

## Láska je otrava

Příroda v rozpuku, stromy v plném květu, slunce svítí, blíží se 1. máj a to je v Českých zemích, jak známo, lásky čas! Ani silná marketingová lobby zahraničních řetězců, která cílí na sv. Valentýna, nedokázala v Čechách přebít krásu a tradici prvomájového polibku zamilovaného páru pod rozkvetlou třešní. V květnu má zkrátka láska zelenou a Amorek se svými šípy nemá ani chvilku odpočinku.

Ale dost bylo romantických blábolů. Předem se omlouvám všem romantickým duším, které po přečtení tohoto článku propadnou hluboké depresi. Láska totiž není záležitostí srdce či splynutí dvou spřízněných duší, jak se nám po staletí snažili namluvit básníci a jiní umělci. Je na čase si přiznat, že láska je „jen“ hra hormonů a transmiterů, zkrátka biochemická reakce, která se zejména ve svém počátku podobá otravě mozku. Láska se může u někoho projevit podobně, jako třeba stres nebo závislost, protože u jejich vzniku hrají roli úplně stejné hormony a chemické procesy. Pojdme se tedy na zamilovanost podívat z hlediska biochemie a medicíny.

Při každém setkání dvou lidí (podobné fyziologické pochody probíhají zřejmě i ve zvířecí říši) dojde k tomu, že mozek začne automaticky vyhodnocovat desítky až stovky smyslových, verbálních i nonverbálních signálů, které vysílá jeho protějšek. Zbystříme čich – voní, smrdí, čuchám, čuchám nějaké feromony? Pokud ano a líbí se mi, co mi o druhém nos pověděl, je to „perfect match“! Feromony jsou chemikálie produkované naším tělem a vylučované společně s naším potem. Mají v sobě zakódovanou informaci o stavu našeho imunitního systému. Protějšky v lepší kondici nám tak „voní“ lépe, protože dávají případnému společnému potomstvu větší šanci na přežití. Některé firmy jsou si tohoto jevu dobře vědomy a tak lze na trhu koupit řadu parfémů s přidavkem feromonů. Zde bych však raději doporučil spoléhat se na vlastní produkci, protože co když se pak jednou, po několikaletém manželství zapomenete polít od hlavy k patě svou kolínskou s feromony, že?!

Zrak – tlustý, tenký, vosí pas, pekáč buchet, barva vlasů? Překvapivě ani na tom zas až tak nezáleží. Důležitá je symetrie, tedy jak moc jedna polovina obličeje a postavy odpovídá té druhé. Naš mozek lépe zpracovává souměrné objekty, symetrický obličej je tak pro nás atraktivnější, vypadá mladší, je prostě sexy. Zkusili jste si někdy vyfotografovat obě poloviny obličeje zvlášť a pak je přiložit přes sebe? Asi jste netušili, že vaše pravé oko je kulatější, levý koutek úst je povislejší a obočí nad každým okem je jinak vysoko, co? Některé vědecké experimenty ukázaly, že se kojenci déle a s větším zájmem dívají na obličeje jedinců, kteří ho mají symetrický a jsou i dospělými hodnoceny jako atraktivní. Kojenci v tomto věku nemohou být ovlivněni kulturním vnímáním ani kulturními stereotypy. Je to důkaz toho, že posouzení, zda je někdo krásnější než druhý máme zakódované již v naší DNA. Dva roky po sobě byl mužem s nejkrásnější tváří zvolen herec Robert Pattinson (Patyzón – tfuj, to jako fakt) a ženou modelka Bella Hadid (tady souhlas). Symetrie obou polovin jejich tváře se přiblížila k dokonalosti na 94,35 %. Tak schválně, trumfne je někdo z GZW ☺?

Naštěstí (pro boxery, vášnivé včelaře i mne) není symetrie jediným kritériem přitažlivosti. Důležitá je například i chuť. DNA obsažená ve slinách a vyměněná například při prvním polibku je také důležitým zdrojem informací o zdravotním stavu a aktuální kondici imunitního systému partnera. Naše tělesná chemická továrna, lidská laboratoř a superpočítač v jednom tento biologický materiál během setiny sekundy vyhodnotí a bleskově odešle do mozku výsledný verdikt a odpověď na obligátní otázku: Hodíme se k sobě, miláčku?

