



مغز سبک مغز

دین برفت

# مغز سبک مغز

برنت، دین / Burnett, Dean

مغز سبک مغز: یکی از متخصصان مغز و اعصاب برایتان توضیح می دهد که واقعاً در سرتان چه می گذرد / نویسنده دین برنت؛ مترجم معصومه ملکیان؛

نشر سایلاو ۱۴۰۱ / شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۷۱۲۴-۵۱-۴

یادداشت: عنوان اصلی: The idiot brain, ۲۰۱۷

مجموعه مطالعات میان رشته ای، کتابخانه جهان مغز.

موضوع: Brain-- Popular works / Neurosciences -- Popular works

موضوع: هوش به زبان ساده- مغز به زبان ساده - حافظه به زبان ساده

شناسه افزوده: ملکیان، معصومه، ۱۳۶۰-، مترجم

رده بندی کنگره: QP ۳۷۶ رده بندی دیویی: ۶۱۲/۸۲

شماره کتابشناسی ملی: ۹۰۹۳۶۴۳

مغز سبک مغز: یکی از متخصصان مغز و اعصاب برایتان توضیح می دهد که واقعاً در سرتان چه می گذرد نویسنده: دین برنت / مترجم: معصومه ملکیان ویراستار: تحریریه نشر سایلاو مجموعه مطالعات میان رشته ای - کتابخانه جهان مغز نوبت چاپ: دوم، ۱۴۰۴- تیراژ: ۱۳۰۰ نسخه چاپ و صحافی: ترانه- شابک: ۹۷۸۶۲۲۷۱۲۴۵۱۴ - همه حقوق چاپ و نشر منحصراً برای نشر سایلاو محفوظ است.

نشانی: میدان انقلاب، خیابان کارگر جنوبی، لبافی نژاد غربی

پلاک ۲۱۱ / واحد ۳ تلفن: ۰۲۱-۶۶۱۲۸۲۴۱

در آینده‌ای نزدیک، مطالعات میان‌رشته‌ای نه یک انتخاب که یک اجبار خواهد بود.

---

در مطالعات میان‌رشته‌ای، دانش دو یا چند رشته‌ی علمی برای شناخت و حل مسائل مهم و چندوجهی باهم تلفیق می‌شوند. در بسیاری از موارد، شناخت یک پدیده مهم از ظرفیت یک رشته بخصوص علمی و یا حتی در برخی موارد از حوزه علم خارج است و اینجاست که مطالعات میان‌رشته‌ای با عبور از مرزهای سنتی دانش، امکان درک این پدیده‌ها را فراهم می‌سازد. مطالعات میان‌رشته‌ای، سیطره وسیعی از رشته‌هایی چون علوم شناختی، روان‌شناسی تکاملی، آینده‌پژوهی و... گرفته تا تلفیق کلی‌تر حوزه‌هایی چون علم، فلسفه و هنر را در برمی‌گیرد.

نشر سایلاو، به عنوان نخستین ناشر تخصصی مطالعات میان‌رشته‌ای در کشور، آثار مرتبط با این مجموعه را در قالب چند کتابخانه منتشر می‌کند: جهان مغز، انسان و جهان، فیزیک و فلسفه، فرگشت و آینده‌پژوهی، علم فلسفه و خدا و...

## ۱. کنترل‌های ذهن

۱۱

چگونه مغز بدن را کنترل می‌کند و معمولاً هم کند می‌زند

## ۲. هدیه حافظه (رسید را نگه دار)

۴۱

سیستم حافظه انسان و ویژگی‌های عجیب آن

## ۳. ترس: چیزی برای ترسیدن وجود ندارد

۸۳

شیوه‌های فراوانی که مغز از طریق آن‌ها مدام ما را می‌ترساند

## ۴. فکر می‌کنید باهوش هستید، درست است؟

۱۱۹

علم گیج‌کننده هوش

## ۵. آیا فکر می‌کردید به چنین فصلی در این کتاب برسید؟

۱۵۷

ویژگی‌های تصادفی سیستم‌های مشاهده‌ای مغز

## ۶. شخصیت: یک مفهوم آزمایشی

۱۹۳

ویژگی‌های پیچیده و گیج‌کننده شخصیت

## ۷. آغوش گروه!

۲۲۹

چگونه مغز تحت تأثیر دیگران قرار می‌گیرد

## ۸. وقتی مغز دچار مشکل می‌شود...

۲۷۱

مشکلات سلامت روان و چگونگی ایجاد آن‌ها

## گفتار پایانی

## فردانی و تشکر

تقدیم به هر انسانی که مغز دارد

واقعاً کنار آمدن با آن کار آسانی نیست، احسنست.

