

# Inhoud

Proloog	11
<b>Deel een</b> (Jezelf) begrijpen	
Hoofdstuk een De methodologie van het brein	21
Hoofdstuk twee De bovenkamer: wat is het, en wat zit erin?	45
<b>Deel twee</b> Van observatie naar verbeeldingskracht	
Hoofdstuk drie Het inrichten van de bovenkamer: de kracht van observeren	99
Hoofdstuk vier Het verkennen van de bovenkamer: de waarde van creativiteit en verbeeldingskracht	165

## **Deel drie**

De kunst van het deduceren

Hoofdstuk vijf 229  
Je weg vinden door de bovenkamer: deductie vanuit  
de feiten

Hoofdstuk zes 273  
De bovenkamer op orde houden: we houden nooit op  
met leren

## **Deel vier**

De kunst en wetenschap van de zelfkennis

Hoofdstuk zeven 309  
De dynamische bovenkamer: alles tot een geheel  
smeden

Hoofdstuk acht 333  
We zijn maar mensen

Epiloog 366  
Dankbetuiging 381  
Voor verdere studie 384  
Register 391

## Proloog

Toen ik klein was, las mijn vader ons voordat we naar bed gingen vaak voor uit Sherlock Holmes. Mijn broer maakte nogal eens van de gelegenheid gebruik door onmiddellijk in zijn hoek van de bank in slaap te vallen, maar de rest van ons zat altijd ingespannen te luisteren. Ik herinner me nog de grote leren leunstoel waarin mijn vader zat, terwijl hij het boek met één hand voor zich hield en het haardvuur in de weerkaatsing van zijn zwart omrande brillenglazen danste. Ik herinner me de variaties die hij in zijn stem legde, terwijl de spanning bijna ondraaglijk was, totdat eindelijk, eindelijk de langverwachte ontknoping kwam, alles op zijn plaats viel en ik mijn hoofd schudde, net als Watson, en dacht: Natuurlijk... het is allemaal zo duidelijk nu hij het zegt. Ik herinner me de geur van de pijp die mijn vader af en toe rookte: een fruit- en aardechtig mengsel dat zich nestelde in de plooien van de leren stoel en zich door de vitrages en de openstaande tuindeuren verspreidde tussen de schaduwen van de nacht. Uiteraard had hij een kromme pijp, net als Holmes. En ik herinner me die laatste klap waarmee hij het boek dichtsloeg, waardoor de dikke bladzijden weer samenkamen tussen het dieprode omslag, terwijl hij zei: 'Dat was het voor vanavond.' En hup, daar gingen we – hoeveel we

ook smeekten en hoe zielig we hem ook aankeken. Naar boven, naar bed.

En dan is er nog datgene wat zó diep in mijn hersenen is doorgedrongen dat het zich daar heeft verankerd en me nog jaren is blijven achtervolgen, ook toen de rest van de verhalen allang naar de achtergrond was verdwenen, en ik de avonturen van Holmes en zijn trouwe metgezel al bijna was vergeten: de trap treden.

De treden van de opgang die uitkwam bij Baker Street 221B. Hoeveel waren het er precies? Deze vraag stelde Holmes aan Watson in 'A Scandal in Bohemia', en sindsdien heeft hij me nooit meer losgelaten. Terwijl ze in hun identieke fauteuils zitten, legt de detective aan de arts uit wat het verschil is tussen 'zien' en 'observeren'. Watson is met stomheid geslagen. Maar dan wordt alles hem opeens volkomen duidelijk:

'Als ik je de dingen hoor uitleggen,' merkte [Watson] op, 'lijkt het mij altijd zo lachwekkend eenvoudig, alsof ik het zelf ook makkelijk zou kunnen doen, hoewel ik bij elke stap in je redenering perplex sta totdat je hem hebt toegelicht. En toch geloof ik dat mijn ogen net zo goed zijn als de jouwe.'

'Dat is ook zo,' antwoordde Holmes, terwijl hij een sigaret opstak en zich in een leunstoel liet vallen. 'Je ziet, maar je observeert niet. Er is een duidelijk verschil. Je hebt bijvoorbeeld heel vaak de treden gezien van de trap die van de gang naar deze kamer leidt.'

'Heel vaak.'

'Hoe vaak?'

'Zeker wel een paar honderd keer.'

'Hoeveel zijn het er dan?'

'Hoeveel? Dat weet ik niet.'

