

# IK BEN, MAAR WAT BEN IK?

De ontrafeling van de mythe van het ik

Piet Soeteman

16 September 1972. Het plan is om een trainingsrit over de Veluwe te maken, maar tussen Nijkerk en Putten begint het plotseling te regenen en ik besluit om terug te gaan. Vanuit een zijweg nadert een auto. Omdat ik op het fietspad van een voorrangsweg rijd en de automobiliste mij aankijkt is er geen reden om in de remmen te knijpen.

Langzaam realiseer ik me dat ik een sirene hoor en op een brancard in een ambulance lig. Uit het politieverlag blijkt later dat de vrouw mij niet heeft gezien en mij heeft aangerezen met ernstig hersenletsel als gevolg.

Aan die gebeurtenis heb ik geen herinnering overgehouden, ik was volledig buiten bewustzijn, ik was er zagezegd niet bij aanwezig.  
Waar was ik?

De hedendaagse discussie over het ik vindt zijn oorsprong in het dualisme van Descartes. In de moderne filosofie die bij Descartes begint, wordt het woord ziel nog maar zelden genoemd. Descartes kent het woord nog wel, maar noemt het liever een denkend ding, een 'res cogitans'. Het lichaam noemt hij een uitgebreid iets, een 'res extensa'. Descartes spreekt dus van het uitgebreide ik en het denkende ik. 'Cogito ergo sum', ik denk dus ik ben, is zijn bekende uitspraak. En als het waar is dat ik denk, dan moet er kennelijk zoiets als een ik bestaan, zal zijn conclusie geweest zijn.

Door de tweedeling van lichaam en ziel ontstaat vervolgens de vraag hoe de denkinhoud van die ziel tot stand komt. Omdat men heeft ontdekt hoe de natuur buiten de mens dankzij de wetenschap in principe beheersbaar is geworden wil men nu ook de innerlijke natuur van de mens op rationeel-wetenschappelijke wijze gaan verkennen.

In de loop van de 18<sup>de</sup> en 19<sup>de</sup> eeuw wordt de afhankelijkheid van het menselijk bestaan ten opzichte van een hogere macht steeds meer in twijfel getrokken. Ondanks dat men afstand doet van de zienswijze over hoe mensen het bewustzijn van God krijgen neemt men geen afscheid van de aanname dat denken niet in het fysieke bestaan thuis hoort. Voor het lichaam gelden de wetten van de natuur en de wetten van de evolutie, maar men heeft ook een niet stoffelijk deel waarbij begrippen als ziel, geest of denken deze positie innemen. Juist de seculiere denkers hebben een enorme tegenstelling teweeggebracht tussen de wereld van het denken en de wereld van het zijn, dus de scheiding tussen lichaam en geest blijft bestaan, hoewel over de geest niets wetenschappelijks gezegd kan worden. De toestanden van bewustzijn lijken de enige dingen te zijn die uit het stoffelijke plaatje zijn weggelaten. Dat alles in termen van materie uitgelegd kan worden blijft voorsnog ongeloofwaardig.

Recentelijk zien we echter steeds meer pogingen om het ik te verklaren vanuit de materie van het brein. Veel moderne filosofen menen dat alle vormen van bewustzijn, waaronder het ik, tot materie zijn terug te brengen. Er bestaat niets anders dan materie, is het paradigma. Maar binnen de kring van materialistisch georiënteerde filosofen komen we wel wat nuanceverschillen in de opvattingen tegen. De opvattingen van Swaab in 'Wij zijn ons brein' en van Lamme in 'De vrije wil bestaat niet' zijn daarbij wel de meest aansprekende voorbeelden van hard reductionisme. Bos staat in 'Hoe stof de geest kreeg' daarentegen wat verder af van een puur materialistische visie, hij laat nog de mogelijkheid open van het bestaan van een geest die niet slechts denkende materie is.

Wat is het ik?

Een vraag die velen in de loop der geschiedenis heeft bezig gehouden. Het was het onderzoeksobject van menig filosoof en wetenschapper. Maar zij hebben op dit vraagstuk nooit een bevredigend antwoord gevonden. Een zoektocht die uiteindelijk meer vragen dan antwoorden opleverde.

Is het ik misschien een illusie? Is dat wat iedereen denkt te zijn bedrog? Is het ik dan niet een locatie in mijn hoofd waar al mijn gewaarwordingen en gevoelens worden ervaren en waarin beslissingen worden genomen, het gevoel een 'toezichhouder' in het brein te hebben? Maar als het ik een illusie is wat leest dan deze regels?

Het ik wordt vaak gelijkgesteld met een homunculus, een pratend mannetje in het hoofd dat alles weet en alles begrijpt wat er in het onbewuste gebeurt en daaraan betekenis kan geven. Het probleem dat de homunculus echter veroorzaakt is het creëren van een oneindig aantal steeds kleinere 'matroesjka'-poppetjes. Het mannetje wiens kennis ons bewust zou maken moet binnen in zichzelf weer een ander mannetje hebben dat in staat is hem van de nodige kennis te voorzien en dat zet zich tot in het oneindige voort.

Er zit geen mannetje in de hersenen, geen onveranderlijke begrensde eenheid die het ik verbeeldt en die als een welwillende dictator vanuit zijn hoofdkwartier alles regelt.

