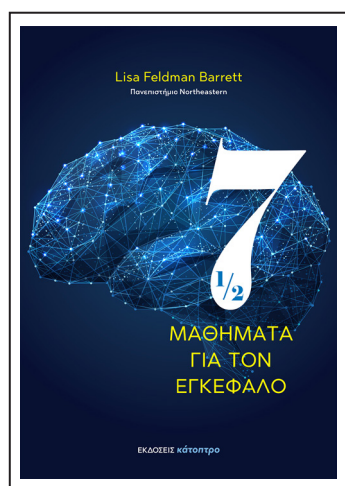


## ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΚΑΤΟΠΤΡΟ ΔΕΛΤΙΟ ΤΥΠΟΥ



Lisa Feldman Barrett  
Πανεπιστήμιο Northeastern

### Επτάμισι μαθήματα για τον εγκέφαλο

Μετάφραση – επιστημονική επιμέλεια:  
Παν. Δεληβοριάς

ISBN: 978-618-5493-08-0

Πανόδετο, Α/Μ, 192 σελ., 14 × 21 εκ.,  
24,00 € (χωρίς ΦΠΑ)

#### Δυο λόγια για το βιβλίο

«Για ποιον λόγο εξελίχθηκε ένας εγκέφαλος όπως ο δικός μας; Η προφανής απάντηση είναι “Για να σκεφτόμαστε”. Και δεν προκαλεί έκπληξη το να υποθέτει κανείς ότι η εγκεφαλική εξέλιξη είχε κάποιου είδους ανοδική πορεία —λόγου χάριν, από τα κατώτερα ζώα προς τα ανώτερα, με τον πιο προηγμένο και έλλογο εγκέφαλο όλων, τον ανθρώπινο εγκέφαλο, να βρίσκεται στην κορυφή. Στο κάτω-κάτω, η υπερδύναμη του ανθρώπου είναι η σκέψη, δεν συμφωνείτε;

»Ε, λοιπόν, η προφανής απάντηση είναι λανθασμένη. Μάλιστα, η ιδέα ότι ο εγκέφαλός μας εξελίχθηκε για να σκεφτόμαστε έχει υπάρξει πηγή πολλών και σημαντικών παρανοήσεων σχετικά με την ανθρώπινη φύση. Άπαξ και εγκαταλείψουμε την προσφιλή αυτή πεποίθηση, θα έχουμε κάνει το πρώτο βήμα στην προσπάθειά μας να κατανοήσουμε πώς λειτουργεί ο εγκέφαλός μας και ποιο είναι το σπουδαιότερο έργο που επιτελεί —και, τελικά, τι είδους πλάσμα είμαστε πραγματικά...».

Γιατί, λοιπόν, έχουμε εγκέφαλο; Παρακολουθήστε τη διαπρεπή νευροεπιστήμονα Lisa Feldman Barrett να απομυθοποιεί την γκρίζα αυτή μάζα ανάμεσα στα αφτιά σας. Σε επτά περιεκτικά κείμενα (συν μία σύντομη ιστορία για το πώς εξελίχθηκε ο εγκέφαλος), αυτή η μικρή, διασκεδαστι-

κή και προσιτή συλλογή δοκιμίων προσφέρει εμπνευσμένα μαθήματα από την εμπροσθοφυλακή της νευροεπιστημονικής έρευνας. Έτσι θα μπορέσετε να μάθετε πώς προέκυψε ο εγκέφαλός σας, πώς είναι δομημένος (και γιατί αυτό έχει σημασία) και πώς λειτουργεί σε αλληλεπίδραση με τους υπολοίπους γύρω σας για να δημιουργήσουν όσα βιώνετε. Στην πορεία θα μπορέσετε να μάθετε γιατί πρέπει να απορρίψετε διάφορους διαδεδομένους λαϊκούς μύθους, όπως εκείνον του «ερπετοειδούς εγκεφάλου» ή της φερόμενης αντιμαχίας μεταξύ «σκέψεων και συναισθημάτων» ή ακόμη και μεταξύ «φύσης και ανατροφής», ώστε να καθορίσετε τη συμπεριφορά σας.

Το βιβλίο θα εξάψει την περιέργεια τόσο των περιστασιακών αναγνωστών όσο και των βετεράνων της επιστήμης, καθώς είναι γεμάτο με εκπλήξεις, χιούμορ και σημαντικές αναφορές για την ανθρώπινη φύση —το δώρο ενός βιβλίου που θα θέλετε να απολαύσετε ξανά και ξανά.

#### Είπαν για το βιβλίο

- «Ομορφη γραφή και υπέροχες ιδέες που θα εκτιναχθούν στον νου σας σαν μια σειρά από κροτίδες. Αν θέλετε μια συνοπτική παρουσίαση του εγκεφάλου και της μαγείας του, ξεκινήστε από εδώ. [...]»

—**David Eagleman**, καθηγητής νευροεπιστήμης,  
Πανεπιστήμιο Stanford

- «Μια έξυπνη και δροσερή ματιά σε θέματα που αφορούν τον εγκέφαλο και τα οποία οι περισσότεροι νομίζουμε ότι γνωρίζουμε —αλλά στην πραγματικότητα αγνοούμε. [...]»

—**Daniel Gilbert**, καθηγητής ψυχολογίας,  
Πανεπιστήμιο Harvard

- «Η Barrett είναι πρωτοπόρος στον τομέα της νευροεπιστήμης και μία από τις πιο προκλητικές στοχάστριες του νου σήμερα. Ετοιμαστείτε για μια ασυνήθιστη εμπειρία.»

—**Adam Grant**, καθηγητής οργανωσιακής ψυχολογίας,  
Πανεπιστήμιο της Πενσυλβάνιας

- «...Η Barrett γράφει με το μάτι επιστήμονα και την καρδιά αφηγητή. [...] Πρέπει να το διαβάσουν όλοι όσοι διαθέτουν εγκέφαλο. [...]»

