

시간적, 공간적 맥락.

자극은 랜덤

Good story가 맥락. 중복한다. 맥락. 중복한다. 맥락. 중복한다.

맥락적 추론은 어떻게 삶의 문제를 해결하는가? 애매한 정보에서 완벽한 추론을 이끄는 맥락의 힘!

학습과 기억을 관장하는 뇌, 특히 해마 연구의 권위자인 서울대 이인아 교수는 그의 저서 『퍼펙트 게스』에서 내 삶의 경험과 선택을 통해 복잡한 세상에 적응적이고 생존 가능한 최적의 뇌를 설계할 수 있다고 말한다. 이는 30년 동안 생물학과 인지과학, 자연지능과 인공지능을 넘나들며 최전선에서 융합적 뇌과학을 연구하고 가르쳐온 이인아 교수가 과학의 언어를 통해 일상생활에서 부딪히는 문제와 의문을 흥미롭게 풀어내는 과정에서 터득한 깨달음이다. 살아 있는 동안 끊임없이 학습하고 이를 활용하는 뇌의 정보 처리 전 단계를 '맥락'이라는 단 하나의 거대한 원칙을 이해하게 되면, 때로는 강력하고 때로는 유연하게 변화에 적응하는 뇌의 '맥락 설계자'가 될 수 있는데 필요한 영감을 얻을 수 있을 것이다. 인간의 모든 감각은 자연환경에 존재하는 자극과 정보를 해석하기 위해 존재하지만, 어떤 정보는 너무나 애매하고 해석하기 어렵다. 이때 이 애매함과 사투를 벌이며 자극의 정체를 가장 완벽에 가깝게 추론하는 뇌의 "예측하고 행동하라"는 생존 전략 덕분에 우리는 시시각각 변화하는 환경에서 적응하며 '나'라는 존재로 살아남을 수 있는 것이다. '네 자신을 알라'라는 말이 있듯이 '네 뇌를 알라'라고 말해온 이인아 교수의 메시지처럼, 자신의 뇌가 가진 특성을 이해하고 활용할 수 있다면 우리는 불확실성으로 가득한 삶과 일을 확신으로 바꾸는 기적 같은 경험을 하게 될 것이다.

이러한 맥락



Optic Disc.

맥락

시선경 나눌 것

아트. 채워넣기.

(환경).

뇌는 적응하는 거신이다.

외관상과 소용된다.

지금 이 순간의 경험과 선택이 모여 마침내 '나'라는 맥락을 갖는 '뇌'가 된다!

누구나 '나'에 대해 알고 싶어 하며, 내 주변의 '타인'과 '환경'에 대해서도 알고 싶어한다. 나와 우리의 마음과 사고가 어떻게 작동하고 행동하는지, 세상은 어떻게 변화하고 적응하는지 빠르게 이해하고 정확하게 해석하고 싶어 한다. 『퍼펙트 게스』는 이러한 인간의 기본적인 호기심에 대한 답을 찾는 책이다. 저자 이인아 교수는 우리 뇌를 과학적으로 이해하는 데 답이 있다고 제시하고 있다.

새로운 것 받아

보완해준다.

맥락 해조해준다.

맥락을 가지코시.

복합하게 익숙하게

이 책은 뇌의 거대한 작동 원칙 '맥락적 추론'을 통해 이야기를 풀어간다. 이인아 교수는 각자가 살아오면서 경험한 내용에 따라 뇌의 작동 방식이 조금씩 다를 수 있어도, 작동의 기저에 흐르는 기본적인 원칙은 같다고 설명한다. 우리 뇌가 외부로부터 들어온 복잡하고 애매한 정보를 맥락적 추론을 통해 가장 완벽에 가깝게 매순간 문제를 풀어내고 있다는 것이다. 나아가 우리 뇌는 맥락의 학습과 활용 없이는 거의 아무것도 결정할 수 없다고 강조한다. 즉 나에게 일어나는 일도 더 쉽게 이해할 수 있고, 타인의 행동과 복잡한 세상도 더 잘 이해하고 대응할 수 있는 비밀이 바로 우리 뇌 안에 있다고 말한다.

복잡하게.

시간적 2개.

2개 2보한다.

2. r. 3보.

뇌의 정상적인 활동은 애매함의 망망대해에서 '맥락'이라는 등대의 불빛 없이는 거의 불가능하다. 일상생활에서 부딪히는 복잡하고 불확실한 문제로 고민해본 적 있는 사람이라면 이 책을 통해 뇌의 '맥락 설계자' 혹은 '맥락 집행자'가 될 수 있는 기회를 발견하게 될 것이다. 저자는 뇌라는 공간에 무엇을 넣는지에 따라 나만의 독특한 방식으로 배치된 세상 하나뿐인 아름다운 정원이 될 수도 있고, 천편일률적이고 그저 단조로운 공간이 될 수도 있다고 말한다. 지금 이 순

외형은 능력.

