

## De mens als toneelspeler

**In alledaags taalgebruik over het 'zelf' sluimert nog steeds de notie van een ziel die losstaat van het lichaam, stelt Marjan Slob. Inzichten uit biologie en neurofilosofie halen dat idee volgens haar onderuit. Maar wat is het zelf dan wél?**

Mensen verlangen ernaar dat hun ervaringen met elkaar samenhangen en coherentie vertonen. Zelfs tegen beter weten in. Dat valt op te maken uit de *'rubber hand illusion'*, een in de neurofilosofie beroemd experiment waarbij een rubberen nehand voor je op tafel wordt gelegd terwijl je echte hand uit zicht verdwijnt (bijvoorbeeld achter een schotje). Wat blijkt: als je iemand met een kwastje over die kunsthand ziet strijken terwijl er tegelijkertijd over je verstopte hand wordt geaaid, voel je na ongeveer elf seconden dat die kunsthand 'bij jou hoort'. Je hebt dus een gewaarwording van je 'zelf' in die kunsthand.

In die elf seconden ben je echt niet gek geworden. Je weet best dat de nehand niet aan jouw lichaam vastzit. Maar het voelt niet langer zo. Neurofilosofen verklaren dit verschijnsel door te suggereren dat mensen mentaal de eenheid willen bewaren tussen hun tactiele en hun visuele gewaarwordingen. Het experiment laat zien dat wij bekende feiten ('die nehand zit niet vast aan mijn lichaam en kan ik dus onmogelijk voelen') al na een paar seconden opofferen om ons beeld van onszelf maar in stand te kunnen houden.

Het experiment vraagt daarmee om nieuwe reflectie op wat het 'zelf' nu eigenlijk is. Wij krijgen met de papelepel ingegoten dat ieder van ons een zelf heeft (of is). Zo spreken we elkaar aan, zo behandelen we elkaar. We gaan op cursus om het te vinden en te ontwikkelen. Het verliezen van een 'zelf' is wat we eventueel betreuren als we denken aan onze dood. En toch zijn we kennelijk bereid om dat 'zelf' al na luttele seconden ergens buiten ons eigen lichaam te plaatsen.

### Gevoel van eenheid

Voor sommigen is het 'zelf' een gesecculariseerde versie van het christelijke idee van een onsterfelijke, onveranderlijke ziel. Zij zullen naar aanleiding van de rubberenhand-illusie moeten verklaren hoe zo'n zelf dat het lichaam bezielt al bij leven buiten het lichaam kan treden – en wat op zo'n moment dan de status van het lichaam is. Persoonlijk geloof ik niet in een onsterfelijke ziel; ik denk dat mensen een product zijn van de evolutie. De vraag die dan rijst: waarom is er eigenlijk een besef van een 'zelf' ontstaan in levende wezens? Hoe moet je dat zelf begrijpen, en wat kan het evolutionaire nut daarvan zijn?

Het gebruikelijke antwoord in de filosofie van de biologie gaat ongeveer als volgt: het zelf is een beeld dat een organisme voor zichzelf opstelt om dat organisme een gevoel van eenheid te geven. Dat heeft praktisch nut. Als een dier 'zichzelf' niet zou ervaren, zou het zomaar aan zijn eigen lichaam kunnen gaan knabbelen als het honger heeft. Een lichaam dat zichzelf begrijpt als een eenheid kan zich bovendien los zien van de omgeving. Het kan nadenken over wat het wil bereiken in die wereld buiten het eigen lichaam.

Vanuit dezelfde denktrant verklaren neurofilosofen het 'bewustzijn'. Heel wat handelingen verrichten dieren routineus, zonder veel nadenken, stellen ze. Maar om een complex doel te bereiken, moet je ongelijksoortige informatie met elkaar combineren. Alleen dan kun je een tactiek of route bedenken die verder gaat dan ingesleten gewoontes. Dit vergt zoveel tijd en hersenenenergie dat je je op zo'n moment bewust wordt van die hersenactiviteit. Opeens gaat binnen het licht aan.

### Zelfbewustzijn

Dat licht van binnen is een geweldig fenomeen, maar uniek aan mensen is het niet. Ook andere dieren hebben een beeld van hun omgeving en 'weten' dat ze in de wereld zijn - anders zouden ze

niet kunnen jagen. Maar dat betekent nog niet dat bijvoorbeeld wolven ook beseffen dat ze bestaan – dat wil zeggen, dat zij hun bewustzijn beleven als *hun* bewustzijn. Dat besef vergt nog een extra denkstap. Wij mensen zetten die stap (zo nu en dan). Op zo'n moment is je lichaam zich dus bewust van zijn model van 'zichzelf'.