‘Precies! Je hebt ze gezien, maar niet geobserveerd. Dat is precies wat ik bedoel. Ik weet dat er zeventien treden zijn, omdat ik ze zowel gezien als geobserveerd heb.’

Toen ik dit gesprekje voor het eerst hoorde, op een van die in pijprook gehulde avonden bij de open haard, ging er een schok door me heen. Koortsachtig probeerde ik me te herinneren hoeveel traptreden er bij ons thuis waren (ik had geen flauw idee), hoeveel er naar onze voordeur leidden (er schoot me helemaal niets te binnen) en hoeveel naar de kelder (tien? twintig? Ik kon zelfs geen schatting maken). En ook nog heel lang daarna probeerde ik waar ik maar kon traptreden te tellen, waarbij ik me steeds het precieze aantal inprentte voor het geval iemand ooit een beroep op me zou doen. Holmes kon trots op me zijn.

Natuurlijk vergat ik prompt alle getallen die ik zo ijverig probeerde te onthouden. Pas later besepte ik dat ik, juist door zo intens te focussen op het onthouden, de plank volledig had misgeslagen. De hele onderneming was van het begin af aan tot mislukken gedoemd geweest.

Wat ik toen nog niet doorhad, was dat Holmes een hemelsbrede voorsprong op mij had. Hij was al bijna zijn hele leven bezig met het perfectioneren van een methode voor een aandachtige interactie met zijn omgeving. Dat met die trap bij hem thuis? Dat was gewoon een manier om indruk te maken met iets wat hij inmiddels zo goed beheerste dat hij er niet eens meer bij na hoefde te denken. Een nonchalante uiting van een proces dat zich aan de lopende band, vrijwel onbewust, voltrok in zijn voortdurend actieve geest. Een trucje als het ware, dat niet zoveel om het lijf had, maar dat juist heel veel betekende zodra je wist waardoor het mogelijk werd gemaakt. Een trucje waaraan ik uiteindelijk een boek heb gewijd.

Het idee van mindfulness is zeker niet nieuw. Al aan het einde van de negentiende eeuw schreef William James, de vader van de moderne psychologie: ‘Het vermogen om de versnipperde aandacht doelbewust bij te sturen, telkens opnieuw, staat aan de basis van beoordelingsvermogen, karakter en wilskracht. [...] Een opleiding die dit vermogen kan verbeteren zou de opleiding par excellence zijn.’ In feite is dit vermogen de essentie van mindfulness, en zou de opleiding die James voorstelt een opleiding moeten zijn die ons leert om ons leven en denken aandachtig te benaderen.

In de jaren zeventig toonde Ellen Langer aan dat een aandachtige manier van denken er zelfs voor kan zorgen dat oudere mensen zich jonger gaan voelen en gedragen; bovendien kunnen hun cognitieve en vitale functies, zoals de bloeddruk, erdoor verbeteren. Recent onderzoek heeft aangetoond dat meditatie, ook al is het maar een kwartier per dag, een patroon van frontale hersenactiviteit kan veroorzaken dat in verband wordt gebracht met positief denken en probleemoplossingsgerichtheid, en dat contact met de natuur, ook als het maar heel even duurt, ons scherpzinniger, creatiever en productiever kan maken. Verder wordt het steeds duidelijker dat ons brein niet is gemaakt om te multitasken, iets wat sowieso onverenigbaar is met mindfulness. Wanneer we verschillende dingen tegelijkertijd moeten doen, doen we niet alleen elk van die dingen minder goed, maar neemt ons geheugen af en loopt ons algehele gevoel van welbevinden een merkbare knauw op.

Maar voor Sherlock Holmes is mindfulness alleen nog maar het begin. Het is een middel om tot een nog veel groter, praktischer en bevredigender doel te komen. Eigenlijk geeft Holmes ons precies datgene wat William James zo graag had

gezien: een opleiding die ons vermogen tot mindfulness verbetert en ons leert om dit vermogen te gebruiken om meer te bereiken, beter na te denken en meer gefundeerde beslissingen te nemen. In de breedste zin is het een middel om ons besluitvormings- en beoordelingsvermogen te verbeteren door gebruik te maken van de meest elementaire bouwsteen van onze geest.

