

**ЧОВЕШКИЯТ МОЗЪК: ВЕЛИКОТО ТАЙНСТВО.  
ЦИТАТИ ОТ РУСКАТА НЕВРОЛИНГВИСТКА  
ПРОФЕСОР ТАТЯНА ЧЕРНИГОВСКА**



Татяна Черниговска<sup>1</sup>

„Хората трябва да работят с главата си, това спасява мозъка. Колкото повече е включен, толкова по-дълго е съхранен. Преди да се пресели в по-добрия свят Наталия Бехтерева<sup>2</sup> написа книгата „Умните живеят по-дълго“.

\*\*\*

Някои все още повторят, че нервните клетки не се възстановяват, но това не е истина. Всичко зависи от това, дали принуждавате мозъка постоянно да работи – трябва непрекъснато да Ви е трудно. Ако не натоварвате мускулите, те атрофират, и с мозъка е същото. Той не трябва да се отпуска, иначе ще настъпи беда.

\*\*\*

Мозъкът работи на максимални обороти именно защото му е необходимо да върши трудна работа. Трудната работа за мозъка – това е лекарство.

\*\*\*

---

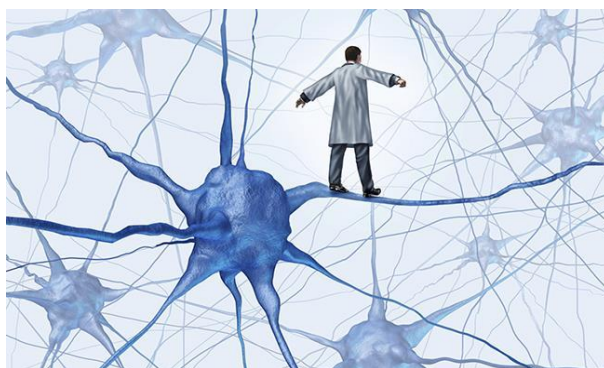
<sup>1</sup> **Татяна Владимировна Черниговска** (род. 7 февруари 1947, в Ленинград). Съветски и руски учен в областта на невронауките и психолингвистиката, а също и теория на съзнанието. Член-кореспондент на РАО. Заслужил деятел на науката на РФ (2010 г). Доктор на биологическите науки, професор.

<sup>2</sup> **Наталия Петровна Бехтерева**, внучка на световно известния руски психиатър и неврофизиолог Владимир Бехтерев, е рода на 7 юли 1924 г. в Ленинград. Умира на 22 юни 2008 г. в Хамбург. Академик Бехтерева е крупен изследовател на мозъка

Великата литература, особено великата поезия, ярко демонстрира възможностите на езика, които хората просто не искат да ползват. Езикът е невероятно богат, но това е само инструмент. Най-мощният инструмент, на който трябва да се учи да се свири.

\*\*\*

Мозъкът е загадъчно силно нещо, което по недоразумение ние странно защо наричаме „моят мозък“. За това нямаме абсолютно никакви основания: кой на кого е, това отделен въпрос.



Източник:

<https://www.facebook.com/chernigovskayatatiana/photos/a.1966497786909202/2731793700379603/?type=3&theater>

\*\*\*

Мозъкът взима решение 30 секунди преди човек да осъзнае това решение. 30 секунди – това е голям период от време за мозъчната дейност. Та кой в крайна сметка взима решение: човекът или неговият мозък?

\*\*\*

Действително плашеща мисъл – а кой всъщност е стопани в дома? Те са твърде много: гените, психосоматичния тип, маса други неща, включително рецепторите. Искате ми се да знам, кое е това същество, вземащо решение. За подсъзнанието въобще никой нищо не знае, по-добре е тази тема веднага да се затвори.

\*\*\*

Това, че мозъка се е оказал в нашата черепна кутия, не ни дава право да го наричаме „мой“. Той е несъпоставимо по-силен, отколкото Вие. „Искате да кажете, че мозъкът и аз, това са две различни неща?“ – ще попитате Вие. Отговарям: да. Ние нямаме власт над мозъка, той взима решенията сам. И това ни поставя в много щекотливо положение. Но при ума има една уловка: мозъкът сам взима всички решения, въобще всичко прави сам, но изпраща на човека

сигнал – ти не се притеснявай, всичко това ти го направи, това беше твое решение.

\*\*\*

Дължни сме да се отнасяме сериозно към мозъка. В крайна сметка той ни мами. Спомнете си за халюцинациите. Човекът, който ги вижда, е невъзможно да се убеди, че те не съществуват. За него те са също толкова реални, както за мен чашата, която стои на тази маса. Мозъкът заблуждава главата му, като дава цялата сетивна информация, че халюцинацията е истинска. Та какви основания имаме да смятаме, че това, което сега се случва, е реално, а не се намира вътре в нашите халюцинации?

\*\*\*

Откритието не може да стане по план. Истина е, има съществена добавка: те се случват при подготвените умове. Разбирате ли, таблицата на Менделеев не му се е присънила в кухнята. Той дълго е работил над нея, мозъкът е продължавал да мисли и просто му „прищракало“ на съм. Така казвам: На Менделеевата таблица страшно ѝ омръзнала тази история, и тя решила да му се яви в цялата си красота.



Програмите, които нашият мозък качва и разполага в себе си през целия живот след известно време се превръщат в желязо. Това, което сте научили започва да влияе върху гените.

\*\*\*

Днес ние много добре знаем: гений може само да се роди. Друг въпрос е, че родилият се гений, може да не стане такъв.