Pokud je odpověď ANO, začne nám bušit srdce, roztřesou se nám kolena, tají se nám dech, v břiše nás šimrají motýlí křídla, koukáme „do blba“, přihloupě se usmíváme a nejsme schopni myslet na nic ani nikoho jiného. Wow, takže láska na první pohled opravdu existuje! Ále, kdepak, to jen v našem

těle došlo k hormonálnímu tornádu, které je zodpovědné za sociální fenomén, kterému se říká první fáze lásky – tzv. láska romantická. Z pohledu biochemika se jedná o reakci stresového charakteru spuštěnou osou hypotalamus-hypofýza-nadledviny. Dopamin, noradrenalin a fenylethylamin jsou ve velkém z nadledvinek vyplavovány do krevního řečiště. Díky nim máme pocit nadpozemského štěstí, euforie a blaženosti. Aby toho nebylo málo, začne hypofýza vylučovat oxytocin, další hormon, kvůli kterému máme nutkavou touhu být druhé polovičce co nejvíc na blízku, dotýkat se jí a mazlit se s ní. Zvýšená produkce adrenalinu, katecholaminu a ACTH je zase zodpovědná za zvýšení krevního tlaku a srdeční frekvence. Zamilovaní tak jsou v podstatě v permanentní stresové situaci. Díky zvýšené hladině amfetaminů, jsou na tom zamilovaní v podstatě stejně jako ti, kteří bojují s drogovou závislostí. Některé drogy na bázi amfetaminu dokáží zvýšit pocit lásky a náklonnosti, prohloubit emocionální prožitek a změnit pozitivně sociální chování k ostatním. To vše na úkor kognitivních funkcí, které by nás jinak mohly upozornit na případné nedostatky a nevhodné vlastnosti (NEvěrnost, NETolerance, NESpolehlivost, NEzodpovědnost, NEperspektivnost) onoho nádherného, chytrého a božského objektu naší lásky. Bohužel (nebo snad raději Bohudík) organismus dokáže udržovat nadprodukcí tohoto hormonálního mixu, který umí zatemnit mozek a myšlení v kterémkoliv věku a bez ohledu na vzdělání, pouze po určitou dobu, většinou pouhých několika měsíců, až roku, což ale bohatě stačí na to nejdůležitější pro přežití a zachování druhu – výměnu DNA a zplození potomka.

Poté nastává fáze procitnutí, naplnění romantické lásky a snížení úzkostných a stresových stavů. Pro tuto druhou fázi lásky je typický pocit bezpečí, vyrovnanosti a klidu, za který jsou zodpovědné hlavně endorfiny. Jedná se o hormony produkované centrálním nervovým systémem. Jejich účinek je velmi podobný účinku opiátů, tedy farmakologických preparátů, které se používají v medicíně k léčbě a tišení bolesti. I tuto fázi lásky lze tedy přirovnat k určité formě závislosti.

Třetí fází lásky je pak péče o potomstvo. V této poslední fázi dominují neurohypofýzou produkované neuropeptidy oxytocin a vasopresin. Ty navozují pocity uvolnění, náklonnosti, uspokojení a uklidnění. Podle posledních poznatků zvyšuje oxytocin nejen důvěru mezi lidmi, ale je zodpovědný také za monogamii. Někdy je proto vědci nazýván, jako „hormon věrnosti“.

Bohužel každá pohádka jednou končí a ono profláklé: A žili spolu šťastně až do smrti, platí v reálném životě jen občas. Na základě všech popsaných faktů bychom spíše měli říkat: A žili spolu šťastně max. dalších 5 let. Po této době se totiž ustálí hladina hormonů na původní hladině a všechny biochemické důvody (hormony a feromony), které nám zatemnily mozek jako čarovný nápoj lásky, jsou fuč. Klapky spadly nejen z očí, ale přestaly otupovat i ostatní smysly, závislost se vytratila. Podle statistik se rozvádí každé druhé manželství právě po 5 letech od seznámení. A vy už teď víte proč tomu tak je ;o)

Přesto lásce na celý život možná svítí jiskřička naděje. Jelikož známe, alespoň zhruba, chemickou podstatu lásky, možná se jednou v lékárnách dočkáme pilulky proti nešťastné lásce nebo kapek na posílení partnerské věrnosti. To je však zatím hudba budoucnosti. My si zkusme zatím užít lásku bez umělých aditiv a ingrediencí, jen se svým vyvoleným/vyvolenou, romantickým filmem nebo knihou poesie třeba od Jacquesa Préverta, tak, jak to dělaly i generace našich předků. A jestli vám první, druhá nebo třicátá „láska“ nevyjde, nevěšzte hlavu a vzpomeňte na hodiny chemie: každá chemická reakce se dá (za splnění 2 základních podmínek) přece opakovat ;o)

Takže co je to pravá láska?

Oxytocin, dopamin, adrenalin a jejich kombinace-to je podstata láskyplné chemické reakce!