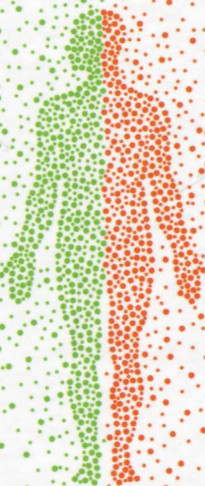


БИОЛОГИЯ ДОБРА И ЗЛА

Как НАУКА ОБЪЯСНЯЕТ
наши ПОСТУПКИ



РОБЕРТ САПОЛЬСКИ

АНО
альпина нон-фикшн


Книжные проекты
Дмитрия Зимины

Роберт Сапольски

Биология добра и зла

Как наука объясняет
наши поступки

Перевод с английского



Книжные проекты
Дмитрия Зимина

АНО
АЛЬБИНА НОН-ФИКШН

Москва

2022

УДК 159.9.019.43

ББК 88-26

C19

Переводчики

Елена Наймарк, д-р биол. наук,

Юлия Аболина

Научный редактор Даниил Марков

Редактор Анастасия Ростockая

Сапольски Р.

C19 Биология добра и зла: Как наука объясняет наши поступки / Роберт Сапольски ; Пер. с англ. — М.: Альпина нон-фикшн, 2022. — 766 с.

ISBN 978-5-00139-039-8

Как говорит знаменитый приматолог и нейробиолог Роберт Сапольски, если вы хотите понять поведение человека и природу хорошего или плохого поступка, вам придется разобраться буквально во всем — и в том, что происходило за секунду до него, и в том, что было миллионы лет назад. В книге автор поэтапно — можно сказать, в хронологическом разрезе — и очень подробно рассматривает огромное количество факторов, влияющих на наше поведение. Как работает наш мозг? За что отвечает миндалина, а за что нам стоит благодарить лобную кору? Что «ненавидит» островок? Почему у лондонских таксистов увеличен гиппокамп? Как связаны длины указательного и безымянного пальцев и количество внутриутробного тестостерона? Чем с точки зрения нейробиологии подростки отличаются от детей и взрослых? Бывают ли «чистые» альтруисты? В чем разница между прощением и примирением? Существует ли свобода воли? Как сложные социальные связи влияют на наше поведение и принятие решений? И это лишь малая часть вопросов, рассматриваемых в масштабной работе известного ученого.

УДК 159.9.019.43


ББК 88-26

Все права защищены. Никакая часть этой книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме и какими бы то ни было средствами, включая размещение в сети интернет и в корпоративных сетях, а также запись в память ЭВМ для частного или публичного использования, без письменного разрешения владельца авторских прав. По вопросу организации доступа к электронной библиотеке издательства обращайтесь по адресу tylib@alpina.ru.

© Robert M. Sapolsky, 2017.

All Rights Reserved

© Издание на русском языке, перевод, оформление. ООО «Альпина нон-фикшн», 2022

 978-5-00139-039-8 (рус.)
978-0143110910 (англ.)

Оглавление

Введение.....	9
Подход к изучению	12
Человек как животное, или Как разнообразна наша агрессия	16
ГЛАВА 1. ПОВЕДЕНИЕ	21
ГЛАВА 2. ЗА СЕКУНДУ ДО...	26
Три метафорических (не буквальных!) слоя.....	27
Лимбическая система	28
Миндалина.....	34
Лобная кора.....	46
Мезолимбическая/мезокортикальная дофаминовая система.....	63
Выводы.....	75
ГЛАВА 3. ЗА СЕКУНДЫ И МИНУТЫ ДО...	78
Универсальные правила против натруженных ног.....	79
Выводы.....	93
ГЛАВА 4. ЗА НЕСКОЛЬКО ДНЕЙ ДО...	94
Кривотолки о тестостероне	94
Окситоцин и вазопрессин: мечта маркетолога	101
Эндокринология женской агрессии.....	110
Стресс и неосмотрительные действия мозга.....	116
Развенчание мифа: алкоголь	125
Итоги и некоторые выводы	125
ГЛАВА 5. ЗА НЕДЕЛИ И МЕСЯЦЫ ДО...	127
Нелинейное возбуждение.....	128
«Ага! Вот оно!» И настоящее запоминание	129
Раскопки в куче исторического пепла	136
И другие области нейропластичности	139
Некоторые выводы.....	140
ГЛАВА 6. ПОДРОСТОК: «ЧУВАК, ГДЕ МОЯ ЛОБНАЯ КОРА?»	142
Реальность подросткового периода.....	143
Изнанка созревания лобной коры	144
Рисковые подростки.....	147
Сверстники, социальное принятие и социальное исключение	151
Эмпатия, сочувствие и моральные суждения	153
Подростковое насилие	156
И последнее: почему лобная кора не может взростеть, как все?	157
ГЛАВА 7. НАЗАД — В КОЛЫБЕЛЬ, НАЗАД — В УТРОБУ	159
Путь усложнения.....	159
Коротко о развитии мозга	159
Стадии.....	160
Последствия.....	171
Начало начал: зачем нужна мама	172
В шторм сгодится любая мама.....	175
К месту назначения разными дорожками.....	177
Психологический портрет с точки зрения биологии	178
Два отступления	180
Ключевой вопрос.....	182
Кувалда.....	183
Культура с прописной и строчной К.....	184

