



چرا عاشق می شویم؟

هلن فیشر

چرا عاشق می شویم؟

فیشر، هلن. / Fisher, Helen E.

چرا عاشق می شویم؟؛ ماهیت و تاثیر عاطفی متقابل در عشق رمانتیک / نویسنده هلن فیشر؛ مترجم نازگل عزیزی؛ ویراستار: تحریریه نشر سایلاو.

نشر سایلاو ۱۴۰۲ / شابک: ۹۷۸-۶۲۲-۹۵۹۱-۵۹-۸

عنوان اصلی: why we love: the nature and chemistry of romantic love.

مجموعه مطالعات روان رشته ای.

موضوع: Love -- Physiological aspects

موضوع: عشق -- جنبه های فیزیولوژیکی

شماره افزوده: عزیزی، نازگل، ۱۳۶۹-، مترجم

رده بندی کنگره: BF ۵۷۵ رده بندی دیویی: ۱۵۲/۴۱

شماره کتابشناسی ملی: ۵۸۳۵۴۲۴

چرا عاشق می شویم؟

عنوان اصلی: چرا عاشق می شویم؟

نویسنده: هلن فیشر / مترجم: نازگل عزیزی

مجموعه مطالعات میان رشته ای

نوبت چاپ: دوم / ۱۴۰۲ - تیراژ: ۱۵۰۰ نسخه

چاپ و صحافی: ترانه - شابک: ۹۷۸۶۲۲۹۵۹۱۵۹۸

همه حقوق چاپ و نشر برای نشر سایلاو محفوظ است.

نشانی: میدان انقلاب، خیابان کارگر جنوبی، لباهی نژاد غربی

پلاک ۲۱۱ / واحد ۳ تلفن: ۰۲۱-۶۶۱۲۸۶۴۱

نقل مطالب کتاب حاضر، صرفاً برای معرفی کتاب مجاز است. اسکن کتاب، تصویربرداری و انتشار تمام یا بخش هایی از کتاب (چه در قالب PDF چه جزوه و...) غیراخلاقی و غیرقانونی بوده و نشر سایلاو به موجب ماده ۲ قانون حمایت از حقوق مولفان و مصنفان، متخلفان را مورد پیگرد قانونی قرار خواهد داد.

در آینده‌ای نزدیک، مطالعات میان‌رشته‌ای نه یک انتخاب که یک اجبار خواهد بود.

در مطالعات میان‌رشته‌ای، دانش دو یا چند رشته‌ی علمی برای شناخت و حل مسائل مهم و چندوجهی باهم تلفیق می‌شوند. در بسیاری از موارد، شناخت یک پدیده مهم از ظرفیت یک رشته ب‌خصوص علمی و یا حتی در برخی موارد از حوزه علم خارج است و اینجاست که مطالعات میان‌رشته‌ای با عبور از مرزهای سنتی دانش، امکان درک این پدیده‌ها را فراهم می‌سازد. مطالعات میان‌رشته‌ای، سیطره وسیعی از رشته‌هایی چون علوم شناختی، روان‌شناسی تکاملی، آینده‌پژوهی و... گرفته تا تلفیق کلی‌تر حوزه‌هایی چون علم، فلسفه و هنر را در برمی‌گیرد.

نشرسایلاو، به عنوان نخستین ناشر تخصصی مطالعات میان‌رشته‌ای در کشور، آثار مرتبط با این مجموعه را در قالب چند کتابخانه منتشر می‌کند: جهان مغز- فرگشت، انسان و جهان- فیزیک و فلسفه و...

اگر چرا عاشق می‌شویم را دوست داشتید، دیگر کتاب‌های
مجموعه مطالعات میان‌رشته‌ای نشر سایلاو را هم بخوانید...

- چرا او؟ (یافتن عشق ماندگار با تکیه بر روان‌شناسی و زیست‌شناسی) / هلن فیشر
- مغز سبب _____ / دین برنت
- مغز سبب _____ / دین برنت
- تو بودن: علم جدید خودآگاهی / آنیل ست
- گوریل نامرنیسی / کریستوفر چابریس و دانیل سایمونز
- انسان‌شناسی بر روی مریخ / الیور س _____ / اکس
- توهم _____ / الیور س _____ / اکس
- مغز پویا: ماجرای مغزی که هر لحظه تغییر می‌کند / دیوید ایگلن
- ناشناخته: زندگی اس _____ / دیوید ایگلن
- گونه‌های شگفت‌انگیز: راهنمای خلاقیت بشر در بازآفرینی جهان / دیوید ایگلن
- مغز سخن‌چین: جست‌وجوی یک عصب‌شناس برای آنچه ما را انسان می‌سازد / راماندران
- اخلاق و مغز مشاور: علم اعصاب _____ / پاتریشیا چرچلند
- مغزی که خود را تغییر می‌دهد / نورمن دویج
- ادعایی علیه واقعیت / دونالد هافمن
- ... و ...





