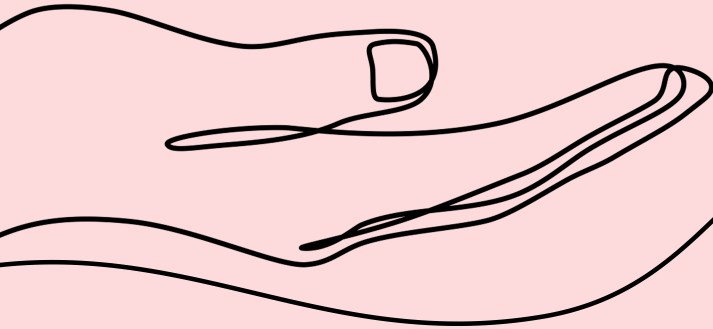


لماذا نحب؟

طبيعة الحب وكيمياؤه



هيلين فيشر

ترجمة فاطمة ناعوت وأيمن حامد

لماذا نحب؟

طبيعة الحب وكيمياؤه

تأليف
هيلين فيشر

ترجمة
فاطمة ناعوت
أيمن حامد



Why We Love?

Helen Fisher

لماذا نحب؟

هيلين فيشر

الناشر مؤسسة هنداوي

المشهرة برقم ١٠٥٨٥٩٧٠ بتاريخ ٢٦/١/٢٠١٧

يورك هاوس، شيبث ستريت، وندسور، SL4 1DD، المملكة المتحدة

تليفون: ١٧٥٣ ٨٣٢٥٢٢ (٠) ٤٤ +

البريد الإلكتروني: hindawi@hindawi.org

الموقع الإلكتروني: https://www.hindawi.org

إن مؤسسة هنداوي غير مسؤولة عن آراء المؤلف وأفكاره، وإنما يعبر الكتاب عن آراء مؤلفه.

تصميم الغلاف: ليلي يسري

الترقيم الدولي: ٨ ٣٢٣٤ ٥٢٧٣ ١ ٩٧٨

صدر أصل هذا الكتاب باللغة الإنجليزية عام ٢٠٠٤.

صدرت هذه الترجمة عام ٢٠١٥.

صدرت هذه النسخة عن مؤسسة هنداوي عام ٢٠٢٣.

جميع حقوق النشر الخاصة بتصميم هذا الكتاب وتصميم الغلاف محفوظة لمؤسسة هنداوي.

جميع حقوق النشر الخاصة بنص العمل الأصلي محفوظة لكل من السيدة الأستاذة فاطمة

ناعوت والسيد الأستاذ أيمن حامد.

المحتويات

٧	كلمة المترجمة
٩	كلمة المترجم
١١	إلى القارئ
١٥	١- شهوة الحب الجامحة
٣٧	٢- المغناطيسية الحيوانية
٥٩	٣- كيمياء الحب
٨٣	٤- نسيج الحب
١٠٥	٥- الفرحة الغامرة الأولى
١٣١	٦- لماذا نحبُّ
١٥٥	٧- الحب الضائع
١٨١	٨- السيطرة على العاطفة
٢٠٩	٩- جنون الآلهة
٢١٩	ملحق
٢٣٣	الهوامش
٢٦٣	المراجع

كلمة المترجمة

تقول إحدى الأساطير الإغريقية القديمة إن البشر في الأصل كانوا مخلوقات كروية الشكل. لها رأس واحد، به وجهان، وجسد واحد بأربع أقدام وأيدي. شعر ذلك المخلوق بالتفوق، فتطلع لمكانة الآلهة. الأمر الذي أغضب «زيوس»، كبير الآلهة، فقرّر عقاب المتمرد بشقه نصفين، لإضعاف قوته. ثم طلب إلى «أبولو»، إله الشمس والشفاء، إعادة تسوية كل نصف على النحو الحالي: المرأة، الرجل. من يومها، تاق كل نصف إلى شطره الآخر، وراح يبحث عنه ليُعانقه، فيستعيدا اكتمالهما الأزلي، وتضامهما الروحي، صانعين في توحيدهما ذلك الكائن الخرافي الأول. وصدّق الفيلسوف أفلاطون أن هذا هو سبب ظهور الحب، الذي يُعيدنا إلى نشأتنا الأولى.

كانت تلك إحدى شطحات العقل الإنساني القديم في محاولته لتفسير سرّ الانجذاب الأبدي بين الرجل والمرأة.

في هذا الكتاب الجميل «لماذا نحب؟»، قدّمت لنا عالمة الأثنروبولوجي الأمريكية «هيلين فيشر» قراءة علمية وجدانية سيكولوجية لمدونة الحب البشري. الكيمياء التي تتبدّل في المخ الإنساني لحظة الوقوع في الحب. الدوافع الكامنة التي تدفعنا للغيرة والتملك والغضب إن هجرنا الحبيب، ذلك الغضب الذي قد يتحوّل إلى كراهية أحياناً. فنتعلّم عبر الكتاب أن «الكراهية»، ليست نقيض الحب، بل صورة من صورهِ. إنما عكس الحب هو اللامبالاة والنسيان التام. يتطرّق الكتاب كذلك إلى الحب عند الحيوان. وهل الإنسان ما هو إلا حيوان كرّمه الله بالعقل والعلم والمنطق والتطوّر؟

ينقسم الكتاب إلى قسمين متداخلين: قسم طبيّ علميّ تشريحيّ، وقسم فلسفيّ أدبيّ وجدانيّ وتاريخيّ. لهذا لزم أن يُترجم الكتاب مترجمان، لا واحد. تحمّس للفصول الطبية

(٣-٤-٥-٨) د. أيمن حامد، وهو طبيبٌ وباحثٌ نفسيٌّ. وكانت من نصيبي الفصول الأخرى (١-٢-٦-٧-٩)، ذات الطابع الأدبي، وكذلك مقدمة المؤلفة والمقاطع الشعرية بالكتاب. نتعرف في هذا الكتاب على تلك الغريزة التي تدفع الإنسان للوقوع في «شرك» الحب. الحب الذي منحنا أشهر الأوبرات، والمسرحيات، والروايات، والقصائد الماسّة للمشاعر، والمقطوعات الموسيقية الآسرة، وكذلك أبداع القطع النحتية واللوحات، مثلما ألهمنا الأساطير، والحكايات الخرافية. وهكذا جمّل الحبُّ العالمَ، وغمرَ معظمَ البشر بالبهجة الهائلة والفرح. على أن الحبَّ حين يُهانُ أو يُستخفُّ به، بوسعه أن يجلبَ أشدَّ ألوانِ العذاب النفسي والجسدي ضراوةً. الغضبُ المُنذر، المطاردة، القتل، الانتحار، الإحباط العميق. في هذا الكتاب قد نجد إجابةً لسؤال شكسبير الخالد: «ما الحب؟»

سننتعرف على أشهر قصص الحب في التاريخ: قيس وليلى، روميو وجوليت، باريس وهيلين، أورفيوس ويوريديس، أبلارد وإليوز، ترويلاش وكريسيدا، تريستان وإيسلوت. وآلاف قصائد العشق، والأغنيات، والحكايات التي عبرت القرونَ في أوروبا القديمة مثلما عبرتها في الشرق الأوسط، واليابان، والصين، والهند، وكل المجتمعات التي تركت مخطوطات مكتوبة.

سننتعرف على الحاجة الهائلة للوحدة العاطفية بوصفها إحدى خصائص العاشق التي حاول فلاسفة الإغريق التعبيرَ عنها عام ٤١٦ قبل الميلاد، في الحفل الذي أُقيم على شرف أفلاطون. في تلك الأمسية اجتمعت أعظمُ عقول أثينا على مأدبة الغداء في منزل أغاثون. وفيما كانوا متكئين على أرائكهم، اقترح أحد الضيوف أن يقوموا بتسليّة أنفسهم بمناقشة موضوع العشق: كل ضيف من الحضور يأخذ دوره ليصفَ إلهَ الحب.

بعضهم وصف ذلك الكائن الفائق بأنه الأكثر «قدماً» والأعلى «شرفاً» أو الأقل «حصافة» بين جميع الآلهة. وأقرّ آخرون بأن إله الحب «شابٌّ»، أو «حساس»، أو «قوي»، أو «طيب»، أو «ماكر» أو غير ذلك. فيما أقرَّ «سقراط» بأن ربَّ الحب يسكن في «دولة الحاجة»، أي الاحتياج إلى الكمال. وأنت عزيزي القارئ، كيف تصفُ «إله الحب»؟

أرجو أن يجيب هذا الكتاب على شيء من خيوط تلك الشرنقة المعقدة التي لم ينجُ بشريٌّ من حبالها: شرنقة الحب.

والله والخير والجمال والحبُّ بين البشر، من وراء القصد.

كلمة المترجم

كانت البداية شغفاً أَلَمَّ بي، وأنا أُعِدُّ كتابي الأول: «أوهام الحب والزواج». فقد قادَتني أبحاثي إلى هذا المرجع المهم. وبعدها بشهور استطعت الحصول على هذا الكتاب الرائع: «لماذا نحب؟» للدكتورة هيلين فيشر. وبعدها طالعتُه، وتلمَّستُ قيمته الكبيرة، والآفاق الواسعة التي وفَّرها لي، راودني حلمٌ بأن ننشر هذا الكتاب مترجماً للقارئ العربي. فالمعلومات القيمة التي يحتويها، سنُلقِي الضوء على حقائق مهمة، وربما صادمة عن الحب والشغف والارتباط، وسيعرف قارئنا، سواء كان متخصصاً في علم النفس أو الطب أو من المهتمين بالإنسانيات بشكل عام، أو حتى إن لم يكن أيّاً مما سبق، أن العلم قد خطأ خطوات واسعة، نحو معرفة الكثير من أسرار النفس الإنسانية وخبائها. تلك التي طالما كانت لغزاً محيراً للفلاسفة، والأطباء، والشعراء، والروائيين، وكل المنظرين لعلوم الإنسانيات، وسلوك البشر على مر العصور. لقد انفتحت أمام العلماء «طاقة القدر»، إن جاز التعبير، بعد أن استخدموا التكنولوجيا الحديثة في تصوير المخ، وتعرَّفوا على كيميائه الدقيقة المذهلة. على أن حلمَ ترجمة هذا الكتاب ما كان ليرى النور، لولا تحمُّس الشاعرة والكاتبة الكبيرة فاطمة ناعوت، لكي تترجم الفصول ذات الطابع الأدبي والتاريخي والفلسفي والمقاطع الشعرية داخل الكتاب، مقابل ترجمتي للفصول ذات الطابع الطبي والعلمي. وأخيراً كل الشكر والتقدير لمن تحمَّس لهذا الكتاب وساعدني بالتشجيع والاهتمام، ولأسرتي الصغيرة، التي تحمَّلت انشغالي، وشكر خاص لابني الأصغر زياد، الذي أمدَّني بالكثير من المعلومات عن برامج الكمبيوتر، وأخيراً للأستاذة مروة فهمي، التي ذلَّلت الكثير من العقبات، وأخيراً أتمنى أن ينال الكتاب إعجاب القارئ، وأمل أن نساهم ولو بقدر بسيط في نشر الوعي العلمي لجيل جديد يتطلع للمستقبل.

لماذا نحب؟

(اقتربي وأصغي بهدوءٍ لما سأهمسُ به إليك الآن،
أحبُّكِ، يا مَنْ ملكتني كاملاً،
يا مَنْ معها هربتُ من الناس،
لنحلِّق بعيداً جداً، بكامل حريتنا وتحررنا من القانون،
صقرانٍ في الفضاء، سمكتان تسبحان في البحر، ليسوا أكثرَ منَّا حريةً.)
تلك العاصفةُ الهوجاءُ
عبر جسدي تمور.
فأرتعدُ في رجفة الشهوة؛
ميثاقُ استحالةٍ
أن ينقسمَ اثنان متوحِّدان،
عهدُ المرأة التي أحببنتني، والتي أحببتُّها أكثرَ من حياتي،
قَسَمُ ذلك الميثاق،
يا مَنْ سأدخرُ كلَّ ما فيَّ لأجلكِ بكلِّ إرادتي.

والت ويتمان

«من أنهار الأوجاع الحبيسة»

إلى القارئ

«ما الحبُّ؟» يتساءلُ شكسبير متأملاً. لم يكن الشاعرُ الكبيرُ أولَ مَنْ تساءل. أتصوّرُ أن أسلافنا تأملوا ذلك السؤال قبل ملايين السنين وهم متحلّقون حول لهيب النار في خيامهم، أو بينما يرقدون على الأرض يرقبون النجوم.

في هذا الكتاب، أحاول أن أُجيبَ عن هذا السؤال الذي يبدو ظاهرياً دون إجابة. أمورٌ عدّة حفّزتني على ذلك. فقد أحببتُ وربحتُ، وأحببتُ وخسرتُ؛ أنا بكل تأكيد جرّبتُ بهجة الحب الرومانسي وكذلك عرفتُ أوجاعه. وفوق هذا فإنني أومنُ أن تلك العاطفة الجامحة هي حجر الأساس في حياة الإنسان الاجتماعية؛ ذاك أن الإنسان من بني البشر، الذي عاش في أيّ زمان ومكان، لا بد قد جرّب مشاعر النشوة التي يجلبها الحبُّ الرومانسي مثلما جرّب انكساراته. وربما الأكثر أهمية في الأمر، هو أن فهمًا أوضح لتلك الظاهرة العنيفة قد يساعد الناس على أن يجدوا طريقهم نحو هذه العاطفة النبيلة.

وهكذا، في عام ١٩٩٦م بدأتُ عملَ استقصاء متعدد المحاور، في محاولةٍ لكشف لغز الألغاز: تجربة «الوقوع في الحب». لماذا نحبُّ. لماذا نختر من نختارهم بالتحديد؟ كيف يختلفُ الرجال عن النساء في مشاعر الحب الرومانسي. الحب من أول نظرة. الحب والشهوة. الحب والزواج. حب الحيوانات. كيف ينشأ الحبُّ وكيف يتطوّر. الحب والكراهية. المخ أثناء حال الحب. كانت تلك هي المحاور الأساسية لهذا الكتاب. وبالطبع أرجو أن نجني بعض الحكمة التي تُعلّمنا كيف نسيطر على تلك النيران الخطرة الخبيثة التي تضطرم في القلوب. الحبُّ الرومانسيُّ، كما أتصوّر، هو أحد الخيوط الأولى الثلاثة في شبكة المخ، ذاك الذي يتطور لتوجيه عمليات التزاوج والتناسل. الشهوة، والنزعة للإشباع الجنسي، كانت دائماً تنطلق لتوجّه أسلافنا للبحث عن التوحّد الجسديّ مع أيّ شريك تقريباً. الحبُّ الرومانسيُّ، والبهجة والهوس «للوقوع في الحب»، مكّنّتهم من أن يُكتفوا غزلهم وتودّدهم لشخص واحد

في كل مرة، ومن ثم أنْخار فترات ومواقيت التزاوج الثمينة وطاقتة. على مدار الزمن، كان اتصال الذكر بالأنثى، والشعور بالهدوء، والسلام، والأمن، الذي يشعر به المرء مع علاقة التزاوج الطويلة المدى، يتطور لتوجيه أجدادنا ليحبوا شركاءهم مدة طويلة تكفي لتربية صغارهما معًا.

باختصار، يتجذّر الحب الرومانسي بعمق في كيمياء المخ البشري ومعمارهِ.

ولكن ما الذي بالفعل يُنتج ذاك الذي يُسمّى: الحب؟

من أجل استقصاء ذلك، قرّرتُ الاستفادة من التكنولوجيا الحديثة في فحص المخ وتصويره، المعروف باسم الرنين المغناطيسي المخيالي للوظائف (fMRI) functional magnetic resonance imaging، لمحاولة تسجيل نشاط المخ لدى رجال ونساء وقعوا لتوهم في الحب.

في هذا الجزء المهم من بحثي الاستقصائي، كنتُ محظوظة؛ إذ انضمّ إليّ زميلان موهوبان على نحوٍ استثنائي؛ د. لوسي ل براون، أستاذة طب الأعصاب بجامعة ألبرت آينشتين الطبية، ود. آرثر آرون، باحث علم النفس بكلية نيويورك، ستوني بروك. وفيما بعد، ديبرا ماشيك، مرشح بدرجة دكتوراه في علم النفس بجامعة ساني ستروني بروك، جريج ستروميج، خريج آخر من جامعة ساني، قسم السيكولوجي، ود. هايفنج لي، أستاذ الطب الإشعاعي بجامعة ساني ستوني بروك، جميع الأشخاص الموهوبين أولئك، كلُّ لِعَب دورَه الشديد الأهمية لمدة تفوق السنوات الستّ، قمنا بإجراء عمليات مسح على أمخاخ أكثر من أربعين رجلًا وامرأة وقعوا في الحب على نحو عنيف، ملتقطين ما يُناهِز ١٤٤ صورة لنشاط المخ لدى كلِّ منهم. نصف عدد مشاركتنا من الرجال والنساء، كان غرامهم متبادلًا فيما بينهم وبين أحببتهم؛ والبقية كانت فئة مرفوضة من قبل أولئك الذين عشقوهم بعنف. كان هدفنا أن نسجّل نطاق المشاعر المتزامن مع «الوقوع في الحب».

كانت النتائج صاعقة. وجدنا فروقًا في النوع قد تُساعد في تفسير لماذا يستجيب الرجال بحساسية وعاطفة عالية للمثيرات البصرية، ولماذا تستطيع النساء تذكر تفاصيل العلاقة. اكتشفنا المسارات التي عبّرها يتغير، مع الوقت، المخُّ الواقع في الحب. استطعنا إثبات مناطق معينة بالمخ تغدو نشطة حينما نشعرُ بالرغبة الرومانسية، ومعلومات قد تقترح طرقًا جديدة للحفاظ على الحب في علاقات طويلة الأمد. ووصلتُ للاعتقاد بأن الحيوانات تشعر بشكل من أشكال الانجذاب الرومانسي بين بعضها البعض. اكتشفنا أن ألفتُ ضوءًا جديدًا على السلوك التهديدي التوعدي وجرائم العشق الأخرى. والآن أفهم أكثر

لماذا نشعر بالإحباط الشديد والغضب حينما نرفض، وكذلك بعض طرائق استحثاث المخ ليخفف وطأة العذاب ويُهْدِنَهُ.

الأكثر أهمية، هو أن نتأجنا قد غيّرت من اعتقاداتي حول الجوهر الأصلي للحب الرومانسي. بدأت أرى تلك العاطفة بوصفها غريزة إنسانية أساسية مثل شهوة الطعام والشراب الملحّة، وغريزة الأمومة، إن هي إلا احتياج سيكولوجي، وإلحاح عميق، وغريزة تدفعنا لأن نتودّد لكي نفوزَ بشريك التزاوج الخاص.

تلك الغريزة التي تدفع الإنسان للوقوع في الحب أنتجت بعض أشهر الأوبرات الإنسانية، والمسرحيات، والروايات، وأكثر القصائد مسًا للمشاعر والمقطوعات الموسيقية الأسرة، وكذلك أبداع القطع النحتية واللوحات التشكيلية في العالم، وأيضًا مهرجاناتنا المبهجة، والأساطير، والحكايات الخرافية. وهكذا جَمَلُ الحبِّ العالمَ وغمر معظمَ البشر بالبهجة الهائلة والفرح. على أن الحبَّ حين يُهانُ أو يُستخفُّ به بوسعه أن يجلبَ أشدَّ ألوان العذاب النفسي والجسدي ضراوةً. الغضب المنذر، القتل، الانتحار، الإحباط العميق من رفض الحب، وشيوع معدلات الطلاق والزنا العالية في المجتمعات حول العالم. أن الأوان لكي نتأملَ بجديّة سؤال شكسبير: «ما الحبُّ؟»

أمل أن يكون هذا الكتاب مفيدًا لكم، كما كانت كتابتُه مفيدةً بالنسبة لي، خلال رقصتنا المتبادلة الخالدة مع تلك القوة الهائلة: غريزة الوقوع في الهوى.

هيلين فيشر

الفصل الأول

شهوة الحب الجامحة

الوقوع في الحب

«العالمُ، بالنسبة لي،
العالمُ كُلُّه، بوسعه أن يتوقَّف
أن يُطَوِّقَ بذراعَيْكَ، بالنسبة لي يرقد العالمُ هناك،
بأضواء عَيْنَيْكَ وظلالهما،
ذاك هو الجمالُ الذي أبداً
لا يشيخ.»

