

УДК 159.95
ББК 88.3
А14

Idriss Aberkane
LIBÉREZ VOTRE CERVEAU!
Traité de neurosagesse pour changer l'école et la société
© Éditions Robert Laffont, S. A., Paris, 2016

Аберкан, Идрисс.

А14 Свободу мозгу! Как использовать возможности своего мозга на полную в современном мире / Идрисс Аберкан ; [пер. с фр. Н. И. Озерской]. — Москва : Эксмо, 2019. — 384 с. : ил. — (Просто о мозге).

ISBN 978-5-04-101518-3

«Свободу мозгу!» — один из самых ярких бестселлеров, написанных за последнее время на тему мозга. Это увлекательная, страстная и смелая книга! Автор книги Идрисс Аберкан вводит понятие «нейроэргономики», то есть искусства правильного использования мозга. Он описывает случаи поразительного применения его возможностей: ведь люди, которые способны за секунды извлечь корень 73-й степени из числа, состоящего из 500 цифр, имеют тот же мозг, что и мы. Разница заключается в их способности правильно распределить нагрузку на познавательные функции мозга. Книга, полная парадоксов и призывающая к размышлению и дискуссии.

УДК 159.95
ББК 88.3

ISBN 978-5-04-101518-3

© Озерская Н.И.,
перевод на русский язык, 2019
© Оформление.
ООО «Издательство «Эксмо», 2019

ИЗ ЭТОЙ КНИГИ ВЫ УЗНАЕТЕ

- ◆ Что такое нейроэргономика
- ◆ Почему традиционное школьное образование — это путь в никуда
- ◆ Почему ювелира обмануть проще, чем уличного продавца хот-догов
- ◆ В каких единицах выражается покупательная способность в экономике знаний
- ◆ В чем польза компьютерных игр для ребенка
- ◆ Как современная реклама, маркетинг, политика и журналистика манипулируют нашим мозгом

«Настоящая наука — это незнание,
которое познает самое себя».

Монтень, «*Опыты*»,
книга II, глава XII

СОДЕРЖАНИЕ

Предисловие 15

Часть первая

СВОБОДУ МОЗГУ!

Глава 1. ВВЕДЕНИЕ В НЕЙРОЭРГНОМИКУ 23

 Все гении? 31

Глава 2. ДА, НАШЕЙ ШКОЛЕ НУЖНЫ ПЕРЕМЕНЫ! 48

 Nackschooling: новая манера прогуливать? 57

 Школа вундеркиндов 64

Глава 3. КАК РАСПЛАТИТЬСЯ ЗА ПОКУПКУ ОБЫЧНОЙ

 БУМАГОЙ 87

 Как перегрузить мозг 87

 Мозгу свойственно насыщаться 94

 Слепота невнимания и слепота к переменам 102

Часть вторая

ПОЗНАТЬ СВОЙ МОЗГ

Глава 1. КТО ОН, ВАШ МОЗГ? 111

 Наша нервная система — это компьютер? 113

 Мембранные сети мозга 113

 Эволюция мозга: главная цель — выживание 116

СВОБОДУ МОЗГУ!

Автопоэтические системы	118
Эксперимент «Большой»	119
Когнитивный скряга	122
Способность мозга к насыщаемости и приспособлению	124
Мозг — это мир	127
Экономика мозга	127
Базовый и конечный нейронные продукты	129
Архитектура мозга	130
Подразделения коры головного мозга	132
Церебральные реки	137
Ретикулярная (сеточная) теория	137
Стигмергия	139
Наш мозг создан для реализации действия	141
Нейроны и движение	141
Кинесфера и ноосфера	143
Глава 2. НЕЙРОЭРГНОМИКА НА СЛУЖБЕ ЭКОНОМИКИ	
СОЗНАНИЯ	145
За глобальный мозг	145
Передача информации, формирование знания	147
Закон Судоплатоффа	150
Каждый человек рождается со своей покупательной способностью	152
Охота за Атами	155
Стимулирование расходов	157

Глава 3. ОБРАЗОВАНИЕ	161
Гастрономия знаний	161
Ад у шведского стола	161
Крах личностного расцвета	162
Теория Self-ExploDes	165
В школе обжорства: мозг зависимый и беспринципный	167
«Многоканальное» обучение	169
Пять фантастических личностей	171
Соглашательские знания	175
Чтобы формировать детей, надо сначала сформировать учителей	185
Матрица «Люблю — Могу»	185
Усилия VS страдания	188
Обучать и экспериментировать	193
Глава 4. ИГРАТЬ, РАБОТАТЬ, ЖИТЬ	196
Смысл работы	196
Круглый дурак и психотравма	197
Приятно чувствовать себя правым, но ведь нужно еще и выживать	201
Играть	213
Гики тоже учатся	213
Уроки киберспорта	216
Нейроэргономичный город	220
Кампус Франкенштейна	224
Метафора черепахи	225
Нейроэргономика и сексуальность	227
Соблазнение и зависимость	227
Мужчины VS женщины	228

СВОБОДУ МОЗГУ!

