

1. Любовь похожа на кокаин. Если сделать томографию томографию мозга влюбленного человека, можно заметить одну интересную деталь: у него будут очень сильно возбуждены две зоны, отвечающие за так называемую систему наград. Ученые объясняют это воздействием повышенных доз дофамина — вещества, обычно вызывающего чувство удовольствия. Любопытно, что с такой силой эти зоны мозга реагируют только на кокаин.

2. Любовь как способ выживания. У животных, которые формируют долгосрочные пары, есть три стадии в отношениях: желание, увлечение, привязанность. Желание — это не направленный на кого-то сексуальный драйв (зоологи называют этим словом состояния, в основе которых лежат базисные потребности: утоление голода, жажды и полового влечения). Увлечение — это фиксация на конкретном объекте. Привязанность — прочная связь, рассчитанная на долгосрочную программу размножения. Ученые убедились, что романтическая любовь у людей — это видоизмененная форма увлечения у животных. Она появилась у наших предков как способ выживания. Иными словами, любовь помогает экономить усилия, чтобы не разбрасываться, а добиваться одного партнера с целью продолжения рода.

3. Любовь длится от 1,5 до 3 лет. Здесь есть биологический смысл: такой срок гарантировал участие отца в первых, самых трудных месяцах жизни матери и ребенка у наших предков. При наличии преград, таких как невзаимность, разлука, сильное расхождение в расписаниях, — любовь может длиться существенно дольше.

4. Любовь слепа. На снимках, которые прислал в БГ немецкий исследователь Андреас Бартель, видно, что зоны, обычно активные в мозге невлюбленного человека, у влюбленных спят. Это зоны негативных эмоций и рациональных решений.

5. Откуда берется депрессия. Человек, несчастный в любви, проходит через две стадии. Поначалу уровень дофамина повышается еще сильнее. Следствием такого передоза является ярость и еще более обостренное чувство любви. Но рано или поздно наступает вторая фаза. Дофамин падает ниже среднего уровня, что вызывает депрессию.

6. Любовь — это зависимость. Раз по воздействию любовь похожа на кокаин, ученые

рекомендуют лечить несчастную любовь так же, как наркотическую зависимость. Необходимо убрать стимулы и напоминания — выкинуть все фото, не звонить и заняться чем-то совершенно новым. Полный restart.

7. Любовь можно лечить лекарствами. Как и у маньяков, которые не контролируют свои действия, у влюбленных в крови наступают серьезные химические изменения. У них сильно понижен серотонин, важный гормон. Ученые винят в этом уже упоминавшийся дофамин: естественный наркотик, толкающий нас на безумства, который отключает систему контроля. Статистика преступлений на почве любви такова, что в Америке всерьез говорят о ее лечении таблетками.

8. Серотонин убивает любовь. Если дать мыши большую дозу серотонина, она отвергнет своего постоянного партнера и начнет спариваться с кем попало. Объясняют это так: серотонин снижает уровень дофамина, и заодно — градус любви (но не влечения). Важно помнить, что уровень серотонина повышается под действием современных антидепрессантов.

9. Новизна спасает любовь. Приехав в чужую страну, оказавшись в незнакомой гостинице, многие пары снова способны на безумства. В ответ на любую новизну в мозге снова в высоких концентрациях выделяется дофамин, и он может закоротить старые электрические цепи, например, тот самый драйв влюбленности. Вообще, американские психологи уже много лет рутинно советуют всем семейным парам устраивать раз в неделю вечер свидания. Но нельзя ходить все время в один и тот же ресторан. Нужно искать новизну.

10. Мужчины любят глазами. У мужчин в период влюбленности активнее становится зона коры больших полушарий, отвечающая за зрение. Так что не зря говорят, что мужчины любят глазами. У женщин активнее зона, связанная с памятью: инстинкт запоминает поведение партнера за несколько недель, а потом анализирует полученную информацию, чтобы как следует взвесить все за и против. В итоге женщины гораздо лучше помнят все детали первой фазы романа.