**新 书 推 荐**

**中文书名：《大脑宇宙：学会优化你的六个大脑以延年益寿》**

**英文书名：****THE BRAINVERSE: Learn to Optimise Your Six Brains for Longevity**

**作 者：Nasri Faith**

**出 版 社：Bonnier**

**代理公司：Rachel Mills/ANA/ Zoey**

**页 数：待定**

**出版时间：2026年**

**代理地区：中国大陆、台湾**

**审读资料：大纲和样章**

**类 型：科普**

**内容简介：**

**研究证明，人类大脑和宇宙有着惊人的相似之处，两者或由相同的原理形成。**

**在探索多元宇宙论是否正确的同时，越来越多的证据表明，大脑也是多维的。**

纳斯里·菲斯（Nasri Fatih）将在这本书中解开并解释我们大脑的宇宙属性，以及大脑如何与身体不同部位建立多维关系。纳斯里目前的研究工作与这个“多脑”的前提一致，这本书将总结最新研究，提供简单的科学工具，可以让读者在生活中应用，让生活更快乐，更有联系。

长期以来，我们一直认为人类大脑是静态的、孤立的黑盒子，被限制在头骨壁上。是时候抛弃这种过时的观念了。人的两耳之间也有多个宇宙：过去几十年的神经科学研究表明，一个人独特的想法、情绪和行为产生于人脑不同回路之间复杂的交流，而这些回路连接着大脑和身体各处。我们知道，星系和星团来自于物质和能量之间的持续相互作用，大脑也有类似的机制。

要深入了解大脑中的这些宇宙，一个简单的方法就是考虑一些非常简单的问题，比如：为什么吃完烤肉串的第二天早上会感觉很糟糕？为什么去健身房锻炼肌肉会让人感觉如此振奋？为什么当在自己喜欢的人身边时，会感到紧张不安？为什么你的能量水平在一个月的不同时间波动？为什么在大自然中会感到被疗愈？

这些问题的答案突出表明，大脑必须与身体其他部位以及外部世界保持持续对话。为了过上更快乐、更有联系的生活，我们就需要了解这些多维关系，及其如何发挥作用，好让大脑为己所用。

《大脑宇宙：学会优化你的六个大脑以延年益寿》将通过剖析和探索大脑中诸多相互关联的宇宙来帮助读者打造更快乐、更健康的生活。该书谈及的连接将涉及：内脏-大脑、大脑-心脏、大脑-肌肉、大脑-卵巢、大脑-世界和大脑-思想，以及最近发现的全新宇宙：神经发散性大脑。

总的来说，这本书将提供全新的整体视角，指出通往最佳生活的道路：一个超越头骨界限，团结不同的大脑，提高精神敏锐度和情感健康的道路。

**作者简介：**

**纳斯里·菲斯（Nasri Fatih）**，UCL在读神经科学/心脏健康博士(2024年4月毕业)。过去十年里，他一直在研究脑科学的不同分支领域，曾在伦敦大学学院的实验室获得了实践研究经验，在多个领域(记忆、中风、神经成像、痴呆、遗传学、大脑发育、精神病学等)开展前沿科学研究。攻读博士学位期间，也一直在研究心脏/胰腺和大脑之间的关系(以及为什么这种关系可能是在女性中观察到的较高痴呆率的根源)，这期间的日常研究工作与《大脑宇宙》一书背后的“多脑”前提一致。截至2024年3月，纳斯里的Instagram账户@nasneuro 粉丝数量为15.6万人，在TikTok上粉丝有23.9万。

**感谢您的阅读！**

**请将反馈信息发至：版权负责人**

**Email**：[Rights@nurnberg.com.cn](mailto:Rights@nurnberg.com.cn" \t "_blank)

安德鲁·纳伯格联合国际有限公司北京代表处

北京市海淀区中关村大街甲59号中国人民大学文化大厦1705室, 邮编：100872

电话：010-82504106, 传真：010-82504200

公司网址：[http://www.nurnberg.com.cn](http://www.nurnberg.com.cn/" \t "_blank)

书目下载：[http://www.nurnberg.com.cn/booklist\_zh/list.aspx](http://www.nurnberg.com.cn/booklist_zh/list.aspx" \t "_blank)

书讯浏览：[http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx](http://www.nurnberg.com.cn/book/book.aspx" \t "_blank)

视频推荐：[http://www.nurnberg.com.cn/video/video.aspx](http://www.nurnberg.com.cn/video/video.aspx" \t "_blank)

豆瓣小站：[http://site.douban.com/110577/](http://site.douban.com/110577/" \t "_blank)

新浪微博：[安德鲁纳伯格公司的微博\_微博 (weibo.com)](https://weibo.com/1877653117/profile?topnav=1&wvr=6" \t "_blank)

微信订阅号：ANABJ2002