De zoektocht naar het ik doet denken aan de poolexpedities uit de 19<sup>de</sup> en begin 20<sup>ste</sup> eeuw. De geleerden vertelden elkaar hoe het er aan de Noordpool feitelijk zou uitzien. De een meende dat de Noordpool vasteland was, anderen fantaseerden over een magneetberg midden in ijsvrij water door een enorme ijswaam omgeven. Weer anderen beweerden dat zich aan de Noordpool 'geweldige draaikolken uit ondoorgrondelijke diepten' voordeden, de veroorzakers van eb en vloed. Naarmate het poolonderzoek vorderde verdwenen die fantasieën steeds meer naar de achtergrond. En als Frederick A. Cook op 21 april 1908 de Noordpool van de aarde bereikt treft hij daar geen 'grote spijker' aan waar de aardbol soepel omheen draait, maar een onafzienbare ijsvlakte die zich tot de horizon uitstrekt en waarin niets maar dan ook niets zich onderscheidt. De leegte die ook aangetroffen wordt op de 'Noordpool' van het brein.

Tot op heden zijn alle zoektochten naar het ik tevergeefs geweest, niemand die kan zeggen dat hij het ik in de hersenen heeft aangetroffen. Het ik is dus geen reëel ding en de meeste hersenonderzoekers ontkennen dan ook dat er een ik bestaat, nooit heeft iemand een ik gehad, het ik is daadwerkelijk een illusie.

Op zich hoeft dat geen teleurstellende conclusie te zijn. Stel je voor dat er in het brein wel een ik of een ziel gevonden zou worden. Je moet er toch niet aan denken dat dat ik dan operatief verwijderd kan worden om het vervolgens verder te ontleden!

Afgezien van Descartes met zijn pijnappelklier heeft geen enkele filosoof van naam beweerd dat het ik een materieel ding in de hersenen is, maar er zijn ook geen duidelijke uitspraken gedaan over wat dat ik dan wel is. Wat moet men zich bij het ik precies voorstellen? Want toch wordt het ik op de een of andere manier ervaren en hoe kunnen die ervaringen bedrieglijk zijn? Er zit een ik-gevoel in je lijf, dat weliswaar van intensiteit wisselt maar niet te ontkennen is. Misschien strekt dat ik zich uit over het gehele brein, misschien wel over ons gehele zenuwstelsel.

Een manier om vat te krijgen op de vraag naar het ik is het onderzoek van mensen waarvan het ik niet of slechts gedeeltelijk functioneert, mensen met stoornissen in het brein. Er bestaan verschillende stoornissen die het ik-gevoel op een of andere wijze aantasten. We geven enkele voorbeelden.

Bij het alien-handsyndroom of vreemde-handsyndroom heeft de patient het gevoel dat één van zijn handen een eigen wil heeft, zijn eigen gang gaat en zich niets aantrekt van de verlangens en strevingen van het ik van de patiënt. De vreemde hand maakt bijvoorbeeld de knoopjes van het pyjamajasje los als de patiënt met zijn goede hand die probeert vast te knopen en hij knijpt koffiebekertjes plat zonder dat de patiënt daar enige controle over kan uitoefenen. Het is net alsof er in het ik van de patiënt een subpersoonlijk ikje zit dat zelfstandig dat lichaamsdeel in bezit neemt.

Mensen met dit syndroom ervaren de vreemde hand wel als hun eigen hand maar omdat de representatie van de actie die de hand aanstuurt in het bewustzijn ontbreekt, er geen wilshandeling is, beschouwen zij die hand als een autonome actor.

Een zeldzame maar wel heel bizarre stoornis is het syndroom van Cotard. Hierbij meent de patiënt dat hij niet bestaat, dat hij dood is. Bij een Cotard-patiënt is niets van emotioneel belang, het lijkt wel alsof de zintuigen van het emotionele centrum zijn afgesneden, andere mensen, geluiden en aanrakingen hebben geen emotionele inwerking. Het blijkt dat zij ook geen eerstepersoonse voornaamwoorden gebruiken maar zich in de derde persoon presenteren. In plaats van ik ben ziek zullen zij hij is ziek zeggen. Doordat gewaarwordingen elke emotionele betekenis verliezen zullen Cotard-patiënten hun ik niet kunnen ervaren, het ik is bij hen afwezig.

Een minder zeldzame en mildere stoornis die op het ik invloed uitoefent staat bekend als depersonalisatie. In depressieve toestanden, bij angstaanvallen en bij bepaalde gemoedstoestanden voelt de patiënt zich alsof hij in een droom leeft, alsof zijn ik verdoofd is. Hij voelt zich alsof hij niet echt is, als een zombie die werktuiglijk zijn gang gaat. Meestal is de ervaring van depersonalisatie gelukkig maar van korte duur.

Soms verdwijnt het ik ook uit beeld als men geconcentreerd bezig is, bijvoorbeeld wanneer een schoenmaker volledig in zijn werk opgaat dan richt hij zijn aandacht op de spijker waarop hij slaat of op de schoen die hij maakt. Hij is zich als een handelend persoon in een lichaam ternauwernood van zichzelf bewust, laat staan als de bezitter van een ik. Hij richt pas de aandacht op zichzelf wanneer er iets misgaat, wanneer hij bijvoorbeeld op zijn duim slaat. Maar voor de rest is hij net zo onopvallend voor zichzelf als de spijkers die naast hem staan of de bril op zijn neus.

