ما هو الحب؟ العلم يملك الإجابة

كلنا شعرنا بالحب في فترةٍ ما من حياتنا، كما كتب عنه الشعراء وتغنَّى به المغنّون، وقامت أعمالٌ بذاتها للعثور على الحب والتعبير عنه والمحافظة عليه.

لكن ما هو الحب؟ أين يقع؟ ما الذي يحفِّز هذه المشاعر؟ وما الذي يحدث حقاً في عقولنا وأجسامنا عندما نقع في شراك الحب؟

بالرغم من صعوبة إيجاد تعريفٍ للحب الرومانسي، إلا أننا نعلم أنه يتضمن إنشاءً لرابطةٍ عاطفيةٍ قوية (والتي تُعرف بالمودَّة)، كما يحدث انجذابٌ جنسيٌّ وإظهار الاهتمام للشريك.

يشعر المتحابون بطيفٍ من الأحاسيس القوية كالأفكار الدخيلة، والاعتماد العاطفي، والطاقة المتزايدة، لكن قد تنحصر هذه المشاعر

القوية في المراحل الأولى من العلاقة العاطفية فقط.

على أي حال، يبدو الحب الرومانسي أمراً عالمياً، لكن يختلف التعبير عنه حول العالم، ومدى كونه جزءاً مهماً من العلاقة الجنسية، فعلى سبيل المثال، أظهرت الإحصاءات أن نسبة الأشخاص في الولايات المتحدة الأمريكية الذين يقبلون بالزواج من شخصٍ من غير حب لا تتعدى 5%، بينما ترتفع هذه النسبة إلى 50% في الباكستان.

النشاط الدماغي

إن التفكير بشريكٍ رومانسيٍّ أو وجود هذا الشريك يفعّل العديد من المناطق الدماغية، وخاصةً تلك المرتبطة بالثواب والدافع، وتشمل هذه المناطق كلًا من الحصين **hippocampus**، والوطاء **hypothalamus**، والقشرة الحزامية الأمامية **anterior cingulated cortex**.

قد يعمل تفعيل هذه المناطق على تثبيط السلوك الدفاعي **defensive behavior**، ويقلل من القلق ويزيد من الثقة في الشريك. بالإضافة إلى ذلك، تُثبَّط مناطق من مثل اللوزة **amygdala** والقشرة الجبهية **frontal cortex** استجابةً للحب، وعملية التثبيط هذه قد تساهم في تقليل احتمالية امتلاك مشاعر سلبية، أو إصدار الأحكام بحق الشريك.

بالتالي، فإن تفعيل الدماغ كاستجابةٍ لوجود شركاء رومانسيين، يعمل على تحسين التفاعل الاجتماعي وتثبيط ردود الأفعال السلبية، ويؤثر مدى تفعيل الدماغ ـ في المراحل الأولى من العلاقة الرومانسية ـ على سعادتنا ومدى نجاح العلاقة أو فشلها.

على سبيل المثال، فالسعادة والإخلاص للشريك والرضا عن العلاقة تؤثر جميعها في شدة تفعيل الدماغ.

التأثير الهرموني

إن هرموني الأوكسيتوسن **Oxytocin** والفازوريسين **vasopressin**، هما الأكثر ارتباطاً بالحب، ويقوم الوطاء بإنتاجهما وتفرزهما الغدة النخامية **pituitary gland**.
وبينما يتأثر كل من الرجال والنساء بالأوكسيتوسين والفازوبريسين، إلا أن النساء أكثر حساسيةً للأوكسيتوسين، أما الرجال فللفازوبريسين.

تزداد تراكيز كل من الأوكسيتوسين والفازوبريسين خلال المراحل الوطيدة من الحب الرومانسي، ويعمل هذان الهرمونان على أنظمةٍ عديدةٍ داخل الدماغ، وتتواجد مستقبلاتهما في عددٍ من المناطق الدماغية المرتبطة بالحب الرومانسي.

يتفاعل الأوكسيتوسين والفازوبريسين على وجه التحديد مع نظام الثواب الدوباميني، ويمكنهما أن يحفِّزا إفراز الدوبامين من الوطاء.

الحب كله مختزل في الهرمونات. حقوق الصورة: Iselin/flickr

تخلق السُّبل الدوباميينية المفعَّلة خلال الحب شعوراً مُرضياً وممتعاً، كما ترتبط هذه السبل مع السلوك الإدماني، ويظهر ذلك في السلوك الإدماني والاعتماد العاطفي في المراحل الأولى من الحب.

