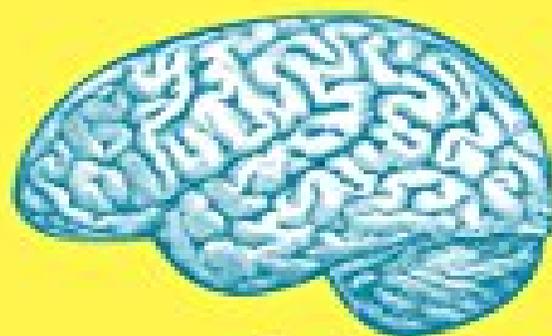


# ALEGRIA, CULPA, RAIVA, AMOR

O que a neurociência explica — e não explica —  
sobre nossas emoções e como lidar com elas



GIOVANNI FRAZZETTO

Ph.D. em biologia molecular

"Melhor livro de psicologia popular"  
(The Guardian)

# Alegria, culpa, raiva, amor: O que a neurociência explica e não explica

**Sobre nossas emoções e como lidar com elas**

“Ciro Ferraz Frazzetto nos leva por uma viagem pelos sentimentos de raiva, culpa, ansiedade, tristeza, alegria, amor — e sublinha o quanto a ciência pode ir em suas explicações antes que tenhamos que recorrer a outros tipos de exploradores da vida interior: os poetas e os filósofos.”— The Guardian

“Envolvente. Suas analogias e imagens, quando explicam a ciência, são extremamente esclarecedoras e, por vezes, inspiradas.”— Henry Marsh, The Times, Reino Unido

“Intrigante, de abrir os olhos. Frazzetto explica com uma clareza admirável.”— James McConnachie, The Sunday Times, Reino Unido

“O livro de Frazzetto orienta os leitores através das mais recentes pesquisas neurológicas, parando em cada revelação para questionar o que foi descoberto.”— Philip Maughan, The New Statesman

“Ao intercalar experimentos psicológicos e científicos, Frazzetto mostra que somos, de fato, mais do que a soma de nossas imagens do cérebro.”— Publishers Weekly

“Um livro intrigante. Uma iluminação agradável daquele território mais privado e sombrio, nossas emoções.”— Kirkus Reviews

“Terminei o livro sentindo que eu tinha aprendido muito, com pouco esforço [...] seu estilo expressivo de escrita é muito agradável de ler.”— Matt Chorley, editor do site Popular Science no Reino Unido

No início do segundo milênio, vivemos em um mundo profundamente dominado pela ciência e pela tecnologia. A quantidade incrível de informação sobre o cérebro humano à nossa disposição revela que o que importa mais em nós é uma rede de neurônios e que, se aprendermos como eles funcionam, chegaremos mais perto de entender quem somos. Uma crença entusiasmada reverbera: decifrar o código misterioso do cérebro permitiria que aderíssemos ao ditado antigo “Conheça a si mesmo”, provando, ao usar a ciência de modo bem-sucedido para explicar nossa existência (mesmo naquele território mais secreto e sombrio, nossas emoções), que Sócrates errou. Mas o roteiro neural do cérebro pode nos dizer como nos sentimos? Este livro é uma coleção de histórias que contribuem para responder a essa pergunta. Ao mesmo tempo que ofereço uma versão do que a neurociência tem revelado sobre nossas emoções, também direi o que essas descobertas significaram para mim enquanto eu estudava o cérebro e percorria o caminho da vida.

# wikilivros

Capítulo por capítulo, revelarei quando o subtexto neural das emoções que senti esclareceu ou embelezou algumas das qualidades dessas emoções, mas também quando se manteve apenas uma parte extra do que eu sentia. Casos sobre raiva, culpa, medo, tristeza, alegria e amor revelarão como a rede neural de uma emoção pode ser uma fonte inesgotável de surpresa, mas também pode nos deixar confusos. Giovanni Frazzetto

[Clique aqui para obter este livro](#)