Door te wijzen op het verschil tussen ‘zien’ en ‘observeren’ zegt Holmes eigenlijk tegen Watson dat hij onoplettendheid nooit mag aanzien voor mindful, passiviteit nooit voor een actieve betrokkenheid. Zien doen we automatisch. Het is een zintuiglijk proces dat ons geen enkele inspanning kost, behalve dan het openen van onze ogen. We zien bovendien onbewust; we nemen talloze elementen uit onze omgeving in ons op, zonder dat per se tot ons doordringt wat die elementen zijn. Soms hebben we niet eens door dat we iets zagen, terwijl het zich recht voor onze neus bevond. Maar als we observeren, worden we gedwongen goed op te letten. Het passieve absorberen moet plaatsmaken voor een actief bewustzijn. We moeten betrokken zijn. Dat geldt voor alles: niet alleen voor wat we zien, maar voor elk gevoel, elke indruk, elke gedachte.

We zijn maar al te vaak verbazingwekkend onbedachtzaam als het aankomt op ons eigen denken. Vrolijk koersen we voorwaarts, zonder te beseffen wat we allemaal missen, hoe weinig we begrijpen van ons eigen denkproces, en hoeveel capabeler we hadden kunnen zijn als we maar de tijd hadden genomen voor inzichten, voor bespiegeling. Net als Watson sjokken we tientallen, honderden, duizenden keren dezelfde trap op, meerdere malen per dag, en toch kunnen we ons nog niet eens de meest simpele details ervan voor de geest halen (ik had niet gek opgekeken als Watson net zo sprake-

loos was geweest bij de vraag over de kleur van de trap als bij die over het aantal treden).

Het is niet zo dat we het niet kunnen; we kiezen er alleen voor om het niet te doen. Denk maar eens terug aan je kindertijd. Er is een grote kans dat, als ik je zou vragen om iets te vertellen over de straat waar je bent opgegroeid, je nog van alles te binnen schiet. De kleuren van de huizen. De rare trekjes van sommige burens. De geur van de seizoenen. Hoe anders de straat was op de verschillende momenten van de dag. Waar je altijd speelde. Waar je liep. Waar je niet durfde te lopen. Je kunt vast nog uren doorgaan.

Als kind zijn we ons buitengewoon bewust van onze omgeving. De snelheid waarmee we informatie in ons opnemen en verwerken, bereiken we daarna nooit meer. Nieuwe beelden, geluiden, geuren, mensen, emoties, ervaringen: we maken kennis met onze wereld en de mogelijkheden die hij biedt. Alles is nieuw, alles is spannend, alles maakt nieuwsgierig. En doordat alles om ons heen zo nieuw is, zijn we buitengewoon alert, worden we volledig in beslag genomen en nemen we het allemaal in ons op. Bovendien onthouden we dingen: omdat we gemotiveerd en betrokken zijn (twee eigenschappen die nog vaak ter sprake zullen komen) pikken we niet alleen veel meer op dan we ooit nog later zullen doen, maar slaan we het op voor later. Wie weet wanneer het nog van pas komt.

Naarmate we ouder worden neemt de blaséfactor echter met grote sprongen toe. *Been there, done that*; hier hoef ik geen aandacht aan te besteden, en waar heb ik dát nou ooit nog voor nodig. Binnen de kortste keren hebben we die aangeboren oplettendheid, betrokkenheid en nieuwsgierigheid van ons afgeworpen en verruild voor een hele reeks passieve, ach-



teloze gewoontes. En zelfs al zouden we beter willen opletten, de luxe die we als kind hadden hebben we nu niet meer. De tijd dat onze voornaamste taak bestond in dingen leren, in ons opnemen en erop reageren is voorbij; er wordt nu door andere, dringender verantwoordelijkheden (denken we) beslag op ons gelegd. En hoe meer beslag er wordt gelegd op onze aandacht – zeker niet ondenkbaar, gezien de groeiende druk om te multitasken in een digitale vierentwintiguursmaatschappij – hoe sterker onze werkelijke aandacht afneemt. Daardoor zijn we steeds minder in staat om onze eigen denkpatronen te onderscheiden, en worden onze oordelen en beslissingen steeds meer bepaald door ons brein in plaats van andersom. En hoewel dat niet per se slecht is – sterker nog: we zullen het nog vaak hebben over de noodzaak om van bepaalde mentale handelingen die eerst nog veel moeite kosten automatische processen te maken – lijkt het gevaarlijk veel op achteloosheid. De scheidslijn tussen efficiency en gedachteloosheid is erg dun, en we moeten uitkijken dat we er niet overheen gaan.

