عندما تقع بالحب..ستصبح مدمناً!



يعرّف الحب على المستوى الخارجي، بأنه التعلق والاهتمام والرغبة في البقاء، مع شخص آخر، يدخل حياتنا وسريعا يغدو عنصرا مهما بها، لكن يوجد عوامل أخرى علمية، تزيل الستار عن حقيقة مشاعر "الحب".

وتصف عالمة الأنثروبولوجيا التطورية آنا ماشن، الحب بأنه "رشوة بيولوجية"، يقوم بها عقلك، عبر 4 مواد كيميائية، تؤدي إلى "الوقوع في الحب".

وتأتي هذه الرشوة البيولوجية على شكل مجموعة من أربع مواد كيميائية عصبية هي العامل الرئيسي للجاذبية والحب، وهي الأوكسيتوسين والدوبامين والسيروتونين وبيتا إندورفين.

الأوكسيتوسين

تكمن أهمية مادة الأوكسيتوسين أثناء الانجذاب، لأنه يقلل من مثبطاتك ومخاوفك لبدء علاقات جديدة، عن طريق تهدئة مركز الخوف في دماغك، مما يعني أنك لا تتردد بالتقرب من "الحب الجديد".

الدوبامين

أما الدوبامين، فيتم إطلاقه دائما في نفس الوقت مع الأوكسيتوسين ، وهو مادة كيميائية "مكافأة" لجسمك ويتم إطلاقها عندما تفعل شيئا تستمتع به، وفقا لماشن.

في هذه الحالة، يكافئك عقلك على ثقتك بنفسك، بالإضافة إلى العمل مع الأوكسيتوسين لجعل عقلك أكثر مرونة، مما يتيح لك تعلم وحفظ حقائق جديدة عن هذا الشخص الجديد، وبما أن الدوبامين هو هرمون النشاط، فإنه يحفزك على التحرك والتقرب من الشخص.

وتعمل هذه المواد الكيميائية بشكل رئيسي في المنطقة الحوفية من الدماغ، نواة اللاوعي، هذا لأن الانجذاب، أو الشهوة، هو في البداية إحساس غريزي بحت وغير واعي.

السيروتونين

ويُطلق السيروتونين العنان لعنصر "الهوس" في الحب، وعلى عكس المواد الكيميائية الأخرى، ينخفض السيروتونين في بداية العلاقة، وهذا هو السبب في أن عقلك يميل إلى الغمر في الأفكار حول حبك الجديد.

بيتا إندورفين

وأخيرا، لدينا بيتا إندورفين، وهو هرمون الحب طويل الأمد. حيث يمكن أن يبقى البشر في علاقات لعقود، والأوكسيتوسين، على وجه الخصوص، ليس قويا بما يكفي لدعم الحب على المدى الطويل.

علاوة على ذلك، يتم إطلاق الأوكسيتوسين في الغالب بكميات كبيرة فقط في المواقف المتعلقة بالحب الجنسي والإنجابي، مما يعني أنه غير قادر على تعزيز الصداقة، وهي رابطة إنسانية أساسية وحيوية للبقاء على قيد الحياة.

لكن بيتا إندورفين، يمكن أن يعمل على تعزيز الصداقة، لأنه مادة أفيونية مثل الهيروين أو المورفين. وكما هو الحال مع الهيروين، فهو يسبب الإدمان.

فهو يعمل لأننا أصبحنا "مدمنين" على أولئك الذين نحبهم كمصدر لمادة الأفيون لدينا، وعندما نفترق، نتألم كثيرا، ونشعر بأن علينا العودة إليهم للحصول على "حقنة أخرى" من هذه المادة، أو ذاك

الشعور.

ولأن بيتا إندورفين يدعم الحب، بدلا من الشهوة، يتم تجنيد كل من المناطق اللاواعية والواعية في دماغنا، مما يعني أن البشر يمكن أن يختبروا الحب كدافع غريزي أو عاطفة تنطوي على شهوة أو بهجة، ولكن أيضا كعملية واعية تنطوي على التفكير والثقة والتعاطف والاهتمام والتخطيط.