

## Het algoritme in ons brein

We zijn in de afgelopen jaren allemaal bekend geraakt met het woord algoritme. Algoritmes zitten tegenwoordig in allerlei digitale computersystemen, kleine systeempjes die informatie verzamelen en verwerken. Tegenwoordig zijn algoritmes zelfs zelflerend, dus de [gevolgen van] de toepassing ervan, ook in de toekomst, zijn enorm. We komen ze al heel gauw tegen wanneer we op het internet gaan, bijvoorbeeld naar YouTube. Kijk naar een filmpje en de volgende keer wanneer je YouTube bezoekt, zie je opeens aan de zijkant allerlei suggesties die in lijn zijn met waar je voorheen naar gekeken hebt. En dat is op zich wel handig want dan hoef je niet door het hele bestand van YouTube te struinen om dat te vinden waar je op dat moment geïnteresseerd in bent.

Algoritmes zijn niet zo goed in loslaten want wanneer je interesse verschuift, blijft het algoritme nog een hele tijd suggesties aanbieden van je oude belangstelling. Het kan zelfs nog jarenlang doorgaan. Ze kunnen je natuurlijk ook in een 'loopje' [engels], in een cirkel doen belanden en dat kan met name schadelijk zijn wanneer je naar iets kijkt wat onheilzaam is. Het algoritme houdt daar geen rekening mee dus je krijgt steeds weer hetzelfde aangeboden, filmpjes die met dat onheilzame overeenkomen.

In zekere zin heeft een ieder van ons ook een algoritme werkzaam in zijn brein want we zien daar eigenlijk eenzelfde soort patroon plaatsvinden. Waar je interesse naar toe gaat, daar omheen vormen zich de gedachten en emoties en dan, wanneer je rustig gaat zitten, stil wilt zijn, geeft het algoritme in je brein toch nog allerlei opties waar je over kunt nadenken die overeenkomen met waar je voorheen over gedacht hebt.

Als we heel goed kijken zien we dat ook dat algoritme in het brein moeite heeft met los te laten. Want wie kent het niet, dat er soms nog gedachten of beelden door je heen komen die je eigenlijk al jarenlang hebt, misschien zelfs vanuit de kindertijd. En ook daar kunnen we in een 'loopje' terechtkomen, in een vicieuze cirkel wat op zich schadelijk kan worden wanneer het onheilzame cirkeltjes worden, dat we in een bepaald patroon van denken en voelen blijven hangen. Het algoritme in het brein zal eenvoudigweg steeds meer aanbieden. En steeds wanneer we er op ingaan, wordt het algoritme, net zoals bij YouTube, weer nieuwe energie gegeven, een nieuw impuls.

Wanneer we gaan zitten laten we gaan, laten we los. Wanneer we naar de muur kijken zien we hoe dit zich in ons brein afspeelt, dit kleine algoritme in het brein. Dus het vraagt een beetje geduld om het algoritme als het ware op te schonen, want dat is wat gebeurt wanneer we steeds weer even loslaten, wanneer we laten gaan. Het is alsof het geheugen van het algoritme wordt opgeschoond.

Na verloop van tijd gaan we dit merken. Dat er heel even geen optie meer wordt geboden door het algoritme, maar dat er werkelijk een rust is, een stilte in onszelf. Natuurlijk, dan staan we op en voordat je het weet raken we toch weer betrokken bij wat zo in ons is opgekomen.

Maar steeds wanneer je loslaat, al is het maar voor een kort moment, ze tellen want dit is hoe algoritmes werken.

Dus laten we zitten en loslaten, stil zijn. Hiermee schonen we als het ware de geest op wat uiteindelijk zal leiden tot een stilte en een vrede en een heilzaamheid. Want alle verdriet dat veroorzaakt wordt mensen in de wereld, al het lijden, alle vreselijkheden zoals we ook vandaag herdenken met de holocaust-herdenking, het komt allemaal voort omdat we onszelf verliezen in een onheilzame cirkel die met iets heel kleins begint. Net zoals bij YouTube, kijk naar één filmpje en het algoritme heeft je eigenlijk al te pakken. Kan je het naar heilzaamheid omvormen, naar mededogen en wijsheid, of laat je je vangen en blijf je bevangen. In die zin is het zitten zelf werkelijk de weg naar bevrijding, niet alleen voor jezelf maar voor de ander en voor de wereld.

\* \* \* \* \*

*Eerw. Baldwin Schreurs  
Zondag 29 januari 2023*