Het is je ongetwijfeld wel eens overkomen dat je iets moest doen wat afweek van je vaste routine, en je er opeens achter kwam dat je het was vergeten. Stel: je moet na je werk nog even langs de apotheek. De hele dag door denk je eraan. Je bereidt je erop voor; je ziet zelfs de afslag voor je die je moet nemen om er te komen, een kleine omweg van je gebruikelijke route. En toch kom je thuis aan zonder dat je ooit bij de apotheek bent geweest. Je bent vergeten om die afslag te nemen, en je kunt je zelfs niet herinneren dat je erlangs reed. De gewoonte heeft zich gedachteloos van je meester gemaakt; de routine heeft het gewonnen van dat deel van je geest dat wist dat er nog iets anders moest gebeuren.

Het gebeurt zo vaak. Je raakt zó gewend aan een bepaald pa-

troon dat je hele stukken van je dag doorbrengt in een afwezig waas (en als je nog aan je werk loopt te denken, inzit over een e-mail of alvast bedenkt wat je straks moet gaan koken, kun je het al helemaal vergeten). Die automatische vergeetachtigheid, die allesoverheersende routine en dat gemak waarmee je wordt afgeleid vormen nog maar het kleinste onderdeel – zij het een nogal merkbaar onderdeel, omdat we de luxe hebben om te beseffen dat we iets vergeten zijn te doen – van een veel groter fenomeen. Maar het gebeurt veel vaker dan we kunnen aangeven, en meestal zijn we ons niet eens bewust van onze eigen achteloosheid. Hoeveel gedachten fladderen er niet je hoofd in en uit zonder dat je erbij stilstaat? Hoeveel ideeën en inzichten zijn je niet ontgaan omdat je even niet oplette? Hoeveel beslissingen heb je niet genomen en hoeveel meningen heb je niet gevormd zonder te beseffen hoe of waarom, aangestuurd door standaardinstellingen in je hoofd waarvan je je maar vaag of helemaal niet bewust bent? Hoeveel dagen zijn er niet geweest waarop je je opeens afvroeg wat je ook alweer aan het doen was, of hoe je ergens terecht was gekomen?

Dit boek biedt hulp. Op basis van de methodes van Holmes verkent en verklaart het de stappen die nodig zijn om denkgewoontes te ontwikkelen die je in staat stellen mindful te kijken naar jezelf en je omgeving. Zodat ook jij straks dat aantal trap-treden even terloops uit je mouw schudt en zo indruk maakt op je minder wakkere gezelschap.

Doe de open haard dus maar aan, kruip op de bank, en maak je gereed om Sherlock Holmes en John H. Watson te vergezellen op hun avonturen door de van misdaad vergeven straten van Londen – en tot in de diepste krochten van de menselijke geest.

DEEL EEN

*(Jezelf) begrijpen*

## HOOFDSTUK EEN

# De methodologie van het brein

Er was iets mysterieus aan de hand met de dieren van Great Wyrley. Schapen, koeien, paarden: een voor een vielen ze midden in de nacht dood neer. De doodsoorzaak was telkens een lange, oppervlakkige snijwond over de buik, met een langdurige en pijnlijke bloeding tot gevolg. De boeren waren woest; de inwoners ontdaan. Wie zou zulke weerloze dieren nou zo willen toetakelen?

De politie meende te weten wie erachter zat: George Edalji, de half-Indiase zoon van de plaatselijke dominee. In 1903 werd de zevenentwintigjarige Edalji veroordeeld tot zeven jaar dwangarbeid voor een van de zestien gevallen van ernstige dierenmishandeling – die van een pony waarvan het kadaver was aangetroffen in een kuil vlak bij de pastorie. Het maakte niets uit dat de dominee zwoer dat zijn zoon had liggen slapen op het tijdstip van het misdrijf. Of dat er nadat George was opgepakt nog meer dieren waren gedood. Evenmin dat het voornaamste bewijs bestond uit anonieme brieven die hij zelf zou hebben geschreven en waarin George als schuldige werd aangewezen. De politie, onder leiding van commandant George Anson, het hoofd van de politie van Staffordshire, was ervan overtuigd de juiste man te hebben.

Drie jaar later werd Edalji vrijgelaten, nadat het ministerie

van Binnenlandse Zaken twee petitie's had ontvangen waarin zijn onschuld werd bepleit op grond van een gebrek aan bewijs – de ene met tienduizend handtekeningen, de andere afkomstig van een groep van driehonderd juristen. Hiermee was de kous echter nog niet af. Edalji mocht dan een vrij man zijn, officieel was hij nog steeds schuldig. Vóór zijn arrestatie was hij advocaat geweest; nu kon hij niet eens meer aan de slag bij zijn eigen praktijk.