\*\*\*

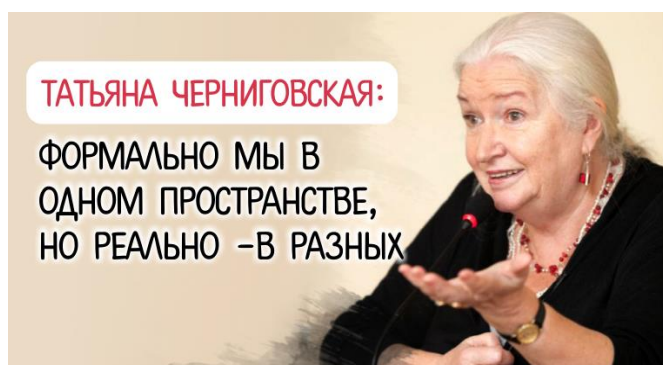
Мозъкът пази цялата информация, покрай която е минал, помирисал, опитал, изпил и т.н., всичко лежи там. Ако не помните това, това не означава, че това го няма в мозъка. Затова постоянно говоря: не трябва да се четат глупави книги, да се общува с глупаци, да се слуша лоша музика, да се яде некачествена храна, да се гледат бездарни филми.

\*\*\*

Ако ти е скучно да живееш – ти си пълен глупак.

\*\*\*

Творците действително имат различни мозъци: данните от томографите показват, че някои техни части при тях работят по-активно, отколкото при останалите хора. Уверена съм, че всяко малко дете трябва да учи музика, защото това е тънка изискана настройка на невронната мрежа – и не е важно, дали то ще стане професионалист или не.



Формално ние сме в едно пространство, но реално – в различни.

\*\*\*

Ако мозъкът четете идиотски списания, общува с глупаци, слуша лека безсмислена музика и гледа тъпи филми, то няма от какво да се оплаква. Книгата, която, може за някой да е лека, но за вас тя е сложна. Филмът, който не разбирате. Значи, ще мислите, ще четете критика. Или спектакъл, при който не е ясно, какво искал да каже режисьорът. В такъв случай мозъкът ще бъде зает с работа.

\*\*\*

Мозъкът това са мрежи, пулсиращи мрежи. Там няма „места“, където отделно работи нещо само. Затова дори да намерим в мозъка зони на жертвеност, любов, съвест, това по никакъв начин не би облекчило живота.

\*\*\*

Хората се делят на такива, при които въобще няма никакъв темп, и на такива, при които темпа е висок.

\*\*\*

Мозъкът на хората, знаещи повече от един език, има преимущество пред мозъците на тези, които знаят само един. Да се учат езици е полезно за развитието на мозъка и това също е един от начините да се „отдалечи Алцхаймер“.

\*\*\*

Мнозинството хора се държат така, сякаш живота е чернова. Животът започва от момента на зачатие – моля да осъзнаете тази необикновена новост. Той вече тече и е само един. Защо трябва да се живее така, като че ли ще има възможност след това нещо да се поправи? Нищо никои не поправя.

\*\*\*

Вечно плаша всички с това, че скоро изкуственият интелект ще осъзнае себе си като някаква индивидуалност. В този момент в него ще се появят собствени планове, собствени мотиви, собствени цели, и, уверявам Ви, ние няма да влизаме в този смисъл.



Източник:

[https://www.google.com/search?q=%D1%87%D0%B5%D1%80%D0%BD%D0%B8%D0%B3%D0%BE%D0%B2%D1%81%D0%BA%D0%B0&client=firefox-b-d&tbm=isch&source=iu&ictx=1&fir=i8vIXHZQFVMhlM%253A%252CYT\\_PzOab1OydhM%252C%252Fg%252F122k11b6&vet=1&usg=AI4\\_-kQHaUufbtTr5jKSPJPbJwQN9kg1AQ&sa=X&ved=2ahUKEwj-\\_yVxuPjAhVNR5oKHYPeA14Q\\_BowEXoECAcQAw#imgrc=fLdnbOFNpceXM:&vet=1](https://www.google.com/search?q=%D1%87%D0%B5%D1%80%D0%BD%D0%B8%D0%B3%D0%BE%D0%B2%D1%81%D0%BA%D0%B0&client=firefox-b-d&tbm=isch&source=iu&ictx=1&fir=i8vIXHZQFVMhlM%253A%252CYT_PzOab1OydhM%252C%252Fg%252F122k11b6&vet=1&usg=AI4_-kQHaUufbtTr5jKSPJPbJwQN9kg1AQ&sa=X&ved=2ahUKEwj-_yVxuPjAhVNR5oKHYPeA14Q_BowEXoECAcQAw#imgrc=fLdnbOFNpceXM:&vet=1)

**Източник:** 20 цитат нейролингвиста Татяны Черниговской о загадках человеческого мозга [https://www.adme.ru/zhizn-nauka/20-citat-nejrolingvista-tatyany-chernigovskoj-o-zagadkah-chelovecheskogo-mozga-2135565/?fbclid=IwARODPhzjJnpKm-w36szI95tIjJ9sL3lp1vAX6msibmcRNaiQL6\\_GAGwwOo](https://www.adme.ru/zhizn-nauka/20-citat-nejrolingvista-tatyany-chernigovskoj-o-zagadkah-chelovecheskogo-mozga-2135565/?fbclid=IwARODPhzjJnpKm-w36szI95tIjJ9sL3lp1vAX6msibmcRNaiQL6_GAGwwOo)

<https://www.facebook.com/chernigovskayatatiana/> - това е фейсбук страницата на проф. Черниговска, на която можете да намерите много нейни интервюта и лекции.

**превод от руски език:  
доц. дсн Божидар Ивков**