Hoewel hersenonderzoekers het bestaan van een ik ontkennen zijn ze wel aan het onderzoeken hoe dat ik ontstaat, wanneer en hoe dat ik in de hersenen wordt gevormd. Uit die onderzoeken blijkt dat het ik-gevoel zich vormt op een leeftijd tussen anderhalf en twee jaar, de leeftijd waarop kleine kinderen zich op foto's beginnen te herkennen. Op die leeftijd slagen kinderen ook voor een test die de spiegelproef of voorhoofdsstiptest wordt genoemd. Zij merken in een spiegel de sticker op die op het gezicht is geplaatst en realiseren zich dat het spiegelbeeld dan van hen is. Het is de leeftijd waarop kinderen hun zelfbewustzijn beginnen te ontwikkelen en beginnen om zich in een ander te kunnen verplaatsen. Het ik als autonoom verantwoordelijk persoon komt pas op latere leeftijd tot stand, na een ontwikkelingsproces dat na de puberteit is voltooid. Volgens neurobioloog Swaab loopt dat ontwikkelingsproces zeker door tot het 25<sup>ste</sup> jaar.

Uit alle activiteiten en bevindingen van de hersenonderzoekers kan niet geconcludeerd worden dat het idee van een 'toezichthouder' in het brein weerlegd is, die gedachte legt men niet zonder meer naast zich neer. Want hoe wil je ontkennen dat er geen ik bestaat terwijl je dat ik toch duidelijk voelt, de waarneming van je ik is immers een gevoelde realiteit. Hersenonderzoek heeft niet aangetoond dat er geen ik bestaat maar dat in ons brein een uiterst gecompliceerd proces plaats vindt dat een ik-ervaring voortbrengt.

In de zestiger jaren heeft men nog het idee dat het ik in de prefrontale schors van de hersenen zit, daar zit de ware persoonlijkheid. Haal je dat stuk hersenen weg dan blijft er een zombie over, een wezen zonder ik. We denken dat we een ik hebben, een ding dat ons gedrag aanstuurt en daarom moet dat ik ook ergens zitten. Maar die gedachte klopt niet want een sturend ik kan namelijk ook lijken te bestaan in een apparaat dat in werkelijkheid helemaal geen ik heeft. Het is duidelijk dat er geen enkele teddybeer bestaat die een ik heeft, maar het is helemaal niet zo duidelijk dat een bewegende robot die tegen je praat geen ik kan hebben. Je kunt je wel degelijk een bewuste robot voorstellen, alleen kun je je moeilijk voorstellen *hoe* een robot bewust kan zijn, hoe het computerbrein van een robot een ik bevat.

Het is duidelijk dat het ik-gevoel zijn oorsprong vindt in hersenprocessen en op hun beurt hangen die hersenprocessen weer af van wat er wordt gezien en gevoeld. In de loop van onze ontwikkeling hebben we zo vaak ons lichaam gezien en gevoeld dat er een fundamenteel gevoel is ontstaan dat dat lichaam ons bezit is. Maar toch is er weinig voor nodig om dat fundament te ondergraven. Beschadigingen en tumoren in de hersenen kunnen tot allerlei stoornissen leiden die een bijzondere wending aan het ik-gevoel kunnen geven of het kunnen uitschakelen. Bekend zijn de buitenlichamelijke of bijna-dood ervaringen die spontaan kunnen optreden of ontstaan na een ernstig ongeval of een medische ingreep. De cardioloog van Lommel geeft in zijn boek 'Eindeloos bewustzijn' zijn visie op dit fenomeen. Zijn visie is echter geen zelfbewustzijnstheorie die degelijk en empirisch gefundeerd is, maar geschreven is vanuit een metafysisch gezichtspunt.

Door middel van experimenten is het tegenwoordig mogelijk om bij gezonde proefpersonen een ik te genereren dat buiten het lichaam ervaren wordt. Het team van Henrik Ehrsson van het Karolinska Instituut in Stockholm lukte het zelfs om bij proefpersonen de illusie te wekken dat ze in het lichaam van iemand anders waren terwijl ze naar hun lichaam tegenover zichzelf keken en zichzelf de hand schudden. In de documentaire 'The Secret You' van het programma Horizon van de BBC uit 2009 is te zien hoe proefpersoon Marcus du Sautoy met dit fenomeen wordt geconfronteerd.

Men denkt nu zelfs aan de mogelijkheid om een functionerend virtueel lichaam te creëren dat door proefpersonen wordt gevoeld als hun eigen lichaam en bijvoorbeeld in de geneeskunde toegepast kan worden als prothese.

Voor het genereren van een ik-gevoel zijn maar weinig condities nodig. Door bijvoorbeeld je ogen te sluiten en daarmee het ziende zelf te laten verdwijnen ervaar je toch dat je ik-gevoel blijft bestaan. Je kan een stabiel ik hebben, zelfs als je je in een emotioneel neutrale toestand bevindt en gedachteloos bent. Emoties en gedachten blijken geen noodzakelijke condities voor het ik-gevoel te zijn. De essentie is dat het lichaam, dat zichzelf bezit, weet dat het bestaat en in staat is het te sturen. Het bewuste ik-gevoel is dus een diepe vorm van kennis over jezelf, innerlijke kennis die niets te maken heeft met bijvoorbeeld begrijpelijk denken.

Hoe komt het ik in het brein tot stand?

Neurowetenschapper Damasio geeft hierover zijn zienswijze. Zijn definitie van het materiële ik, het ik als object, luidt als volgt: *"het zelf-als-object is een dynamische verzameling van geïntegreerde neurale processen, waarvan de representatie van het levende lichaam het middelpunt vormt, en die tot uitdrukking komt in een dynamische verzameling geïntegreerde mentale processen."* Op deze definitie is zijn hypothese gefundeerd. Volgens Damasio ontstaat bewustzijn bij organismen omdat zij streven naar zelfregulering in hun bestaan. Zelfregulering zit a priori in alle levende materie, maar bij mensen krijgt dit bewustzijnsproces een 'toeschouwer' en dat ervaren we als ons ik.