In 1906 zat het George Edalji eindelijk mee: Arthur Conan Doyle, de beroemde bedenker van Sherlock Holmes, raakte geïnteresseerd in zijn zaak. Die winter spraken Conan Doyle en Edalji met elkaar in het Charing Cross Hotel in Londen. Daar, in de lobby, werd elke twijfel die Sir Arthur misschien nog had over de onschuld van de jongeman weggenomen. Zoals hij later schreef:

Hij was volgens afspraak naar mijn hotel gekomen; ik was echter iets later, en hij zat de krant te lezen om de tijd te doden. Ik herkende hem aan zijn donkere gezicht, en bleef even staan om hem te observeren. Hij hield de krant vlak voor zijn ogen en enigszins naar de zijkant, waaruit niet alleen een hoge mate van bijziendheid bleek, maar ook een cilindrische oogafwijking. Het idee dat zo iemand 's nachts de velden zou afstruinen, vee zou mishandelen en daarbij steeds uit handen van een waakzame politie zou weten te blijven, was bespottelijk... Daarin, in die ene fysieke tekortkoming, lag zo goed als zeker zijn onschuld.

Conan Doyle zelf was overtuigd, maar hij wist dat dit nog niet genoeg zou zijn om het ministerie van Binnenlandse Zaken wakker te schudden. Dus reisde hij af naar Great Wyrley om

bewijs voor de zaak te verzamelen. Hij ondervroeg dorpsbewoners. Hij onderzocht de plaatsen delict, het bewijsmateriaal en de omstandigheden. Hij sprak met een zich steeds vijandiger gedragende commandant Anson. Hij bezocht de oude school van George. Hij bekeek oude dossiers over anonieme brieven en pesterijen aan het adres van zijn familie. Hij spoorde de handschriftdeskundige op die had vastgesteld dat Edalji's handschrift overeenkwam met dat van de anonieme brieven. Uiteindelijk vatte hij zijn bevindingen samen voor het ministerie.

Het bloed op de scheermesjes? Gewoon oude roestvlekken; bovendien konden zulke mesjes niet het soort wonden hebben veroorzaakt waaraan de dieren waren bezweken. De modder op Edalji's kleren? Niet afkomstig van het veldje waar de pony was gevonden. De handschriftdeskundige? Die bleek zich in het verleden een aantal keren te hebben vergist, met als gevolg dat de verkeerde personen waren veroordeeld. En dan was er natuurlijk nog de kwestie van het gezichtsvermogen: zou iemand met bijziendheid en een ernstige cilindrische oogafwijking echt zijn weg kunnen vinden over een nachtelijk terrein om vervolgens ook nog dieren toe te takelen?

In de lente van 1907 werd Edalji eindelijk gezuiverd van alle blaam. Het was niet de onverdeelde overwinning waarop Conan Doyle had gehoopt – George werd niet gecompenseerd voor zijn arrestatie en de tijd die hij had vastgezet – maar het was tenminste iets. Edalji werd weer toegelaten tot zijn advocatenpraktijk. De onderzoekscommissie was van mening, zo vatte Conan Doyle samen, dat 'de politie haar onderzoek niet was begonnen en had uitgevoerd om erachter te komen wie de schuldige was, maar om een zaak op te bouwen tegen Edalji, wiens schuld in haar ogen reeds vaststond'. In

augustus van dat jaar werd het eerste gerechtshof voor hoger beroep van Engeland en Wales opgericht, om gerechtelijke dwalingen voortaan systematischer te kunnen aanpakken. Edalji's zaak werd alom beschouwd als de drijvende kracht hiertoe.

De vrienden van Conan Doyle waren onder de indruk, maar de schrijver George Meredith verwoordde het nog het best. 'Ik zal de naam waarvan het inmiddels vermoeiend voor je moet zijn om hem te horen niet noemen,' zei hij tegen Conan Doyle, 'maar de schepper van de buitengewone amateur-detective heeft laten zien waartoe die, eenmaal tot leven gekomen, in staat is.' Sherlock Holmes was dan misschien een fictief personage, zijn nauwgezette denkmethodes waren wel degelijk echt. Bij een juiste toepassing ervan kunnen ze het verhaal ontstijgen en resulteren in tastbare, positieve veranderingen, en bovendien veel verder reiken dan de wereld van de misdaad.