جيمس ويلدون جونسون
«الجمالُ الذي أبداً لا يشيخ.»

«النيرانُ تتأجَّجُ في أنحاء جسدي - ألامُ حَبِّي لك. الوجعُ يَسْرِي في جسدي مع لهيب
غرامي بك. السقمُ يجولُ في جسدي مع حَبِّي لك. الألمُ مثل غليان على وشك الانفجار
مع حَبِّي لك. يُستهلكُ بنيران حَبِّي لك. أتذكَّرُ ما قلته لي. أفكَّرُ في حَبِّك لي. أتمزَّقُ بحَبِّك
لي. الوجعُ، والمزيدُ من الوجع. إلى أين تذهبين مع حَبِّي؟ أخبروني أنكِ ستمضين من هنا.
أخبروني أنكِ ستتركينني ها هنا. جسدي يغمُرُه حَدَرُ الأسى. تذكَّرِي ما قلته، يا حبيبتي.
الوداعُ يا حبيبتي، الوداعُ.»^١ هكذا تكلمَ الشاعر الهندي غير المعروف من جنوب آلاسكا في
تلك القصيدة المحتممة الشاعر، المسجَّلة باللسان المحلي لأهل البلدة عام ١٨٩٦م.

كم من الرجال والنساء أحبُّوا بعضهم البعض في كلِّ الحِقَب والعصور التي سبقتك وسبقتني؟ كم من أحلامهم قد تحقَّقت؛ وما قدرُ ما أُهدير من عواطفهم وهواهم؟ عادةً وأنا أمشي أو أجلس لأتأمل، أتساءل عن كلِّ علاقات الحب الممزقة للقلوب تلك التي امتصَّها هذا الكوكب. ولحسن الحظ، ترك لنا الرجال والنساء حول العالم كَمًّا هائلًا من الأدلة التي تُشير إلى حياتهم العاطفية.

من أوروک، في سومر القديمة، تأتي القصائد باللغة المسمارية على الألواح الآشورية تلك التي تمجدُّ غرام إنانا، الملكة السومرية، بـ دوموزي، راعي الغنم. «حبيبي، يا بهجة عيني»، هتفت إنانا إلى محبوبها قبل أربعة آلاف سنة.^٢

المخطوطات السنسكريتية والنصوص الهندية الأخرى، المؤرخات الأقدم بين عامي ١٠٠٠، ٧٠٠ سنة ق.م، تحكي عن «شيفا»، رب الكون الأسطوري الذي افتتن ولعًا بـ «ساتي»، الفتاة الهندية الصغيرة. كتب الربُّ إلهامه أنه «رأى نفسه مع ساتي فوق قمة الجبل مجدولين معًا بالگرام».^٣

بالنسبة للبعض، لا تأتي السعادة أبدًا. هكذا كان «قيس»، ابن شيخ القبيلة في الجزيرة العربية القديمة. الأسطورة العربية، التي يعود تاريخها للقرن السابع عشر الميلادي، تحكي الحكاية عنه، فتقول إنه كان الفتى الوسيم الذكي – حتى التقى «ليلى»، تلك التي من معانيها: الليلة الطويلة حالكة السواد، نظرًا لشعر ليلى الدايم الاسوداد.^٤ ثملاً للغاية، كان قيس في إحدى الليالي حتى إنه انتفض من مقعده، وهام على وجهه في الطرقات يصرخ باسم معشوقته. ومن يومها، اكتسب لقب: «المجنون». وسرعان ما استمر قيس في الهيام مع رمال الصحراء، يعيش مع الحيوانات في الكهوف، ينشد قصائده لمحبوبته، بينما ليلى خبيئة في خيمة أبيها، تتسلل في الليل لتقذف قصاصات الغرام للرياح. وراح السابله المتعاطفون ينقلون تلك التضرعات إلى فتى الشعر، أشعث الشعر، ذاك الذي لا تكاد تغطِّي الأسماك جسده. غرامهما المتبادل أدى في الأخير إلى معركة بين قبيلتيهما – ثم موت العاشقين الخالدين. ولم تبقَ إلا تلك الأسطورة الأبدية.

«ميلان» أيضًا، عاشت بالاحتضار. في القرن الثاني عشر. تحكي الخرافة الصينية «رَبَّةَ اليشم»، عن الصديَّة المدلَّة «ميلان»، ذات الخمسة عشر عامًا، ابنة الضابط الكبير «في كينينج» وكيف وقعت في الحب مع «تشانج بو»، الشاب المفعم بالحيوية ذي الأصابع النحيلة والموهبة الخاصة في نحت أحجار اليشم الكريمة. «منذ خُلقت السماء والأرض، خُلقت أنت لي، وأنا خُلقت لك، وأبداً لن أتركك تمضين». هكذا صرَّح تشانج لميلان ذات

صباح في حديقة بيتها.^٥ كان هذان العاشقان من طبقتين مختلفتين في مجتمع مثل الصين ذات النظام الطبقي الصارم. ولما غمرهما اليأس، هربا معا - ثم ما لبثا أن اختفيا. فرَّ العاشق، وهي دُفنت حية في حديقة أبيها. لكن حكاية ميلان تظلُّ تتردد في أرواح كثير من الصينيين.

روميو وجولييت، باريس وهيلين، أورفيوس ويوريديس، آبلارد وإليوز، ترويلاش وكريسيدا، تريستان وإيسلوت: آلاف قصائد العشق، والأغنيات، والحكايات عبرت القرون في أوروبا القديمة مثلما عبرتها في الشرق الأوسط، واليابان، والصين، والهند، وكل المجتمعات التي تركت لنا مخطوطات مكتوبة.

حتى حينما لا يكون لدى الشعوب وثائق مكتوبة، فإن لديهم الدليل على وجود ذلك العشق بطريقة ما. في الحقيقة، وعند مسح ١٦٦ ثقافة متنوعة، وجد الأنثروبولوجيون دلائل على الحب الرومانتيكي في ١٤٧ ثقافة منها، أي حوالي ٩٠٪ منها.^٦ في الـ ١٩ مجتمعاً المتبقية، أخفق العلماء ببساطة في فحص هذا التوجُّه لحياة تلك الشعوب. ولكن من سيبريا إلى التخوم البرية النائية في أستراليا إلى الأمازون، تغنَّت الشعوب بأغنيات الحب، وألَّفت قصائد العشق، وحُبكت الأساطير والخرافات حول الغرام الرومانسي. الكثير منها يصنع تعاويذ الحب السحرية، وتقدم التوابل والبهارات التي تُوجج مشاعر الغرام الجياشة. كثيرون يفرون مع عشاقهم، وكثيرون يصارعون بعمق ألم الحب غير المتحقق. البعض يقتلون عشاقهم. والبعض يقتلون أنفسهم. كثيرون يغرقون في الكآبة والحزن العميق حتى لا يكادوا يأكلون أو ينامون.

خلال قراءة القصائد، والأغاني، وقصص الشعوب حول العالم، وصلت للإيمان بأن طاقة الحب الرومانسي مضمفورة في نسيج المخ البشري. وأن الحب الرومانسي تجربة بشرية كونية.

ما تلك الكيمياء؟ ما ذلك الشعور غير القابل للسيطرة عليه؟ ذاك الذي يختطف العقل، ثم يجلب السعادة القصوى في لحظة، وفي اللحظة التالية يجلب اليأس والحزن؟^٧

(١) دراسة الحب

«آه، أخبروني الحقيقة عن الحب.» هتف الشاعر و. هـ. أودين. لكي نفهم ما الذي تورثه تلك التجربة الإنسانية العميقة بالفعل، قمّت بفحص الأدب السيكلوجي في الحب الرومانسي،

بعد إقصاء تلك السمات أو الإشارات أو الحالات التي ذُكرت على نحو متكرر. ولا عجب، كانت ذلك الشعور القوي تركيباً معقداً ومتشابكاً من سمات كثيرة بعينها.^٨

بعد ذلك، لكي أُرَضِّي نفسي بأن تلك الخصائص للولهِ الرومانسي إنما هي كونية، توَسَّلْتُها بوصفها ركائز للاستطلاع الذي صممتُه حول الحب الرومانسي. وبمساعدة ميشيل كريستيانِي، ثم طالب بالدراسات العليا بجامعة روتجرس، وكذلك د. ماركيو هاساجوا ود. توشيكازو هاساجوا بجامعة طوكيو، قمتُ بتوزيع هذا المسح بين الرجال والنساء في جامعة روتجرس في نيوجيرسي وفي جامعة طوكيو وحولهما.

بدأ التصويتُ على النحو التالي: «هذا الاستطلاع هو حول «الوقوع في الحب»، الشعور بأن تكون مُتِيماً، أن تكون عاشقاً، أو أن تكون منجذباً رومانسياً للغاية نحو شخص ما.» «إن لم تكن حالياً «واقعاً في الحب» مع شخص ما، بل وقعت في غرام شخص ما في الماضي، فرجاءً أجب عن الأسئلة حول الشخص الذي في المُخِيلَةِ.» ثم سُئِلَ المشاركون أسئلةً ديموغرافيةً، مع تغطية الشرائح العُمرية المختلفة، والخلفيات الاقتصادية، والعقائدية، والعرقية، والميول الجنسية، والحالة الاجتماعية. وأيضاً طرحتُ عليهم أسئلةً حول علاقاتهم العاطفية. كان من بين الأسئلة: «ما المدة التي استغرقتها واقعاً في الحب؟» «ما النسبة المئوية من اليوم كان هذا الشخص يشغل أفكارك؟» و«هل تشعر أحياناً أن مشاعرك خارج حدود سيطرتك؟»

ثم اكتمل جسدُ الاستطلاع (راجع الملاحق). يحتوي على خمس وأربعين عبارة، مثل: «يكون لديّ طاقةٌ أكبر حينما أكون مع ...» «قلبي يسابقني حينما أسمع صوتاً ... في الهاتف.» و«حينما أكون في الفصل، العمل يسرح عقلي مع ...» «قمتُ بصوغ تلك الأسئلة لكي تعكس الخصائص التي تتقاطع أكثر مع الحب الرومانسي.» كان مطلوباً من الموضوعات أن تحدّد إلى أيّ مدى تتفق مع كل تساؤل على مقياس سبع نقاط تتدرج من: «عدم الموافقة القصوى» وحتى: «الموافقة القصوى». غطّت الاستطلاع مجموعة من ٤٣٧ أمريكيّاً، و٤٠٢ ياباني. ثم قام خبراء الإحصاء «ماك جريجور سوزوكي وطوني أوليفا» بترتيب كلِّ تلك البيانات ليقدمًا لنا تحليلاً إحصائياً.

كانت النتائج مذهشةً. العُمر، والنوع، والميول الجنسية، والانتماء الديني، والانتماء العرقي: ليس من بين تلك التباينات الإنسانية ما صنع اختلافاً كثيراً في الاستجابة أو النتائج.

على سبيل المثال، الناس من الجماعات العُمرية المختلفة أجابوا بغير اختلافات إحصائية واضحة على ٨٢٪ من الأسئلة. الناس فوق سنِّ الخامسة والأربعين سجّلوا

أنهم عاطفيون مع أحبائهم مثل أولئك الذين كانت أعمارهم تحت الخامسة والعشرين. الطبيعيون والمثليون جنسياً أعطوا استجاباتٍ مماثلة في ٨٦٪ من الأسئلة. في ٨٧٪ من الأسئلة، أجاب الرجال والنساء الأمريكيان على نحوٍ متماثلٍ لدرجة كبيرة: كانت هناك اختلافات طفيفة في النوع. الأمريكيان «البيض» و«الأخرون» أجابوا على نحوٍ متشابه على ٨٢٪ من الأسئلة: ولم يلعب العرق تقريباً أي دور في التأجج العاطفي. ولم يختلف الكاثوليك والبروتستانت كثيراً في ٨٩٪ من الإجابات: الانتماء الكنسي لم يكن عاملاً ذا بال. وبينما أظهرت تلك الجماعات اختلافاتٍ في «التمييز الإحصائي» بالنسبة لاستجاباتهم، كانت عادة واحدة من تلك الجماعات ذات استجابة أكثر قليلاً من الأخرى.

الاختلافات العظمى كانت بين الأمريكيان واليابانيين. في معظم الأسئلة الثلاثة والأربعين التي أظهرت التباينات الواضحة إحصائياً، عبّرت جنسية بعينها عن العشق الرومانتيكي على نحوٍ أعظم من الجنسيات الأخرى إلى حدٍّ ما. بينما الاثنا عشر سؤالاً التي تُظهر الاختلافات الدراماتيكية، بدت جميعها كأنما تُقدّم أكثر، تفسيرات ثقافية واضحة. على سبيل المثال، فقط ٢٤٪ من الأمريكيان وافقوا على عبارة: «حينما أتكلم مع ... عادةً ما أخشى أن أقول الكلمة الخطأ.» بينما وافقت النسبة الضخمة ٦٥٪ من اليابانيين على هذا الاعتراف. أظن أن ذلك التباين الخاص حادث؛ لأن اليابانيين الشباب عادةً ما يكون لديهم علاقات أقل، وأكثر رسميةً مع الجنس الآخر، مقارنةً بما لدى الأمريكيان. وهكذا، وباعتبار أن كلّ الأمور مأخوذة في الاعتبار، فإن داخل هذين المجتمعين الشديدي الاختلاف، كان الرجال والنساء متشابهين في مشاعرهم فيما يخص الحب الرومانسي.

الحب الرومانسي. الحب الاستحواذي. الحب الملتهب. الافتتان. سمّه ما شئت، الرجال والنساء من كلّ عصر وفي كل ثقافة كانوا «مسحورين، مسلوبو العقل، فاقدو الصبر، مضطربين» بتلك الطاقة التي لا تُقاوم. أن تقع في الحب هو أمرٌ كونيٌّ بالنسبة للبشرية؛ إنه جزءٌ من الطبيعة البشرية.^٩

وأكثر من ذلك، فإن هذا السحر يزور كلاً منا على النحو نفسه وبالطريقة نفسها.

(٢) «المعنى الخاص»

واحدٌ من أول الأشياء التي تحدث حينما تقع في الحب هو أن تُجربَ تبدلاً عاطفياً دراماتيكياً في الوعي: «موضوع غرامك» يحتلُّ ما يُسمّى علماء النفس «المعنى الخاص». يُصبح

محبوبك غير مألوف، متفردًا منقطع النظر، وكُلِّي الأهمية. بوصفه رجلًا مُبتلىً بالمشاعر، كتب: «كل عالمي كان قد تبدل. أصبح له مركزٌ وحيد جديد، هذا المركز هو مارلين.»^{١٠} روميو، شكسبير عبّر عن هذا الإحساس على نحوٍ أوجز، قائلاً عن معبودته: «جوليت هي الشمس.»

قبل أن تنمو العلاقة لتتحول إلى عشق رومانسي، ربما تجد نفسك منجذبًا إلى أشخاص مختلفين، تُرَكِّز اهتمامك على أحدهم، ثم أحدٍ غيره. ولكن في الأخير تبدأ في تركيز وَاَعك وغرامك على شخص واحد فقط. إميلي ديكنسون أسَمَت هذا العالمَ الخاصَّ بـ «ملكوتك الخاص.»

ترتبط هذه الظاهرة بعدم مقدرة الإنسان على الشعور بالعشق الرومانسي مع أكثر من شخص واحد في فترة واحدة. خلال استقصاءاتي، قال ٧٩٪ من الرجال و ٨٧٪ من النساء إنهم/إنهن لا يمكن أن يخرجوا لموعد غرامي حينما يكون المحبوب/ة غير متاح.

(٣) الاهتمام المُركَّز

الشخص المأسور بالحب يُرَكِّز تقريبًا كلَّ اهتمامه على المحبوب، حتى ولو أوقع الضرر بكل شيء وكل شخص حوله، بما في ذلك العمل، الأسرة، والأصدقاء. أورتيجا واي جاسيت، الفيلسوف الإسباني، أسَمَى هذه الحال: «الحالة الفائقة من اليقظة والتركيز، تلك التي تحدث في الإنسان العادي.» هذا التركيز الموجَّه لبؤرة بعينها هو إحدى سمات الحب الرومانتيكي.

الرجال والنساء المفتنون أيضًا يركزون على الأحداث كافة، والأغنيات، والخطابات، وكل الأشياء الصغيرة الأخرى التي تشاركوا فيها مع أحبَّتهم. اللحظة التي توقَّف فيها في الحديقة ليربِّها برعم الربيع؛ المساء الذي قذفت فيه إليه بحبَّات الليمون وهو يُعدُّ العصائر: «إلى حبيبي مالك مشاعري»، كل تلك اللحظات العفوية العارضة تتنفس. ٧٣٪ من الرجال و ٨٥٪ من النساء يتذكرون تلك الأمور الصغيرة التي فعلها عشاقهم أو قالوها. و ٨٣٪ من الرجال و ٩٠٪ من النساء يستدعون تلك الحكايات الثمينة في عيون أذهانهم وهم يتذكرون أعزَّتهم.

بلايين من العشاق الآخرين يشعرون بدفقة من العاطفة الماسَّة حين يتذكرون اللحظات التي قضوها مع عشاقهم. مثال آسيوي مؤثر من هذا يأتينا في قصيدة صينية من القرن التاسع؛ «حصيرة البامبو» لـ يوان تشين. تعذَّب تشين قائلاً: «لا أقدر أن أتحمَّل /

أن أُعيدَها إلى مكانها/ حصرية النوم البامبو:/ تلك الليلة التي أحضرتك فيها إلى البيت/ شاهدتك وأنت تبرمينها.»^{١١} بالنسبة إلى تشين، أصبح شيئاً عادياً يُستعمل يومياً، حاملاً طاقة أيقونية سحرية.

حكاية لانسيلوت، التي كتبتها كريستين دي ترويز في القرن الثاني عشر، تُصوّر الملمح نفسه من العشق الرومانسي. في هذه الملحمة، يجد لانسيلوت مشطَ الملكة جنيفر واقعاً في الطريق بعدما مرَّ موكبها وحاشيتها. علقت بأسنانه بعضُ شعراتها الذهبية. كتبت دي ترويز: «راح العاشق يتعبّد الشعيرات، يلمسها مئات الآلاف من المرات بعينيه وشفتيه وجبهته، ووجنتيه.»^{١٢}

(٤) تعظيم شأن الحبيب

المفتون يبدأ أيضاً في تعظيم، أو حتى تهويل شأن كلِّ السمات البسيطة في المحبوب. تحت وطأة الضغط، تقريباً كل العشاق بوسعهم أن يسردوا كلِّ الأشياء التي لا يحبونها في أحببتهم. لكنهم يطرحون تلك المُدركات جانباً أو يُقنعون أنفسهم بأن تلك العيوب ملامحُ تفرّد وجاذبية. «هكذا يُدير العشاق أسبابَ عاطفتهم/ لكي يحبوا نساءهم لدرجة عشق نقاط ضعفهن.» هكذا تأمل مولير. حقاً. بل إن البعض يعبدون محبوباتهم بسبب عيوبهن.

«وولعُ العشاق بالمزايا الإيجابية في أحببتهم هو لونٌ من التجاهل الفاضح للواقع.»^{١٣} إنها الحياة عبر منظارٍ وردّي، ما أسماه علماء النفس «تأثير العدسة الوردية». هكذا تصف فرجينيا وولف هذا النوع من الرؤية القصيرة النظر على نحو حيوي، قائلة: «على أن الحب ... إن هو إلا وهمٌ خادع. قصةٌ يحبكها الإنسانُ في ذهنه عن شخصٍ آخر. ويعلم المرء طوال الوقت أنها غير حقيقية. وبالطبع يعلم لماذا يحرص دائماً ألا يكسر ذلك الوهم.»

النماذج التي اخترناها من الأمريكان واليابانيين تعكس بالتأكيد «تأثير العدسة الوردية» تلك. حوالي ٦٥٪ من الرجال، و ٥٥٪ من النساء في الاستطلاع وافقوا على عبارة: «... لديه/ لديها بعض العيوب، لكن تلك العيوب بالفعل لا تُزعجني.» و ٦٤٪ من الرجال و ٦١٪ من النساء أجمعوا على عبارة: «أحبُّ كلَّ شيءٍ في ...»

لَكم نخادعُ أنفسنا حين نحبُّ. كان شوسر على حق حين قال: «الحبُّ أعمى.»

