

# GEBRUIK JE VERSTAND!

EEN GIDS VOOR HET BEGRIJPEN EN JUIST GEBRUIKEN VAN JE BREIN



**GEBRUIK JE VERSTAND!**

Humphrey Isselt

2018 SIAH-CONSULTING

© 2018 Humphrey Isselt

Illustraties: Caelis-art

Gedrukt in Nederland

ISBN: 978-9402-181-52-4

boeken.humphrey-isselt.nl

JE LEVEN IN ESSENTIE  
MEZELF EN IK  
INTUÏTIEF COMMUNICEREN  
LIEFDE ÍS LEVEN  
HET OVERWEGEN WAARD  
HELEN DOE JE ZO  
LEEF MET PASSIE  
GEBRUIK JE VERSTAND  
WAT HEB JE NODIG?

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen of op enige andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de auteur.



|                                     |    |
|-------------------------------------|----|
| Voorwoord. ....                     | 9  |
| INLEIDING.....                      | 11 |
| Het menselijk systeem. ....         | 12 |
| Leven en bestaan.....               | 12 |
| Lichaam.....                        | 14 |
| Geest .....                         | 16 |
| Ziel.....                           | 18 |
| Het (procesmatig) denken.....       | 22 |
| Het systeem .....                   | 22 |
| Oorzaak en gevolg .....             | 24 |
| Geheugen - patroon .....            | 24 |
| Proces .....                        | 26 |
| Aristoteles - impuls.....           | 28 |
| De zin van het bestaan .....        | 28 |
| Ontwikkeling .....                  | 30 |
| Impuls – positief en negatief ..... | 32 |
| Onderscheid. ....                   | 34 |
| De omgeving .....                   | 34 |
| De situatie.....                    | 36 |
| Positie en verplaatsing.....        | 36 |
| Mogelijkheid .....                  | 38 |

|  |    |
|--|----|
| Wat is verstand? .....                     | 40 |
| Het brein en gedragsregels .....           | 40 |
| Logica .....                               | 42 |
| Intelligentie .....                        | 44 |
| Veiligheid en kwetsbaarheid .....          | 48 |
| Oordeel, overtuiging en vooroordeel .....  | 50 |
| De functie van aanname .....               | 52 |
| Keuze(mogelijkheid) en keus.....           | 54 |
| Verstand is een proces.....                | 58 |
| Weten versus Begrijpen. ....               | 60 |
| Mening en ontwikkeling .....               | 60 |
| Filosofie .....                            | 62 |
| Psychologie .....                          | 64 |
| Neurologie .....                           | 66 |
| Waarheid versus Integriteit.....           | 70 |
| Waarheid - eerlijkheid .....               | 70 |
| Integriteit en oprechtheid.....            | 72 |
| Wetenschap (Descartes) is onvolledig. .... | 76 |
| Weten schap .....                          | 76 |
| Juistheid.....                             | 78 |
| Herhaalbaarheid en integriteit.....        | 78 |
| Falen versus fouten maken .....            | 80 |
| Wetenschap en waarheidsvinding.....        | 82 |



|                                    |     |
|------------------------------------|-----|
| Reactie of manipulatie.....        | 84  |
| Manipulatie.....                   | 84  |
| Reactie.....                       | 86  |
| Focus versus concentratie.....     | 88  |
| De blinde vlek.....                | 88  |
| Focus.....                         | 90  |
| Concentratie.....                  | 92  |
| Je verstand ontwikkelen.....       | 94  |
| Improviseer.....                   | 94  |
| Creëer.....                        | 96  |
| Verlaat je Comfortzone.....        | 96  |
| Hoe gebruik je je verstand?.....   | 98  |
| Volg de volgende richtlijnen:..... | 98  |
| INDEX.....                         | 102 |





## VOORWOORD

“Gebruik je verstand!” Een te pas en te onpas geuite zin die gebruikt wordt om iemand aan te sporen om na te denken. Daarbij wordt vanzelfsprekend aangenomen dat men wel weet wat het verstand is.

Jarenlange ervaring als organisatieadviseur, implementatieadviseur, procesmanager, poly-energetisch therapeut en proces begeleider hebben me niet weten te overtuigen dat mijn medemens vanzelfsprekend zijn verstand gebruikt.

Dit heeft niets te maken met het ontbreken van verstand. Verstand hebben en gebruiken zijn echter twee verschillende dingen.

Ik maak mee dat men zegt verstand te hebben van zaken en vervolgens in de uitvoering van de functie compleet de mist in gaat. Daarmee blijkt gevend dat niet begrepen is wat er verwacht wordt of simpelweg niet in staat zijn het gevraagde uit te voeren.

Het verstand hebben van iets betekent namelijk niet dat je het ook kunt uitvoeren. Ik heb dan ook lang getwijfeld voordat ik met dit boek begon. Met het schrijven van ‘De Essentie van je Leven’ dacht ik in voldoende mate aandacht te hebben besteed aan de werking van het brein. Ik heb daarbij bewust het verstand vermeden.

Dit omdat het over (iemand)s verstandelijke vermogens hebben een ‘slipperig pad’ is. Er moet al gauw excuses gemaakt worden dat het niet om twijfel om intelligentie gaat of ‘domheid’.

‘Gebruik je verstand’ is dan ook geschreven vanuit de optiek dat inzicht in wat het verstand nou eigenlijk is stimulerend werkt om het verstand optimaal en efficiënt te zetten.

***Veel plezier en inzicht gewenst bij het lezen.***



## INLEIDING

Het boek 'Gebruik je Verstand' verschaft inzicht in de werking en het nut van het brein. Het is een bijdrage aan het beter gebruiken van het verstand. Wat tot nuttige keuzes en efficiënter gebruik van beschikbare mogelijkheden zal leiden.

Het menselijk brein heeft zich door de eeuwen heen ontwikkeld op basis van ervaringen die de mens met zijn omgeving opdoet en heeft opgedaan. Zijn verstand heeft zich als gevolg daarvan ook ontwikkeld. Hij is in staat tot complexe bewerkingen van materie en heeft een uitvoerig begrip van zijn wereld c.q. zijn omgeving; hij bezit 'kennis'.

Als gevolg van de schat aan kennis begrijpt hij echter het verschil tussen kennis en informatie niet meer. Hij vertrouwt blindelings op 'kennis'. Hij verwacht kennis dan ook veelvuldig met informatie, waardoor hij meer dan ooit manipuleerbaar is. Dat is vreemd, omdat hij over meer informatiebronnen beschikt dan zijn voorouders.

Het boek verschaft in eerste instantie inzicht in wat het verstand nou eigenlijk is. Daartoe worden zowel historisch filosofische als ook psychologische grondbeginselen ter illustratie gebruikt.

Vervolgens wordt aandacht besteed aan concepten als intelligentie, weten en begrijpen, waarheid en juistheid, concentratie en focus.

De functie van het brein wordt geïllustreerd aan de hand van sociologie, fysiologie, neurologie en praktische ervaringen.

Waar mogelijk worden inzichten verdiept met voorbeelden uit de praktijk of verhalen in de overdrachtelijke zin.