

Onder ons schedeldak blijkt niemand thuis

Hersenwetenschap

Om het raadsel dat bewustzijn heet te ontsluiëren, moet de hersenwetenschapper in gesprek met de mediterende monnik. Wie weet ontdekken ze samen ons ware zelf.

door Rob van Lier

De hersenwetenschap maakt grote sprongen vooruit. Afgelopen weekend werd dit zelfs gevierd met een publieksfestival over het brein. Over de werking van ons bewustzijn weten we echter nog steeds bar weinig. Het is tijd om over de bestaande wetenschappelijke grenzen heen te kijken.

Hoe werken onze hersenen? Waarom hebben wij bewustzijn? Het Brainspotting Festival, afgelopen weekend in Amsterdam, heeft het grote publiek op speelse wijze laten kennismaken met de meest recente wetenschappelijke inzichten. De laatste jaren zijn grote sprongen vooruit gemaakt, dus het feest was zeker gerechtvaardigd. Toch is het maar de vraag of het ultieme inzicht in de aard en werking van ons bewustzijn dichterbij is gekomen. Wellicht is er meer nodig. Er zijn interessante parallellen met inzichten uit bepaalde spirituele tradities.

De wereld zoals wij die zien en ervaren, wordt door ons brein gecreëerd. Elk voorwerp dat wij zien is het resultaat van de waarneming. Onze zintuigen zijn niet zomaar doorgeefluiken tussen 'buiten' en 'binnen'.

De hersenen nemen voortdurend een loopje met ons. Probeer eens je eigen ogen te volgen in de spiegel. Het lukt niet. Het brein verwerkt geen nieuwe informatie tijdens een beweging van de ogen. De beeldjes voor en na de beweging worden door de hersenen rustig aan elkaar geplakt. De tijd ertussenin lijkt verdwenen. Het brein knipt en plakt.

We zijn ons bewust van de wereld door sensaties die ergens in ons hoofd worden gecreëerd. Zonder de bewuste waarnemer hebben eigenschappen zoals kleur en geluid geen betekenis.

Maar wie is dan die waarnemer? Is er een 'ik' dat de wereld inkijkt? Binnen de cognitieve neurowetenschappen lijkt steeds minder plaats te zijn voor zo'n 'zelf'. Onder het schedeldak blijkt niemand thuis. Het organisme kan vergeleken worden met een complexe machine met de vrije wil als bonus-illusie. Zo blijkt uit diverse experimenten dat eenvoudige handelingen al door de hersenen besloten zijn, nog voordat we het idee hebben zelf te beslissen. Dat ontbreken van een zelf lijkt overeen te komen met de eeuwenoude boeddhistische visie of de Indiase *advaita vedanta*. Het geheel aan indrukken, de stroom aan gedachten en impressies, schept de illusie van een 'ik'.

Deze bundeling is niet meer dan een handige truc van het brein. Dat wisten ze in het Oosten allang. Tijd-

Er zijn al universiteiten die ook onderzoek doen naar spiritualiteit

dens meditatie blijkt er vaak alleen aanwezigheid in het hier en nu te zijn. Geen ik, maar wel onbegrensde tijdloze aanwezigheid.

Door modern hersenonderzoek krijgen we steeds meer inzicht in de rol van de hersenen bij de verwerking van zintuiglijke indrukken. De vraag echter waaróm de neurale activiteit in het brein tot zo iets als bewustzijn leidt, is daarmee beslist nog niet beantwoord. Het is zeer de vraag of zelfs volledige kennis over de neurale structuur en werking van de hersenen voldoende is om de kwaliteit van bewustzijn te beschrijven.

Bewustzijn heeft immers te maken met directe ervaring – duizend boeken over de smaak van een banaan vertellen minder over die

smaak dan een enkele hap ervan.

Om toch een poging te doen het bewustzijn volledig te ontrafelen, moet dan ook zoveel mogelijk in de strijd worden geworpen; hightech hersenonderzoek, maar ook gedegen innerlijke observatie. Een begin is reeds gemaakt. Zo zijn er her en der al universitaire samenwerkingsverbanden waarbij hersenonderzoek naar bewustzijn en spiritualiteit centraal staat. Vorig jaar mocht de dalai lama op uitnodiging een lezing houden tijdens het jaarlijkse congres van de Society for Neuroscience, al ging er onder wetenschappers een protestpetitie rond tegen zijn spreekbeurt – tekenend voor de gespannen relatie tussen wetenschap en spiritualiteit.

Gedurfd onderzoek naar de aard van ons bewustzijn zal ons uiteindelijk dwingen om over de grenzen van het 'gezond verstand' heen te kijken. De vragen kunnen zonder meer prikkelend zijn. Waarop doelen boeddhistische monniken bijvoorbeeld als ze zeggen dat tijdens meditatie de notie van tijd verdwijnt en dat de waarnemer en hetgeen wordt waargenomen één worden? Is bewustzijn een (bij)product van de hersenen of is het meer dan dat? Is er een dieper verband tussen bewustzijn en materie?

Wat nodig is, is een kritische, maar niet vooringenomen, aanpak om het raadsel dat bewustzijn heet te ontsluiëren. De hersenwetenschapper en de meditatieve monnik zijn allebei experts in bewustzijn. De route van de hersenwetenschapper is als het ware buitenom, die van de monnik van binnenuit. De samenkomst van deze twee routes kan een enorme creatieve spanning opleveren. Het doel is fantastisch; uiteindelijk is inzicht in bewustzijn equivalent aan inzicht in de ware aard van onszelf en misschien wel van de achterliggende onbekende werkelijkheid. Maar zover is het nog lang niet.

Dr. Rob van Lier is universitair docent en senior onderzoeker aan het Instituut voor Cognitie en Informatie aan de Radboud Universiteit Nijmegen.