

《这样看大脑》 带你探寻意识深处的奥秘

壹度书话

记者 吴璇

“当我们凝视镜中的自己,思索“我为何成为我”时,答案或许就藏在颅腔内那团重约1.4千克的柔软组织中。由英国作家丽塔·卡特著、洪兰译的《这样看大脑》,于今年3月由后浪出版公司出品,海峡书局出版,这本书如同一部精密的解码器,将人类大脑的复杂图谱徐徐展开,带领读者在神经科学的星空中穿梭,重新认识这个主宰我们思想、情感与行为的神秘器官。

从荒诞到科学

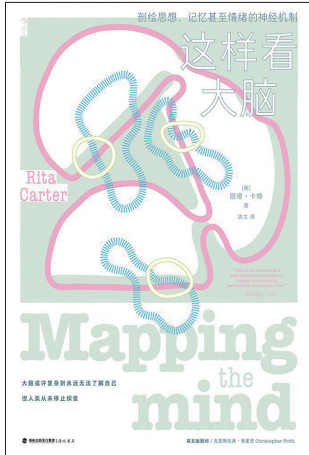
翻开这本书,首先映入眼帘的是大脑研究的百年沉浮史。作者以生动笔触勾勒出人类探索大脑的曲折路径:从19世纪加尔的颅相学——那个试图通过触摸颅骨凸起解读心智的荒诞学说,到布罗卡、韦尼克发现语言中枢的里程碑时刻;从20世纪中叶额叶切除手术的鲁莽尝试,到如今功能性磁共振成像技术带来的革命性突破。这段历史不仅是科学进步的缩影,更折射出人类对自我认知的不懈追求。

书中特别提到,颅相学虽被现代科学否定,但其“大脑模块化”的核心思想却意外成为后续研究的灵感源泉。这种历史的吊诡与传承,让我们看到科学发展的复杂性。而20世纪中叶额叶切除手术的悲剧,则如同一记警钟,提醒着我们在探索大脑奥秘时,必须保持对生命的敬畏与审慎。

神经科学的深度解码

《这样看大脑》并不是枯燥的学术报告,而是一场充满趣味与惊喜的知识之旅。作者用“神经达尔文主义”解释大脑如何通过优胜劣汰的机制,筛选出对生存有益的思维模式;以生动比喻阐述神经元的协同工作——“几百万个神经元必须同步活化,才能制造出最微小的思想,就像无数萤火虫同时闪烁,才能照亮黑暗”。

书中对大脑发育过程的描写尤为精彩。从胚胎期神经管的形成,到婴儿出生后神经连接的“修剪”过程,作者将抽象的生物学知识转化为扣人心弦的生命故事。我们得以了解到,子宫环境如何影响



图片由受访者提供

婴儿的味觉偏好,细胞凋亡的精准调控如何塑造独特的大脑结构,甚至某些疾病(如孤独症、唐氏综合征)与神经发育的微妙关联。

对人性本质的深度叩问

这本书的价值不仅在于知识的传递,更在于引发读者对人性本质的思考。当我们得知疼痛并非单纯的生理反应,而是与注意力、情绪区域密切相关;当发现道德、利他主义等崇高品质,在大脑中也有对应的神经机制时,不禁开始重新审视“人何以为人”这个古老命题。

作者在书中坦诚指出,当前的大脑研究仍处于“处女地”阶段,许多理论尚待验证,这反而赋予了本书独特

的魅力——它展现的不是绝对真理,而是科学探索的动态过程。这种开放性的叙述方式,鼓励读者以批判性思维参与到对大脑奥秘的追寻中。

可以说,无论是生物学爱好者、脑科学研究者,还是对探索心智秘密充满好奇的普通读者,都能在这本书中收获新的启发与思考。它提醒我们,对大脑的探索永无止境,而每一次认知的突破,都让我们对生命本质上更进一步。

精彩书摘

守护星星

这个练习我们是第二次做,上周他一言不发,眼神飘忽,这周表达得流利了很多,其实是有进步的。我们之间存在的“时差”,或许就是孤独症儿童的特点。我的思维流畅、转换快,而森森的思维像卡顿的电脑,噼里啪啦输入一段文字,需要好几秒才逐一显现。

我提醒自己,还是要慢一点,再慢一点,不要想当然和理所应当,尝试去看见和理解。

有些小孩明明长到七八岁,认知能力已经跨越了一大步,但就是囿于过去的思维模式,依赖辅助不愿动脑,让人恨铁不成钢。他们在“我做不到”的世界里停留得太久了,能力得到发展后想不到去运用。对此,我常常

感到无能为力。

我真的很讨厌发脾气的自己,讨厌对小孩发脾气的自己。小时候我也害怕被批评,但长大后面对他们我还是忍不住,“你是笨蛋吗”这样的话一不小心就脱口而出。同时我又很生气,气他们为什么做不到,气自己为什么不能去接纳。是不是我的心里始终有一道界线,区分了特殊和常态,在努力帮他们“融入”的同时,也判定了他们应该如何、不应该如何,忽视了他们原本真实的模样。

当老师的初心,是想让小朋友自由快乐地成长,被接纳、被尊重,建立起对这个世界的信任。初心很美好,但现实非常琐碎,面对鸡毛蒜皮,心态会崩,易燃易爆。老师要付出很多情绪

劳动,要直面并学会化解成年人暴戾的一面。

我常常觉得当老师是一场修行,当我能够化解这个过程中产生的戾气,或许就不再有什么能伤害到我了。我时常陷入迷茫,又认为自己的选择无比恰当:我有专业的心理学知识,擅长和孩子打交道,会唱歌跳舞,从事特殊教育简直就是行业里闪闪发光的人才。我相信,自己做选择时,一定有某种奇妙的使命感。现实会让人悲伤和难过,但既然选择了坚持,那么必然有我尚未感知的信念等待我去挖掘。

我像一个努力通关的玩家,这个关卡的主题就是“守护星星”。

(摘自《我不擅长的生活》,小红书 主编,文汇出版社)

新书架



《重回荒野》

作者:[美]莫拉·R·奥康纳
出版:人民文学出版社

本书聚焦于自然保护与生态修复,探讨了人与自然界的依存关系,以及濒危动物、灭绝动物重返自然怀抱的可能性。探讨了复生尼安德特人等古生物的未来可能性,思考了环境伦理学相关的诸多问题。



《谁来决定吃什么》

作者:陈宇慧
出版:广西师范大学出版社

美食博主“田螺姑娘”陈宇慧的全新随笔,它不是菜谱,而是以食物为线索的饮食社会学观察。书中融合烹饪心得、情感思考,展现出食物与生活的关联,帮助读者重拾“吃”的本领。



《走向三国》

作者:单敏捷
出版:中华书局

本书深度剖析东汉末年这一历史剧变时期,以三十余年群雄逐鹿为脉络,细致梳理各方势力的兴衰演变,深入挖掘军阀集团内部矛盾与外部纷争。同时,从秦汉大一统制度传承视角,探究旧有制度如何打破长期分裂困局,推动历史走向三国鼎立的局部统一局面。

记者 吴璇 整理

本版图片除署名外均为资料图片