

Αγάπη ή Έρωτας;

Οι πιο γνωστές ιστορίες αγάπης έχουν να κάνουν με δυστυχία, πόνο, θάνατο, χωρισμό, ή αποτυχημένες σχέσεις. Φυσικά οι άνθρωποι σπάνια εστιάζονται στις τραγικές πλευρές της ιστορίας. Μένουν μόνο στην αγάπη, το πάθος, τα εμπόδια που ξεπεράστηκαν, την ένταση. Ξεχνούν το τέλος.

Ας σκεφτούμε το «Ρωμαίο και Ιουλιέτα», το «Όσα παίρνει ο άνεμος», την «Καζαμπλάνκα». Έντονες αγάπες, μεγάλοι έρωτες με τραγική κατάληξη. Αυτές είναι οι ταινίες που μας εμπνέουν άραγε? Μήπως είμαστε μαζοχιστές?

Φαίνεται ότι οι καθημερινές μικρές στιγμές ευτυχίας δεν είναι άξιες λόγου, πόσο μάλλον να αποτελούν έμπνευση για ταινίες και μυθιστορήματα. Ίσως αυτό που βλέπουμε και πιστεύουμε ότι είναι αγάπη στην πραγματικότητα είναι ερωτική αγάπη, κάτι τελείως διαφορετικό. Δεν είναι πραγματικό. Είναι όμως εξαιρετικά εθιστικό.

Η λέξη «εθιστικό» ίσως είναι η πιο κατάλληλη για να περιγράψει κανείς τις συνέπειες της ερωτικής αγάπης. Στον συναισθηματικό εθισμό ρόλο παίζει μία χημική ένωση (αμίνη) που λειτουργεί και ως νευροδιαβιστής, η φαινυλαιθυλαμίνη (PEA). Η φαινυλαιθυλαμίνη είναι σαν ναρκωτικό.

Οι ταινίες που προαναφέραμε και πολλές ακόμα, όπως και τα ερωτικά μυθιστορήματα που διαβάζουμε αυξάνουν τα επίπεδα της φαινυλαιθυλαμίνης στο σώμα μας. Ωστόσο, στην πραγματική ζωή μία ερωτική σχέση μπορεί να διατηρήσει την ένταση που περιγράφουν τα μυθιστορήματα μέχρι και 18 μήνες το περισσότερο. Στην συνέχεια πρέπει κανείς να μάθει να εκτιμά την ωριμότητα που γεννιέται μέσα στη σχέση.

Αν κανείς αναζητά μόνο την "φαινυλεθυλαμίνη", έχει τις εξής επιλογές. Είτε μπορεί να φλερτάρει συνέχεια και να έχει σύντομες και επιφανειακές σχέσεις. Είτε μπορεί να διαβάσει ένα από αυτά τα μυθιστορήματα ή να δει μία ρομαντική ταινία.

Βέβαια, με το να είναι κανείς σε μία σχέση μόνο όταν βιώνει τα έντονα αυτά συναισθήματα, κινδυνεύει να πιστέψει ότι έτσι είναι μία φυσιολογική σχέση. Αν δεν νιώθει «να χτυπά η καρδιά του δυνατά για τον άλλο», να «τρελαίνεται» για τον άλλο, πιστεύει ότι κάτι δεν πάει καλά. Θα πρέπει λοιπόν να καταλάβουμε ότι αυτά τα έντονα συναισθήματα είναι απόλυτα φυσιολογικά, είναι μέρος της εξέλιξης μίας σχέσης, αλλά κάποια στιγμή καταλαγιάζουν και τη θέση τους παίρνουν άλλα συναισθήματα, λιγότερα έντονα θα λέγαμε αλλά περισσότερο βαθιά, ουσιαστικά και πραγματικά.