(٥) «التفكير المُقْتَحِم»

واحدٌ من الأعراض الرئيسية في الحب الرومانسي هو التفكير الاستحواذي المفرط في المحبوب. معروفٌ لدى علماء النفس باسم «التفكير المُقْتَحِم». فأنت ببساطة لا تستطيع أن تُخْرَجَ حبيبك من رأسك.

والأمثلة على التفكير المُقْتَحِم تظهر بغزارة في الأدب. الشاعر الصيني ابن القرن الرابع، تزوييه، كتب: «كيف يمكنني ألا أفكرَ فيك ...»^{١٤} وكذا شاعرٌ يابانيٌّ مجهول عاش في القرن الثامن كتب يئنُّ: «اشتيائي لا نهاية له فمتى ينقطع.» جيروت دي بورنيل، شاعر التروبادور الفرنسي ابن القرن الثاني عشر، أنشد يقول: «عبر عشق عظيم ... أفكار تُعذِّبني على نحو غير رحيم.»^{١٥} أما المواطن النيوزيلاندي فقد عبّر عن معاناته بتلك الكلمات: «أرقد يِقْظًا ليلةً بطول العمر/لكي يفترسني العشقُ سرًّا.»

ربما المثال الأكثر إدهاشًا للتفكير المُقْتَحِم يأتي من القطعة الأدبية القروسطية في ولفارم فون إيشنباتش، للأديب بارزيفول. في تلك القصة، كان بارزيفول يركب حصانه ويتهاذى به على إيقاع الخبب حينما شاهد فوق جليد الشتاء ثلاث قطرات من الدماء، مختبئات تحت بطة جرحها صقرٌ. ذكَّرتَه قطراتُ الدم بمزيج المرمر مع اللون القرمزي في بشرة زوجته، كوندويرامورس. مشلولًا بالمفاجأة، جلس بارزيفول في حال من التأمل، متجمدًا في سرج فرسه. «وهكذا، تلبسه إلهام التأمل، تائهاً في أفكاره، حتى هجرتَه حواسُه. العشقُ الهائل أسره في حال من الاستعباد.»^{١٦}

لسوء الحظ، كان بارزيفول حاملاً رمحه المسنون — رمز الفروسية والتحدي. وسرعان ما لاحظته فارسان كانا يعسكران في مرج قريب مع الملك آرثر، فركضًا نحوه ليبارزاه. ليس قبل أن يغطي أتباع بارزيفول قطرات الدم بوشاح أصفر، ثم أفاق من غيبوبة العشق، فامتشق سلاحه، وتأهب للمعركة المميته.

الحبُّ جَبَّارٌ. وليس مدهشًا، إن ٧٩٪ من الرجال و٧٨٪ من النساء في استطلاعي قرروا أنهم أثناء وجودهم في الفصل الدراسي أو في العمل كانت أذهانهم تعود باستمرار لمعشوقهم. وإن ٤٧٪ من الرجال و٥٠٪ من النساء وافقوا على عبارة «مهما بدأ عقلي في التفكير، إلا أن عقلي دائمًا ينتهي بالتفكير في ...» استطلاعات أخرى سجَّلت النتائج نفسها. وسجل المشاركون في الاستطلاع أنهم يفكرون في «أحبّتهم» حوالي ٨٥٪ من ساعات صحوهم.^{١٧}

كم كان ميلتون ذكيًا في «الفرديوس المفقود»، حين جعل حواء تقول لآدم: «باستحواذك لي، أنسى الوقتَ كلَّهُ.»

(٦) لهيبُ العاطفة

من بين الـ ٨٣٩ من الأمريكيين واليابانيين الذين شاركوا في استطلاعي حول الحب الرومانسي، كان ٨٠٪ من الرجال و٧٩٪ من النساء موافقين على العبارة: «حينما أتأكد أن ... مُغرَمٌ بي، أشعر أنني أخَفُّ وزنًا من الهواء.»

ليس من سمة مشتركة تُشير إلى «الوقوع في الحب» تجمع بين المصروبين بالعشق غير ذلك الطوفان من العواطف الجامعة التي تنساب بجبروت داخل العقل. البعض يُصبح خجلًا لدرجة موجهة أو مرتبكًا في حضور محبوبه. والبعض يصير شاحبًا. والبعض يتورّد وجهه نضارةً. والبعض يرتجف. والبعض يتلعثم. والبعض يتصبّب عرقًا. والبعض ترتعش ركبته، أو يشعر بالدوار، أو يُصاب باضطراب في المعدة. والبعض سجّل تسارعًا في التنفس. والعديد سجّل شعورًا باضطراب اللهب في القلب.

كاتولويس، الشاعر الروماني، كان دون شك مُكتسحًا بالهوى. كتب إلى حبيبته يقول: «لقد جُننتُ بك/رؤيتك حبيبتي ليزيبا/تذهبُ مني التنفس/لساني يتجمّد/وفي جسدي/يشتعل اللهب.»^{١٨} أونو نو كوماشي، الشاعرة اليابانية ابنة القرن الثامن، كتبت: «أرقد يقظّةً على جمر/نيران العاطفة المتأججة/تتأجج، تضطرم في قلبي.»^{١٩} والمرأة في «نشيد الإنشاد»، قصيدة الحب الشعرية العبرية، التي كُتبت بين عامي ٩٠٠-٣٠٠ قبل الميلاد، تقول في رثائها: «أنا ذابلةٌ بالعشق.»^{٢٠} وأما الشاعر الأمريكي والت ويطمان فقد وصف عاطفته الصاخبة بدقة قائلًا: «العاصفةُ الهوجاء تسير عبر جسدي، يقولُ هزيمها: أنا أرتجفُ عشقًا.»^{٢١}

العشاق يمتشقون طيارات ورقية مفعمة بالبهجة وشديدة السرعة عالية التحليق، حتى إن الكثيرين منهم يجدون من العسير عليهم أن يأكلوا طعامهم أو يناموا ليلهم.

(٧) الطاقة العنيفة

فقدان الشهية وانعدام النوم يرتبطان مباشرةً بعرض آخر من أعراض شعور الحب المسيطر: الطاقة العاتية. شابٌّ من جزيرة المحيط الهادي الجنوبية أخبر أحد

الأنثروبولوجيين، أنه حين يفكر في حبيبته، «يشعر كأنما يقفز نحو السماء!»^{٢٢} ٦٤٪ من الرجال و٦٨٪ من النساء في استطلاعنا سجوا أيضاً أن خفقان قلوبهم كان يتسارع حينما يسمعون أصوات أحببتهم على الهاتف. و٧٧٪ من الرجال و٧٦٪ من النساء سجلوا أن جيشاناً في الطاقة يتلبسهم حينما يرافقون أحببتهم.

المغنون، المنشدون، الشعراء، كُتّاب المسرح، الروائيون: رجالاً ونساء ظلوا يغنون لقرون عن هذه الكيمياء الحائثة للطاقة، وكذلك عن التلثم والارتباك والعصبية، القلب الخافق، وفقدان التنفس وكل تلك الأعراض التي تُصاحب العشق الرومانسي. ولكن من بين كل أولئك الذين ناقشوا ذلك الصخب الفيزيقي، لم يبرع في التصوير أحدٌ مثلما فعل أندريا كابلانوس، أو أندريا القس، الفرنسي المثقف ابن عقد ١١٨٠، الذي اقترب من البلاط العالي الملكي، وكتب: «في فنون العشق النبيل»، إحدى أعظم كلاسيكيات الأدب على مرّ الزمان. أثناء القرن الذي عاش فيه بدأت تقاليد العشق في البلاط الملكي في الظهور بفرنسا. تقاليد وبروتوكولات بدأت تصكّ قوانين التواصل بين الحبيب والحبيبة. العاشق غالباً ما يكون شاعر تروبادور، رفيع الثقافة والتعليم، موسيقياً، مُغنياً، غالباً من سلالة الفرسان. محبوبته، في أحوال كثيرة، تكون سيدة متزوجة من أحد نبلاء عائلات أوروبا المرموقة. أولئك التروبادور يبدءون في تأليف، ثم إنشاد أبيات شعرية متأججة الغرام لكي يتغزل في سيدة البيت ويتعبد في محرابها.

على أن تلك الغراميات كان متوقّعا منها أن تكون طاهرةً عفيفة ومراقبة وخاضعة للكود والقواعد الخاصة بالفرسان. ولذلك في هذا الكتاب، صكّ كابلانوس قواعد الحب في البلاط الملكي. ودون أن يدري، سرد كذلك العديد من العادات والطبائع الأساسية الخاصة بالحب الرومانسي التي تُبَيّن الاضطرابات الداخلية للعشاق. ذاك أنه عبّر بذلك: «في رؤيته المباغثة الخاطفة لحبيبته، يبدأ قلب العاشق في الخفقان.»^{٢٣} و«الرجل المعذب بأفكار العشق، قليلاً ما يأكل أو ينام.»^{٢٤}

تحدّث رجل الكنيسة الحاذق أيضاً عن «التفكير المقتحم» الذي يمر به العشاق، موضّحاً: «كل شيء يفعله العاشق ينتهي به للتفكير في محبوبه.» و«العاشق الحقيقي على نحو مستمر ودون انقطاع مُسيطرٌ عليه بصورة معشوقه.» وأوضح كذلك أن العاشق يركّز كلّ انتباهه على شخص واحد حينما يكون في حالة حبّ، قائلاً: «لا أحد بوسعه أن يحبّ اثنين في وقت واحد.»^{٢٥}

سماتٌ أساسية للعشق لم تتغير مطلقاً تقريباً منذ آلاف السنين.

(٨) المزاج يتأرجح: من النشوة إلى الإحباط

«انجرفَ مع المياه الزرقاء/ تحت القمر الصافي/ يلتقط الزنابق البيضاء من البحيرة الجنوبية/ كل زهرة لوتس/ كانت تنطق بالحب/ حتى انكسر قلبه.»^{٢٦} بالنسبة إلى شاعر القرن الثامن الصيني لي بو، كان الحبُّ موجعًا.

الشعورُ بالحب يخلقُ عاليًا ويهبط من حالق. إذا غمر المحبوبُ عاشقَه بالاهتمام، إذا هاتفه بانتظام، أو أرسل إليه إيميالات عاطفية، أو شاركه وجبة طعام أو لحظة مرح ذات أصيل أو ذات مساء، إذن يُشرق العالمُ بالحبور. أما لو بدأ المعشوق غير مبالي، كأن يأتي متأخرًا دائمًا، أو لا يأتي أبدًا، لو أخفق في الرد على الإيميالات، أو الهاتف، أو الخطابات، أو إن أرسل أيَّ إشارات سلبية، يبدأ العاشق في الشعور بالإحباط. مثل هذا العاشق الكسول الخامل، المحبط، يظل مكتئبًا إلى أن ينجح في اجتذاب انتباه محبوبه، فيهدأ القلبُ الواجفُ المضطرب، وتتجدد الحيوية.

العشق الرومانتيكي بوسعه أن يُنتجَ مزاجًا متأرجحًا يتغير من النقيض للنقيض. من حال الابتهاج القصوى حينما يكون الحبُّ في ذروته، إلى الإحباط أو حتى الغضب والهيياج حينما يتمُّ تجاهلُ المشاعر أو رفضها. كما وصفه الكاتب السويسري هنري فريدريك إميل: «كلما أحبَّ الرجلُ أكثر، عانى أكثر.» أهالي التاميل في جنوب الهند وضعوا تسميةً لهذه الحال المضطربة. سمَّوا تلك الحال من الاضطراب العاطفي: ماياكام، بما يعني حال الخدر، الدوار، الخداع والوهم.

لم يُدهشني أن ٧٢٪ من الرجال و٧٧٪ من النساء في استطلاعي لم يوافقوا على الجملة: «تصرفات ... لم تؤثر أبدًا على اتزاني العاطفي.» بينما ٦٨٪ من الرجال و٥٦٪ من النساء أيدوا العبارة: «حالتني العاطفية تتوقف على ما يشعر به ... تجاهي.»

(٩) الحنين إلى التوحُّد العاطفي

«تعالَ إليَّ في أحلامي/ ووقتها/ وفي النهار/ سأعود من جديد في حال أفضل./ لأنه هكذا/ سيقضي عليَّ كلُّ الحنين اليائس/ الذي يسكن نهاري.»^{٢٧} العشاق يتوقون بلهفة إلى الوحدة العاطفية مع أحبَّتهم، كما كان يعلم الشاعر ماثيو أرنولد.^{٢٨} من دون هذا التواصل مع المحبوب، يشعر العشاق بأنهم غير مكتملين أو كأنما هم مُفزعون، كأنَّ جزءًا أساسيًا من تكوينهم مفقود.

الحاجة الهائلة للوحدة العاطفية بوصفها إحدى خصائص العاشق التي عبّر عنها بخلود في السمبوزيوم، حفل الغداء، المقام في أثينا على شرف أفلاطون عام ٤١٦ ق.م. في هذه الأمسية الاحتفالية اجتمع رسمياً بعض من أعظم العقول الإغريقية الكلاسيكية على مأدبة الغداء في منزل أغاثون. وفيما كانوا متكئين على أرائكهم، اقترح أحد الضيوف أن يقوموا بتسليّة أنفسهم بمناقشة موضوعات لها علاقة بالعشق: كل ضيف من الحضور يأخذ دوره ليصفَ إله الحب ويمجّده.

وافق الجميع، وامتنعت عازفة الفلوت. ثم راح واحدٌ إثرَ واحدٍ يأخذ دوره في تمجيد ربّ الحب. بعضهم وصف ذلك الكائن الفائق بأنه الأكثر «قدماً» والأعلى «شرفاً» أو الأقل «حصافة» بين جميع الآلهة. وأقرّ آخرون بأن إله الحب «شابٌّ»، أو «حساس»، أو «قوي»، أو «طيب». إلا سقراط. بدأ سقراط مداخلةً بأن سرّد الحوار الذي دار بينه وبين ديوتيميا، المرأة الحكيمة من مانتنيا. حينما كانت تتحدث عن إله الحب، أخبرت سقراط بأنه: «يسكن دائماً في دولة الحاجة».^{٢٩}

«دولة الحاجة». ربما ليس من عبارة في كل تاريخ الأدب قد قبضت على جوهر الحب الرومانتيكي العاطفي مثل تلك: «الحاجة». في استطلاعي، وافق ٨٦٪ من الرجال، و٨٤٪ من النساء على عبارة: «أتمنى بعمق أن يكون... منجذباً/منجذبة إليّ مثلما أنا منجذبٌ إليه/إليها».

تلك الرغبة العارمة في الذوبان والتوحد مع المحبوب، تُحلل وتُفندّ مجمل الأدب العالمي. كتب الشاعر الروماني ابن القرن السادس باولو سيلنتياريوس: «هكذا يرقّدُ العاشقان/مُغلقِي الشفاه/محمومين/أبديي الظمأ/كلُّ منهما يتوق أن يدخل بكامله في عمق الآخر».^{٣٠} يوفور وينترز، الشاعر الأمريكي ابن القرن الثاني عشر كتب يقول: «علّ ورتتنا يضعوننا بعد موتنا في جرّة واحدة محكمة الإغلاق/لأن الروح الواحدة لا تعود أبداً».^{٣١} وعبر ميلتون ببراعة عن ذلك في «الفردوس المفقود» حينما قال آدم لحواء: «نحن واحدٌ/لحمٌ واحدٌ/أفقدك حين أفقد نفسي».

يؤمن الفيلسوف روبرت سولومون أن تلك الرغبة الملحة هي السبب الأوّلي الذي يجعل العاشق يقول: «أنا أحبك». ليست هي جملة من أجل إخبار حقيقة، بقدر ما هي طلب للتأكيد. يتوق العاشق لسماع تلك الكلمات السحرية: «أحبك أيضاً».^{٣٢} عميقة هي الحاجة للتوحد العاطفي مع المحبوب لدرجة جعلت خبراء النفس يؤمنون بأن شعور العاشق بالنفس يصير مشوشاً وضبابياً... وكما قال فرويد: «كلما زاد الحبُّ وطأةً، هدّد بطمس الحدود بين الذات وبين المحبوب».

قبض الروائي جويسن كارول أوتس بحيوية على حالة الانصهار المبهج تلك قائلاً: «إذا ما التفت الناس إلينا فجأة فسوف نرتجف ونرتد للوراء/الجلد المبتل سوف يرتعد/وأخيراً/سوف يتمزق عن شخصين؟»

(١٠) البحث عن دليل

حينما لا يعرف العاشق إن كان محبوبه يقدر حبه ويبادلّه إياه، يصيح فائق الحساسية للعلامات والإشارات التي يُرسلها الحبيب المعبود. كما كتب روبرت جريفز: «الإصغاء إلى دقة الباب، انتظار إشارة.» في استطلاعي سجل ٧٩٪ من الرجال و٨٣٪ من النساء أنهم حينما كانوا في حال انجذاب شديدة إلى شخص ما، كانوا يفحصون بدقة تصرفات المحبوب، باحثين عن دلائل وإشارات تضيء بشعور أحببتهم تجاههم. وقال ٦٢٪ من الرجال و٥١٪ من النساء إنهم كانوا يبحثون عن معانٍ مختلفة لكلمات أحببتهم وإشاراتهم وتغيرات ملامحهم.

(١١) تغيير الأولويات

العديد من المفتونين يُغيرون أيضاً من أسلوب ملبسهم، أسلوب معيشتهم، عاداتهم، وأحياناً قيمهم لكي يفوزوا بالحبيب. اهتمام مفاجئ بلعبة الجولف، دروس رقص التانجو، جمع الأنتيكات والتحف، قصة شعر جديدة، موسيقى موزار بدلاً من موسيقى الريف الغربي، أو حتى الانتقال إلى مدينة جديدة أو البدء في عمل جديد: الرجال والنساء المضروبون بالهوى يتبنون كل سبل الاهتمامات الجديدة، والمعتقدات، وأساليب الحياة المختلفة، إرضاءً لأحبتهم.

بطل العشق في البلاط الملكي ابن القرن الثاني عشر، أمدريا كابلانيوس، لخص تلك القوة الدافعة، كاتباً يقول: «الحبيب لا يرفض شيئاً للحبيب.»^{٣٣} في حين عبّر عنها بفضاظة الرجل الأمريكي أسير الحب قائلاً: «كل ما تحبّه هي، أحبه أنا.»^{٣٤} وكان واحداً من كثيرين. ٧٩٪ من الرجال الأمريكيين و٧٠٪ من الأمريكيات في استطلاعنا أجمعوا على العبارة: «أحب أن أترك جدول مواعيدي مفتوحاً حينما يكون/تكون ... غير مشغول/مشغولة، حتى يمكننا اللقاء.»

العشاق يُعيدون ترتيب حيواتهم لكي تتوافق مع أحببتهم.

(١٢) الاعتمادية العاطفية

العشاق يغدون أيضاً معتمدين على العلاقة، شديدي الاعتماد. ها هو أنطونيو يعترف لكليوباترا في مسرحية شكسبير: «قلبي مربوطٌ بالحبال في دفتك». ووصفت القصيدة المصرية الهيروغليفية القديمة الاعتمادية نفسها قائلة: «قلبي سيكون عبداً/فهللاً عانقتني». ^{٣٥} شاعر التروبادور ابن القرن الثاني عشر أرنوت دانيال، كتب: «أنا ملكها من الرأس للقدمين». ^{٣٦} بينما كان كيتس الأكثر عاطفياً ليقول: «أصغ، أصغ لكي تُنصت إلى صوت تنفُّسها الهادئ/ وهكذا عَشْ للأبد/ أو لتقع في إغماءة البهجة حتى الموت».

ولأن العاشق دائماً ما يكون معتمداً على المحبوب، فإنه دائماً ما يعاني من اضطراب الانقسام «حينما يكون بعيداً عن حبيبه.

قصيدة لشاعر ياباني مجهول، كُتبت في القرن العاشر، موجوعة بذلك اليأس. «يشرق الصبح الباكر/ موعلاً في التلاؤ الباهت/ للضوء الأول. / مُدثراً بالحزن/ أدتُرِّك في أكفانك». ^{٣٧}

العشاق ليسوا إلا عرائس ماريونيت تتدلى من خيوط يحملها آخرون.

(١٣) التقمُّص العاطفي

كنتيجة لما سبق، يشعر العشاق بتقمُّص عاطفي هائل نحو المحبوب. في استطلاعي، وافق ٦٤٪ من الرجال و٧٦٪ من النساء على العبارة: «أشعر بالفرح حينما يكون/ تكون ... سعيداً/ سعيدة، وحزينة حينما يكون حزياً».