—**Helen Mayberg**, καθηγήτρια νευρολογίας, ψυχιατρικής και  
νευροεπιστήμης, Ιατρική Σχολή του Mount Sinai

• «Από τις καλύτερες, σύντομες και ανατρεπτικές εισαγωγές που έχω διαβάσει ποτέ για τον ανθρώπινο εγκέφαλο. [...] Η Barrett είναι μία από τις πιο λαμπερές και τολμηρές στοχάστριες και επιστήμονες, με την οποία είχα τη χαρά να συνομιλήσω επί μακρόν.»

—**Lex Fridman**, ερευνητής τεχνητής νοημοσύνης,  
Τεχνολογικό Ινστιτούτο της Μασαχουσέτης

• «Μια ριζοσπαστική και προκλητική ματιά σε μια σειρά από διαδεδομένες παρανοήσεις, αναδυόμενες ανακαλύψεις και δελεαστικά μυστήρια σχετικά με τη φύση μας ως άτομα και αλληλένδετα κοινωνικά όντα. Φωτίζοντας τα αφάνταστα πολύπλοκα, συνεχώς μεταβαλλόμενα δίκτυα εγκεφάλου – σώματος, η Barrett φθάνει στην καρδιά της νέας κατανόησής μας σχετικά με το ποιοι και τι είμαστε ως πλάσματα, και πόση ελευθερία και δυνατότητα δράσης έχουμε. [...]»

—**Jon Kabat-Zinn**, ομότιμος καθηγητής ιατρικής,  
Πανεπιστήμιο της Μασαχουσέτης

• «Το *Επτάμισι μαθήματα για τον εγκέφαλο* διαβάζεται σαν μυθιστόρημα —και ο κύριος ήρωάς του είμαστε όλοι μας. [...] Διαβάστε το βιβλίο αυτό! Θα σας κάνει πιο έξυπνους όσον αφορά τον εαυτό σας και το είδος μας.»

—**Leonard Mlodinow**, θεωρητικός φυσικός και συγγραφέας

• «Συναρπαστικό και κατατοπιστικό βιβλίο. [...] Εκλαϊκευμένη επιστήμη στα καλύτερά της.»

—*The Guardian*

• «Στο μικρό αλλά δυνατό βιβλίο της, η κυρία Barrett [...] εξηγεί συγκλονιστικά ότι πολλά από αυτά που νομίζαμε πως γνωρίζαμε για τον εγκέφαλο είναι λάθος.»

—*Wall Street Journal*

• «Ένα επιστημονικό βιβλίο που πρέπει να διαβαστεί. [...]»

—*Discover Magazine*

• Στον «κατάλογο των καλύτερων βιβλίων» για το 2020, των Amazon και Barnes & Noble

• Στον «κατάλογο των πιο αξιολογών βιβλίων» για το 2020, του *Behavioral Scientist*

• Ένα από «τα καλύτερα βιβλία εκλαϊκευσης της επιστήμης», του *BBC Science Focus* (Μάρτ. 2021)



## Η συγγραφέας

Η Lisa Feldman Barrett (Λίζα Φέλντμαν Μπάρετ) είναι διακεκριμένη καθηγήτρια ψυχολογίας στο Πανεπιστήμιο Northeastern, ενώ κατέχει ερευνητικές θέσεις στην Ιατρική Σχολή του Πανεπιστημίου Harvard (HMS) και στο Γενικό Νοσοκομείο της Μασαχουσέτης (MGH). Η έρευνά της επικεντρώνεται στην επιστήμη των συναισθημάτων. Έχει δημοσιεύσει περισσότερες από 200 επιστημονικές εργασίες σε κορυφαία περιοδικά ψυχολογίας και γνωσιακής νευροεπιστήμης κατόπιν αξιολόγησης από ομότιμους κριτές. Το 2019 έλαβε υποτροφία Guggenheim στο πεδίο της νευροεπιστήμης. Είναι εκλεγμένο μέλος της Αμερικανικής Ακαδημίας Τεχνών και Επιστημών (AAAS) και της Βασιλικής Εταιρείας του Καναδά (RSC). Το προηγούμενο βιβλίο της τιτλοφορείται *How Emotions Are Made: The Secret Life of the Brain*.

## Περιεχόμενα του βιβλίου

**Το μισό μάθημα.** Ο εγκέφαλός σας δεν υπάρχει για να σκέφτεστε

**Μάθημα 1.** Έχετε έναν εγκέφαλο (όχι τρεις)

**Μάθημα 2.** Ο εγκέφαλός σας είναι ένα δίκτυο

**Μάθημα 3.** Η συνδεσμολόγηση των νεαρών εγκεφάλων καθοδηγείται από τον εξωτερικό κόσμο

**Μάθημα 4.** Ο εγκέφαλός σας προβλέπει (σχεδόν) ό,τι κάνετε

**Μάθημα 5.** Ο εγκέφαλός σας συνεργάζεται κρυφά με άλλους εγκεφάλους

**Μάθημα 6.** Οι εγκέφαλοι δημιουργούν περισσότερους από έναν τύπους νου

**Μάθημα 7.** Ο εγκέφαλός μας δημιουργεί την πραγματικότητά μας

Επίλογος

Ευχαριστίες

Παράρτημα: Η επιστήμη πίσω από την επιστήμη

Λεξιλόγιο

Ευρετήριο



ΕΚΔΟΣΕΙΣ ΚΑΤΟΠΤΡΟ

Κορυζή 8, 117 43 Αθήνα, τηλ. 210 9244827, 210 9244852

email: info@katoptro.gr site: www.katoptro.gr