

# 复习+预告 | 用演化的眼光理解世界



卓克

11小时前

“思维与方法”模块的课程已经全部完结，从明天开始，我们进入“演化与认知”模块的第一个概念“真理”的讲解。

在中国，进化论是一个被误解的概念，它被理解为有目的性、方向性的，甚至自从引入中国的第一天起，就是革命的理论依据，而并不是一个新的生物领域的思想，这是我们接下来的一个星期要破除的。

除此之外，进化论（演化论）在科学界的讨论已经远不止限于生物领域。可以说，凡是符合下列特征的集合，都可以用演化的角度去理解：

**由许多个体组成，每个个体随环境的改变而改变/淘汰。**

所以生物、语言、社会、道德，都多少符合这些特征。所以在这个模块的后半部分，我将教你如何用演化的眼光理解人文领域的现象。所以这个模块将是一个跨界的认知升级。

## ——◆ 本周课程复习 ◆——

## ——◆ 概念08：计算 ◆——

数学是科学的灵魂，而科学又是技术的源头，技术又是生产力增加、生活条件提升的必要条件。

### 055 | 计算：现代数学研究什么（1）

一个领域的知识如果不断地深入发展，都有同一个趋势，那就是从具象化到抽象化。数字的出现，也反映了事物从具象到抽象化的过程，是一种人类文明的升级。

### 056 | 计算：现代数学研究什么（2）

集合论是现代数学的基础，大数学家康托一步一个脚印地定义了集合的各种运算和各个集合之间的关系，甚至将无穷都在逻辑上严格地定义了出来，这是人类纯粹智力活动的最高成就之一。

### 057 | 计算：现代数学研究什么（3）

科学突破越大，遭受的阻力也就越大，它必须能经受住科学家共同体的质疑。希尔伯特肯定了康托的成果，数学界借助集合论打造了数学大厦，但却被罗素指出问题，引发了第三次数学危机，经过30年的修补，又被哥德尔指出新的问题。这就是科学家共同体所共同遵从的世界观和行事方式。

### 058 | 计算：现代数学研究什么（4）

布尔巴基学派的数学研究，让人类智力活动达到了一个巅峰，抽象到了极致。数学对现代人的现实意义，是训练大脑的抽象思维能力，而抽象化思维能力的强弱，很大程度上决定着每个人在现代社会生存，能看得有多透，走得有多远。

## 答疑时间

### 059 | 问答：零热量饮料反而增肥？

摄入代糖是否有增肥现象，需要寻找足够的证据，证据从弱到强分为三个等级：流行病学、动物实验、人体实验。如果一个药物或者一个成分在这三方面都给出一致性结果，那这个结论就是人类可以回答的最好水平。动物实验中，代糖造成了肥胖，而对人体的研究，没有让人变胖。

### 060 | 问答：晚睡晚起真的不好吗？喝咖啡有害吗？

关于睡眠：1.只要能够保证足够时长的正常质量睡眠，晚睡晚起并不比早睡早起有什么坏处；2. 人类本身是需要整块睡眠时间的，达芬奇睡眠法、冥想睡眠法都不靠谱；3.咖啡对人体健康有好处没有坏处，控制在400毫克以内可以放心喝。

## ——◆ 下周课程预告 ◆——

061 | 真理：达尔文的进化论又被推翻了？（上）

062 | 真理：达尔文的进化论又被推翻了？（中）

063 | 真理：达尔文的进化论又被推翻了？（下）

064 | 真理：导致新进化论大幅更新的：基因平移



卓克

我是卓克，明天我们开始进入第十一周的课程，明天见。