الشاعر إي إي كامنجز كتب حول هذا بعذوبة قائلاً: «هي تضحك فتشرق بهجته، هي تبكي فيغيم أساه». بل يُقبل بعض العشاق على التضحية بأنفسهم في سبيل معشوقهم. وربما كانت تضحية آدم من أجل حواء هي العطاء الأكثر دارماتيكية في مجمل الأدب الغربي. كما وصفها ميلتون، حينما اكتشف آدم أن حواء قد أكلت من التفاحة المحرمة، اختار آدم أن يأكل التفاحة أيضاً، وهو يعلم أن هذا سيؤدي إلى طرده مع حواء من جنة عدن، كما يعني موتها. قال آدم: «لأنني معك/ سيكون قراري المحدد بالموت». ^{٣٨}

(١٤) الفجيعة تُوجِّج الهوى

الفجيعة عادةً ما تُغذي اللهب. أُسمِّي هذه الظاهرة المثيرة للفضول: «جاذبية خيبة الأمل»، ولكن من الأفضل تسميتها: «تأثير روميو وجوليت». الحواجز الاجتماعية أو الفيزيائية

تُشعل الغرام الرومانتيكي.^{٢٩} إنها تُمكن الشخص من أن يتجاهل الحقائق ويركز على السمات الاستثنائية في الآخر. حتى المشاحنات والانفصالات المؤقتة بوسعها أن تكون محفّزات.

أحد أطرف الأمثلة الأدبية وأكثرها إضحاً من بين تلك التي تبين كيف تُوجج الفجعة الغرام، مسرحية تشيكوف ذات الفصل الواحد: «الدُّب».^{٣٠}

في تلك الدراما كان هناك مالك أرض حاد المزاج، جريجوري ستيبانوفيتش سميرنوف، يزور بيت أرملة شابة ليستردّ بعض مال كان زوجها الراحل قد اقترضه منه. رفضت المرأة دفع كوبيك واحد. إنها في فترة حداد، قالت تفسّر له، وسرعان ما راحت تصرخ في وجهه: «لست في مزاج نفسيّ يسمح لي بالاهتمام بشئون المال.» أشعل هذا غضب سميرنوف ضد كل النساء، فراح ينعتهن بـ المنافقات، المرائيات، الزائفات، الثرائيات، الفضائحيات، الحقودات، طويلات اللسان، الكاذبات، الحقيرات، التافهات، قاسيات القلب، وغير المنطقيات. «برررر»، هكذا دمدم: «أنا أرتجف في معطفي المصنوع من الفراء». فورة غضبه أشعل بدوره فورة غضبها، فبدأ كلاهما يكيلان لبعضهما البعض الإهانات والشتائم. وسرعان ما طلب المبارزة. تملكّتها شهوة أن تصنع ثقباً في رأسه، أحضرت الأرملة مسدسَيْن كانا يخصّان زوجها الميت، ثم أخذ كلُّ منهما موقعه.

وبينما أخذت الضغينة تنمو بينهما، بدأ ينمو كذلك الاحترام المتبادل – ثم الانجذاب. وفجأة هتف سميرنوف: «الآن هذه هي المرأة! أدرك الآن! المرأة الحقيقية! ليست نحابة شكّاءة واهنة هشة، إنما هي كرة من اللهب، صاروخ، كتلة بارود! من العار قتلها!» بعد دقيقة أعلن لها حبه الأبدي وسألها أن تكون زوجته. وبينما كان خدماها يتدافعون داخل غرفة المعيشة للدفاع عن سيدتهم بالفئوس، والبلطات، ومذرات القمح، فوجئوا بالعاشقين منصهرين في عناق محموم.

تلك العلاقة الشاذة بين الفجعة وحرارة الغرام يمكن رصدها لدى كلّ العشاق المأزومين سيّمي الحظ في أساطير العالم التاريخية العظمى. تُغذي الصعوبات الهوى على نحو ما، أو آخر، كأنما العشاق يسعون نحو العسير من الصعاب.

القصة الغربية الأشهر من هذا النوع، ظهرت بالطبع في تراجيديا شكسبير: روميو وجولييت. هذان العاشقان الصغيران في القرن السادس عشر من «فيرونا». وقعا في شرك عداء تاريخي بين عائلتين من العائلات نوات السيادة والسلطان، عائلة مونتاجو وعائلة كابيوليت. روميو ابنُ العائلة الأولى، وجولييت ابنة الثانية. لكن روميو وقع في هوى جولييت

بمجرد أن رآها في إحدى حفلات العائلة، فهتف: «أوه/ هذه البنْتُ تُعلِّمُ القنديلَ كيف يُشعُّ ضوءَه بَرَأْفًا!/ هل أحبُّ قلبي قبلها؟/ لَعَمري ما الذي أراه!/ أنا لم أرَ الجمالَ الحقَّ قبل هذه الليلة.»^{٤١} وخضعت جوليت بدورها لسهم كيوييد؛ فما إن رحل روميو عن الوليمة، حتى أمرت جوليت وصيفتها: «اذهبي وهاتي اسمه. واعرفي إن كان متزوجًا./ لو كان/ فسوف يكون ضريحي هو فراش زفاني.»^{٤٢} وتطوى المسرحية على سلسلة من العقبات وارتباكات سوء الفهم لم تصنع إلا مزيدًا من اشتعال غرامهما.

خمس وستون بالمائة من الرجال و٧٣٪ من النساء في استطلاعي وافقوا على عبارة: «لن أكفَّ أبدًا عن حب ... حتى حينما تسوء الأحوال جدًّا.» ووافق ٧٥٪ من الرجال و٧٧٪ من النساء على عبارة: «حينما تتراجع علاقتي مع ... أحاول بكل قوتي أن أعيِدَ الأمور إلى نصابها.»

إحدى أكثر النتائج غير المتوقعة في استطلاعي كان تقريبًا يشير إلى دور الفجيرة في الحب. المثليون جنسيًا، من الرجال اللوطيين والنساء السحاقيات، كانوا دائمًا يسجلون اضطرابًا أكبر وقلقًا عاطفيًا أكثر من الطبيعيين. أولئك الأشخاص يُعذَّبون أكثر بالشهاد والأرق، وفقدان الشهية، والتوق للتوحد العاطفي مع المحبوب. وأظن أن هذا الألم النفسي يحدث، ولو جزئيًا، بسبب الحواجز الاجتماعية التي بالتأكيد تواجه العشاق المثليين. أولئك الذين أجاوبوا استطلاعي وهم يفكِّرون في الحبيب السابق بدوا أيضًا يعانون من الهشاشة العاطفية. لقد عانوا كذلك من أوقات عصبية دون طعام أو نوم. كانوا خجولين أو أفضاظًا مع عشاقهم القدامى. لقد عانوا أكثر من «التفكير المقتحم» وكذلك من تقلبات المزاج المتأرجح. وسجلوا تسارعًا في خفقان القلب في لحظات التفكير في لهيبهم القديم. أظن أن كثيرًا من أولئك المستجيبين قد تمَّ رفضهم من أحببتهم، وأن تلك الفجيرة الموجهة قد ألهمت تأججهم العاطفي.

مثل زورق في بحر متلاطم الأمواج، يركب الرجال والنساء أمواج الكآبة العاتية وأمواج البهجة. إذا تزوجت من تحب بشخص آخر، أو تزوج من تحبُّين بأخرى، إذا كان أو كانت تعيش في بلد بعيد وراء البحار، إذا كنت تتكلم لغة مختلفة، أو كنت تنتمي إلى عرق مختلف، أو حتى كنت قادمًا من منطقة أخرى من المدينة، كل تلك العقبات قد توجج العاطفة الرومانتيكية.

يقول ديكينز في هذا: «الحب يعلو إلى قمة نموه الخصب مع الفراق وتحت وطأة المصاعب القصوى.» للأسف هذا حقيقي.

(١٥) الرجاء والأمل

«قل إنني ربما أعيش في الرجاء». هكذا توسَّل بيروس لأندروماخي في دراما «راسين» حول الحب والموت. لماذا يستمر العشاق في الأمل، حتى حينما يكون نزد الحياة ضدهم على نحو قاس؟ معظمهم لا يزال محتفظًا بالأمل في أن تعودَ علاقاتهم الموءودة للحياة من جديد، بعد مرور سنوات من انتهائها على نحوٍ مرير. الرجاء سمةٌ غالبيةً أخرى من سمات الحب الرومانتيكي.

قصيدة ساحرة من القرن السادس عشر للشاعر مايكل درايتون عبَّرت عن هذا التفاؤل. تبدأ هكذا: «بما أنه لا رجاء هناك، هلمِّي، تعالي نذوب في قبلة ثم نفترق! / كلاً، لقد انتهيتُ، لن تُجدي فيَّ المزيد / وأنا سعيد / نعم، سعيد ملء قلبي، / لأنني هكذا سأحرر نفسي على نحو تامٍ / هيَّا نتصافح للمرة الأخيرة وللأبد / دعينا نمحو كلَّ عهدنا؛ / وحينما نلتقي من جديد في أيِّ وقت / دعينا لا ننظر إلى عيون بعضنا البعض / لأنه لم يُعد بيننا مثقال ذرة من حبنا السابق.» بتلك الكلمات أعلن درايتون، بثقة ظاهرة، أن العلاقة قد انتهت بسهولة وإلى الأبد. ولكنه، في نهاية القصيدة، يغيِّر نغمته فجأة. مغمورًا بالأمل، يبدأ في مجادلة ذلك «الحب»، بأن بوسعه أن يُنقذ: «الآن، إن أمكنك، حينما انتهى الحب تمامًا / ربما يكون بوسعك أن تشفيه / وتستعيديه من الموت إلى الحياة.»^{٤٣}

أظن أن ذاك الميل للرجاء مزروعٌ في مخ الإنسان البشري منذ الحقب السحيقة. لهذا كان أجدادنا على نحوٍ عنيد يطاردون أقرانهم حتى انتهاء آخر لمحّة ممكنة من الرجاء.

(١٦) الاتصال الجنسي

«من الأفضل أن أموت مئآت المرات ولا أن أعيش دون ذلك التواصل الجسدي الرائع معك. أحبُّك. أحبُّك حتى درجة اليأس. أحبُّك كما أحبُّ روجي.»^{٤٤} هكذا صرَّحت سايكي لزوجها إيروس، في «الحمار الذهبي»، رواية القرن الثاني تأليف أبوليوس. «مشتعلة بالرغبة»، تكمل الحكاية، «مالت وقبَّلتها على نحو عنيف ومندفع، قبلةً إثر قبلة إثر قبلة، مغمورة بالخوف من أن يستيقظ قبل أن تنتهي.»^{٤٥}

الشُّعر في كلِّ أنحاء العالم يشهد على العشاق وعلى تَوْقهم العنيف للتواصل الجنسي مع المحبوب، سمة أساسية أخرى من سمات الحب الرومانتيكي.

في نشيد سليمان، نادَت المرأة: «يا رياح الشمال استيقظي / انهضي، يا رياح الجنوب / هُبِّي على حديقتي / واجري في نباتاتي من التوابل والبحار / اجعلي حبيبي يخرج

إلى حديقته/لكي أكلَ ثمارَه الشهية.»^{٤٦} إنانا، ملكة سومر القديمة، التي استُثرت بجاذبية داميوزي الجنسية، فقالت: «أوه يا داميوزي! امتلاكك هو بهجتي!»^{٤٧} على أن الأعذب لأدُنِّي هي قصيدة الشاعر الإنجليزي المجهول بعنوان «النحيب»: «أيتها الرياح الغربية/متى تَهْدِين؟/بوسع الأمطار الصغيرة أن تمطر-/يا إلهي، لو أن حبيبتي كانت بين ذراعي/وأنا في فراشي من جديد!»

فرويد، أيضاً، مثله مثل غيره من العلماء والدارسين وكذلك البشر العاديين، اعتبر الرغبة الجنسية عنصراً أساسياً من عناصر الحب الرومانتيكي.^{٤٨} فكرة جديدة بالكاد. أولئك الذين درسوا «كاما سوترا»، الدليل الهندي في التعامل الحب بالقرن الخامس، يعرفون أن كلمة Love مشتقة من كلمة Lubh باللغة الهندية السنسكريتية، ومعناها «الرغبة».

ليس من العيب أن نجد دائماً مشاعر الرومانسية مجدولة ومضفورة بالتوق الجنسي. ومع هذا، إن كان العشق قد تطور عبر الزمن مع أجدادنا لكي يدفعهم أن يركزوا طاقة عشقهم على شخص «واحد» بعينه، على الأقل حتى يكتمل التخصص، (كما سأوضح في فصل لاحق)، إلا أن الحب الرومانسي لا بد أن يقترن بالرغبة الجنسية. تُكرّس نتائج استطلاعي تلك الظاهرة. ٧٣٪ من الرجال و٦٥٪ من النساء يطمون أثناء الليل وأطراف النهار بممارسة الحب مع عشاقهم.

(١٧) الحصرية الجنسية

يشتهي العشاق كذلك الحصرية الجنسية. لا يحبون أن تُلطّخ علاقاتهم «المقدسة» بالغرباء. حينما يرغب شخص ما أن يشارك صديقةً في الفراش، فإنه لا يعبأ كثيراً ما إذا كان لرفيقة الفراش تلك رفيق آخر أم لا. ولكن ما إن يقع الرجل أو المرأة في الحب ويبدأ في التوق للتوحد العاطفي مع محبوبه، فإنه يطلب الإخلاص الجسدي الحصري من حبيبه. تعكس العديد من قصص الحب العالمية تلك الحصرية الجنسية، مثلما تعكس رغبة العشاق في الحفاظ على إخلاص أحبّتهم. على سبيل المثال، حينما تم إقصاؤه عن حبيبته إيزيولت الجميلة، أحبّ ترستان امرأة أخرى لها الاسم نفسه، فقط لأن تلك المرأة تحمل نفس لقب حبيبته نفسه. ولكن ترستان لم يستطع أن يُجبر نفسه على إتمام عملية الزواج على النحو الكامل. وفي الملحمة العربية، حينما حُطبت ليلي وتم زفافها إلى رجل آخر غير حبيبها المجنون قيس، كانت ليلي كذلك تتهرب من فراش الزوجية. وحوالي ٨٠٪ من الرجال

٨٨٪ من النساء في استطلاعي وافقوا على العبارة: «الولاء الجسدي أمرٌ شديد الأهمية حينما نقع في الحب.»

من بين كل سمات الحب الرومانتيكي، يظل هذا الحنين للحصرية الجنسية هو الأكثر أهمية بالنسبة لي. ربما تطور هذا الأمر لسببين جوهريين: لكي يحمي الرجال من أسلافنا من أن يكونوا أزواجاً لزوجات مشاع يُنجبنَ لهم أطفالاً من صلب غيرهم، وكذلك لكي تحمي النساء من أسلافنا من مزاحمة النساء لأزواجهن ليتفاسمَنهم باعتبارهم آباء لأطفالهن. هذا التوق للحصرية الجنسية كان سبباً في أن يحمي أجدادنا حامضهم DNA، ذلك الحامض العزيز، حينما يوفرون تقريباً كل أوقاتهم وطاقاتهم في الاهتمام بشخص حبيباتهم. ولكن يتزامن مع هذا الدافع لتأكيد الولاء الجنسي أثناء فترة الغزل، ظهورٌ ضيف غير مرغوب فيه، إنه وحش شكسبير أخضر العينين: الغيرة.

(١٨) الغيرة: «رفيقة الحب»

في كتابه حول قواعد الغرام في البلاط الملكي، كتب كابيلايوس: «ذاك الذي لا يشعر بالغيرة، غيرٌ قادر على الحب.» أطلق على الغيرة «رفيقة الحب»؛ لأنه كان يؤمن بأنها تُوَجج لهيب الرومانسية.^{٤٩}

قبض رجل الدين هذا ذو البصيرة، كالعادة، على المعنى الصحيح. في كل مجتمع درس فيه الأنثروبولوجيون العشق الرومانسي، رصدوا أن العشاق من كلا الجنسين يُصبحون غيورين، غيورين جداً. وكما حدّر «أي تشينج»، كتاب الحكمة الصيني الذي كُتِب قبل ثلاثة آلاف عام، يقول الكتاب: «الرباطُ الحميم ممكنٌ فقط بين شخصين؛ لأن مجموعة من ثلاثة أشخاص، تُولّد الغيرة.»^{٥١}

(١٩) التوحّد العاطفي ينتصر على التوحد الجنسي

ولكن حتى الرغبة في تبادل الممارسة الجنسية والتوق للإخلاص الجنسي تظلان أقل أهمية بالنسبة للعاشق من الحنين للتوحد العاطفي مع المحبوب. الرجل أو المرأة الواقعان في الحب يودُّ كلٌّ منهما أن يهاتفه المحبوب ليقول له: «أنا أحبك»، أو أن يأتيها بالزهور أو أي هدية رمزية، أو أن يدعوها لمباراة رياضية أو للمسرح، أن يضحكها ويحتضنها، وأن يغمرها بالاهتمام. يتحرّق العاشق شوقاً لأن ينال اهتمام حبيبه. هذا التوق العاطفي يفوق بمراحل الرغبة في مجرد الإشباع الجنسي.

خمسة وسبعون بالمائة من الرجال و٨٣٪ من النساء في استطلاعي وافقوا على عبارة: «أن أعرف أن ... واقع في غرامي أهم كثيرًا من أن أمارس معه /معها الجنس.»

(٢٠) الحب اللاإرادي، غير المسيطر عليه

«انظروا إلى هذا الإله الأقوى مني، القادم لكي يتحكم في حياتي من الآن فصاعدًا. الحب يسيطر على روحي على نحو كامل.»^{٥٢} كتب دانتى تلك الكلمات في القرن الثالث عشر لكي يصفَ اللحظات الأولى التي شاهد فيها باتريشيا. كان يعلم القوة المهيمنة الكامنة في الحب الرومانتيكي. بالفعل، تكمن في قلب ذلك الاستحواذ المهيمن قوّته: الحب الرومانسي، الذي هو غالبًا غير مُخطَّط له، لا إرادي، وظاهر فيه انعدام السيطرة عليه.

كم من العشاق وقعوا في شَرَك تلك القوة المغناطيسية؟

بلايين، ربما.

«رَبَّةُ اليشم»، ملحمة الرومانسية الصينية بالقرن الثاني عشر، قالت عن تشانج بو، وميلان: «كلما تعبًا وقررًا إخماد الحب الذي استيقظ، ضُخَّتَ فيهما طاقته.»^{٥٣} وكتب الفرنسي ابن القرن الثاني عشر، تشيرتين دي ترويز، عن جنيفر لانسيلوت: «رغمًا عنها، كانت مُجبرَةً على الحب.»^{٥٤}

ولكن تأملات طبيعة الجاذبية الرومانسية غير القابلة للمقاومة ليست محصورة في الخيال الأدبي وحسب. في الخمسين من عمره، كتب أحدُ مديري المؤسسات الأمريكيان لزميل له يقول: «بدأت أومن بنظرية تقول إن انجذابي نحو إميلي هو حراكٌ يُشبه الغريزة البيولوجية. جاذبية خارج نطاق الإرادة والسيطرة المنطقية. إنها توجَّهني. أحاول باستماتة أن أكافحها، أو أن أحجِّم تأثيرها ونفوذها، أو أن أقننَّها، أن أنكرها، أن أستمتع بها، ولكن، اللعنة، عبثًا أجعلها تستجيب! على الرغم من أنني أعلم أن إميلي وأنا لا فرصة لنا مطلقًا لنصنع معًا حياةً مشتركة، إلا أن التفكير فيها هو محض قهر لا أستطيع مقاومته.»^{٥٥}

حتى الأب المؤسس ذو الرصانة جورج واشنطن، كان قد خبر هذه القوة الكامنة في الحب الرومانتيكي. في عام ١٧٩٥م كتب رسالةً إلى حفيدته ينصحها بأن تأخذ حذرًا لئلا يغدو الحب «عشاقًا لا إراديًا.»^{٥٦}

الرجال والنساء المعاصرون يشعرون أيضًا بذلك العجز الذي يصاحب تجاربهم. ستون بالمائة من الرجال و٧٠٪ من النساء في استطلاعي، وافقوا على عبارة: «الوقوع في الحب لم يكن بالفعل اختياريًا؛ إنه وحسب قد ضربنا.»

