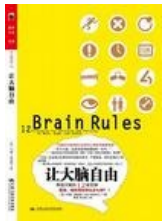


让大脑自由



放在你的blog里!

译者: 冯立岩 / 杨光
作者: 约翰·梅迪纳
副标题: 关于人脑，这是我读到的最好的一本书
—微软中国董事长 张亚勤
ISBN: 9787300113913
页数: 248
定价: 39.8
出版社: 中国人民大学出版社
装帧: 平装
出版年: 2009.11



想读 在读 读过

评价: ☆☆☆☆☆

写书评 加入豆列 推荐

简介

定律1：越运动，大脑越聪明
信不信，“驴友”比“沙发土豆”更聪明！
老板，请把办公室的咖啡机换成跑步机！
每周两次有氧运动，跟老年痴呆说Bye Bye!
定律2：大脑一直在进化
人类战胜了猛犸象，因为我们的祖先选择了给大脑增加神经元，而不是为骨骼增加肌肉。
人类战胜了大猩猩，因为我们看到五边形，能想到五角大楼或克莱斯勒的面包车。
人类战胜了大自然，因为我们不但有“蜥蜴脑”、“家猫脑”，还有像果子冻一样滑溜溜的大脑皮层。
定律3：每个大脑都不同
在我们的大脑里潜伏着一个神经元，只有詹妮弗·安妮斯顿才能刺激它——当然，也许你需要的是哈利·贝瑞或比尔·克林顿。
每个人大脑的神经网络可能有同样的国道、省道，但那些小巷子和土路绝对不同。
人脑不存在“大规模定制”——如果你的学生或员工是迈克尔·乔丹，千万别勉强他去打棒球。
定律4：大脑不关注无聊之事
不管你是谁... (展开全部)

作者简介

约翰·梅迪纳
他是研究人脑发展基因以及精神病遗传学问题的发展分子生物学家，兼任华盛顿大学医学院和西雅图太平洋大学双聘教员，是西雅图太平洋大学应用学习研究脑中心的主任。
他是一位杰出的教授，曾获华盛顿大学工程学院的年度杰出教师奖。作为美国国家教育委员会的顾问，他经常针对神经病学与教育的关系发表评论。
他是一位畅销科普作家，以《基因炼狱》、《肉体年限》、《抑郁症：如何发生，如何治疗》、《揭开艾滋病的神秘面纱》为代表的多本科普著作拥有大批忠实读者。

豆瓣成员常用的标签(共43个)

心理学(55) 思维(53) 科普(33) 让大脑自由(17) 脑科学(14) 腦神經科學(6) 右脑(5) Psychology(5)

喜欢读“让大脑自由”的人也喜欢



你的脸皮有多厚？117个不可思议的...



密码中的秘密



海洋的故事



混沌及其秩序：走近复杂体系——前...



生命的节奏



右手左手.探索



中国科普佳作



Lehninger生物



令孩子惊奇



华北野花

在哪儿买这本书？

- 卓越亚马逊 (RMB 27.50)
- 当当网 (RMB 34.10)
- 新华书店.COM (RMB 30.20)
- 北发图书网 (RMB 27.50)
- 查看5家网店价格

有951人想读,手里有一本闲着的 > 点这儿转让



以下豆瓣推荐

moon's 2009-2010 全新阅读 (Moon)


【大脑学习法】 (葡萄)

想读的图书馆没有的 (喵喵)

-----> 【2010想看的】 (葡萄)

想看暂时未买 (aliceshouse)


谁读这本书？



Xmelie
1小时前想读



Jason
1小时前想读
tags:科普图书



Hermione
1小时前读过 ★★★★★
tags:腦神經科學
的确是本有意思值得一读的科普读物



yl
今天上午想读

> 51人在读


> 52人读过

> 951人想读

书评 ·····

热门评论

最新评论




Notes

黄涌涛(谦虚 沉静 耐心 专注 自信) ★★★★★

核心的框架目录中很完全了，下面是一些散记的点：1. 知识，知识不仅仅是其相关领域的一系列简单事实和公式的汇总，相反，某一领域的知识是围绕一个核心概念或大观点组织的，这一核心概念或者大观点指导了这一领域的思想。2. 注意力，大脑无法对无聊的事情集中注意力，上限是10分钟。3. 情绪，与中性事件相.....

2010-01-28 7/7有用




非常不错，值得推荐。

逍遥游 ★★★★★

书的名字是《让大脑自由》，不过这名字完全没有魅力，你看完之后大脑并不会自由，反而是原著的名字很酷，叫做Brain Rules——大脑的规则。这是一本科普读物，关于脑科学的一些普及知识，一点都不浅白，反而内容非常时尚，都是近几年的科研成果，可以说是很前卫的概念了。相比较我以前所了解的内容，这本书给了我很大的帮助，一个是推..... (1回应)

2009-12-16 1/1有用




释放天赋的十二条定律

小篮子(小篮子) ★★★★★

很喜欢的一本书，作者用最幽默的语言讲述了人脑——这个最复杂的器官。原来，我们从来都不了解自己的大脑，没有好好地关心它，没有问它想要什么，饿不饿，冷不冷，但它还是为我们勤勤恳恳地工作着。

2009-11-12 4/5有用




旅游~沙发土豆的纠结

run-to-u(kisses in the wind.) ★★★★★

呵呵。。刚刚只是看到那句 驴友一定比沙发土豆聪明。纠结。。要是 霍金看到这个会如何想？~~ 西西。。。。脑袋刚飘乎乎.....

2009-11-26



从科学松鼠会看到的~

berton ★★★★★

很多人都说，所谓的12条规则都是人尽皆知。可是，你知道运动减少忧郁，睡眠改善记忆这些“人尽皆知”的准则背后的原理吗？其实，张亚勤写的那句话，在我看来可以进一步扩展，这本书的意义不仅仅在于大脑，更有助于我们今后的人生。作者的文笔也很诙谐，让读者丝毫不会感到艰涩难懂。作为深谙大脑规律的人，这本书的内.....

2009-12-11

"让大脑自由"论坛 ·····

喜歡這本書，可是它編輯得認真麼？	来自autumnleaf	1 回应	2010-01-14
我可以与他交配吗？他会不会与我交配？	来自ch.yvonne	3 回应	2009-12-16
北京哪里能买到？	来自cbl1105	1 回应	2009-12-09
湛庐的书就是太贵	来自猪猪(小宝)	4 回应	2009-11-30

喜欢这本书的人常去的小组 ·····



查理·芒格(1000)



非物质文化遗产(628)



中国科学院(355)



复杂自适应系统研究(1020)



TED Talks(3935)



【科学松鼠会】(23049)



《Value》价值投资读书会(2647)



科学哲学(3402)

> 收藏这本书的1个小组

订阅关于让大脑自由的评论:
 feed: rss 2.0