Om onbewuste hersenen bewust te maken moeten de hersenen een nieuwe eigenschap ontwikkelen, die eigenschap is subjectiviteit. Een bepalend kenmerk van subjectiviteit is het gevoel dat de voorstellingen in het brein tot die van mij worden gemaakt, dat ik ze ervaar als mijn eigendom, dat de voorstellingen door mij kunnen worden gekend.

Het ik wordt in afzonderlijke stappen opgebouwd. De eerste stap is het protozelf, het bovendeel van de hersenstam dat primordiale gevoelens produceert, gevoelens die rechtstreeks ons eigen levende lichaam doen ervaren, bijvoorbeeld het gevoel van moeheid als gevolg van de staat van het lichaam na een dag hard werken. De volgende stap is het kernzelf, dat betrekking heeft op het maken van keuzen, het vermogen tot handelingen en dat de relatie legt tussen het organisme zoals dat gerepresenteerd wordt door het protozelf en ieder deel van de hersenen dat een te kennen object, zoals een pijnlijke vinger, representeert. Tenslotte volgt het autobiografisch zelf en dat ontstaat als er voorstellingen van objecten ontstaan in de context van verleden, heden en toekomst.

Zonder dat er een woord wordt gezegd vertelt het gevoel mij dat ik de eigenaar ben van de objecten, dat ik hen kan beïnvloeden als ik dat wil. Ik voel, dus ik ben. Het gevoel, dat mijn eigen lichaam bestaat en aanwezig is, onafhankelijk van ieder object waarmee het in interactie is. Een rotsvaste, woordloze bevestiging dat ik leef.

Die zelfervaring kan dan uitgedrukt worden in het woordje ik als dat ik kan beschikken over taal.

Het ik is vanuit het gezichtspunt van Damasio geen ingeboren kern in ons, maar ontstaat in de complexiteit van het menselijk brein in interactie met zichzelf en zijn omgeving.

Bij neurofilosoof Metzinger is zelfervaring geen reële ervaring. In dat opzicht verschilt hij van mening met Damasio. Volgens Metzinger zitten wij opgesloten in een door onze mogelijkheden en beperkingen gevormde werkelijkheid. Hij vergelijkt de hersenen met een vluchtsimulator, een trainingstoestel waarmee piloten leren een vliegtuig te besturen. De hersenen verschillen echter van een vluchtsimulator omdat zij de piloot, het ik, zelf genereren. *“De hersenen lijken op een totale vluchtsimulator, een zelfmodellerend vliegtuig dat, in plaats van bestuurd te worden door een piloot, een complex intern beeld van zichzelf genereert in zijn interne vluchtsimulator. Het beeld is transparant en is dus niet te herkennen als een door het systeem gemaakt beeld. Het systeem, dat opereert in een staat van naïef-realistisch onbegrip van zichzelf, interpreteert de inhoud van dit beeld als een niet-fysiek object, het verdinglijkt zijn eigen innerlijke voorstelling van het sturingsproces: de ‘piloot’ wordt geboren in een virtuele werkelijkheid, en wel zonder de mogelijkheid dit feit op te merken. De piloot is het ego.”*

Naast de opvattingen van Damasio en Metzinger zijn er nog meer zienswijzen over het ontstaan van het ik en die kunnen zeer uiteenlopend zijn.. Swaab en Lamme bijvoorbeeld brengen het ik tot een minimale instantie terug. Lamme noemt het ik een illusie, we doen wel alsof er een ik is, dat onafhankelijke dingen kan doen, maar in feite bestaat het ik slechts uit ingewikkelde onbewuste processen.

Gezonde mensen vinden dat zij één lichaam hebben en dat ze een gevoel van eenheid, een ik-gevoel ervaren en dat lijkt logisch omdat het ik per definitie alleen als eenheid beleefd kan worden. Het is eigenlijk onmogelijk om twee of meer ikken te ervaren omdat dan de vraag rijst wie of wat die ikken ervaart. Natuurlijk kunnen we soms in tweestrijd staan maar dat is dan bij wijze van spreken en heeft geen letterlijke betekenis.

Het is dus normaal dat er één ik per lichaam is. Maar als een lichaam er één kan hebben, waarom zou het er onder abnormale omstandigheden dan niet meer kunnen hebben? Er zijn omstandigheden waaronder meer dan één ik kan ontstaan, waarbij één menselijk lichaam door verschillende ikken lijkt te worden gedeeld, ikken die meestal allemaal hun eigen naam en geschiedenis hebben. Een vreemd verschijnsel dat bekend staat als Multiple Personality Disorder (MPD). Een stoornis die voornamelijk voorkomt bij mensen die het slachtoffer zijn geworden van langdurige kindermishandeling. De MPD-patiënt ‘verlaat’ zijn gekwetste ik om in een ander ik verder te gaan waarin hij beter in staat is om zich te kunnen handhaven. In de biografische roman ‘Sybil’ van Flora Rheta Schreiber wordt het verhaal verteld van een jonge vrouw die het leven van maar liefst zestien verschillende persoonlijkheden leefde. *“‘Wat heb ik hier?’ zei de dokter tegen zichzelf, toen ze zich in haar stoel liet vallen. Ze schijnt meer dan één persoon te zijn. Een dubbele persoonlijkheid? Sybil en Peggy, totaal verschillend van elkaar. Het lijkt heel duidelijk. Ik moet haar dat vrijdag vertellen. De dokter was benieuwd naar de volgende afspraak met juffrouw Dorsett. Of moest ze zeggen de dames Dorsett? Ze kwam (zij kwamen) drie keer per week vanwege de kerstvakantie. Wel, Sybil moest maar zo vaak blijven komen. Deze zaak was gecompliceerder dan ze aanvankelijk had gedacht. Juffrouw Dorsett zou vrijdag terug komen. Welke juffrouw Dorsett?”*