Bij het horen van de naam Sherlock Holmes zie je ongetwijfeld direct van alles voor je. De pijp. De jagerspet. De cape. De viool. Het haviksprofiel. Of misschien wel William Gillette, Basil Rathbone, Jeremy Brett of een van de vele andere beroemde acteurs die in de loop der jaren in zijn huid zijn gekropen, onder wie onlangs nog Benedict Cumberbatch en Robert Downey Jr. Welke kenmerken er ook in je opkomen, de term 'psycholoog' zit daar vast niet tussen. Maar misschien wordt het daar nu tijd voor.

Holmes was als detective inderdaad ongeëvenaard. Zijn inzicht in de menselijke geest doet echter zeker niet onder voor zijn indrukwekkende prestaties op het gebied van misdaadbestrijding. Wat Sherlock Holmes ons biedt is meer dan

alleen een methode om misdrijven op te lossen. Het is een hele manier van denken, een mentaliteit die toepasbaar is op ontelbare zaken die mijlenver af staan van de nevelige straten van de Londense onderwereld. Het is een aanpak die is gebaseerd op wetenschappelijke methodologie, maar die verder gaat dan wetenschap en misdaad alleen, en kan dienen als een denkmodel, of zelfs als een leefmodel, dat vandaag de dag nog even overtuigend is als in de tijd van Conan Doyle. En daarin zit volgens mij het geheim van Holmes' enorme, blijvende en universele aantrekkingskracht.

Het is niet waarschijnlijk dat Conan Doyle vanaf het begin een model voor denk-, besluitvormings- en probleemoplossingsmethodiek wilde ontwikkelen. Maar toch is dat precies wat hij deed. Eigenlijk creëerde hij de perfecte belichaming van de wetenschappelijke revolutie die zich in de decennia ervoor had voltrokken en die zich zou voortzetten tot in de daaropvolgende eeuw. In 1887 was Holmes een nieuw type detective, een unieke denker, die zijn geest gebruikte op een wijze die nog nooit eerder was vertoond. Tegenwoordig levert Holmes het ideale model om beter te kunnen nadenken dan we vanzelf al doen.

Sherlock Holmes was in veel opzichten een visionair. Zijn interpretaties, zijn methodes, zijn hele benadering van het denken: ze liepen vooruit op ontwikkelingen in de psychologie en de neurowetenschap die zich meer dan honderd jaar na zijn geboorte zouden voordoen – en meer dan tachtig jaar na het overlijden van zijn bedenker. Maar zijn manier van denken lijkt ook iets onvermijdelijks te zijn geweest, een duidelijk product van die specifieke tijd en plaats. Als de wetenschappelijke methode tot volle bloei kon komen in allerlei praktische en theoretische velden – van evolutie tot radiogra-



fie, van de relativiteitstheorie tot de ontdekking van bacteriën en anesthesie, van het behaviorisme tot de psychoanalyse – waarom dan niet ook in het denken zelf?

Voor Conan Doyle moest Holmes van meet af aan de belichaming zijn van het wetenschappelijke, een ideaal om naar te streven, dat toch nooit helemaal geëvenaard kon worden (want een ideaal moet natuurlijk wel een beetje onbereikbaar blijven). Alleen al uit Holmes' naam blijkt dat hij meer ambieerde dan een eenvoudige speurder van de oude stempel creëren: waarschijnlijk koos Conan Doyle deze naam als eerbetoon aan een van zijn jeugdidolen, de arts-filosoof Oliver Wendell Holmes Sr., die al even beroemd was vanwege zijn literaire werken als vanwege zijn bijdragen aan de geneeskunde. De persoonlijkheid van de detective baseerde hij op een andere mentor, Joseph Bell, een arts die bekendstond om zijn talent voor observatie. Het verhaal ging dat Bell uit één blik op een patiënt kon afleiden dat het ging om een onderofficier uit een Schots regiment die net was teruggekeerd van een dienstitijd op Barbados; ook zou hij het observatievermogen van zijn eigen studenten regelmatig hebben getest, waarbij hij niet terugdeinsde voor experimenten met gevaarlijke stoffen. Dit zal Holmes-kenners ongetwijfeld bekend voorkomen. Zoals Conan Doyle schreef aan Bell: 'Rondom een kern van deductie, gevolgtrekking en observatie die je altijd zo benadrukt, heb ik geprobeerd een persoon te smeden die de hele zaak tot het uiterste doorvoert – en soms nog verder...' Hier, bij observatie, gevolgtrekking en deductie, raken we de essentie van wat Holmes maakt tot wie hij is (en waarin hij verschilt van alle detectives voor hem maar ook na hem): de detective die de kunst van het detecteren heeft verheven tot een nauwgezette wetenschap.