(٢١) حالة عابرة

ولكن، كما أن الحب يأتي دون دعوة، بوسعه أيضًا أن يتبخر. وكما غنت فايوليتا، في أوبرا فيردي التراجيدية «لا ترافياتا»: «دعنا نعيش للبهجة وحدنا، طالما الحب، مثل الزهور، سرعان ما يذبل.»

عرف أفلاطون هذه السمة في ربّ الحب، فيقول: «بحكم الطبيعة، هو ليس خالدًا ولا غير خالد. أحيانًا في يوم واحد يضرب بسهمه في قلب الحياة ... ثم يموت، ثم ... يعود للحياة من جديد.»^٧ الحبُّ متقلّبٌ ذو نزوات، متطائر، متذبذب، غير ثابت؛ بوسعه أن يتبخر، يُضرم نيرانه، ثم يخبو من جديد. لأبيّ أمدٍ يستمر سحرُ الحب؟

لا أحدٌ يعرف. فريق من علماء الطب العصبي استنتجوا مؤخرًا أن الحبَّ الرومانتيكيّ يدوم على نحو طبيعي بين اثني عشر، وثمانية عشر شهرًا.^٨ وكما سترون في الفصل الثالث، فإن فحصنا ودراستنا للمخ البشري يقترحان أن الحب بوسعه أن يدوم سبعة عشر شهرًا. على أنني أراهن أن أمدَ الحبِّ يختلف على نحو لافت، تبعًا لطبيعة الشخوص المتورطة في الحب. معظم الناس قد شعروا بحال عابرة من الافتتان تستغرق أياها فقط أو بضعة أسابيع. وكما تعلمون، حينما يكون هنا عوائق للعلاقة، فإن ذلك الأجيح قد يظل مشتعلًا لسنوات عدة. المحنُّ تُوجج العشق الرومانتيكي.^٩ على أن هذه النيران في القلب تميل إلى أن تخبو إذا ما انخرط العشاق في حال الاستقرار اليومي في المتع؛ حيث يتم إحلاله في منطقة أخرى من المخ: التواصل، الشعور بالسكون والتوحد مع المحبوب.

(٢٢) الصور المتعددة للحب

بالطبع، بوسع الحب الرومانتيكي أن يتخذ أشكالاً عدّة. بوسعك أن تستيقظ وحيدًا في منتصف الليل تغمرك مشاعر اليأس والإحباط. ثم تأتيك مهاتفة أو إيميل من حبيبك في الصباح فتبدأ أمالك في الانتعاش. ثم تقابل حبيبك على العشاء فتتكم وتضحك فتتحول فورة مشاعرك إلى حال من الأمن والسلام. بعد العشاء تقفزان على فراشك معًا في كتاب، وسرعان ما تغمرك الرغبة الجنسية. ثم في الصباح تختفي حبيبك وقد نسيت أن تقول لك: إلى اللقاء، ثم تُخلف معك موعدًا القادم أو تُخطئ وتناديك باسم آخر، فتدخل في اليأس والقنوط والكآبة من جديد.

«يا لها من مطاردة للفرح وسعي محموم نحو ما لا يأتي! يا له من صراع من أجل ما يهرب! يا لها من لعبة الرق والمزمار! يا لها من فورة البهجة المتوحشة؟» هكذا كان يعرف جون كيتس بوضوح أن الحبَّ الرومانسيَّ ما هو إلا ثورة اضطراب جُماعها دوافعُ متباينةٌ على نحوٍ وحشيٍّ ومشاعرٍ مختلطة من حالات ذهنية لا حصر لها. العطف والحنان، الفرح، الرغبة، الخوف، القلق، الشك، الغيرة، الترقب، الارتباك، عدم الارتياح، الخجل: في أية لحظة يمكن لهذا التليسكوب من المشاعر أن ينزاح، ثم يعاود الانزياح من جديد لزاوية جديدة. «الحب أفضل ما يُشَبَّه به هو الفيضانات والأعاصير.» هكذا كتَبَ السير ولتر رالييه.^{٦٠} نسبح في هذا المدُّ والجزر. ولكن علماء النفس بوجهٍ عامٍّ يميِّزون بين نوعين أساسيين من الحب الرومانتيكي: الحب المتبادل — وهو المصحوب بالتحقق والفرح؛ والحب غير المتبادل — أي المصاحب للخواء، والقلق والهم والأسف.^{٦١} جميعنا تقريباً جرَّبَ بهجة الحب وأوجاعه.

لسنا وحدنا. في كتابه: «التعبير عن العواطف عند الإنسان والحيوان»، يفترض تشارلز دارون أن الإنسان يتشارك مع الحيوانات «الدنيا» في كثير من المشاعر.^{٦٢} بالفعل، الكثير من الحيوانات ذات الفراء وذات الريش تلك التي تشاركنا هذا الكوكب يبدو أنها تشعر بنسخة ما من العشق الرومانتيكي.

الفصل الثاني

المغناطيسية الحيوانية

الحب بين الحيوانات

«صامدٌ لا يعرف التعبَ، عاشقُ جوار عاشق،
يجدّفان في الصقيع
يرافقان العواصفَ، أو يتسلقانِ الهواء؛
قلباهما لم يشيخا؛
العشوقُ والخضوعُ، يجولان حيثما يشاءان،
مترافقين أبداً.»

ويليم باتلز بييتس
«البعجات البريَّات في كحول»

بينما عواصفُ فبرابر الثلجية تدثُر مروج هوكايدو باليابان، وفي غمرة الشتاء الأبيض، يوجه الثعلبُ الأحمر الذكر بصره صوبَ أنثى الثعلب. يحدّق فيها بتركيز، يتتبعها بهوس. يتوقف حينما تسكن، ينحني ويلعق ويقضم برفق وجهها، ثم يبدأ في التقافز جوارها في مرح وهي تركض. ثم تنبثق من بوله رائحةٌ مميزةٌ على الجليد. إنه وقتُ التزاوج. وما إن تنتشر تلك الروائح على الصقيع الهش، يبدأ الرفيقان في التودّد والترافق والتزاوج لحوالي أسبوعين. ثم يبدأ في نُشر روائحهما في الغابات والحقول ويحفران الجحورَ العديدة حيث سيربّيان صغارهما.

طاقةً مفرطة، تركيزٌ يقطُّ على الشريك، مطاردة عنيدة، ثم فائضٌ من اللعق الحنون والقضم المدلل الرفيق المداعب، يمنحها كلُّ ثعلبٍ لأنثاه. كلُّ تلك الأمور تستدعي في ذاكرتنا مشاهدَ الحب الرومانسي بين البشر. وما الثعالب إلا فصيلٌ من الثدييات التي تُظهر سمات الحب الرومانسي في عالم الحيوان.

في بداية موسم التناسل أو سباقات التزاوج، يختار الكثيرون شركاءً معينين، ثم يركزون انتباههم على هذا الشريك «الخاص»، غالباً على نحوٍ حصريٍّ دوناً عن بقية الحيوانات من حولهم. يوفر كلُّ طاقته لمطاردة «تلك» الأنثى، وتوفر الأنثى طاقتها لمطاردة «ذاك» الذكر. يُباغت، يُقبَل، يلحق، يقضم، يدسُ خطمه ويشمُّ، يربّت، يجرّها بقوة، أو يطارد بمرح تلك الشريكة المُختارة. البعض يغني. البعض يصهل. البعض يُصدر صوتاً حاداً كالصرير، أو ينطق بصوت أجش، أو ينهق، أو ينبج. البعض يرقص. البعض يختال في مشيته. البعض يتبختر. البعض يلاحق ويطارد. والمعظم يلعب. على الأراضي العشبية في سيرينجيتي الأفريقية، في أدغال الأمازون، المنطقة المتجمدة من القطب الشمالي، تُظهر الكائنات الضخمة والضئيلة طاقاتٍ مفرطة هائلة في مغازلة الإناث. الفجعية تُوجج سعيهم المحموم نحو الشريك — تماماً مثلما تُشعل العواثق المشاعر لدى الإنسان. والبعض يصبح استحوادياً غيوراً نحو رفيق ما، ضد مُغازل آخر حتى تمرّ فترة الإخصاب والتناسل.

حالات الغزل تلك شبيهة ببعض الخصائص في العشق الرومانسي لدى البشر. لهذا أعتقد أن الحيوانات تحب. معظم الكائنات ربما تشعر بتلك المغناطيسية لثوانٍ معدودة فقط؛ البعض الآخر ربما يظل مفتوناً لساعات، لأيام، أو لأسابيع. لكن الحيوانات تشعر بنوع ما من الانجذاب لحيوانات «بعينها». العديد بوسعه حتى أن يقع في الحب من النظرة الأولى. من تلك «الجانبية الحيوانية» أعتقد أن الحب الرومانسي لدى البشر قد انبثق بكل تأكيد.

(١) الجاذبية الحيوانية

«كانت بكل وضوح حالة حب من النظرة الأولى؛ لأنها سبحت نحو هذا القادم الجديد تُلاطفه ... تدفعها مشاعر الرغبة». ^١ هكذا قال تشارلز داروين واصفاً أنثى البط البري التي افتتنت بذكر البط البري ذي الذيل المدب — وهو من فصيلة أخرى. جميعنا يقع في الخطأ.

آمن داروين بأن الحيوانات تنجذب بعضها إلى بعض. ذكر طائر الشحرور الأسود، أنثى طائر السمّان، طائر القطب الشمالي الأسود، طائر الحَجَل، تلك وغيرها الكثير من الطيور، كتب حولها يقول: «جميعها تقع في الحب.»^٢ في الواقع أن داروين قد سجّل أن جميع الحيوانات العليا تتشارك في «المشاعر المتشابهة، العواطف والمشاعر، وحتى في الأحاسيس الأكثر تعقيداً؛ مثل الغيرة، الشك، التنافس على الحبيب، الاعتراف بالجميل والمروءة والشهامة.» «إن لدى الحيوانات أيضاً ملكة خفة الظل والدعابة؛ تندesh ويتملكها الفضول.»

يعد داروين من العلماء القلائل الذين اتفقوا على أن الحيوانات تشعر بالحب فيما بينها. علماء التاريخ الطبيعي وعلماء الحيوان عادة يصفون الغضب والخوف لدى الكائنات الأخرى. يشاهدون مرح الحيوان فيعتقدون أنه يشعر بالبهجة. يصفون حالات التعبير عن المفاجأة، الخوف والهرب، الفضول، والنفور. حتى إنهم سجلوا لحظات الخضوع العاطفي والغيرة. لكن العلماء نادراً ما قالوا إن الحيوانات تقع في الحب، حتى ولو وصفوا مشاهد الغزل بين الحيوانات تلك المليئة بإشارات للسلوك الذي يسلكه الإنسان في حالات عشقه الرومانتيكي.

الأفيال الأفريقية مثالٌ جيد. تأتي أنثى الفيل الأفريقي في فترة الدورة الذروية (أو الحرارة) في حوالي خمسة أيام متعاقبة في أيّ وقت خلال العام. إذا حدث وحملت نتيجة تزاوج في تلك الفترة، تنتهي رغبتها الجنسية طوال فترة حملها الاثني وعشرين شهراً وخلال عامي الحضانة التاليين. معظمها لا تتزاوج ثانية خلال الأربعة أعوام التالية. لهذا تبقى تلك الإناث مرافقة لأزواجها حصرياً. الإناث تفضّل البعض، وترفض الآخرين. ولأنثى الفيل معجبون كثيرون لتختار من بينهم. تهجر ذكور الأفيال جماعة الميلاذ الأمومية بمجرد البلوغ (الذي يحدث بين عمر العاشرة والثانية عشرة) لكي يتجولوا مع ذكور آخرين في تجمعات ذكورية صغيرة. ولكن ليس بعد الثلاثين من عمره يصل الفيل إلى حال العنفوان الذكري.

حالة الهياج الذكري لدى الأفيال تعتبر إعلاناً عن الرغبة الجنسية. إذا كنت تظن أن النساء في تنورات قصيرة ضيقة، وبلوزات منخفضة دون أكمام، وأحذية بكعوب عالية يتباهين برغباتهن الإيروتيكية، فإنك لا بد أن ترى ذكور الفيلة. إذا ما دخل الذكر في حال الهياج الجنسي، تلك التي تستمر شهرين أو ثلاثة كل عام، فإنه يبدأ في إفراز سائل

لزوج من الغدة التي تقع في منتصف المسافة بين العين والأذن في كل جانب. ويدر البول باستمرار. يصبح غلاف عضوه الذكري سميكًا مغلفًا برغوة ذات اخضرار وبياض. ثم يفرز رائحة لاذعة جدًا حتى يكون بوسع الإناث أن يشمنن رائحته قبل رؤيته. وما إن يقترب من قطيع الإناث حتى يشرع في التبخر والغزل، ويبدأ هياجه الجنسي في الاشتعال. الرأس مرفوع عاليًا، الذقن منثنية، الأذنان تتماوجان بقوة، الخرطوم يرتفع لأعلى ويُصدر صوتًا خفيصًا يعبر عن الثقة بالنفس، فيما يتقدم بخطوات واسعة.

تجد إناث الفيلة كل تلك الإفرازات، ورائحة الذكورة تلك، و«مشية العنقوان الجنسي» هذه، جاذبة على نحو هائل. تنجذب الإناث اللواتي في دورتهن الشبقية مثلما تنجذب الفتيات لنجوم الروك. هكذا كانت «تيا». خلال السنوات العديدة التي تتبعت فيها عالمة العلوم الطبيعية «سينثيا موس» جماعات التيا الأمومية في الأفيال الأفريقية المنتشرة عبر حدائق أمبوسيلس القومية في كينيا، شاهدت العديد من الإناث يخترن شركاءهن على نهج «تيا».

لا تظهر «تيا» أي اهتمام بالذكور الشباب الصغار الذين يتزاحمون حولها حينما تبدأ فترة دورتها الشبقية. تمشي بعيدًا حين يحاول الذكور أن يعرقلوا حركتها فوق الأعشاب. لأن حجم إناث الفيلة حوالي نصف حجم الذكور، فإن المدربات فقط يمكنهن الإفلات أو المراوغة، تقريبًا من أي ذكر يرغبن في تجنبه. هذا بالضبط ما تفعله «تيا». ولكن حينما ترى تيا ذكرًا هائلًا، أو مسيطرًا، ذكرًا كبيرًا في ضخامة العنقوان الشبقي، تتغير «تيا» رأيها.

تريد «تيا» الفيل الضخم الهائج لحظة تشاهده يختال في مشيته، بينما يتقاطر الاستحلاب من أذنيه، وشلال البول من بين ساقيه، والرغوة تخرج رذاذًا من عضوه الذكري. نفحة واحدة من روائح هذا الفحل تجعل الذكور الصغار يمضون إلى حال سبيلهم. وليس «تيا» طبعًا. تنظر تيا إلى الفيل الفحل، فترفع أذنيها عاليًا في وضع شبقي. ثم تبدأ هي الأخرى في المضي بعيدًا. ولكن عكس ما تفعل مع معجبيها من الذكور الشباب، تبدأ تيا في النظر من فوق كتفيها وهي تمضي بعيدًا، ترمق بين الحين والحين لترى إن كان فحلها الفيل يتبعها. وبالفعل يكون. وهكذا تبدأ المطاردة الشبقية.

الآن تبدأ رقصة الطبيعة الأبدية. حينما يُمسك الفيل الفحل بأنثاه تيا، ينبثق العضو الذكري ذو الأربع أقدام طولًا على نحو التقريب، من الغمد العميق الرمادي. ثم يضع رقبة

خرطومها الطويل على ظهرها. تتوقف؛ تقف ساكنة، تعود للخلف نحوه لتشتبك به، دون حراك، وسيقانها منفرجة. يعتلي الذكر بحيوية، ثم يوجّه عضلة قضيبه القوي بكل قواه، ليُغرّقه في فرجها. يقفان معًا لحوالي خمس وأربعين ثانية قبل أن يهبط الذكر. وينسحب. ويندفع ما تبقى من السائل المنوي في التراب. تدور تيا لتقف جواره. وعلى نحو متكرر تطلق صوتها الخفيض نحوه، ثم تمسح رأسها في كتفه.

لا تتفصل تيا عن الذكر الفحل على مدى الأيام الثلاثة التالية، يربت كلاهما على الآخر ويتضاربان برفق على نحو ثابت في دورة الاقتران. ولكن حينما تتضاءل فورة الأنثى الشبقية، يهجرها الفحل بحثًا عن إناث أخريات متوهجات جنسيًا. وكما كتبت «موس» في كتابها المدهش «ذاكرة الأفيال»: «شخصيًا، لستُ أتخيل لماذا تريد تيا أن تقترن بهذا الفحل الذكر، ولكنني أعود فأقول ربما هي رأت فيه شيئًا لم أره أنا.»^٢

هل يمكن أن يكون حبًا؟ افتتانًا مؤقتًا؟ عاطفة قصيرة الأمد؟ تيا والفيل الفحل القبيح كلاهما ركّز انتباهه بالكليّة على الآخر. كلاهما أظهر طاقةً مفرطة. لا أحد منهما عاد يأكل أو ينام بانتظام كما تفعل الأفيال. وكلاهما يلمس و«يتكلم» في حوار بصوت «فيلّي» خفيض وعذب وطويل. تيا كانت تبدو، وإن على نحو مؤقت عابر، مأخوذةً على نحو كامل ومنجذبة نحو ذلك الذكر القوي الفخور المختال المتين جسديًا.

الحب بين القنادس يحميًا على نحو أقلّ إمكانيةً على الملاحظة. ولكن تلك الكائنات تُظهر أيضًا إشاراتٍ للانجذاب المفرط في أوقات المغازلة والتزاوج. خذ أسماك «سكبير» مثلًا. سمكة «سكبير» تنمو في بحيرة الزنابق في حديقة ولاية هاريمان، نيويورك، تحت رعاية أبيه، «المفتش العام»، وأمه «الزنبقة».

تعيش القنادسُ في مجموعات عائلية صغيرة. تعمل وتمرح في الليل. وتبقى الصغارُ مع أبويها لعامين تقريبًا قبل أن تبدأ في المشي بتعثّر في إحدى الليالي الربيعية لتبحث عن وليف ثم بناء أسرة والاستقلال بمسكن منفرد. أسماك سكبير تفعل الشيء ذاته؛ يرحل الذكر مع شقيقته، لوريل، في إحدى أمسيات أبريل القمرية. الإخصاب مشترك بين القنادس، وفي ذلك المساء يتحرك الشقيقان إلى وادٍ قريبٍ ليُشيدًا سدًا وبحيرة. وسرعان ما ترتفع المياه. تبدأ الحشرات في الفقس مجتذبةً الضفادع، والطيور شمعية الأجنحة، وملك العصافير. وتبيضُ الأسماك، إيدانًا بدقّ جرس الطعام للنباتات الأفريقية الجائعة. أشجار الصفصاف، شجر الحور، والسوسن الأصفر المنتشرة على طول الضفاف. يستقر داخلها سكبير ولوريل. ولكن للأسف، في إحدى الليالي، تخفق لوريل في العودة من رحلة البحث

عن طعامها بين أشجار القيقب، والبلوط، والصنوبر التي تكسو الوادي؛ فترقد ميتة على الطريق المجاور.

في الأمسيات التالية يعود سكيبر إلى بحيرة الزنبق. وطوال الصيف يساعد سكيبر أبويه على تشييد السدّ الخاص بهم، وتعميق القنوات وتنظيفها، وتجميع الزنابق، والمرح مع الصغار الجدد. الشجيرات العنبية والأعشاب التي تنمو في المناطق المعتدلة والباردة ذات الأزهار الصفراء والبيضاء. ولكن ما إن تتحول الأوراق إلى اللونين الأحمر والذهبي، يرحل سكيبر مجدداً عائداً إلى بحيرته المهجورة. وعلى نحوٍ حذرٍ يبدأ في إعادة بناء سدّه المتهدم. وبحذرٍ يبدأ في دفع الطمي نحو الشاطئ، ثم ينظمه على هيئة أهرامات، بعدها يبدأ في نثر تلك التلال بزيوت عطري يُفرزه من غدّة الشرجية وزيوت نباتية من فتحاته التناسلية. عبر تلك الإعلانات اللاذعة يأمل بطريقته القندسية أن يُعري «زوجته» ويجتذّبها.