خطاب به خواننده

۷

۱ فصل اول

«چه تب و تاب شورانگیزی»

۱۱

عاشق بودن

فصل دوم

جذبه حیوانی

۴۱

عشق میان حیوانات

فصل سوم

ماهیت شیمیایی عشق

۶۹

اسکن مغز هنگام «عاشق بودن»

فصل چهارم

تار و پود عشق

۹۷

شهوۃ، عشق و دلبستگی

فصل پنجم

«آن جذبه شگرف و سبک بالانه نخست»

۱۲۱

کسی که انتخابش می‌کنیم



فصل ششم

چرا عاشق می شویم

۱۵۱

روند تکامل عشق رمانتیک

فصل هفتم

عشق از دست رفته

۱۸۳

طرد شدگی، ناامیدی و خشم

فصل هشتم

مهار کردن شور عشق

۲۱۵

دوام بخشی به رابطه عاشقانه

فصل نهم

«جنون خدایان»

۲۴۹

پیروزی عشق

ضمیمه

۲۶۳

«عاشق بودن»: پرسشنامه

۲۷۲

منابع

خطاب به خواننده

شکسپیر با خود گفت: «عشق چیست؟» شاعر بزرگ اولین کسی نبود که این سؤال را می‌کرد. احتمال می‌دهم میلیون‌ها سال پیش، پیشینیان ما درحالی‌که گردآرد آتش می‌نشستند یا دراز می‌کشیدند و ستارگان را نظاره می‌کردند نیز در فکر این سؤال فرو می‌رفتند.

در این کتاب تلاش کرده‌ام تا به این سؤال به ظاهری جواب پاسخ دهم. موارد مختلفی در این مسیر، انگیزه بخش من بودند. من گاهی عاشق بودم و پیروز و گاهی عاشق و بازنده. بی‌شک لذت و عذاب عشق رمانتیک را تجربه کرده‌ام. به علاوه، معتقدم این شور، مبنای اصلی زندگی اجتماعی بشر است، تا حدی که تقریباً هر انسانی که تاکنون به این جهان چشم گشوده، شور و هیجان و یأس و دلسردی عشق رمانتیک را احساس کرده است. از همه مهم‌تر، درک واضح‌تر از این پدیده که همانند گردباد خیلی سریع و غیرقابل پیش‌بینی اتفاق می‌افتد، شاید به مردم برای تداوم و زنده نگه داشتن این احساس پرشکوه کمک کند.

بنابراین، در سال ۱۹۹۶ تحقیقات چند جانبه‌ام را آغاز کردم تا از این راز اسرارآمیز و پیچیده پرده بردارم: تجربه «عاشق بودن». همچنین تلاش کردم به پرسش‌هایی در این زمینه پاسخ دهم؛ چرا عاشق می‌شویم، چرا از میان گزینه‌های مختلف فردی خاص را انتخاب می‌کنیم، به چه اندازه مردان و زنان در احساسات عاشقانه خود با یکدیگر متفاوتند؛ مسائلی چون عشق در نگاه اول، عشق و هوس، عشق و ازدواج، عشق در میان حیوانات. چگونگی تکامل عشق. عشق و نفرت و عملکرد مغز در عشق، همه و همه، مضامین اصلی این کتاب هستند. همچنین امیدوار بودم تا بتوانم از چگونگی کنترل این آتش غیرقابل پیش‌بینی و اغلب خطرناک در

دل نیز به شناختی دست پیدا کنم.

من بر این باورم که عشق رمانتیک، یکی از سه عنصر نخستین شبکه های مغزی است که برای راهنمایی ما در امور جفت یابی و تولید مثل شکل گرفته است. شهوت، یا همان نیاز شدید به ارضای جنسی، به وجود آمد تا پیشینیان ما را در یافتن پیوند جنسی با تقریباً هر جفتی ترغیب کند. عشق رمانتیک، یا همان احساس شمع و دل‌بستگی شدید در «عاشق بودن»، آن‌ها را قادر ساخت تا توجهات دوران مهرورزی خود را تنها بر یک فرد خاص معطوف کنند و بدین ترتیب در انرژی و زمان ارزشمند جفت یابی صرفه جویی کنند. به علاوه، تعلق خاطربین زن و مرد، احساس آرامش، همدلی و امنیتی که اغلب فرد با جفت خود در رابطه طولانی مدت تجربه می کند، به تدریج تکامل یافت تا اجداد ما را به عشق ورزی به جفتشان ترغیب کند و آن‌ها فرزندان‌شان را با یکدیگر بزرگ کنند.

به طور خلاصه، عشق رمانتیک عمیقاً در ساختار و ماهیت مغز انسان نقش بسته است.

اما حقیقتاً چه چیز این حس را که عشق نامیده می شود به وجود می آورد؟ برای به دست آوردن پاسخ این پرسش، تصمیم گرفتم از جدیدترین فناوری اسکن مغز استفاده کنم که به عنوان تصویربرداری تشدید مغناطیسی کارکردی^۱ (fMRI) نیز شناخته می شود. بدین ترتیب، تلاش کردم تا فعالیت مغزی زنان و مردانی که به تازگی دیوانه وار عاشق یکدیگر شده بودند را به ثبت برسانم.