### مقدمه

این کتاب مثل همه تعاملات اجتماعی من با یک عالمه عذرخواهی مفصل و دقیق شروع می‌شود.

اول از همه، اگر بعد از خواندن این کتاب احساس کردید از آن خوشتان نیامده، عذر می‌خواهم. خلق چیزی که همه دوستش داشته باشند غیرممکن است. اگر از پس چنین کاری برمی‌آمدم، تا الان رهبر منتخب دموکراتیک جهان یا دالی پارتن<sup>۱</sup> شده بودم.

موضوعاتی که در این کتاب به آن‌ها پرداخته شده و برای من فوق‌العاده جذاب است، بر موارد عجیب و فرایندهای خاص و منحصر به فرد مغز و همین‌طور رفتارهای غیرمنطقی که در نتیجه این فرایندها ایجاد می‌شود، تمرکز دارد. برای مثال، آیا می‌دانستید حافظه شما خودخواه است؟ شاید تصور کنید حافظه دقیقاً همان چیزهایی که برایتان اتفاق افتاده یا چیزهایی که یاد گرفته‌اید را ثبت می‌کند اما این‌طور نیست. حافظه شما معمولاً اطلاعاتی که ذخیره می‌کند را دست‌کاری می‌کند و آن را طوری تغییر می‌دهد که در نظر شما بهتر جلوه کند، درست مثل

---

۱. Dolly Parton: یکی از خوانندگان زن سبک موسیقی کانتری که شهرت و محبوبیت فراوانی دارد تا حدی که به اولقب ملکه موسیقی کانتری داده‌اند.



مادری که از شدت عشق مادرانه از بازی فوق العاده خوب تیمی<sup>۱</sup> کوچکش تعریف می‌کند، حتی اگر تنها کاری که تیمی کوچولو انجام داده این بوده که در گوشه‌ای ایستاده، انگشتش را توی دماغش کرده و در حال گشتن آن بوده است.

آیا می‌دانستید که استرس کارایی شما در انجام یک کار را افزایش می‌دهد؟ نه این‌که فقط در حد حرف باشد، فرایندی عصب‌شناختی ست. ضرب الاجل‌ها یکی از متداول‌ترین راه‌های القای استرس هستند که باعث افزایش کارایی می‌شوند. اگر کیفیت فصل‌های بعدی این کتاب ناگهان بالا رفت، از حالا دلیل آن را می‌دانید. دوم این‌که، هرچند این کتاب در اصل یک کتاب علمی ست، اما اگر انتظار بحث جدی درباره مغزو کارکردهایش دارید، واقعاً شرمندهام. خبری از این چیزها نیست. پیشینه علمی «دیرینه‌ای» ندارم. از میان اعضای خانواده‌ام اولین نفری بودم که به دانشگاه رفتن فکر می‌کرد، چه برسد به این‌که به دانشگاه بروم، آنجا بمانم و در نهایت، دکتر بگیرم. همین تمایلات آکادمیک عجیب که در تضاد با تمایلات نزدیک‌ترین خویشاوندانم بود، موا به سمت علوم اعصاب و روان‌شناسی سوق داد، زیرا می‌خواستم بفهمم «چرا مثل آن‌ها نیستیم؟» واقعاً هیچ پاسخ قانع‌کننده‌ای پیدا نمی‌کردم، تا این‌که علاقه شدیدی به مغزو کارکردهایش، و در کل، به علم پیدا کردم.

علم کار انسان هاست. روی هم رفته، انسان‌ها موجوداتی شلخته، نامنظم و غیرمنطقی هستند (که دلیل آن تا حد زیادی به عملکرد مغز انسان مربوط است) و بخش عمده‌ای از علم این مسئله را منعکس می‌کند. در گذشته‌های دور، یک نفر به این نتیجه رسیده که نگارش علمی باید همیشه وزین و جدی باشد، به نظر می‌رسد این مفهوم در ذهن‌ها نقش بسته و تغییری نکرده است. بخش زیادی از زندگی حرفه‌ای من معطوف به چالش کشیدن این مفهوم شده و این کتاب جدیدترین تجلی آن است.