الطبيعة تؤدي دورها. بعد ليالٍ قليلة، شاهدت عالمة التاريخ الطبيعي هوب رايدن سكيبر على ضوء القمر. ظهر فجأة من المياه الصاعدة متبوعاً بقندسة أنثى صغيرة بُنية اللون. يتلامس الاثنان من أنفيهما، ثم يسبحان معاً، يجمعان العصيّ ليملاً سدّ الأحجار. وكمعظم القنادس، يلتصق القندس بعروسه السمراء على نحوٍ مختلس في موات الليل، ثم يترافقان مدى العمر – أشهر طوال قبل أن تصل الأنثى لدورتها الشبقية الجديدة.

هل كانا في «حالة حب»؟ في كتابها «بحيرة الزنبق»، كتبت رايدن: «تعتمد تزاوجية القنادس على الانجذاب الذي هو أسطوري بقدر ما هو إجباري، نوع غير مرتبط بأيّ حثّ أو دافع فوري ذي صلة.»^٤ ملاحظة رايدن مهمة: «بين القنادس، كانت مشاعر الجاذبية والترابط مختلفة عن مشاعر الجنس.»

فبإحدى أمسيات أبريل، يُكمل زوجا القندس زواجهما. سكيبر وعروسه الصغيرة يطلعان من البحيرة المضاءة بنور القمر يحملان العصية ذاتها بين أسنانهما. يتشقلبان مرة ومرات فوق بعضهما في تلذذٍ بدأ لرايدن كأنما يلعبان. يغطسان ويُجدّقان ويثرثران معاً بأصوات عذبة تُشبه الصوت البشريّ تقريباً. كأنما لا يمكن فصلهما. لا بد أنهما تزاجا تحت الماء؛ لأن عروس سكيبر الصغيرة، مع بدايات أغسطس، تكد صغيرين سميين. مثل الفيلة، تُنفق القنادس طاقةً هائلة في الغزل. مثل الأفيال، يركّز القندس كلّ اهتمامه على رفيق «خاص» بعينه. مثل الأفيال، تتلامس القنادس بأنوفها على نحوٍ عاطفي وتلعب وتتغازل في حنو، لدرجة أنني أجرو لأقول: «إنه الحب.»

(٢) الجنون والبهجة

ثمة العديدُ والعديد من أوصاف الجاذبية بين الحيوانات من المستحيل سردُها جميعها. قرأتُ عن حيوات العشق بين عدة مئات من فصائل الحيوان، وفي كل مجتمع حيواني، يُظهر الذكور والإناث خصلاً من الغزل تُعد مكونات مركزية من العشق الرومانسي بين البشر.

لأبدأ بأن الحيوانات تُظهر طاقةً وحشية. حيوان السنسار الأمريكي وأنتاه يطاردان بعضهما البعض على نحوٍ وحشيٍّ، يراوغان، يتقافزان، يعدوان، ويدوران في حركات التفافية فيما يُشبه المرح والحبور. يطارد ابنُ عرس شريكه على نحوٍ شديد الحيوية لدرجة أن يُطلق علماء الحيوان على ذلك: «العراك اللعوب». يندفع الذُكر بقوة على طول الأرض «مطلقاً نداءات منعمّة مثيرة» بينما طريدته «تتقافز حوله بمرح». ° في الواقع تظل الأنثى تتقافز لمدة طويلة بعدما يكونان قد أنهيا طقس التزاوج ويكون الذُكر قد غرق في السُّبات والنوم. تزاوج قطط السنور يتم أيضاً بمطاردة عنيفة. الخفاش الأبيض يهزُّ جناحيه الضخمين بقوة أمام أنتاه قبل الاتصال الجنسي. حيوان الغرير في تزاوجه يحفر الأرض بينما يقفز وهو يُهمهم بصوتٍ عالٍ. وحينما تشمُّ أنثى الفأر في دورتها الشبقية رائحةً ذكر يريد التزاوج تقفز وتعود للخلف وتقفز ثانية؛ وتلمس أذنيها وتسترق النظر من فوق كتفها فيما يمكن فقط أن يُسمّى إشارة: «تعال اقترَب».

الحيوانات الضخمة كذلك تُفعم بالطاقة وقت التزاوج. حينما تصل أنثى التشمبانزي لدورتها الشبقية، تبدأ الذكور في التزاحم حولها. يقدّم الذُكر «عروضاً» حيوية، يقف على ساقيه الخلفيتين وعضوه منتصب، يتبختر أمامها على قدمين، يدقُّ الأرض بقوة، يقفز من جانب إلى آخر، يهزُّ الأغصان، ويشخص ببصره نحوها في تصميم. ذكر وأنثى الدب البني الشمالي يخطوان للأمام وللخلف بمسافات محسوبة بدقة في تناغم متقن من كليهما، يؤرجحان جسديهما الهائلين جيئةً ورواحاً. الضباع تدور حول بعضها وهي تُصدر طقطقةً صاخبة منعمة تُعرف بـ «الضحك». نوع من الحيتان يصعد من البحر وتماوج زعانفها الصدرية أو أذيالها بسرعة فائقة حتى تبدو كأنما تتذبذب. الدلافين ذات الأنف المدبّ تقفز خارجةً من الماء، ثم تغطس وتسبح على نحوٍ محموم في جميع الاتجاهات، غالباً وهي تتشقلب للأعلى وللأسفل. ولكن تبقى الحكاية الأكثر سحراً حول تلك الطاقة المفعمة بالحيوية، تلك جاءت من عالم الحيوان «مالكولم بيني» وهو يصفُ وحيد القرن الأسود. يُحيط وحيد القرن الأسود أنتاه في دائرة أثناء دورتها الشبقية، ثم يثب للأمام

وللخلف على سيقانه الصلبة، وهو يُصدر صوتًا كالشخير، وينثر بوله، ويُدير ذيله، ممزقًا بقرنه الأغصان القريبة، قاذفًا بأوراق الشجر في الهواء، وأقدامه تخطو في مكانها، «وهو يبدو»، كما يقول بيني: «للعالم أجمع كأنما يرقص.»^٦

«وحدها الجبال عاشت بما يكفي لكي تُنصتَ بموضوعية إلى عويل الذئب.» هكذا قيل.^٧ وثمة الكثير، على كلِّ حال، مما يمكن أن نقوله بموضوعية عن الذئب. إحدى السمات الفاتقة عن ذلك الكائن الباهر أنه، مثل الإنسان، الذكر والأنثى يشكّلان معًا أسرة مترابطة لُربّيًّا الصغار. غزلهما مفرط. كما وصف ذلك «جورج راب» قائلًا: «يبدأ الذكر في الرقص حول أنثاه، رافعًا ساقيه الأماميتين مثل كلب مرح، ويهزُّ ذيله.»^٨

حتى الفقاريات البرمائية والأسماك ترقص بحوية وهي تغازل. ذكور الضفادع البرية النهارية تؤدي رقصة «إصبع القدم»، تقفز للأعلى وللأسفل أمام الأنثى لتستعرض إمكاناتها. وكتب داروين ليصفَ ذَكَرَ سمكة أبو شوكة وقد شاهد أنثاه قائلًا: «يندفع كالسهم حولها في كل اتجاه ... مجنونًا ومبتهجًا.»^٩ الجنون والبهجة: هذا بالقطع حقيقي في حال الرجال والنساء حين يقعون في الحب.

(٣) الهياج العصبي

غزلُ الحيوانات أيضًا عصبيٌّ وقلقٌ. الأولاد المراهقون مزعجون فيما يخص المواعيد الغرامية، يشبهون قردة البابون الأفريقية في السافانا، كما أوضحت عالمة الحيوان التي تدرس الرتب الحيوانية من القردة والإنسان، «بارب سماتس». لسنوات، تتبعت سماتس تلك الحيوانات خلال روتينها اليومي في أراضي كينيا العشبية وكتبت وصفًا مؤثرًا في الغزل بين تاليا وألكسندر.

بدأت الحكاية حينما وصلت تاليا، اليافعة، قمة دورتها الشبقية. لشهور ظلَّت تتجنَّب ألكسندر، مراهق آخر قد انضم لجماعة قردة بابون قبل شهور قليلة. ولكن مبكرًا في ذلك المساء، جلست تاليا وألكسندر يفصل بينهما متران عند حافة الجرف الصخري الشاهق حيث يتجمع أعضاء الجماعة للنوم. لاحظت سماتس:

كان ألكسندر يواجه الغرب، يتجه حَطمه صوب الشمس الغاربة، يراقب بقية الجماعة وهي في طريقها صعودًا لأعلى الجرف. وكانت تاليا تتزيّن على نحو روتيني، مركزة انتباهها في مكان آخر. كل عدة ثوان تختلس النظر بركن عينها وترمق ألكسندر دون أن تُديرَ رأسها. نظراتها الخاطفة أخذت في الطول أكثر فأكثر وتزيّنها زاد أكثر

فأكثر على نحو متقطع حتى أصبحت تشخص لدقائق طوال في بروفایل ألكسندر. عندئذٍ، وما إن أدار ألكسندر رأسه نحو تاليا، خفضت فجأة رأسها للأسفل وراحت تنظر إلى قدميها. نظر إليها ألكسندر، ثم حوّل بصره إلى جهة أخرى. استرقت تاليا نظرةً أخرى في اتجاهه، ولكن حينما رمقها من جديد، استأنفت نظرها لقدميها ... وتستمر تلك اللعبة البصرية والتظاهر بالنظر للبعيد ... ثم، ودون أن ينظر إليها، يبدأ ألكسندر ببطء في التحرك نحو تاليا ... تتجمّد تاليا، ثم لثوانٍ تنظر في عيني ألكسندر. وهكذا، بينما يبدأ في الاقتراب منها، تقف تاليا، تُعطيهِ ظهرها، وتنظر من فوق كتفها نحوه، موجهةً له نظراتٍ عصبيةً.^{١٠}

وبقيت تاليا مع ألكسندر حتى الفجر ساكنين.

العديد من المغازلين في الطبيعة يُصبحون عصبين.^{١١} في وصف زوج من طيور السواحل البحرية، ذات السيقان المشوقة والمناقير الطويلة المعقوفة، كتب «نيكو تنبيرجين»: «كلُّ من الذكر والأنثى وقف يختال بريشه على نحوٍ انفعالي، يميل للعصبية». الزرافات، من بين أكثر كائنات العالم رشاقةً، «تتحرك في كل مكان على نحو قلق» حينما تدخل حالة الغزل.^{١٢} كتب عالم الحيوان «جورج شالير»، واصفًا ملكة الغابة: «اللبوءة المشحونة بالحرارة تبدو قلقة، تغير وضعها كلَّ برهة، على نحوٍ رشيق لدن، تمسح جسدها في الذكر».^{١٣}

(٤) فقدان الشهية

العديد من الحيوانات في حالات الغزل يفقد الشهية للطعام – تلك سمة أخرى من سمات الحب الرومانتيكي لدى الإنسان. حينما يجد ذكرُ الفيل، المستعد جنسيًا، أنثى في ذروتها الشبقية، على سبيل المثال، فإنه يمتنع نهائيًا عن الطعام. إنه يركز على نحوٍ كليٍّ للتواصل مع وحراسة تلك «الجائزة» التي نالها دونًا عن الذكور الآخرين.^{١٤} في الحقيقة، ومع الوقت، يغدو ذكرُ الفيل المتزوج نحيلاً للغاية ومجهدًا لدرجة أن يخرج من حالة «هياجه الجنسي». يجب عليه أن يعود للقطيع الأعزب حيث يتعافى، يأكل ويستريح لعدة أشهر. ذكر الفيل الشمالي في حال الغزل، يفقد تقريبًا نصفَ وزنه. وبينما يقترب موسم التزاوج ذو الأشهر الثلاثة، تظهر الذكور على طول ساحل كاليفورنيا لتطالب بأُنصبة من الشاطئ. تتعارك بشراسة لتؤمّن أنصبتها؛ لدرجة أن أمواج حدود الشاطئ تتحول للون الأحمر بفعل الدماء المُراقاة. لماذا كل هذا الهياج؟ لأن الإناث سرعان ما تصل لتحمل

صغارها ثم تعود إلى دورتها الشبقية — سريعًا. الذكور الذين يحوزون أفضل القطع من الحيازة المكانية سوف يمارسون الجنس مع أضخم الحيوانات من الإناث. لذلك فالذكور لا تقبل مبارحة مقاطعاتها دون حماية ولو لساعة واحدة. حتى إن الطعام، النوم: تلك الأساسيات تفقد أهميتها، في تلك الأثناء.

القردة من فصيل إنسان الغاب أيضًا تفقد شهيتها الزهمة للطعام. تلك الحيوانات التي تشبهنا تسكن الأعالي في أشجار أدغال بورنيو وسومطرة، نحو ستين قدمًا فوق سطح الأرض. حينما ينضج الذكر يتغصن خذاه إعلانًا عن وصوله مرحلة البلوغ، فيبدأ في تعليم وحماية مقاطعة كبيرة مليئة بأشجار الثمار. إناث عديدة يشيدين مناطق صغيرة للسكن ضمن مساحة الأرض التي حازها. كل صباح يوقظ الذكر المجاورة السكنية بخليط من الدمدمة متبوعه بزئير كالخوار لكي يعلن عن مكانه، وجاهزيته للجنس. وعندئذٍ، حينما تدخل إحدى الإناث في دورتها النزوية، يبدأ الذكر في تتبّعها بإصرار عبر متابعة آثارها على أوراق الشجر. تبقى الأنثى قابلة للإخصاب لحوالي خمسة أيام فقط. فإن حملت أثناء تلك النوبة الغزلية فلن تعاود الدخول في الدورة الشبقية لأكثر من سبع سنوات. لذلك على الذكر أن يظل جوارها باستمرار طوال فترة سخونتتها، وفي الوقت نفسه يحارب المنافسين من الذكور. وما يجعل الأمور أسوأ، أن ذكر إنسان الغاب يبلغ ضعف حجم الأنثى؛ لذلك يتحرك أبطأ كثيرًا منها ويأكل أكثر كثيرًا. ومن ثم فعلى الذكر أن يفوّت الوجبات لكي يساير خفة حركة رفيقته الرشيق.

متطلبات الغزل والتزاوج هذه لا تمثل مشكلة لدى ذى الحلق الجرابي، أحد فصائل القرده من إنسان الغاب البرية التي تعيش في إحدى مناطق بورنيو. جاء عالم تراتب الحيوان «بروت جالديكاس» لدراسة هذا الوحش من القرده في السبعينيات من القرن الماضي. TP كما كان يسميه، هو حيوان متبرّم، غضوب، في منتصف العمر، وله عينان كالخرز، وضخم الجسم. كتب يقول: «حسب مواصفات القرده من إنسان الغاب، يعتبر TP بالتأكيد قردًا وسيماً.» ومضى جالديكاس في التفسير: معبودة TP كانت بريسيكلا. حينما شاهدت بريسيكلا مع TP كانت تبدو أقل أناقة مما أتصور. تصورت أن TP قد اختار أنثى أكثر حُسنًا. ولكن من الطريقة التي طاردها بها TP، اكتشفت أن بريسيكلا كان لديها ما تدخره من سحر. TP كان مأسور المشاعر نحوها. لم يكن يستطيع أن يرفع عينيه عنها. لم يكن حتى يعبأ بأن يأكل. كان مفتونًا للغاية بسحرها الأملع! حتى حينما وجد TP الوقت ليأكل، كان يتبع قاعدة الإتيكيت: «النساء أولاً.»^{1٥} Ladies First.

ذكر الأسد في غزله يمنح القليل من الطعام الذي يحصل عليه إلى محبوبته. كتب جورج شالير وصفًا ساحرًا حول هذا: «لاحظ أحد ذكور الأسود، وهو في حال غزل، إحدى الغزالات بجوار بركة ماء قريبة، فقطع طقس الغزل لكي يُوقَع تلك الجائزة، ثم حمل تلك الهدية الشهية إلى أنثاه وجلس على مقربة يرقبها وهي تأكلها عن آخرها.» «رمزٌ يمسُّ القلب ويضرب المشاعر مع الأخذ بعين الاعتبار حقيقةً تقول إنه كان جائعًا.»^{١٦}

أظن أن كيميائ المخ في حال الجاذبية العاطفية قد تغلَّبت على احتياج هذا الذكر للطعام.

(٥) المثابرة والإصرار

الحيوانات أيضًا متشبَّهة مثابرة؛ فمعظمها لديه فُرص قليلة في الحياة للانتصار على غرمائهم المنافسين، والتزاوج بالشركاء المتاحين، والتناسل. لهذا يُثابرون.

نذكرُ الزراف يتتبع إحدى الإناث لساعات إلى أن تخضع مستسلمةً لغزله. اللبوء تزاوُ في وجه الأسد، تتدحرج على الأرض من أمامه رافضةً، تصفعه بتزمت، ترفض محاولاته بحياء وخفر، ثم تتعثر، رافضةً لمساته. وحدهم المغازلون الصبورون في النهاية يعتلون تلك الهرة الضخمة. نذكرُ النمر أيضًا على نفس درجة المثابرة والإصرار. لا يرفع عينيه مطلقًا عن رفيقته؛ «حتى أبسط حركة من ذيلها يلتقطها انتباهه.»^{١٧}

ربما أكثر المغازلين طرافةً هو ذكر الزباب. يظل يُطارِد أنثاه دون هوادة ولا توقُّف، يعدو وراءها وأنفه الطويل ملاصقٌ لمؤخرتها.^{١٨}

رصد داروين أيضًا هذا التصميم المركز بين الفراشات. «غزل الفراشات يبدو كأنه علاقة ممتدة.» كتب يقول. «لأنني كثيرًا ما شاهدتُ نكرًا أو أكثر يدورون كراقصي الباليه حول أنثى حتى أصابني أنا التعب، دون أن أرى نهاية لذلك الغزل الذي لا يتوقف.»^{١٩}

هذا الإصرار، الذي يمكن رصده في العديد من المخلوقات — من الفراشات إلى وحيد القرن — هو صكٌ دمغة في الحب الرومانتيكي لدى الإنسان.

(٦) العاطفة

معظم الحيوانات المُغازلة تُظهر أيضًا علامات الرقة والحنو، أكثر السمات سحرًا في الحب الرومانسي بين البشر.

كتبت عالمة البيولوجي لارس ويلسن حول زوج من القنادس في حالة غزل تقول: «ينامان كلُّ منهما ملفً حول الآخر طوال النهار وفي الليل يبحثان عن بعضهما البعض في أوقات منتظمة لكي يرعى كلُّ منهما الآخر أو لينظف كلُّ منهما جسد الآخر أو حتى ليجلسا متجاورين فقط «يتناجيان» لبرهة قصيرة عبر أصواتٍ تواصليةٍ خاصة، النغمات أو الهمهمات الخفيضة تلك التي تبدو للإنسان تعبيراً عن لا شيء إن هي إلا تعبيراتٌ عاطفية حميمة.»^{٢٠}

نكزُّ الدُّبَّ الرمادي المخطط يتقربُ بأنفه من خصر أنثاه ويتنفسُ في أذُنِها، وينشجُ بحنوٍّ لكي تقبله. نكزُّ الزراف يحكُّ رأسه في عنق أنثاه وجزعها. إناث النمر تقررص ذكورها، ويعضضنُ برقةً أعناقهم ووجوههم وهنَّ يمسحنُ أجسادهنَّ في أجسادهم. أزواج الخنازير البحرية تسبح معاً، أحياناً فوق بعضها البعض، أو تحت بعضها البعض. ولكنهما دائماً مترادفان، وهما يضربان الماء، ويتلامسان، ويتعانقان، و«يقبلان» بعضهما البعض. التشيمبانزي يعانق، يُربِّت، ويُقبلُ أحدهما الآخر في الأفخاذ والبطون. إنها حتى تعرف كيف تُقبلُ «القُبلة الفرنسية» العميقة؛ حيث يدخل أحدهما في فم الآخر لسانه ذا الأهداب المخملية. حتى ذكور الصراصير تضرب إناثها بقرون استشعارها.

(٧) حب الجراء الصغيرة

في كتابها الشهير: «الحياة السرية للكلاب»، أقرت إيزابيث مارشال توماس أن الكلاب تبدي عواطف رومانتيكية عميقة نحو رفقاتها. وصلت إلى هذه الخلاصة بعد دقائق من تقديمها «ميشا»، كلب الهاسكي السيبيري الوسيم، إلى «ماريا» الكلبة الصغيرة الجميلة التي تخصُّ ابنتها. وكانت من الفصيلة نفسها. استقبلت إيزابيث الكلب ميشا في بيتها حينما ذهب أصحابه إلى رحلة طويلة في أوروبا.

