

Being You

A New Science of Consciousness — Anil Seth

Door Kirsten Hutsch

Waar komt onze ervaring vandaan? Hoe kan het dat de activiteit van miljarden neuronen resulteert in kleur, geluid, emotie, herinnering — in het gevoel iemand te zijn?

In *Being You* onderzoekt neurowetenschapper Anil Seth deze vragen vanuit het perspectief van de hedendaagse hersenwetenschap. Hij opent met het klassieke ‘hard problem’ van het bewustzijn: waarom zien we, wanneer we naar een brein kijken, geen ervaringen? We zien geen roodheid, geen pijn, geen innerlijke monoloog, maar alleen biologisch weefsel. Toch *is* daar ervaring. Hoe verhouden die twee zich tot elkaar?

Seth stelt voor om dit mysterie niet direct metafysisch te benaderen, maar stap voor stap te onderzoeken hoe het brein ervaring voortbrengt. Zijn centrale idee is dat het brein geen passieve ontvanger is van zintuiglijke informatie, maar een voorspellingsmachine. Wat wij waarnemen is geen directe registratie van de wereld, maar het resultaat van voortdurende voorspellingen die worden bijgesteld door sensorische input. Hij vat dit samen in de formulering: “*perception is a controlled hallucination.*”

Dat betekent niet dat de wereld verzonnen is, maar dat wat wij ervaren altijd een geïnterpreteerde versie is van wat er gebeurt. We hebben geen toegang tot ruwe data; we ervaren alleen de beste gok van ons brein over wat de oorzaak is van de signalen die het ontvangt.

Wat dit boek bijzonder maakt, is dat Seth zijn eigen positie — een vorm van fysisch naturalisme — helder uiteenzet, terwijl hij tegelijk verschillende filosofische benaderingen bespreekt. Hij erkent de hardnekkigheid van het ‘hard problem’ en probeert het niet weg te wuiven, maar te herformuleren. Zijn benadering is breed: van evolutiebiologie tot kunstmatige intelligentie, van de ervaring van kleur tot het gevoel van vrije wil. Daardoor is het boek niet alleen relevant voor neurowetenschappers, maar voor iedereen die zich bezighoudt met ervaring, verbeelding en werkelijkheid.

Voor mij was *Being You* belangrijk tijdens mijn theoretische onderzoeksperiode bij CrossYart, waarin ik de relatie onderzocht tussen perceptie, realiteit en representatie. Mijn werk beweegt zich rond de vraag waar een object eindigt en zijn afbeelding begint — hoe materie en beeld voortdurend in elkaar overlopen. Seths beschrijving van perceptie als een actief constructieproces gaf mij een wetenschappelijke inkadering van iets wat ik in mijn praktijk intuïtief al onderzocht: dat wat wij ‘zien’ nooit louter gegeven is, maar mede wordt gegenereerd.

Tegelijkertijd riep het boek voor mij ook vragen op. Seth positioneert zich duidelijk binnen een fysisch wereldbeeld: bewustzijn ontstaat uit materiële processen. In de rest van mijn studie bewoog ik mij langs filosofische posities waarin juist het omgekeerde wordt onderzocht — de mogelijkheid dat bewustzijn fundamenteeler is dan materie. Dit maakte inzichtelijk dat het in mijn werk niet alleen om perceptie gaat, maar ook om ontologie: niet alleen *hoe* wij ervaren, maar wat de status is van wat verschijnt.

Voor kunstenaars is *Being You* geen technisch handboek, maar een uitnodiging om anders naar ervaring te kijken — om perceptie te begrijpen als een creatief, voorspellend proces. Wat wij maken — beelden, teksten, bewegingen, klanken — speelt zich niet af tegenover een stabiele wereld, maar binnen een dynamisch veld van interpretatie en verwachting.

Being You verschuift daarmee de vraag van “wat is echt?” naar “hoe ontstaat ervaring?”

En juist die verschuiving maakt het boek relevant voor iedereen die zich bezighoudt met het vormgeven van ervaringen — in kunst, in onderzoek, of in het dagelijks leven.