Toch ervaren mensen met MPD niet tegelijkertijd twee of meer ikken. De persoonlijkheden wisselen elkaar af en herinneren zich niets van elkaar. Op elk willekeurig moment is het ik dat op de voorgrond treedt afgesneden van de andere persoonlijkheden of is zich daar slechts heel vaag van bewust.

Het ik is een fenomeen dat vol gaten zit en net zo gemakkelijk in het niets kan verdwijnen als een kaars die wordt uitgedoofd om even later weer te worden aangewakkerd, het bewustzijn werkt immers niet continu. Toch hebben we op ieder moment van bewustzijn de overtuiging dat we hetzelfde ik zijn gebleven. En dat is dan ook een belangrijk kenmerk van het ik, het gevoel van een doorlopende draad in het weefsel van onze ervaringen wat gepaard gaat met een besef van verleden, heden en toekomst, een gevoel van continuïteit. Daarom zijn we nog steeds dezelfde persoon die zich herinnert dat hij op de kleuterschool een tekening voor de juf maakte. Je zou het ik in dit verband ook kunnen vergelijken met een kantoor.

Een kantoor dankt zijn vitaliteit aan zijn medewerkers. Zonder medewerkers is er geen kantoor. De medewerkers maken het kantoor 'bewust'. Zij krijgen interne en externe informatie toegediend, structureren die informatie en voeren beslissingen uit. Elke medewerker is gespecialiseerd in een bepaald soort informatieverwerking. De voornaamste taak van de medewerkers is om het kantoor gezond te houden, om faillissement te voorkomen. Medewerkers produceren onder andere verslagen, rapporten en notulen. Deze worden in ordners in archiefkasten en bureauladen opgeborgen. Medewerkers blijven niet hun hele leven bij het kantoor werken. Ze komen en gaan. Na verloop van tijd zijn alle medewerkers wel vervangen. Nieuwe medewerkers komen de herinneringen van hun voorgangers tegen, soms toevallig maar ook als ze op zoek gaan in het archief om hun werk te kunnen voortzetten. Het kantoor is gebleven. Het kantoor met andere medewerkers is dan nog steeds hetzelfde kantoor.

Maar op een kwade dag wordt het kantoor door een flinke brand getroffen waarbij veel medewerkers omkomen en de gehele administratie verloren gaat. Wanneer de overgebleven medewerkers na een lange periode van stilstand de activiteiten herstarten zal dan nog steeds sprake zijn van hetzelfde kantoor?

Ondanks dat hersencellen regelmatig vervangen worden blijven de herinneringen bestaan en kan je stellen dat het ik van nu hetzelfde ik is als van weleer en hetzelfde ik als van straks. Maar wanneer door ernstige stoornissen het gevoel van continuïteit wordt afgebroken dan houdt het ik op te bestaan, tijdelijk of voor altijd.

Wanneer zijn er wezens met een ik ontstaan?

Mensen hebben een ik. Nu zijn er ikken, maar lange tijd geleden waren ze er nog niet. Dus moet er een proces, of een serie processen, op gang zijn gekomen waaruit bij wezens zonder ik wezens met een ik geëvalueerd zijn.

Het evolutieprobleem is een lastig probleem. Want waarom en in welk opzicht was het noodzakelijk dat er in het zenuwstelsel van ik-loze wezens iets als een (zelf)bewustzijn ontwikkelde? Zouden er in plaats daarvan ook zombies geëvolueerd kunnen zijn?

Damasio denkt dat zelfprocessen te maken hebben met een verhoogde kans op overleving. Zelfprocessen zijn door natuurlijke selectie ontstaan en hebben in de evolutie de overhand gekregen.

Eerst produceerden de zelfprocessen waarschijnlijk geen bewustzijn in de volledige zin van het woord en beperkten ze zich tot het niveau van het protozelf. Later in de evolutie begonnen complexere niveaus van het ik subjectiviteit te genereren en in aanmerking te komen voor het verkrijgen van bewustzijn. Nog later werden nog complexere constructies gebruikt om extra kennis over individuele organismen en hun omgeving te verwerven en te bewaren in de hersenen en tenslotte ook extern op te slaan als data in computergeheugens.

Dit proces zet zich volgens Damasio voort, mogelijk versneld door de druk die door zelfkennis wordt gecreëerd en het eind is nog niet in zicht. De digitale revolutie en de globalisering van culturele informatie zijn voorbeelden van druk die waarschijnlijk tot structurele wijzigingen van het ik zullen leiden, wijzigingen van het hersenproces dat het ik vorm geeft.

Lang vóór het begin van de mensheid waren er al ‘zijnde’ wezens. Op een bepaald moment van de evolutie kregen die een elementair bewustzijn en met toenemende complexiteit de mogelijkheid om te denken en nog later om met behulp van taal te communiceren en het denken in culturele structuren zeker te stellen.