Глава 5. МАРКЕТИНГ, ПОЛИТИКА И ЖУРНАЛИСТИКА	234
Нейроэргономика маркетинга	234
Продукт и его аура	234
Искусство тревожности	236
Эрос и Танатос как механизмы маркетинга	239
Синапс Хебба и роль ассоциативной памяти	241
Самый интересный человек в мире пьет только пиво «Dos Equis»!	243
Реклама с точки зрения «Эппл»	245
Обезьяна и шарманщик: кому адресована реклама?	247
Эргономика обмана	249
Пирамиды Понци	249
Мошенничество и демократия	251
О политике и журналистике	252
Четыре информационные погрешности	252
Новые информационные дилеры	256
Глава 6. ЧЕЛОВЕК ДОПОЛНЕННЫЙ —	
ЧЕЛОВЕК НЕСОРАЗМЕРНЫЙ?	259
Расширение, деформация и пропорции	259
Сознание Витрувия	259
Расширение мозга?	261
«Как мы можем мыслить» — к инструментам сознания	266
Гипертекст	266
На пути к гиперписьменности	268

Часть третья**ЧТО ТАКОЕ НЕЙРОМУДРОСТЬ?**

Глава 1. МОЯ ИСТОРИЯ	277
Нейронауки пронизывают все вокруг	277
Коррекция когнитивных искажений	281
Докторант в отчаянии	284
Глава 2. НЕЙРОМУДРОСТЬ	287
Глава 3. НЕЙРОМИМЕТИЗМ	291
Читаем свои нервы вместо того, чтобы жечь их	291
Защита нейроправ	293
Кто спасет хотя бы один нерв, спасет человечество	294
Мрачная история Артуро Диаза	294
Нерв — это святое	297
Нейровдохновение	299
Нейромиметизм	299
Век ноосферы	301
Нейродизайн и нейрометрия	305
Психическая культура	306
Мозг за работой	309
Глава 4. НЕЙРОВОЗРОЖДЕНИЕ	312
Три повторных открытия	312
Наука и сознание	315
Нейрофашизм	318
Пороки научного авторитета	318
Миф о недоступной науке	320

СВОБОДУ МОЗГУ!

Распространение научных открытий	322
Вы не знаете свои нейроны?	
Другие займутся их изучением вместо вас	325
Человеческие жертвоприношения	331
Предвзятость подтверждения:	
три поучительных случая	334
Урок Розенхана	336
К военным	344
Познаешь себя — познаешь противника	346
Искусственный интеллект на службе армии	348
Нейродатасом	352
Человек расширенный	355
Глава 5. СЕМЬ УПРАЖНЕНИЙ ПО ГИМНОЭТИКЕ, или ГИМНАСТИКА ДЛЯ УМА	361
Благодарности	374
Алфавитный указатель	375

ПРЕДИСЛОВИЕ

Манифест о свободе мозгу

С тех пор как мы узнали, что новые нейроны ежедневно образуются в нашем мозге, на полках книжных магазинов появилось множество книг, прославляющих достижения нейронаук. Но книга Идриса Аберкана совсем другая. Это не научный очерк, а скорее призыв отречься от прошлых верований и встать на защиту мозга.

Я выделил три основные идеи в этой книге, хотя вообще-то их там гораздо больше. Первая — это экономика знаний. В то время как деньги обогащают одних и доводят до нищеты других, потоки знаний делают богатым каждого из нас.

Прекрасный пример тому, как они стали средством платежа, я обнаружил в Индии, где обладающему этой «валютой» позволяет только одно: расплатиться с тем, кто поделился знаниями, той же самой монетой. Поэтому располагающий этим богатством не может его использовать ни на что другое, только на их получение.

Это относится и к наименее осведомленным людям, и к обладающим широким кругозором.

Такой человек обогащается не только сведениями, которые он получил, но и своими собственными, по-