سوم این‌که، معذرت می‌خواهم از خوانندگانی که با سروکله زدن با کتاب من، فرصت بحث با یک متخصص مغزو اعصاب را از دست می‌دهند. در جهان علوم

مغز، درک ما همواره تغییر می‌کند. شاید مطالعات یا تحقیقات جدیدی بیابید که ادعا یا اظهارنظری مطرح شده در این کتاب را نقض کند. محض اطلاع هر تازه‌واردی به حوزه مطالعه علم، باید گفت که در حوزه علم نوین تقریباً همیشه چنین اتفاقی می‌افتد.

چهارم این که اگر تصور می‌کنید مغز شینی مرموز و غیرقابل وصف است، ساختاری مرزی و اسرارآمیز دارد و پل بین تجربه انسانی و قلمرو ناشناخته‌ها و یا چیزی مانند آن است، باید بگویم متأسفم؛ پس از این کتاب خوششان نخواهد آمد. اشتباه نکنید، واقعاً هیچ چیز به اندازه مغز انسان گیج‌کننده نیست؛ فوق‌العاده جالب است. اما با کمال احترام می‌گویم این برداشت عجیب که مغز «خاص» است، نمی‌توان به آن انتقادی کرد، ممتاز است و درک ما از آن - حالا هر چقدر که می‌خواهد باشد - در مقابل توانایی مغز ناچیز است، چرند و بی‌معناست.

مغز اندامی در داخل بدن انسان است و به همین دلیل، آمیزه‌ای درهم و برهم و پیچیده از عادات، صفات، فرایندهای منسوخ و سیستم‌های ناکارآمد محسوب می‌شود. از بسیاری جهات، مغز قربانی موفقیت خودش شده است؛ میلیون‌ها سال تکامل یافته تا به چنین سطحی از پیچیدگی کنونی برسد، اما در نتیجه این تکامل، یک عالمه آت‌وآشغال در خود جمع‌آوری کرده، مثل هارد درایوی که از برنامه‌های نرم‌افزاری قدیمی و داندوهای منسوخ پر شده و همین امر، فرایندهای اصلی را مختل می‌کند، درست مثل پاپ‌آپ‌های نحسی که وقتی دارید ایمیلی را می‌خوانید، سروکله‌شان پیدا می‌شود و خرید محصولات آرایشی دارای تخفیف از وب‌سایت‌هایی که مدت‌ها پیش از کار افتاده‌اند را پیشنهاد می‌کنند.

حرف آخر این که: مغز خطاپذیر است. ممکن است جایگاه آگاهی و موتور تمام تجربیات بشری باشد اما با وجود چنین نقش اساسی‌ای، به طرز باورنکردنی آشفته و بی‌نظم است. کافی‌ست به ظاهر همین چیز [یعنی، مغز] نگاه کنید تا متوجه مضحک بودن آن شوید: شبیه گردویی جهش‌یافته، دسر لاکریتی، دستکش بوکسی زهوار دررفته یا چیزی مثل این‌هاست. نمی‌توان منکر تحسین برانگیز بودن آن شد اما کامل هم نیست، این نواقص بر هر چیزی که انسان می‌گوید، انجام



می دهد و تجربه می کند، تأثیر می گذارد.

به جای نادیده گرفتن یا دست کم گرفتن ویژگی های هردمبیل مغز، باید به آن ها اهمیت دهیم و حتی قدر دان آن ها باشیم. این کتاب به بسیاری از کارهای مضحک مغز و این که چگونه این کارها بر ما تأثیر می گذارند می پردازد. علاوه بر این، نگاهی دارد بر تصورات اشتباه افراد درباره کارکردهای مغز. امیدوارم خوانندگان این کتاب، به درک بهتری از این مسئله برسند که چرا مردم (یا خود آن ها) مدام چنین حرف های عجیبی می زنند یا کارهای عجیبی انجام می دهند و باعث شود تا در مواجهه با افزایش روزافزون مزخرفات عصب شناختی مبتنی بر مغز در دنیای مدرن، ابروهایتان را به نشانه تعجب یا عدم تأیید حرف آن ها بالا بیندازید. اگر این کتاب ادعای اهداف والایی داشته باشد، این ها همان اهداف والایش هستند.

در نهایت، از همکار سابقم عذرخواهی می کنم که درباره زمان انتشار این کتاب به من گفت «وقت گل نی» منتشر می شود. قطعاً انتشار این کتاب، برایش بسیار ناگوار و تلخ است. دکتر (البته نه واقعاً) دین برنت

www.ketab.ir