Het begon dus met zijn en pas later kwam het denken. Het ‘res cogitans’ zou geëvolueerd zijn uit het ‘res extensa’, het denkende ik uit het lichamelijke zijn, een cartesische gedachte die Descartes overigens zelf niet zou onderschrijven omdat hij zich het denken voorstelde als een activiteit die geheel los staat van het lichaam dat uitgebreidheid heeft en uit mechanische onderdelen bestaat.

Antroposofisch arts Bos benadert dit vraagstuk vanuit een meer spinozistische zienswijze. Hij vraagt zich af hoe het komt dat eencellige wezens problemen kunnen oplossen zonder zenuwweefsel. Zij moeten dus beschikken over een elementair soort bewustzijn. Bos beschrijft in zijn boek ‘Hoe de stof de geest kreeg’ hoe een amoëbe twee soortgenoten van elkaar scheidt. Hoe weet die amoëbe dat? Wij hebben voor probleemoplossingen ons bewustzijn nodig. Of zijn wij misschien opgebouwd uit intelligibel, probleemoplossend materiaal waarvan het brein een exponent is?

De mogelijkheid bestaat dat op een bepaald moment het zelfproces bij onze voorouders in een stadium was gekomen dat het ik reeds in potentie aanwezig was. Er was slechts een speciale gebeurtenis nodig om het ik-gevoel te activeren. Die gebeurtenis vond vermoedelijk op verschillende locaties plaats, daar waar de mensheid deze ontwikkelingsfase had bereikt. Je zou je kunnen voostellen dat een voorouder bij een probleem om hulp roept en zijn metgezellen geen antwoord geven omdat zij buiten gehoorafstand zijn. De verwachte communicatie blijft zodoende achterwege. Omdat zijn eigen verzoek om hulp geen respons krijgt is hij dus de enige die zijn stemgeluid hoort. Zo ontdekt hij dat hij zichzelf aanspoort om zijn eigen vraag om hulp te beantwoorden. En dat zal bij hem een prikkel teweeg kunnen brengen die in het brein nieuwe verbindingen tot stand brengt waardoor wat gewoonlijk op de medemens is gericht nu op hemzelf is gericht.

Het ligt voor de hand dat het tegen zichzelf praten uiteindelijk leidt tot het geheel in stilte met zichzelf praten want om constant zichzelf te horen praten is nutteloos en storend. En dit geluidloze proces van zelfcommunicatie fungeert dan als de basis van het ik.

Het ik zou dus het product kunnen zijn van een proces waarin het horen van de eigen stem in zelfbewustzijn resulteert.

Het zou prachtig zijn als men zou ontdekken hoe en wanneer het zelfbewustzijn, het ik-gevoel, tot stand is gekomen. Maar ondanks alle verwoede pogingen tot onderzoek door mensen die zich bezig houden met de interpretatie van de bronnen die hun ter beschikking staan zijn we voorlopig niet in staat hierop een antwoord te geven. Duidelijk is evenwel dat het ik geleidelijk in het evolutieproces tot wasdom is gekomen en dat dit proces op verschillende locaties in de wereld heeft plaats gevonden, maar dat zal niet overal tegelijkertijd gebeurd zijn.



Wat voelt het ik?

Het ik is geen materieel object, het is geen reëel ding maar een abstract begrip. Toch voelen we de aanwezigheid van een ik, het ik-gevoel kunnen we immers niet ontkennen, dat gevoel bestaat wel degelijk. En dan werpt zich de onvermijdelijke vraag op *wat* dat ik dan voelt. Daarvoor moeten we eerst aandacht schenken aan het verband tussen gevoel en emotie.

Het algemene onderscheid tussen emotie en gevoel is dat emoties vrij stereotype en automatische processen zijn terwijl gevoelens daarentegen veel gecompliceerder zijn, waarbij steeds een flinke portie bewustzijn meespeelt. Gevoelens kun je bijvoorbeeld verbergen, je kunt proberen ze niet te laten merken. Bij emoties gaat dat slecht omdat je er geen controlerende invloed op uitoefent. Gevoelens hebben iets heel persoonlijks maar het mechanisme van emoties in normale hersenen is bij iedereen hetzelfde. Emoties als angst, woede, verdriet, geluk, verrassing of afkeer zijn geautomatiseerde acties die door de evolutie zijn bepaald en die in ons lichaam worden uitgevoerd in de vorm van gelaatsuitdrukkingen, lichaamshoudingen en veranderingen van hartslag, bloeddruk en ademhaling, samentrekking van de darmen, blozen en het krijgen van kippenvel. Emoties worden opgewekt door actuele voorstellingen van objecten of gebeurtenissen of door een actuele herinnering aan dat wat in het verleden is gebeurd.

Volgens Damasio zijn gevoelens van emoties in de eerste plaats percepties van onze lichaamstoestand gedurende een toestand van emotie. Alle gevoelens houden een variatie in op het thema van primordiale, elementaire gevoelens van bestaan. Gevoelens, welke die op dat moment ook zijn, versterkt door andere aspecten van lichamelijke verandering die al dan niet in verband staan met interoceptie, het vermogen van een organisme om prikkels binnenuit het eigen lichaam waar te nemen. De voedingsbodem van dergelijke gevoelens zullen we aantreffen in de hersengebieden die voorstellingen produceren, het bovendeel van de hersenstam en de hersenschors. Een groot deel van de hersenschors speelt bovendien een essentiële rol bij de constructie van het ik. Wanneer die hersengebieden actief worden ervaren we gevoelens.

Damasio ziet het ik ontstaan als in complexe hersenprocessen bepaalde voorstellingen bewust worden gemaakt. Daar is volgens hem een geest voor nodig want we kunnen niet bewust zijn zonder een geest waarvan we ons bewust zijn.

