

Дийн Бърнет

---

## ЩУРИЯТ МОЗЪК

КАКВО ВСЪЩНОСТ СЕ СЛУЧВА  
В ГЛАВИТЕ НИ

София, 2019

**DEAN BURNETT**

**THE IDIOT BRAIN**

**A Neuroscientist Explains What Your Head is Really Up To**

First published in 2016 by Guardian Books

and Faber & Faber Limited

Bloomsbury House

All rights reserved

Copyright © 2016 by Dean Burnett

© Издателство „Изток-Запад“, 2019

Всички права запазени. Нито една част от тази книга не може да бъде размножавана или предавана по какъвто и да било начин без изричното съгласие на „Изток-Запад“.

© Росен Люцканов, превод, 2019

© Деница Трифонова, оформление на корицата, 2019

ISBN 978-619-01-0434-6

ДИЙН БЪРНЕТ

# ЩУРИЯТ МОЗЪК

КАКВО ВСЪЩНОСТ СЕ СПУЧВА В  
ГЛАВИТЕ НИ

Превод от английски  
*Росен Люцканов*





# Съдържание

Въведение .....	9
1 Контролните лостове на ума .....	13
<i>Как мозъкът регулира телесните функции и обикновено оплесква нещата</i>	
2 Дарът на паметта (запазете касовата бележка).....	41
<i>Човешката памет и нейните странности</i>	
3 Страх: няма от какво да се плашим.....	81
<i>Многото начини, по които мозъкът неспирно ни стряска</i>	
4 Мислиш се за много умен, нали?.....	117
<i>Смайващите теории за интелигентността</i>	
5 Знаехте ли, че ще стигнем до тази глава? .....	157
<i>Странните свойства на системите за наблюдение на мозъка</i>	
6 Личността: какво е тя и как се проверява чрез тест .....	191
<i>Сложните и объркващи свойства на личността</i>	
7 Групова прегръдка .....	225
<i>Как мозъкът се влияе от другите хора</i>	
8 Когато всичко се обърка... ..	267
<i>Проблемите с психичното здраве и на какво се дължат те</i>	
Послепис .....	307
Благодарности .....	309
Показалец .....	311
За автора .....	315



*Посвещава се на всеки човек с мозък.  
Трудно е да му издържиш щуротиите,  
така че браво на вас!*





## Въведение

Тази книга, като почти всичките ми разговори с други хора, започва с дълъг списък от извинения.

Първо, извинявайте, ако прочетете тази книга и тя не ви хареса. Невъзможно е да създадеш нещо, което да харесва на всеки. Ако можех да направя нещо такова, сега щях да съм демократично избран лидер на цялото човечество. Или пък щях да съм Доли Партън.

За самия мен темите, които са засегнати в книгата – странните и необичайни процеси в мозъка и породените от тях нелогични действия, са невероятно интересни. Знаете ли например, че паметта ви е егоцентрична? Може би си мислите, че тя съдържа точни сведения за неща, които са ви се случили, и факти, които сте научили, но това не е вярно. Паметта ви често изопачва така информацията, която се съхранява в нея, че да ви представи в подобра светлина, точно като вманиачената майка, която непрекъснато разправя колко невероятен бил нейният малък Тими в училищната пиеса, въпреки че въпросният Тими просто е стоял на сцената, бъркал си е в носа и се е лигавел пред хората.

А какво да кажем за факта, че стресът в действителност *подобрява* изпълнението на дадена дейност? Това е реален неврологичен процес, не просто „нещо, за което говорят хората“. Крайните срокове са сред най-често срещаните средства за предизвикване на стрес, които провокират и подобряват изпълнението на дадена задача. Ако забележите, че качеството на по-късните глави в книгата рязко се подобрява, вече знаете причината за това.

Второ, макар че това, технически погледнато, е научен труд, ако очаквате сериозно обсъждане на мозъка и неговото функциониране, то и на вас дължа извинение. Тук няма да откриете нищо такова. Не произхождам от семейство на учени – аз съм първият от

членовете на моето семейство, на когото е хрумвало да постъпи в университет, съответно да прекара достатъчно дълго време там, че да се сдобие с докторат. Когато се проявиха тези мои странни наклонности, повели ме по пътя към невронауката и психологията и толкова различни от тези на близките ми роднини, аз започнах да си задавам въпроса: „Защо съм такъв?“ Така и не получих задоволителен отговор, но пък развих силен интерес към мозъка и неговото функциониране, както и към науката като цяло.