Деять долгих месяцев	192
Устройство и особенности мозга мальчиков и девочек, что бы это ни значило ...	193
Выводы	202
ГЛАВА 8. ТУДА, ГДЕ ВСЕ МЫ ЛИШЬ ОПЛОДОТВОРЕННЫЕ ЯЙЦЕКЛЕТКИ.....	204
Часть 1: гены снизу вверх	206
Часть 2: гены сверху вниз — генетика поведения	213
Часть 3: действительно, в какой мере гены определяют поведение (о котором здесь идет речь)?	227
Выводы	239
ГЛАВА 9. ЗА СОТНИ И ТЫСЯЧИ ЛЕТ ДО...	241
Определения, общность и различия.....	243
Коллективизм против индивидуализма.....	247
Скотоводы и южане	254
Культуры равенства и неравенства	262
Численность населения, плотность населения, неоднородность населения.....	267
Последствия культурных кризисов.....	271
...И религия	274
Гоббс или Руссо.....	275
Некоторые выводы.....	293
ГЛАВА 10. ЭВОЛЮЦИЯ ПОВЕДЕНИЯ.....	295
Эволюция 101	295
Поведение может формироваться эволюцией.....	298
Низвержение группового отбора	298
Индивидуальный отбор	300
Родственный отбор.....	302
Реципрокный альтруизм.....	308
На трех ногах	318
Многоуровневый отбор.....	323
А что у нас?	327
Как всегда: при чем тут гены?	334
Еще одна трудная тема: непрерывность и постепенность эволюционных изменений	335
Последняя — политически важная — трудность: все ли признаки адаптивны?	340
ГЛАВА 11. СВОИ ПРОТИВ ЧУЖИХ.....	346
Мощь разделения на своих и чужих.....	346
Мы	351
Они	356
Уникальные черты деления на Мы и Они у людей.....	362
Управление размежеванием.....	374
Выводы	378
ГЛАВА 12. ИЕРАРХИЯ, ПОВИНОВЕНИЕ И ОТПОР	380
Природа и разнообразие иерархий	381
Ранг и иерархия у людей.....	384
Вид сверху, вид снизу.....	386
И мы сами	392
Ох, почему бы и нет? Политика и политическая ориентация.....	397
Интеллект	398
Стиль мыслительного процесса	399
Разница в аффективных характеристиках.....	402
Повиновение и конформизм, неповиновение и нонконформизм	407
Природа власти или принуждение к конформизму со стороны социума	419
Что требуется и в каком контексте	420
Природа жертвы.....	422
Что зависит от того, на кого оказывают давление.....	423

Стресс.....	423
Альтернатива.....	424
Итоги и выводы.....	424
ГЛАВА 13. МОРАЛЬ И ПРАВИЛЬНЫЕ ПОСТУПКИ —	
ЕСЛИ ВЫ ЗНАЕТЕ, ЧТО ТАКОЕ ПРАВИЛЬНО.....	427
Главенство мышления при принятии моральных решений.....	428
Ну да, конечно: социальный интуитивизм.....	430
Снова дети и животные.....	431
Мистер Спок и Иосиф Сталин.....	435
Контекст.....	436
На сцену вступают дураки: практическое приложение открытий науки о нравственности.....	449
ГЛАВА 14. ЧУЖАЯ БОЛЬ: ПОЧУВСТВОВАТЬ, ПОНЯТЬ, ОБЛЕГЧИТЬ.....	464
Чувствовать, переживать, понимать и другие тонкости.....	464
Животные, «заражающие» своими эмоциями и отзывчивые к чужим.....	466
Дети, «заражающие» своими эмоциями и отзывчивые к чужим.....	469
Эмоциональный посыл и/или разумное решение?.....	470
Мифический скачок вперед.....	476
Самое главное: когда мы действительно что-то делаем.....	481
Выводы.....	489
ГЛАВА 15. УБИЙСТВЕННЫЕ МЕТАФОРЫ.....	491
Пример 1.....	491
Пример 2.....	492
Примеры 3, 4 и 5.....	492
Почувствовать чужую боль.....	496
Отвращение и чистота.....	497
Реальные и метафорические ощущения.....	502
С помощью клейкой ленты.....	504
На темной стороне метафор.....	505
Огонек во тьме.....	509
ГЛАВА 16. БИОЛОГИЯ, ЗАКОНОДАТЕЛЬНЫЙ КОДЕКС	
И (ПОЧЕМУ БЫ И НЕТ?) СВОБОДА ВОЛИ.....	514
Не забудьте проверить ее слезные каналы.....	514
Три позиции.....	518
Демаркационные линии на песке.....	518
Но можно ли из этих рассуждений извлечь нечто полезное?.....	529
Какими они увидят нас.....	535
Постскриптум: о трудном, но осуществимом действии.....	541
ГЛАВА 17. ВОЙНА И МИР.....	543
Наши лучшие ангелы: более отрадные стороны души.....	543
Некоторые традиционные способы.....	548
Возможности.....	573
Эпилог.....	594
Благодарности.....	598
Приложение 1.....	601
Приложение 2.....	625
Приложение 3.....	629
Список сокращений.....	634
Аббревиатуры в ссылках.....	636
Примечания.....	637
Источники иллюстраций.....	746
Предметно-именной указатель.....	748