Maar waar komt die geest vandaan? Zit die geest in de hersenen? Niemand kan de geest van een ander, bewust of niet, zien. En hoe kan die onzichtbare mysterieuze geest samengevoegd zijn met levende materie?

Damasio slaagt er niet in het bestaan van een (bewuste) geest overtuigend aan te tonen.

Als iemand zegt dat hij blij, boos of bang is dan heeft hij gevoelens van blijdschap, boosheid of angst. Op de vraag wie dat blijdschap-, boosheid- of angstgevoel heeft zal hij zeggen ik heb dat gevoel, ik heb angstgevoel, ik voel angst. Maar wat is dan dat ik, dat die angst voelt? Dezelfde vraag kan je ook stellen ten aanzien van het ik-gevoel. Wat is dat ik, dat het ik voelt? *Wat* voelt het ik?

De vraag wat voelt het ik suggereert een iets dat onvermijdelijk leidt tot de eerder genoemde valkuil van een oneindige regressie van homunculi. Die suggestie wordt echter niet opgewekt bij de vraag wat voelt mijn angst want dan ben je geneigd te zeggen ik voel mijn angst. Je angstgevoel identificeer je namelijk met jezelf.

Mijn angstgevoel en ik zijn identiek. Mijn angstgevoel ben ik.

Dezelfde gedachtegang kan je ook toepassen op het ik-gevoel, want in welk opzicht verschilt dat gevoel wezenlijk van angstgevoel of van andere gevoelens zoals boosheid en blijdschap?

Op de vraag wat voelt mijn ik kan je zeggen dat je dat ik zelf voelt, ik voel mijn ik. Mijn ik-gevoel en ik zijn identiek. Mijn ik-gevoel *ben* ik.

Metzinger schrijft daarover het volgende: *“Bewuste ervaring is een interface, een onzichtbaar, perfect medium dat een organisme in staat stelt flexibel op zichzelf te reageren. Het is een sturingsmechanisme. De functie ervan is een interne gebruikersinterface te creëren, een ‘alsof’-werkelijkheid. Het filtert informatie, heeft een grote bandbreedte, is ondubbelzinnig en betrouwbaar en genereert een gevoel van aanwezigheid. Nog belangrijker is dat het daarnaast een zelfgevoel genereert. Het zelfmodel lijkt veel op het muispijltje op de virtuele desktop van je pc. Het plaatst je in het middelpunt van een gedragsruimte, van je bewust ervaren wereldmodel, je innerlijke virtuele werkelijkheid. Het geïntegreerde bewuste zelfmodel is een speciaal gedeelte van de hoogdimensionale gebruikersinterface die ontstond in onze hersenen. Het hebben van een zelfmodel is zoiets als adaptieve gebruikersmodellering, zij het dat het op zichzelf gericht is en intern plaatsvindt. Het resulterende ego is in hoge mate een fictieve entiteit, maar het is een wonderbaarlijk efficiënt sturingsinstrument.”*

Het ik verklaard.

Voor elk verschijnsel zijn ongetwijfeld veel verschillende verklaringen te bedenken, maar de ene verklaring is beter dan de andere. Door voortgaand onderzoek is uit te maken welke verklaring het meest aannemelijk is. Zekerheid dat we de juiste verklaring hebben is onhaalbaar maar dat is een algemeen kenmerk van empirische kennis.

Ook empirisch onderzoek naar het ik-gevoel zal misschien wel nooit tot een sluitende conclusie leiden hoewel men thans op het terrein van wat andere mensen doen, denken en voelen de beschikking gekregen heeft over echte wetenschappelijke kennis. Empirisch onderzoek naar mentale toestanden leek voorheen vrijwel onmogelijk omdat niemand in staat was ook maar enigszins de intenties van anderen uit te leggen, maar de ontdekking van bepaalde verzamelingen speciale cellen in de hersenen, die we spiegelneuronen noemen, bieden een plausibele neurofysiologische verklaring voor het ontstaan van ons begrip van andere mensen. Spiegelneuronen helpen ons de handelingen van andere mensen te herkennen en ook de diepste beweegredenen achter die handelingen te herkennen en te begrijpen. Nu is er empirisch bewijs voor handen dat ons brein door middel van spiegelneuronen in staat is op celniveau de mentale toestanden van anderen te begrijpen door deze in onze hersenen te simuleren, te spiegelen.

Spiegelneuronen voeren een onbewuste innerlijke imitatie van de gelaatsuitdrukking van andere mensen uit en tegelijkertijd sturen zij signalen naar de emotionele centra in het limbisch systeem van de hersenen. Door de neurale activiteit in het limbisch systeem, die door deze signalen wordt opgewekt, kunnen we de emoties voelen die met de waargenomen gelaatsuitdrukkingen worden geassocieerd, zoals de blijdschap die wordt geassocieerd met een glimlach en het verdriet met een frons in het gelaat. Nadat we deze emoties intern hebben gevoeld, zijn we in staat ze te herkennen. Doordat we kunnen voelen wat anderen voelen, zijn we ook in staat met mededogen op hun emotionele staat te reageren.

Spiegelneuronen helpen ons de handelingen van andere mensen te herkennen, andere mensen te imiteren, hun bedoelingen en gevoelens te begrijpen. Maar de vraag is hoe de hersenen het gevoel geven dat *ik* het ben die de handeling uitvoert, hoe mijn hersenen mijn handeling van

die van een ander onderscheiden. Als ik mijn kopje van tafel pak terwijl een ander dat ook doet, hoe onderscheiden mijn hersenen dan mijn handeling van die van de ander?