غالبًا ما تحرّى الباحثون عن تأثير الأوكسيتوسين والفازوبريسين في الحيوانات غير البشرية، مثل فئران الحقول البرية والجبلية. تم بشكلٍ واضحٍ توثيق أن فئران الحقول البرية ـ والتي تشكل علاقاتٍ أحادية الزوج طويلة الأمد تعرف باسم الروابط الثنائية ـ تمتلك كثافةً عاليةً من مستقبلات الأوكسيتوسين والفازوبريسين (أعلى من فئران الحقول الجبلية) خاصةً في نظام الثواب الدوباميني.

إضافةً إلى ذلك، صارت فئران الحقول البرية أكثر انحلالًا (باتخاذها أكثر من شريك) وذلك عند حجب إفراز الأوكسيتوسين والفازوبريسين.
تلقي هذه النتائج الضوء على الطريقة التي يقوم بها النشاط الهرموني بتسهيل (أو إعاقة) تشكيل علاقة وثيقة.
الحب والفقدان

قد يخدم الحب أحد الوظائف التطورية المهمة، على سبيل المثال، من خلال زيادة الدعم الأبوي المتوفر للأطفال.
نحن عادةً ما ندخل في سلسلةٍ من العلاقات العاطفية خلال بحثنا عن "الشخص المنشود"، وتنتهي تلك العلاقات بخسارة الشريك إما

بالانفصال أو بحدوث فاجعةٍ كالموت، وبالرغم من ذلك، يتمكن معظم الناس من التأقلم مع تلك الخسارة، أما بالنسبة للذين يعانون من فقدان الشريك بسبب فاجعة، فيتطور الحزن ويتصف بمشاعر أليمةٍ متكررةٍ وانشغالٍ دائم بالشريك المتوفَّى، كما يقاسي أولئك ألماً سببه محفزٌ له علاقة بتلك الخسارة كصورةٍ أو رسالةٍ قديمة.

يحاجج البعض بأن الذين يعانون من حزنٍ ذي طبيعةٍ معقدة، تُنشِّط الحوافز عندهم أيضاً المناطقَ الدماغية المرتبطة بالثواب، فينتج عنها نوعٌ من الرغبة أو الإدمان، وهذا يُضعف قابلية الفرد على التعافي من خسارة الشريك.

الحب الأمومي

حب الأم. حقوق الصورة: Iselin/flickr

هناك عدة أوجه تشابه بين الاستجابة الفيزيولوجية للرومانسية والحب الأمومي، فعلى سبيل المثال، تتداخل المناطق الدماغية التي يُنشطها الحب الأمومي مع المناطق التي يُنشطها الحب الرومانسي. وبشكلٍ خاص، تنشط المناطقُ المرتبطة بالثواب، تلك التي تحتوي على تراكيز مرتفعة من هرموني الأوكسيتوسين والفازوبريسين.

أما المناطق التي تُثبَّط أثناء الحب الرومانسي ـوذلك يتضمن المناطق المتعلقة بالعواطف السلبية وإصدار الأحكامـ فتُثبَّط أيضًا خلال الحب الأمومي.

علاوةً على ذلك، فإن التراكيز المرتفعة والمنخفضة من الأوكسيتوسين تحفز وتقلل السلوك الأمومي، على الترتيب.
يحدث على أي حال اختلافاتٌ بين الحب الرومانسي والحب الأمومي، ويعود ذلك لتنشيط الحب الأمومي للعديد من المناطق (مثل المادة الرمادية المحيطة بالمسال المخي **periaquiductal**) والتي لا ينشّطها الحب الرومانسي، مسلطةً الضوء على الطبيعة الفريدة للرابطة الأمومية.

إن المشاعر التي يحسها المرء في المراحل الأولى من الحب الحقيقي أو الحب الذي تشعر به الأم تجاه طفلها، قد تبدو بدون تكلف، لكن الواقع أكثر تعقيداً، فوراء ذلك تداخلات فيزيولوجية معقدة مع هرمونات، لتجعل هذه الأحاسيس أعجوبةً صغيرةً في هذا العالم.

- التاريخ: 2016-09-05
- التصنيف: علوم الأعصاب

#الدماغ #الهرمونات #الحب

المصادر

- the conversation

المساهمون

- ترجمة
  - ديمة أرسلان
- مُراجعة
  - عبد الرحمن سوالمه
- تحرير
  - روان زيدان
  - سارية سنجقدار
- تصميم
  - مكي حسين
- نشر
  - سارة الراوي