Dat opent een gigantische ruimte vol mogelijkheden: je kunt opeens gaan fantaseren over wie je wilt zijn en wat je wilt worden. Mensen zijn daar ware meesters in. In onze dromen, plannen en verhalen projecteren we ons zelf naar hartenlust in tijden en naar plekken waar we soms nog nooit geweest zijn, en die misschien niet eens bestaan. Dat maakt ons tot listige strategen, die andere dieren wegconcurreren. Evolutionair gezien is dat de extra energie die het opstellen van zo'n 'model van het zelf' kost wel waard.

Dit zal voor velen onwennig klinken. Je bent al snel geneigd te vragen: 'Maar wacht eens even, *wat* in ons is het dan dat zo'n model van het zelf opstelt?' Onze taal duwt je gedachten die kant uit. Maar het is misschien de verkeerde vraag. Een lichaam kan volgens neurofilosofen best een 'model van het zelf' opstellen zonder dat een 'zelf' (dus los van, anders dan het lichaam) dat doet. Het zelf is geen 'ding' vanbinnen. Het zelf is eerder een bepaald bewustzijns patroon, een simulatie die een lichaam voor het gemak van dat lichaam maakt – niets meer en niets minder. Dat dit zo raar klinkt, is omdat deze manier van praten wringt met onze dagelijkse taal. Daarin heeft de metafysica van het christendom, met haar onsterfelijke ziel in een vergankelijk lichaam, zich diep ingevreten. Zo bezien vertonen neurofilosofen meer affiniteit met het boeddhisme, waarin het zelf een (functionele) illusie is.

## **Toneel**

Hoe moet je dat zelf nu beschrijven in een herkenbare taal zonder in de val van de christelijke metafysica te trappen – dus zonder het als 'een ding van binnen' te presenteren? De Canadese socioloog Erving Goffman brengt uitkomst. Hij ontwikkelde halverwege de vorige eeuw zijn zogenoemde 'dramaturgische perspectief' op het menselijk handelen. Elke situatie waarin je als mens verzeild kunt raken, ziet Goffman als een soort toneel waarop je een rol speelt. De mogelijkheden van de metafoor zijn eindeloos, en Goffman heeft prachtige en vermakelijke studies gedaan naar hoe mensen zich op verschillende 'podia' gedragen.

Het interessante aan Goffmans perspectief is dat hij een heel originele invulling geeft aan het zelf. Volgens Goffman gaat een lichaam zich gaandeweg 'ik' noemen doordat het de opeenvolgende rollen die het speelt leert te internaliseren. In Goffmans voorstelling van zaken begrijp je als mens gaandeweg dat je verschillende rollen speelt. Je leert variëren tussen die rollen en ze te beheren door jezelf een 'zelf' te noemen. 'Ik' is dus een woord dat coherentie geeft aan die verzameling rollen.

Het mooie en bevrijdende van Goffman is voor mij de denkbeweging. Bij hem is er niet een 'ik' of 'zelf' dat zichzelf op een of andere manier op een toneel moet gaan leren manifesteren – nee, er is een lichaam dat bij geboorte op het wereldse toneel wordt geworpen, en de verschillende rollen intern leert organiseren met behulp van dat concept 'ik'. Waar de oude metafysica dus start met een 'zelf' dat van binnenuit een beweging naar buiten maakt, suggereert Goffman dat het allemaal begint met een lichaam dat gaandeweg een binnenwereld creëert en zich leert ervaren als een 'zelf'. 'Het zelf is een dramatisch effect dat diffuus oprijst uit een scène', concludeert Goffman in de laatste pagina's van zijn hoofdwerk *The Presentation of Self in Everyday Life* (1956). Een paar regels later presenteert hij het zelf als een 'pin' waaraan een tijdje lang iets wordt opgehangen. Het zelf als een soort kapstok waaraan je verschillende rollen en identiteiten hangt, als waren het jassen. Of, meer in stijl, toneelkostuums. Het is een voorstelling van zaken die opmerkelijk goed aansluit bij de laatste inzichten van de neurofilosofie.