Науката е човешко творение. Общо взето хората са разпилени, хаотични и нелогични създания (това се дължи най-вече на начина, по който функционира техният мозък) и науката до голяма степен е отражение на този факт. Някой е решил много отдавна, че типичният за учените начин на писане трябва да бъде сериозен и високопарен, и това убеждение явно е пуснало корени. Голяма част от професионалния ми живот е посветен на неговото разколебаване и тази книга е последният плод на този стремеж.

Трето, бих искал да се извиня на онези читатели, които се позоват на казаното в книгата в спор с невроучен и след това претърпят поражение. В областта на науките за мозъка схващанията ни се променят неспирно. За всяка теза или твърдение, изказани в тази книга, вероятно ще намерите някакво ново изследване или проучване, което защитава обратната теза. Ще бъде от полза за всеки, който за пръв път разлиства подобен тип четиво, да има предвид, че същото е вярно за почти всички области в съвременната наука.

Четвърто, ако смятате, че мозъкът е мистериозен и непроницаем обект, някакво почти мистично творение, заемащо средината между достъпното за нашия опит и света на непознаваемото, то и на вас дължа извинение: тази книга изобщо няма да ви хареса.

Не ме разбирайте погрешно: няма друго нещо, което да е толкова объркващо, колкото човешкият мозък. Той е невероятно интересен обект. От друга страна обаче, се шири странната представа, че мозъкът е „особен“, не подлежи на критика, привилегирован е по някакъв начин, съответно разбирането ни за него е толкова ограничено, че имаме твърде неадекватна представа на какво е способен той. С цялото ми уважение, това е пълна глупост.

Мозъкът все пак е един вътрешен орган в човешкото тяло и като такъв е плетеница от установени привички и белези, от остарели процеси и неефективни системи. В редица отношения мозъкът е жертва на своя собствен успех, еволюирал е в продължение на милиони години, за да достигне настоящото си ниво на сложност, но в резултат на това в него са се натрупали цял куп вехтории, подобно на харддиск, задръстен със стари програми и излязъл от употреба софтуер, прекъсващ изпълнението на жизненоважни процеси, както проклетите изскачащи прозорци, предлагащи ви козметика с намалена цена от отдавна нефункциониращи сайтове, когато искате единствено да си прочетете електронната поща.

Изводът от всичко това е: мозъкът е несъвършен. Той може и да е седалище на съзнанието и носител на целия ни жизнен опит, но макар че играе толкова важна роля, той е и невероятно разпилян и неорганизиран. Достатъчно е да го видите, за да разберете колко нелепо нещо е той – прилича на мутирал орех, на реквизит от стар филм на ужасите, на вехта боксьорска ръкавица или нещо от този род. Безспорно той е впечатляващ, но същевременно е далеч от съвършенството и *многобройните му несъвършенства оказват влияние върху всичко, което хората казват, правят и преживяват.*

Ето защо, вместо да омаловажаваме и дори да си затваряме очите за странностите на нашия мозък, трябва да акцентираме върху тях и дори да ги ценим. В тази книга са обсъдени много неща, които мозъкът ни прави и които са просто смехотворни, както и начините, по които те ни влияят. Разгледани са и някои от теориите за мозъка, които са се оказали твърде далече от истината. Надявам се читателите ѝ да получат по-добро разбиране за това защо другите хора (или те самите) често правят и казват странни неща, както и скептичен поглед към неспирно трупащите се псевдонаучни идеи в невронауката. Ако тази книга изобщо има някаква възвишена обща тема и цел, то тя е точно тази.

Последното ми извинение е свързано с предсказанието на един мой бивш колега, че ще успея да публикувам нещо „когато адът замръзне“. Съжалявам, господин Сатана, сигурно ситуацията е твърде неприятна за вас.

*Доктор (без майтан!) Дийн Бърнет*