이치

강령이 없는
사건을 예측 X.

보고 싶은 것을 보지. 알지 싶은 것을 보지 않는다.

주의
Attention

Spotlight

소개하기
마로사,

하나이 집중

픽작이 빠르다: 몰입 (적절. 취미인 듯하다)

간의 경험 하나하나를 능동적이고 주체적으로 선택해 나간다면 마침내는 나만의 멋지고 독특한 맥락을 갖는 뇌로 새롭게 업그레이드될 수 있을 것이다.

키마

최신 뇌과학 연구가 밝혀낸 가장 정확하게 뇌를 이해하고 활용하는 방법!
"탁월한 맥락 설계자는 패턴완성과 패턴분리를 오가며 최적의 뇌를 만든다"

One Shot Learning
유능히 학습
예외한 스포츠(FI)

오랫동안 많은 사람들을 매료시킨 애저서 크리스티의 『오리엔트 특급살인』이나 『그리고 아무도 없었다』 같은 추리소설은 독자가 이야기에 몰입하게 만든다. 이처럼 손에 땀을 쥐게 하는 탁월한 이야기 전개와 극적인 반전이라는 스토리텔링 기법에서 우리는 뇌의 추론 활동에 대한 두 가지 핵심적인 기능을 발견할 수 있다. 바로 뇌에서 맥락 정보를 만들어내는 가장 중요한 영역인 해마의 '패턴완성'과 '패턴분리'가 그것이다.

관다
관로제거(?)
관다로 가득 채워

이인아 교수는 뇌의 깊은 부위에 위치한 해마가 우리를 둘러싼 환경, 즉 바깥세상에서 들어온 정보를 시각, 청각, 미각 등 각각의 개별 감각과 지각을 통해 파편화하여 처리한 후 마치 뜨개질을 하듯 순간적으로 엮어 실제에 가깝게 복원해낸다고 설명한다. 블록처럼 쪼개진 개별 정보를 3차원의 구조물로 만드는 작업, 바로 이것이 '맥락'이라는 것이다. 이렇게 '패턴완성'된 맥락은 머릿속에 저장되어 새로운 사건과 상황에 부딪히더라도 맥락의 힘으로 완벽하게 추론하는 기능을 수행한다. 반면, 우리는 종종 이미 학습된 맥락과 완전히 다른 새롭고 낯선 상황에 부딪히는 딜레마를 겪게 되는데, 이때 뇌는 '패턴분리'를 통해 새로운 맥락을 만들어내야 한다. 우리가 추리소설을 읽으며 몰입할 수 있는 이유도 이 맥락적 뇌 활동 없이는 불가능하다는 것이 저자의 설명이다. 해마가 특 정 맥락 속에 빠져 있을 때, 맥락을 벗어나는 반전을 통해 주의를 끌어내고 새로운 맥락을 학습하려고 더 노력하게 만들어 몰입으로 이어지게 하기 때문이다.

치매
버릴 수 있도록
강조
대상 부활
시간
외기. 불교

이 책에서 저자는 '패턴완성'과 '패턴분리'의 경계가 삶의 경험이 많고 적음에 따라, 나이가 많고 적음에 따라 사람마다 다르다는 점을 여러 사례를 통해 보여준다. 일상생활에서 부딪히는 상황을 해석하기 위해서는 때로는 강력한 맥락 정보를 활용해 정밀하게 판단할 수 있어야 하고, 때로는 역동적인 맥락적 정보 처리로 새로운 맥락 정보를 형성할 수 있어야 한다고 강조한다. 우울증이나 PTSD 같은 정신헌환과 치매 같은 뇌질환뿐만 아니라, AI와 인간, 끝내 논쟁, 뇌의 노화를 둘러싼 진실과 오해 등 우리가 살아가면서 겪을 수 있는 중요하고 흥미로운 문제들을 통해 맥락의 뇌과학의 세계로 우리를 안내한다. 저자의 친절한 설명을 따라가다 보면, 마침내 패턴완성과 패턴분리를 오가며 생존과 적응에 유리한 최적의 뇌를 설계하는 가능성을 발견하고 우리 뇌의 잠재력을 깨울 수 있는 힌트를 얻게 될 것이다.

사랑을 만나야
기비서 대과하는데

학 습
배우고 써본다

노르웨이 수녀원

중요한데. 결론 못한다.
(9스라벨드사관, 4호령다. 대과(기내사)).

cell death (사망하기 앞으...)
불인 위치.
나어 알라라고 하기.

꿈을 기원하라고 하는게야
꿈을 안 꾸는게.
제로 좋다.