Uit onderzoek blijkt dat in de rechterhersenhelft, in het gebied voor de mentale verbeelding van ons lichaam, het gebied van ons lichaamsbesef, een hogere activiteit plaatsvindt als proefpersonen niet alleen handelen maar ook imiteren. De activiteiten bij handelen en imiteren worden dan als het ware bij elkaar 'opgeteld'. Daarbij valt op te merken dat de activiteit voor het eigen handelen groter is dan voor handelingen van een ander. Zo bevestigen de hersenen het gevoel dat onze handelingen van onszelf zijn.

Ook bij herkenning van het zelf is het spiegelneuronsysteem actiever dan bij herkenning van anderen. Wanneer we een foto van onszelf zien is er sprake van twee ikken die elkaar aankijken wat leidt tot een hogere activiteit in het systeem dan wanneer we een foto zien van een ander. Onze spiegelneuronen vervullen een hoofdrol bij de zelfherkenning en wellicht ook bij het tot stand komen van het ik. Dan zou de activiteit van onze spiegelneuronen het neurale correlaat kunnen zijn van het zelfbesef, van het ik.

Terug naar het kantoor dat volledig in de as is gelegd. Gelukkig is niet alles verloren gegaan want van de administratie is een back-up bestand gemaakt zodat de administratie in het nieuwe gebouw gereactiveerd kan worden. En kan je opnieuw de vraag stellen of er dan nog steeds sprake is van hetzelfde kantoor.

Wanneer, in een gedachte-experiment, de inhoud van aan het ik gerelateerde hersengedeelten gekopieerd wordt naar elders, bijvoorbeeld naar een 'geformatteerd' organisch of artificieel brein, is er dan nog steeds sprake van hetzelfde individu? Zou het in principe mogelijk zijn de dood van het lichaam te overleven door het 'informatiesysteem' van het brein veilig te stellen?

Theoloog en psychiater Labooy denkt dat het logisch onmogelijk is dat een kopie van een individu weer hetzelfde individu zou zijn: *"De set van accidentele eigenschappen is niet de grond van onze individualiteit, al manifesteert onze individualiteit zich daar wel in.*

*Individualiteit is wezenlijk onreproduceerbaarheid: de kern van individualiteit is gelegen in een essentiële eigenschap eigen aan elk ding, die nu juist daarin bestaat dat er een logische contradictie bestaat tussen dit-individu-zijn en gereproduceerd worden."*

Het ik kan als een neurofysiologische activiteit onmogelijk gekopieerd worden. Maar als de overdracht is uitgevoerd kan het nieuwe brein opnieuw een ik voortbrengen in een proces zoals dat bijvoorbeeld door Damasio wordt beschreven en omdat de 'input' van dit zelfproces door het oorspronkelijke individu geleverd is, zal dat nieuwe ik identiek zijn aan het oorspronkelijke ik. Dan is echter geen sprake meer van het oorspronkelijke individu maar ontstaat er een nieuw individu met een levenservaring die voor hem een virtuele werkelijkheid is.

## Geraadpleegde literatuur

- Berger, Herman, 'Over de dood heen, Filosoferen over eeuwig leven', Damon, 2000.
- Bos, Arie, 'Hoe de stof de geest kreeg, De evolutie van het ik', Christofoor, 2010.
- Brink, Dr. G. van den, 'Oriëntatie in de filosofie, Westerse wijsbegeerte in wisselwerking met geloof en theologie', Boekencentrum, 2007.
- Damasio, Antonio, 'De vergissing van Descartes, Gevoel, verstand en het menselijk brein', Wereldbibliotheek, 2006.
- Damasio, Antonio, 'Het zelf wordt zich bewust, Hersenen, bewustzijn, ik', Wereldbibliotheek, 2010.
- Denet, Daniel C., 'Het bewustzijn verklaard', Olympus, 2007.
- Heidegger, Martin, 'Einführung in die phänomenologische Forschung', Gesamtausgabe Band 17, Klostermann, 1994.
- Houben, H.H., 'De roep der Pool, Avonturen en heldendaden der Noordpoolvaarders', Querido, 1929.
- Iacoboni, Marco, 'Het spiegelende brein, Over inlevingsvermogen, imitatiegedrag en spiegelneuronen', Nieuwezijds, 2010.
- Labooy, Guus, 'Waar geest is, is vrijheid, Filosofie van de psychiatrie voorbij Descartes', Boom, 2007.
- Lamme, Victor, 'De vrije wil bestaat niet, Over wie er echt de baas is in het brein', Bert Bakker, 2010.
- Lommel, Pim van, 'Eindeloos bewustzijn, Een wetenschappelijke visie op de bijna-dood ervaring', Ten Have, 2007.
- Metzinger, Thomas, 'De egotunnel, Hersenonderzoek en de mythe van het zelf', Arbeiderspers, 2010.
- Palmer, Donald, 'De grote vragen: inleiding in de westerse filosofie', Het Spectrum, 2001.
- Precht, Richard David, 'Wie ben ik en zo ja, hoeveel? Een filosofische reis', Nieuw Amsterdam, 2009.
- Ramachandran, Vilayanur, 'Het bewustzijn, Een korte rondleiding', Pearson Education Benelux, 2006.
- Schreiber, Flora Rheta, 'Sybil', Bruna, 1986.
- Swaab, Dick, 'Wij zijn ons brein, Van baarmoeder tot Alzheimer', Contact, 2011.