يوم وصوله بيت آل توماس، حينما تركه أصحابه قبل سفرهم، تبختر ميشا نحو غرفة المعيشة ليستكشف المكان، فوق بصره وثبت فوراً على الفاتنة الساحرة ماريا. وفي لحظة وثب عند قدميها وانزلق ليتوقف. في الحال كتبت توماس: «أن ماريا تثنت مرفقيها كدعوة للعب. «طاردني»، هكذا كان يقول لسانُ حال حركاتها. وهو ما فعله. بسرعة، وبخفة، راح هذان الكائنان المبتهجان يدوران حول الغرفة. ميشا وماريا كانا مأخوذين ببعضهما ببعض ومفتونين لدرجة أنهما لم يعودا يهتمان بشيء مما يجري حولهما. حتى إن ميشا لم يلحظ متى غادر أصحابه البيت.»^{٢١}

هذان الكلبان السعيديان على الفور تلازما ولم يُعد ممكناً فصلهما. معاً كانا يأكلان، وينامان، ويتجولان. ومعاً أنجباً أربعة من الجراء اللطيفة؛ ومعاً ربيباً صغارهما، حتى حلَّ يوم أسود حينما تخلَّى أصحابٌ ميشا عنه لبعض الناس في الريف. على مدى أسابيع، ظلت ماريّا تجلس على إطار الشرفة في بيت توماس من حيث شاهدت حبيبها ميشا لآخر مرة وهو يُجبر على دخول سيارة. هناك تسمّرت في ذلك المكان. وأخيراً ضربها اليأس وتوقّفت عن انتظار عودته. «ولكن ماريّا أبداً لم تُشفَ من فقدانها»، كما كتبت توماس. «فقدت ماريّا بريقها ... ولم تُبدِ أيّ رغبة في عمل علاقة دائمة مع ذكرٍ آخر، رغم أنه، على مدى سنوات، توافد على بيتنا العديد من الذكور المحترمين المؤهلين للزواج.»^{٢٢}

(٨) الحيوانات انتقائية

الطاقة المفرطة؛ التركيز الموجّه لمُثير واحد بعينه من أجل مطاردة ومغازلة هذا الشريك «الخاص»؛ فقدان الشهية، المثابرة والإصرار، الضرب الحنون، التقبيل، اللعق، الاحتضان والتلامس، واللعب الإيروتيكّي العابت: كلُّها سماتٌ لافتةٌ للنظر من سمات الحب الرومانسي بين بني البشر. سمّها ما شئت، إلا أن العديد من الكائنات تقع في الجاذبية الغرامية. على أن الحيوانات انتقائيةً، تُجيد الاختيار.

من بين كلِّ الخصائص التي تميّز الحب البشري من تلك التي تُظهرها الكائنات الأخرى، ربما ليس أكثرّ جلاءً من تلك الاختيارية. ففي حين لا يمكنني أنا أو أنت أن نقفز في الفراش مع أيّ شخص يحاول الإثارة، كذلك ليس من كائن فوق هذا الكوكب يقبل أن يُهدر ثمين الوقت أو الطاقة في التزاوج من دون اختيار ورغبة حقّة. فالحيوانات ترفض بعضها في حين تقبل البعض الآخر.

تماماً كما يحدث من أنثى الخفاش الأفريقي ذي الرأس المطرقة. في موسم الجفاف، تحتشد الذكور في lekking ground، منطقة التزاوج على طول أحراش ضفاف نهر ليفيندو في الجابون، بأفريقيا. تُصل الذكور مع الغسق لتهبط وتستقرّ في أوضاع مسائية مؤقتة. بمجرد استقرارها تبدأ في الغناء بصوتٍ رنانٍ حنجريٍّ حادٍّ وعالٍ وهي تقلّب أجنحتها النصف مفرودة بإيقاعٍ ضعيفٍ يُقاع غنائهم.

الهدف: جذب الانتباه إليها ولفت النظر. وسرعان ما تأتي الإناث وتتجول بين الذكور، خافقةً بأجنحتها لتتفحص بدقة أحدهم ثم الآخر. وفيما تفحص أنثى ما أحد الذكور يبدأ في تقوية جسده وتعزيز وقفته ويمضي في استعراض عروضه: خفق جناحيه بقوة

وهو يُعطي من طبقة صوته في مقطوعة الطنين. بين تلك الأصوات المتنافرة التي يُصدرها ذكورُ الخفافيش، تكون كلُّ أنثى قد وقع اختيارُها على ذكرِها المختار، فتَهبط جواره، ثم يتزاوجان.^{٢٢}

من بين فصائل التشيمبانزي العادي ظلَّت تدرسه عالمةُ الحيوان والتراتب التطوري بين القردة والإنسان، بروفيسور «جين جودال» على مدى أربعين عامًا في تنزانيا، كانت القردة «فلو» هي الأكثر شعبية. حينما دخلت دورتها الشبقية عام ١٩٨٣م، كانت تُتبع في أيِّ مكان تذهب إليه بقطيع من الذكور قوامه ١٤ قردًا يافعًا، كانوا راغبين أيضًا في الدخول مباشرة في خيمة جودال فقط لكي يكونوا على مقربة من تلك الأنثى المفضلة «فيفي»، ابنة «فلو»، كانت أيضًا مطاردةً من الذكور — أكثر كثيرًا من صديقتها، بوم. للتشيمبانزي تفضيلاته وانتقائه.

قد يعود المرء ليعتقد أن جاذبية تلك الحيوانات تعود وحسب للدورة الهرمونية، تلك التي تجعل سيكولوجية الأنثى في دورتها جاذبةً للذكور لكي يختاروا أنثى ما دون غيرها. على أن جودال، العالمة المشهورة، لا توافق على هذا. كتبت أن «تفضيلات الشريك» غير معتمدة على التأثيرات الهرمونية، ومن الواضح أن لها تمايزات واضحة لدى التشيمبانزي.^{٢٤} في الحقيقة هي تؤمن أن الذكور من فصائل الحيوانات العليا «يظهرون تفضيلات لا شك فيها لدى إناث بعينها، مما يؤكد أن تفضيلاتهم مستقلة عن الدورة البيولوجية». ^{٢٥} أكد خبير سلوكيات الحيوان «فرانك بيتش» الملاحظة نفسها عام ١٩٧٦م، فكتب: «حدوث التزاوج أو عدم حدوثه يعتمد بشكل كبير على التآلف الفردي أو التنافر بالقدر بنفسه الذي يعتمد فيه على وجود الهرمونات الجنسية لدى الإناث أو غيابها». ^{٢٦}

الذكر يفضل أنثى بعينها بصرف النظر عن ظرفيهما الجنسي، والإناث تنجذب للذكور بعينها على الرغم من وضاعة رُبتهم وانخفاض حالتهم، كما لاحظ داروين قبل مائة عام. كتب في كتابه «أصل الإنسان» أنه حتى في الحيوانات الشديدة التوحش، الإناث لا ينجذبن بالضرورة للذكر الأقوى، أو الأَجسر، أو حتى الأكثر فورًا وانتصارًا بين الذكور في موسم التزاوج، «الأمر يبدو كأنما الأنثى فقط أُثِّرت، سواء قبل المعركة أو بعدها بذكرٍ معين، ومن ثم بدون وعي تنجذب إليه وتُفضله». ^{٢٧}

الأسود، قرده البابون الأفريقية والآسيوية، الذئب، الخفافيش، وربما حتى الفراشات، جميعها تميَّز بين المغالين، فتصرُّ على تجنُّب مرافقة البعض، وتُتأثر من أجل التركيز على التزاوج وتركيز طاقتها الرومانتيكية مع البعض الآخر.

الحيوانات من الفصائل المختلفة تنجذب لأنواع مختلفة من الشركاء، بطبيعة الحال. الإناث في فصائل عديدة (بِمَن فيها النساء) عادةً ما ينجذبْنَ للرجال من المرتبة العالية. بعضهن يفضلُنَّ أولئك الذين يسكنون أفضل الأماكن.^{٢٨} بعضهن يفضلُنَّ ذكورًا قادرين على الدفاع عنهن وحمايتهن أو ذكورًا يساعدونهن في تنشئة الصغار. بعض الإناث تفضّل الذكور ذات الأذيال ذات الريش المنتظم الشكل أو ذات الوجوه الأكثر احمرارًا. بالإضافة إلى ذلك، فإن الذكور لديهم حساسية من أعمار الإناث، تمامًا مثل حالتهم الصحية، وحجمهم، وشكلهم. ولكن كما كتبتُ جودال حول الحيوانات العليا: «الشخصية، أيضًا لها أهمية قصوى».^{٢٩}

«جميع» الحيوانات انتقائية. للحق، فإن تلك التفضيلية شائعة جدًا في الطبيعة حتى إن أدبيات الحيوان تستخدم مصطلحاتٍ عديدةً في وصفها، بما في ذلك: «تفضيلات التزاوج»، «انتقائية ما قبل الجنس»، «التفضيلية الفردية»، «الاختيار الجنسي»، و«اختيار الشريك».

انتقائيٌّ هو الحيوان، ذاك أن معظم الحيوانات تعبر بجلاء وبسرعة، عن تفضيلاتها.

(٩) الحب من النظرة الأولى

«منذ اللحظة التي وقعتَ فيها عينها عليه، أصبح معبودها. لا تريد سوى أن تكون إلى جواره، لتغدقَ عليه مشاعرها. كانت تتبَّعه أينما ذهب. نغمة صوته كانت تجعلها تنبج.»^{٣٠} «فيوليت»، الكلبة البانكي الصغيرة التي تعيش مع إليزابيث مارشال توماس في كامبردج، ماشوسيتس، التي وقعتَ في غرام «بينجو»، كلبهم الآخر. أظهرت فيوليت كلَّ عواطف الحب نحوه منذ اللحظة الأولى.

وسلوكلها شائع في الطبيعة، لسبب مهم: معظم إناث الكائنات الحية لديها موسمُ إخصاب أو دورة حيوية أخرى معينة تلك التي تنضج فيها سيكولوجيًا. لديهم فقط دقائق قليلة، ساعات، أيام، أو أسابيع، للتزاوج والحمل، ثم ينشُرْنَ فصيلهن وجيناتهن الوراثية. ليس بوسعهن أن يُهدِرْنَ الأشهر في مراجعة السيرة الذاتية لكلِّ مغازل على حدة. ثم إن طقس الغزل قد يكون شديد الخطورة؛ فعملية الجماع تضع الحيوان في وضعٍ تسويةٍ نزاعٍ دائمة، الحيوانات المفترسة والمتنافسة بوسعها أن تهاجم. على قدر متساوٍ، يستهلك التزاوجُ وقتًا كبيرًا بقدر ما يستهلك الطاقة. لهذا فإن الانجذابَ الفوريَّ يُمكن الذكور والإناث في فصائل عدة من تركيز طاقة التزاوج الغالية على شريكٍ مخصوصٍ لبيدوا من فورهم عمليات التزاوج والإخصاب على وجه السرعة.

ربما نحن البشر نمتلك تلك الظاهرة؛ لأنَّ الحبَّ من أول نظرة شائعٌ بين الرجال والنساء. في استطلاعٍ رأيٍ حديثٍ بين مائةٍ من الأزواج الأمريكيان، ١١٪ من أولئك الرجال والنساء وقعوا في الحب من النظرة الأولى بمجرد أن وقعت عيونهم على شركائهم؛ وفي استطلاعٍ بين ٦٧٩ من الرجال والنساء أُجري في الستينيات، وُجد أن نحو ٦٠٪ من المشاركين سجّلوا أنهم وقعوا في الحب من اللمحة الخاطفة الأولى.^{٢١}

هذا الانجذاب الفوري حدث كذلك للرئيس الأمريكي توماس جفرسون. كتبت المؤرخة فاون برودي: «الذي أُخبر لجفرسون مسبقًا عن ماريا كوزواي كان ملتبسًا؛ لأنه لو كان ثمة رجل يقع في العشق في أمسية واحدة، فقد كان هو.»^{٢٢} التجربة ذاتها حدثت لسيدة معاصرة تعيش في كارتورا، بلدة في الشمال الشرقي للبرازيل. اعترفت لخيرة أنثروبولوجي: «لم أكن أبدًا قد رأيت هذا الرجل. وحينما رأى كلُّ منا الآخر، لم أعرف ما الذي حدث إن كان حبًّا من النظرة الأولى أم ماذا. بعد أسبوع هربت معه.»^{٢٣} امرأة من جزيرة بحار الجنوب في مانجايَا عبّرت عن المشاعر نفسها. «حينما شاهدت ذلك الرجل، تمنيت أن يكون زوجي، وكانت تلك المشاعر مفاجئة؛ لأنني لم أكن قد شاهدته من قبل.»^{٢٤} تزوجته. وبعد سنوات أشارت إلى التجربة قائلة: «كان ذلك اللقاء من أعمال الطبيعة.»

الحب من النظرة الأولى هو أحد أعمال الطبيعة.

(١٠) الحب من الرائحة الأولى

يسألني الناس إن كانت رائحة شخص ما دافعًا للجاذبية الفورية. مؤكدًا أن العديد من الحيوانات تنجذب فورًا لرائحة شركاء معينين للتزاوج. لكنني أشك في أن الحب من الرائحة الأولى يحدث بين البشر - لسبب بيولوجي.

أجدادنا من الحيوانات العليا منذ قديم الزمان عاشت في أعالي الأشجار لمدة ٣٠ مليون عام على الأقل. لكي تتجنب السقوط على الأرض وكذا لكي تنتقي الثمار الناضجة، كانت تحتاج إلى نظرٍ حادٍّ، أكثر من احتياجها لحاسة شم قوية. وكنتيجة لذلك، كان للقردة وإنسان الغاب حاسة شم منخفضة نسبيًا. والمنطقة الأكبر من المخ كانت مخصصة لاستقبال المحنّات البصرية. نحن البشر نمتلك هذه المَلَكات. وتلك الشبكة البصرية متصلة على نحوٍ فائق الدقة مع بقية الحواس ومع شبكة مشاعرنا وأفكارنا. في الحقيقة، بوصفنا من فصيل الحيوانات العليا، فإننا نجتمع ٨٠٪ من معارفنا عن العالم من حولنا عن طريق

عيوننا. وهذا دون شكَّ السببُ وراء أن العديد من علاقات الحب الرومانسي عبر الإنترنت تخفق حينما يلتقي الأحبة وجهاً لوجه. المحنَّات البصرية شديدة الأهمية للرومانسيات. لهذا أشك في أن العديد من البشر يقعون في الهوى حين يلتقون بأنوفهم عبر مغازليهم في حفل ما. ولكنني أعتقد أنه بمجرد أن يصبح الرفيق حميمًا — وله مكانة عزيزة — تصبح رائحته، أو رائحتها، مثيرةً للشهوة. أعرف نساء كثيرات يحببن أن ينمنَّ وهنَّ يرتدين قمصان عشاقهن؛ لأنهن يحببن البرفان المشعَّ منها، على سبيل المثال. والأدب الغربي مليءٌ بشخص ذكورية حنَّهم عبر مناديل حبيباتهم أو قفازاتهم. وبصرف النظر عمَّن الذي يضغظ زنادَ الجاذبية، فإن تلك المغناطيسية بوسعها أن تكون لحظية. حينما يكون الإنسان أو الكائن الحي جاهزًا نفسيًا وجسديًا ويظهر الشريك المناسب نسبيًا أمامه، فإن أبسط المحنَّات قد تُشعل نار الانجذاب. وهكذا تصبح معظم الحيوانات مستحقة على نحو هائل لجوائزها.

(١١) التملُّكية

«أنت نفسك — روحك — أستعطفُك أن تهيبها لي جميعها/ لا تحرميني من ذرَّة واحدة منها، وإلا سوف أموت.» كان كيتس يريد أن يمتلك كلَّ ذرَّة من حبيبته. الكثير من مخلوقات تُشاركه النزعة ذاتها. بعض الطيور والثدييات قد تقاقل حتى الموت كي تتملَّك حبيبها على نحو حصري.

أثناء موسم يونيو للتزاوج، على سبيل المثال، يظل ذكُّ الدبِّ المخطَّط يهتمُّ بأنثاه لعدة أيام أو حتى أسابيع، رغم أنه سوف يرحل بعد برهة إذا ما وجد فرصةً تزواج أخرى. بملاحظة ذكُّ الدبِّ المتمرس في حديقة يلوستون الوطنية، كتب عالم الطبيعة توماس ماك نامي: «في عُش أوراق الشجر والأغصان التي كانت فراشهما النهاري، بوسعه أن يرقد وهو ينشب في كتفها مخلبًا امتلاكياً حامياً. حينما يقترب ذكُّ دُبِّ آخر ... تكون زجرة غاضبة كفيلة بأن ترسل الزائر المنافس المحتمل بعيداً.»^{٣٥}

مثال غير سعيد عن نزعة التملُّكية تلك، لاحظه خبيرُ الحيوان ديفيد باراش، عند عصافير الجبال الزرقاء المغردة.^{٣٦} بدأ موسم التزاوج وكان ذكُّ العصفور الأزرق وأنثاه قد بنيا عشَّهما واستقرَّ داخله. بينما نفذ العلف لدى الذكر فخرج ليأتي بغيره، وضع باراش دميةً على شكل ذكر عصفور أزرق جبلي على غصن الشجرة جوار العش. وحدث الصخب والعنف. حينما عاد «الزوج» وشاهد ذلك الدخيل المتطفل، بدأ في مهاجمة الدمية

بكل عنف وقسوة. ثم تحوّل لرفيقته وراح يُهاجمها بكل قسوة، نازعًا عنها ريشتي الطيران. هربت الأنثى. وسرعان ما ظهر الذكرُ مع أنثى أخرى، أكمل معها طقسَ التزاوج والإنجاب.

تدفع الامتلاكية بعضَ الكائنات إلى العنف، إلا أن الغيرة تُوقع البعض الآخر في الاكتئاب والإحباط. تذكرون «فيوليت»، الكلبة الصينية الصغيرة التي كانت واقعةً في هوى «بينجو»، الكلب من الفصيلة نفسها. كانت فيوليت شغوفة بـ «زوجها». كانا رفيقين. «مثل زوجين صغيرين من البشر، كان لهما ترتيباتهما الخاصة.» هكذا كتبت إليزابيث مارشال توماس. «حتى الطريقة التي كانا يحبان أن يناما عليها.» بدأت مشاكل فيوليت في الظهور في اليوم الذي دخلت فيه بيت مارشال الكلبة الصغيرة الجميلة ماريا، من نوع هاسكي. كتبت توماس عن غيرة فيوليت: «ما أزعج فيوليت أكثر من ماريا هو أن بينجو أُعجب بها كثيرًا. متجاهلاً فيوليت، كان بينجو يقضي أوقاتِ النهار في التودد لماريا، يتمشّي أمامها للأمام وللخلف، أو جوارها، وكانت أذناه منكسّتين لأسفل، تعبيراته رقيقة وذيله يتأرجح على نحوٍ واهن. حاولت فيوليت كثيرًا أن تُوقفه. دون أن يحالفها الحظ. وأخيرًا، انسحبت فيوليت وانزوت في ركن بعيد، عزباء وحيدة، مُحبطة.»^{٣٧}

أقرباؤنا الأقرب لنا نحن البشر، التشمبانزي، بوسعه أيضًا أن يكون تملكياً على نحو هائل، حتى وإن كان عديم التمييز في اختيار علاقاته الحميمة بحكم الطبيعة. في ذروتها الشبقية تزور الأنثى عادةً ذكرًا واحدًا، ثم واحدًا آخر، أحيانًا تتزاوج من عشرة ذكور في اليوم. بهدوء وبرود ينتظرون دورهم، إلا أن التشمبانزي يكون تملكياً للغاية. بينما تنمو عواطفه، يحاول ترسيخ شراكة حصرية مع أنثى بعينها.

