeven moment begon het zo hard te regenen dat we moesten schuilen onder de ‘badkuip’ van het Stedelijk Museum (o ironie). Ik had niet helemaal verwacht dat er driehonderd andere ‘Performative Males’ op zouden dagen. Maar ik was zeker niet de enige. Langzaam raakte ik in paniek terwijl ik bijna aan de beurt was. Ik moest *iets* doen om op te vallen in deze eerste ronde.

Een paar weken eerder zag ik een TikTokfilmpje op mijn feed: ‘Performative Male Contest 20 september 12:00, Museumplein’ stond op een poster waar dramatisch op in werd gezoomd. Het is het soort viral pop-up-evenementen dat in New York lijkt te zijn ontstaan (waar anders). Je had daar een Timothée Chalamet-lookalike contest (waar Timothée zelf ook langskwam). Een Pi-

geon Impersonation Contest (ja, dat is precies wat je denkt dat het is). En de iconische ‘watch me eat this entire jar of cheeseballs in Union Square Park’, waar een jongen met oranje bivakmuts voor een publiek van duizend mensen een hele container *cheeseballs* naar binnen werkte (om ze vervolgens weer uit te kotsen). Maar verreweg de grootste en bekendste is de Performative Male Contest. Er was er een in New York, Toronto, Berlijn en nu dus ook in Amsterdam. Ik had geen keuze, ik moest meedoen.

Eigenlijk hebben we al onze Performative Male-versie in Nederland; de VPRO-flowerboy, ooit ontstaan door het gelijknamige Instagramaccount. In mijn ogen zijn het zachte, stadse, hoogopgeleide jongens die hun hele identiteit hebben ontleend aan ooit afgewezen zijn bij de Filmacademie. En die niet bang zijn om als cultuursnobisten hun smaaksuperioriteit aan je te tonen (vooral op eerste dates). Vintage kleding, ooringetje, Cineville-abonnement, analoge camera om hun nek. Ze lezen performatief een feministische dichtbundel met een glas natuurwijn (of kombucha) bij een arthouse terras zoals Studio K. En slaan dan moeilijk kijkend bladzijdes om terwijl ze pulken aan hun *bi-presenting*-snorretje dat precies lijkt te matchen bij een soft-mullet of warriorcut (of ander slechtzittend kapsel). Ze lijken ook altijd bezig met een eigen album of boek of filmscenario, dat om een of andere reden nooit echt van de grond lijkt te komen. En ze zeggen misschien wel bi-curious of polyamoreus te zijn. In werkelijkheid lijkt het eerder een vrijbrief waarin ze vooral zelf met zo veel mogelijk andere meiden naar bed kunnen blijven gaan. Een soort artsy-pick me, eigenlijk, maar dan met een gesigneerde Spinvis-elpee.

De Performative Male is het Amerikaanse equivalent, maar dan zo’n overdreven voorvechter van vrouwengelijkheid dat het

haast absurd wordt. Ik vond het hilarisch. En zo stond ik met een matcha in mijn rechterhand, een Kate Bush-plaat onder mijn arm en een bell hooks-roman in mijn totebag naast een handvol tampons op het Museumplein. Eindelijk was ik aan de beurt. Terwijl ik over de catwalk liep schreeuwde ik 'FUCK KAPITALISME' en onthoofdde mijn *Lafufu* die ik de dag ervoor voor 5 euro bij Gideon Italiaander had gekocht. Ik was niet door naar de volgende ronde. Ergens was ik best opgelucht, we waren al twee uur bezig en het begon steeds harder te regenen. Mijn vriendin, die ik had meegesleurd om me te filmen, was ondertussen ook al chagrijnig. De rest van de middag hebben we gelukkig in de giftshop van het Stedelijk quasi-interessante kunstfotoboeken bekeken en lange discussies gehad over de staat van beeldende kunst anno 2026. Ik blijf uiteindelijk toch een VPRO-flowerboy.

GOAT

GOAT staat voor Greatest Of All Time en niet voor geit, maar ik begrijp de verwarring.

Johan Cruijff is de GOAT van het Nederlandse voetbal, Claudia de Breij is de GOAT van de kleinkunst, Maarten van Rossem is de GOAT van de droge opmerkingen en Dieuwertje Blok was de GOAT van de Nederlandse televisiepresentatoren.

De eerste GOAT aller tijden was Muhammad Ali (hoe kan het ook anders). Maar de GOAT van de GOATs is Michael Jordan. Hij was zo goed in zijn (basketbal)veld dat zijn naam zelf synoniem is komen te staan met GOAT. Je zou dus ook kunnen zeggen dat je de 'Michael Jordan' van het tafeltennissen bent in plaats van de GOAT, snap je?