خوش شانس بودم که در این بخش مهم از تحقیقاتم، دو همکار که به طرز استثنائی با استعداد هستند به من ملحق شدند: دکتر لوسی ال. براون^۲، عصب پژوه دانشکده پزشکی آلبرت اینشتین و دکتر آرتور آرون^۳، روان شناس محقق دانشگاه ایالتی نیویورک در استونی بروک. همچنین دبرا ماشک^۴، که در آن

1. functional magnetic resonance imaging (fMRI)

2. Dr. Lucy L. Brown

3. Dr. Arthur Aron

4. Debra Mashek

زمان کاندیدای دکترای روان‌شناسی در سانی استونی بروک^۱ بود، گرگ استرانگ^۲، دانشجوی روان‌شناسی دیگری که از سانی فارغ‌التحصیل شده بود و دکتر هیفنگ لی^۳، رادیولوژیست سانی استونی بروک، همگی افراد با استعدادی بودند که نقش حیاتی در این بخش مهم از تحقیقات ایفا کرده‌اند. طی شش سال گذشته، ما مغز بیش از چهل مرد و زن که دیوانه‌وار عاشق بودند را اسکن کردیم و حدود صد و چهل و چهار تصویر از فعالیت مغزی هریک از آن‌ها را جمع‌آوری کردیم. نیمی از شرکت‌کنندگان ما مردان و زنانی بودند که عشق‌شان دوطرفه بود؛ مابقی آن‌ها کسانی بودند که به تازگی از سوی معشوق خود مورد بی‌وفایی قرار گرفته بودند. ما در نظر داشتیم تا گستره‌ای از احساسات وابسته به «عاشق بودن» را به ثبت برسانیم. نتایج کار شگفت‌انگیز بود. ما به تفاوت‌های جنسیتی‌ای دست یافتیم که ممکن بود در توضیح این که چرا مردان آن‌قدر با شور و شوق به محرک‌های بصری واکنش مثبت نشان می‌دهند و چرا زنان جزئیات رابطه را به خاطر می‌سپارند، سودمند واقع شود. ما رفتارهایی را کشف کردیم که با آن‌ها مغز عاشق در طول زمان تغییر می‌کند. برخی از نقاط مغز را شناسایی کردیم که با احساس شور و هیجان رمانتیک فعال می‌شوند و همچنین به اطلاعاتی دست یافتیم که روش‌های جدیدی برای حفظ رابطه عاشقانه میان همسران را نشان می‌داد. من به این باور رسیدم که حیوانات نیز نسبت به یکدیگر نوعی کشش عاشقانه را احساس می‌کنند. یافته‌های ما، ابعاد تازه‌ای از رفتارهایی نظیر مزاحمت و سایر لغزش‌های اخلاقی مبتنی بر اشتیاق و علاقه شدید را روشن ساخت. حال می‌توانم بهتر درک کنم که چرا زمانی که مورد بی‌وفایی قرار می‌گیریم، احساس افسردگی و عصبانیت می‌کنیم و حتی به روش‌هایی از تحریک مغز برای تسکین این درد روحی دست یافتیم.

مهم‌تر از همه این که دست‌آورد تحقیقات ما، تفکر من در رابطه با ماهیت واقعی عشق رمانتیک را تغییر داد. من این احساس علاقه شدید را به عنوان سائق بنیادی

1. SUNY Stony Brook

2. Greg Strong

3. Dr. Haifang Li

انسان شناختم. این احساس، یعنی غریزه مهرورزی و جلب محبت جفتی خاص، درست مثل میل شدید به خوردن غذا و آشامیدن و غریزه‌ی مادری، یک نیاز روان‌شناسی عمیق است.

این میل به عاشق شدن، باعث پدید آمدن برخی از گیراترین آثار بشریت نظیر، ابراهام، نمایش‌ها و رمان‌ها، بیشترین اشعار متأثرکننده و ترانه‌های سوزناک و فراموش‌نشدنی، بهترین مجسمه‌ها و نقاشی‌های جهان و نیز متنوع‌ترین جشن‌ها، افسانه‌ها و داستان‌های خیالی بوده است. عشق رمانتیک، جهان را زیباتر کرده و برای بسیاری از ما شادی به همراه داشته است اما زمانی که عشق پذیرفته نشود، می‌تواند غم و اندوهی زجرآور را به همراه داشته باشد. مزاحمت، قتل، خودکشی، افسردگی شدید ناشی از شکست احساسی و نرخ بالای طلاق و خیانت در جوامع سراسر جهان شایع شده است. اکنون زمان آن رسیده تا با جدیت پرسش شکسپیر را در نظر بگیریم: «چرا عاشق می‌شویم؟»

امیدوارم این کتاب در صحنه رقص ابدی و مشترک ما با این نیروی عظیم، که همان غریزه عاشق شدن است، به همان اندازه برای شما مفید واقع شود که نوشتنش برای من بوده.