هكذا كان «ساتان»، التشمبانزي الذي كان يعيش في محمية شلال جومبي، في تنزانيا. كتبت جين جودال عن علاقة ساتان قصيرة الأمد مع «ميف». كانت ميف لتوها قد دخلت في ذروتها «الساخنة» وعرف كلُّ الذكور ذلك. بدأ النهارُ صاحبًا وهي تنتقل من ذكر إلى آخر بينما تستعرض ردفها وتتزاوج مع كلِّ منهم. ولكن النهار انسحب، وواحد إثر واحد راح كلُّ ذكّرٍ يجرُّ قدميه نحو الشجيرات ليأكل أو ليستريح. انتظر ساتان حتى مضى آخرُ المعجبين. حينئذٍ، وبينما ميف تُوقظ نفسها لكي تتبعهم، وثب ساتان أمامها في طريق الغابة وراح يتمشّي عفويًا في الاتجاه الذي لم يسلكه الذكور الآخرون. ثم بدأ ينظر من فوق كتفه ليرى إن كانت تتبعه. وبالفعل كانت.

بعد نصف ساعة سمعت ميف الذكور الآخرين ينادون عبر أوراق الشجر. لبرهة نظرت صوب الأصوات، ثم مباشرة نحو ساتان الذي كان يهزُّ الأغصان بنفاد صبر لكي يلهيها. توقفت، كأنما تقيس بدائلها. ثم تبعت ساتان عبر سلسلة التلال إلى وادٍ قريب، بعيداً عن بقية الذكور الآخرين.^{٣٨}

عادة ما تمكث أنثى التشمبانزي أثناء زورتها الجنسية في التجمع لكي تتزاوج تقريباً مع جميع الذكور. وإذا ما انجذبت إلى معجب ما، فربما ترافق هذا المعجب «الخاص» نحو المحيط الخارجي للمنطقة التي يقطنونها، لتبقى معه من ثلاثة أيام إلى حوالي ثلاثة أشهر. تُطلق جودال على هذا الترافق المؤقت مصطلح: «الخروج إلى رحلة السفاري».

(١٢) حراسة الرفيق

ولأن نزعة التملكية شائعة جداً في الطبيعة، أعطاها خبراء سلوكيات الحيوان اسم: «حراسة الرفيق».^{٣٩} اعتبروا تلك النزعة في الحصرية الجنسية سمةً أولية في التزاوج لدى العديد من الفصائل. وبوجه عام، فإن الذكر هو الذي يحمي الأنثى من المتطفلين ومن قصور الأنثى ناتها لأسباب قوية خاصة بالنشوء والتطور. إذا كان بوسع الذكر عزل الأنثى أثناء مرحلة التبويض، فإنها سوف تحمل ذريته وتنثر جيناته في الحياة للأبد.

الذكور من الفصائل التي تشكّل علاقات تزاوجية لتنشئة الصغار لديهم حافزٌ داروينيٌّ ثانٍ للتملكية الجنسية. ليس ملائماً للذكر أن يهدر وقته الحيوي وطاقته في بناء السكن، وحماية الأنثى، ومحاربة الدخلاء، وحتى إطعام الصغار ما لم يكن أولئك الصغار يحملون الحامض النووي DNA الخاص به. إذا ما عبثت أنثاه مع ذكر آخر، يكون الذكر حينئذٍ تحت مخاطرة أن يكون زوجاً لامرأة خائنة لعبوب. لذلك في الفصائل الأحادية اجتماعياً، تكون الذكور شديدة الحساسية من الدخلاء في فترات المغازلة والتزاوج. بعض ذكور القرود يعضون أعناق الإناث إن تجولت وحدها أو يسوقها بالتربيت أو بالدفع؛ بينما الذكور من الفصائل الأخرى تحمي بعنف المقاطعة التي يحدث فيها التزاوج.

الرجال والنساء الذين شاركوا في استطلاعي (الذي ناقشناه في الفصل الأول) أيضاً أظهروا ذلك الميل نحو حماية الرفيق، خصوصاً الرجال. الرجال أكثر كثيراً من النساء أبدوا رفضاً للعبارة: «من الجيد ألا أكون في تواصل مع ... لعدة أيام حتى يتأجج الشوق من جديد. هذا لأن المرأة بوجه عام يكون لديها أصدقاء أكثر، علاقات أكثر، وشائج

أسرية أكثر، ومسئوليات أكثر خارج نطاق علاقة الحب. لكن الرجال أيضًا ربما يكونون منساقين في لا وعيهم نحو حراسة الوعاء الذي يحمل بذورهم.»
لديهم سببٌ جيد. في استطلاع رأي حديث أُجري على رجال ونساء من الأمريكان، اعترف ٦٠٪ من الرجال و٥٣٪ من النساء بـ «انتهاك حرمة الرفيق»، كانوا قد حاولوا التودُّد إلى أشخاص آخرين ليقيموا علاقاتٍ معهم.^{٤٠} في الحقيقة، أظهرت دراسة حول ٣٠ ثقافة كم هو شائع ذلك الانتهاك للرفيق حول العالم.^{٤١}
تمامًا مثل طائر الجبال الأزرق، فإن البشر استحوذوايون.
ميل الإنسان للمطاردة، أو حتى قتل عاشق شريد على الأغلب جاء من ذلك الميل لدى الحيوان لحراسة الرفيق.

(١٣) طلب الزواج الهجومي

كلُّ تلك المعلومات قادتني للإيمان بأن الحيوانات، الصغيرة والكبيرة، لديها دافعٌ بيولوجي للتفضيل، ولامتلاك رفيق مخصوص للتزاوج، ثمة كيمياء للجاذبية الحيوانية. وتلك الكيمياء هي المادة البيولوجية الخام للحب البشري الرومانسي.
ولكن أي مواد المخ الكيميائية هي المسئولة عن ذلك؟

ثمة محفزان طبيعيان وثيقا الصلة في مخ الكائنات الثديية يبدو أنهما يلعبان دورَي دوبامين ونوريبينفرانين. كلُّ الطيور والثدييات لديها أشكال متشابهة من الدوبامين والنوريبينفرانين، عطفًا على تراكيب متماثلة في المخ تنتج وتستجيب لهذه «الغريزة العلوية»، على الرغم من أن تراكيب تلك الأمخاخ ودوائرها الكهربائية تختلف من فصيل إلى آخر.

الأكثر أهمية، هو أن الدوبامين والنوريبينفرانين يلعبان دورًا شديد الأهمية في الإثارة الجنسية ويُعلمان من المحفّات لدى الطيور والثدييات.^{٤٢} على سبيل المثال، إناث فئران المعامل تُعبر عن ميولها العشقية عن طريق القفز والاندفاع، تلك السلوكيات متزامنة مع تزايد معدلات الدوبامين.^{٤٣} وعند فئران السهول العشبية الأمريكية، وهي كائنات ضئيلة تُشبه كثيرًا جردان الحقول، نجد أن تزايد معدلات الدوبامين في المخ لديها، يتزامن مباشرة مع تفضيلية شريك بعينه للتزاوج.^{٤٤}

من فضلك التوق بفئران البراري. تلك المخلوقات الضئيلة التي تحيا في متاهة الأنفاق وفي الجحور على الأراضي المعشوشبة في الغرب الأوسط الأمريكي. تُنشئ فئران البراري

شراكة زوجية لتربية صغارها. يبرح الذكر البيت رأساً بعد البلوغ ليجتنب عن «شريكة حياته». وبمجرد أن يجد المرشحة المناسبة يبدأ فوراً في مغازلتها بتوق شديد. يتشمم، يلحق، يدسُّ أنفه، يعتلي: يتزاوج زوجاً فتران البراري أكثر من خمسين مرة في حوالي يومين. بعد سباق المارثون الجنسي هذا، يبدأ الذكر في التصرف باعتباره زوجاً جديداً، يبني بيتاً للصغار القادمين، يحرس أنثاه بوحشية من الذكور المتطفلين، ويحمي محيط بيتهما المشترك. حوالي ٩٠ بالمائة من فتران البراري تقضي العمر كله مع شريك واحد.^{٤٥} على أن فتران البراري انتقائية، كما أظهرت تلك الدراسة. يُزاوج العلماء الأنثى في دورتها الشبقية مع الذكر. وفيما تتزاوج الأنثى مع هذا الذكر فإنها تشكّل ولعاً تمييزياً له، باعتباره نوعاً من التفضيلية التي تتزامن مع تزايد نسبة الدوبامين بمعدل ٥٠٪ في الحامض النووي، جزء من المخ في الحيوانات الثديية، يتشابه مع التوق والإدمان لدى البشر.^{٤٦}

على النحو نفسه، حينما حقن العلماء منطقة معينة من مخ أنثى فتران البراري بمادة تُقلّل منسوب الدوبامين، فإنها لا تعود تفضّل هذا الشريك أكثر من الذكور الأخرى. وحينما حُقنت الأنثى بدلاً من ذلك بمادة تزيد من معدلات الدوبامين، بدأت في تفضيل هذا الذكر الذي تصادف ووجد لحظة الحقن، حتى لو لم تكن قد تزواجت من قبل مع هذا المخلوق.^{٤٧}

يبدو أن مفتاح اللعبة فيما يخص الانجذاب الحيواني يكمن في الدوبامين. ربما يساهم النوريبينفرلين في تلك المغناطيسية. حينما وضع العلماء قطرة من بول ذكر فأر البراري على الشفة العليا لأنثى فأر البراري، زادت نسبة النوريبينفرلين في المخ. هذا يساهم في إطلاق هرمون أستروجين ويحثُّ السلوك التزاوجي.^{٤٨} هل «تنجذب» أنثى فأر البراري لتلك الرائحة؟

تتزايد معدلات النوريبينفرلين (وكذلك الدوبامين) أيضاً لدى أنثى الخراف في دورتها الشبقية حينما تنظر إلى وجه الخروف الذكر.^{٤٩} ربما تُفتن تلك النعاج مؤقتاً بتلك الكباش. النوريبينفرلين مرتبط حتى بوضعية معينة للتزاوج في الثدييات، عادة الأنثى في الانحناء، تقويس ظهرها، ورفع ردفِها للأعلى صوب ذكرها المغازل، إعلاناً عن التهيوُّ الجنسي.^{٥٠} النساء يفعلن هذا أيضاً. فالمرأة قد تنظر بحياء من فوق كتفها إلى رجل ما، وهي تُحني ظهرها وتُوَلِّي ردفِها في اتجاهه.

قادتني تلك البيانات للشك في أن الدوبامين و/أو النوريبينفرلين يلعب دوراً في الجاذبية الحيوانية.

دون شك ثمة مواد كيميائية أكثر متورطة في العملية؛ فبينما تبحث الأفيال، والثعالب، والسناجب، والعديد من الحيوانات الأخرى بدقة عن فرص تزاوجها، فإنها من الواجب أن تُميّز الألوان، الأشكال، الأحجام، وتُنصت للנגمات العذبة، وتتذكّر نجاحات الماضي وكوارثه، وتستشقُّ، تتلمّس، تتذوق، لكي تجمع معلوماتٍ حول الزوج المحتمل. تتناغم العديدُ من الأنظمة الكيميائية دون شكٍّ في سلسلة من التفاعلات، لكي تُشعلَ المشاعر التي تُولد الجاذبية الحيوانية.

لكن الحيوانات تحبُّ. تيا، الثور الهائج، سكير، ميشا، ماريا، فيوليت، تاليا، ألكسندر، ميف، ساتان، وتقريباً كلُّ الثدييات الأخرى والطيور على هذا الكوكب، شعروا بانجذاب لشركاء آخرين مخصوصين. حينما يُصيبهم الافتتان المؤقت، تستجيب تلك المخلوقات للنگمة الكونية، نعيق، نقيق، نُباح، رفرقة أجنحة، زقزقة، تبخر واختيال، تشمُّم، تربيت، مداعبة، اقتران — عشق — نحو ذاك الشريك المفضل.

حينما تتطور كيمياء المخ أول الأمر لدى الحيوانات في حال الانجذاب لا أحد يعرف. أظن أن الحيوانات الأولية حينما كانت تركز تحت أقدام الديناصورات، فإن تلك الثدييات البدائية المشابهة للبشر كانت تُطوّر شبكة مخية بسيطة لكي تدفعها لأن تُميّز بين المغالزين لتُفضّل واحداً دون الآخرين. بهذا التطور الحيوي، مضوا قُدماً نحو التكاثر، ناشرين تلك الكيمياء في المخلوقات السابحة، الطائرة، الزاحفة، الواثبة، النطاطة، الراكضة، المتأرجحة، بما في ذلك الأسلاف من إنسان الغاب والبشر.

الرجال والنساء من الهند القديمة أسَمُوا الحبَّ الرومانسي: «رقصة الكون الخالدة».^{٥١} كانوا على حقٍّ. لطالما شعر السناجب الأمريكي، الحمار الوحشي، الحوت بالانجذاب لشريك بعينه فإنه يتغير بوضوح. البيئة المحيطة تتغير. الاحتياجات تتغير. المظهر الخارجي والكيمياء الداخلية تتغير. لدى الفئران ربما يدوم الانجذابُ لثوانٍ معدودة فقط. الأفيال يبدو أنها «تقع في الحب» لثلاثة أيام. الكلاب غالباً تُظهر الانجذاب لأشهرٍ والاقتران لسنوات عديدة. تساءل بعضُ العلماء حول مدى «وعي» تلك المخلوقات بمشاعرها وعواطفها.^{٥٢} لا أحد يعرف. على أن الحيوانات تعبّر عن طاقة عالية، اهتمام مركز، شعور مفرط بالحيوية والبهجة، التوق، العناد، الامتلاكية، والعواطف: الجاذبية الحيوانية. وتقترح البيانات أن تلك الجاذبية تتزامن مع عنصرين من عناصر المخ الكيميائية — الدوبامين والنوريبينفرالين.

هل يمكن أيضاً لهذين العنصرين أن يلعباً دوراً في الحب البشري؟ لكي نفهم كيمياء تلك «الرقصة الخالدة»، قررتُ أن أنظر داخل المخ البشري.

الفصل الثالث

كيمياء الحب

التصوير الإشعاعي للمخ في حالة الحب

من أجل حبٍّ قويٍّ كالموت
مشاعره لا تخلو من قسوة مثل قبر
ومضاتُ ناره كشعلة الإله

«أغنية الأغنيات ٩٠٠-٣٠٠ ق.م.»

«إنها نارُ الحب، ودفقة الלהفة النابضة، همس المحبين، والسحر الذي لا يقاوم، الذي يجعل أقدس الرجال مجنوناً.»^١ هذا السحر الذي غناه هوميروس في الإلياذة أشعل حروباً وأهلك أسراً حاكمة، وأسقط ممالك، وأنتج بعضاً من أرقّ الأدب العالمي وفنونه؛ فالناس يغنون للحب، يقتلون للحب، يعيشون للحب ويموتون للحب، فما سببُ كلِّ هذا السحر والشعوذة؟

كما تعلم فأنا أؤمن أن الحب الرومانسي هو شعور إنساني عالمي تنتجه موادُّ كيميائية خاصة وشبكات معينة بالمخ. ولكن ما هي بالتحديد؟ عزمْتُ على إلقاء بعض الضوء على هذا السحر الذي يجعل القديس مجنوناً. لهذا بدأتُ مشروعاً متعدد الأجزاء في عام ١٩٩٦م لجمع المعلومات العلمية عن كيمياء المخ وروابطه أثناء الحب الرومانسي، وأدّعي أن العديد من المواد الكيميائية يجب أن تكون متداخلة بشكل أو بآخر. ولكنني ركزتُ أبحاثي على مادتي الدوبامين والنوريبيبتراين، ومن ثم المادة المرتبطة بهما وهي السيروتونين.

لقد اهتمت بطبيعة هذه المواد الكيميائية لسببين: أولهما انجذاب الحيوانات لشريك محدد يرتبط بارتفاع مواد الدوبامين و/أو النوربينيفراين بالمخ، والسبب الثاني والأهم هو أن هذه المواد الثلاث تُنتج العديد من الأحاسيس في الهيام الرومانسي الإنساني.

(١) الدوبامين اللذيذ

إن ارتفاع مستويات الدوبامين بالمخ ينتج عنها زيادة هائلة في تركيز الإنسان على شيء محدد،^٢ ومن ثم الدوافع الحاسمة والسلوك المحدد الاتجاه،^٣ وهي كلاًها خصائص مركزية في الحب الرومانسي.

يركز المحبون تماماً على المحبوب إلى درجة استبعاد كل ما حولهم، والعجيب أنهم يركزون بكل حنان على الخصائص الإيجابية لهذا الشخص الذي يهيمون به، ويتغاضون بكل سهولة عن خصائصهم السلبية،^٤ حتى إنهم قد يهيمون بأحداث أو أشياء مشتركة مع هذا المحبوب، كما أنهم يعتبرونه شخصاً فريداً وليس له مثيل. كذلك فإن مادة الدوبامين تصاحب التعليم عن طريق المحفزات الجديدة.

ومن الأشياء المركزية في الحب الرومانسي هو تفضيل المحب وتمييزه؛ فكما نتذكر في الفصل الثاني، عند ذكر فئران البراري، فإن هذا التفضيل يصاحبه ارتفاع نسب الدوبامين في بعض مناطق المخ.^٥ وقياساً على ذلك، فإن هذا الأمر يحدث أيضاً بشكل جزئي للإنسان، وهو الأمر الذي لا يعتبر قفزة كبيرة للمنطق، فكما نتذكر فإن كل الثدييات لها قواعد عمل المخ نفسها بغض النظر عن الحجم والشكل وموضع أجزاء المخ المختلفة حتماً.^٦

النشوة سمة أخرى بارزة للمحبين وهي ترتبط أيضاً بمادة الدوبامين، حيث إن ارتفاع نسبة تركيز الدوبامين بالمخ تزيد الابتهاج، مع العديد من المشاعر التي يُقرها المحبون مثل زيادة الطاقة لديهم، زيادة النشاط الحركي، الأرق في النوم، فقدان الشهية، الرجفة، ارتفاع دقات القلب، التنفس السريع، وفي بعض الأحيان الهوس، والقلق والخوف.^٧ كما يوضح ارتفاع الدوبامين لماذا يصبح المبتلون بالحب من الرجال والنساء في حالة

اعتمادية على علاقتهم العاطفية، ولماذا يتشوقون لحالة التوحد العاطفي مع المحبوب؟ ويجب ألا نغفل أن الاعتمادية والاشتياق هما من أعراض الإدمان؛ فكل أمراض الإدمان الكبيرة تكون مصاحبة لارتفاع الدوبامين بالمخ.^٨ فهل الحب الرومانسي إدمان؟ نعم، أعتقد ذلك، اعتماد سعيد حين يعود الحبيب واعتماد مؤلم ومؤسف، وأحياناً مدمر حين يزدريه هذا الحبيب.

في الحقيقة، إن الدوبامين يزود المحب بالطاقة اللازمة كي يحشد قواه حين يستشعر الخطر في علاقة حبه؛ فحين تتأخر المكافأة تعمل الخلايا المنتجة للدوبامين بشكل أكبر لحشد طاقة المخ، والانتباه المركز، وقيادة المطاردة، والكفاح من أجل الحصول على المكافأة وهي في هذه الحالة الفوز بالمحب.^٩ إن الدوبامين هو المثابرة. كذلك فإن الاشتياق لممارسة الجنس مع المحب قد يكون مرتبطاً بشكل غير مباشر بارتفاع الدوبامين، حيث إن زيادته بالمخ تعمل غالباً على رفع معدلات التيسيتسترون وهو هرمون الرغبة الجنسية لدى الإنسان.

(٢) النوريبينفرالين

النوريبينفرالين هي مادة مشتقة من الدوبامين، وربما يكون مساهماً في اضطراب المحبين، ويتعدد تأثيره على حسب المنطقة التي ينشط بها في المخ، ومع هذا فإن زيادة مستويات هذه المادة المنشطة على وجه العموم، تُثير البهجة، والطاقة الزائدة، والأرق، وفقدان الشهية، وكلها من خصائص الحب الرومانسي. إن زيادة النوريبينفرالين يمكن أن يساعد في فهم لماذا يتذكر المحبون التفاصيل الدقيقة لكل ما فعله المحبوب، ولماذا يبقى كل ما فعله هذا المحبوب في الذاكرة طويلاً، فهذه المادة تترافق مع قوة الذاكرة للمؤثرات الجديدة.^{١٠} كما توجد مادة تالثة تتداخل مع مشاعر الحب التي لا تقاوم، ألا وهي مادة السيروتونين.

(٣) السيروتونين

أحد أعراض الحب الرومانسي اللافتة للنظر هو التفكير المستمر بالمحبوب؛ فالمحبون لا يستطيعون إيقاف أفكارهم المتلاحقة عنه، ويا للعجب، فهذا الجانب بمفرده قويٌّ للغاية، لدرجة أنني استعملته بصفته سؤالاً محورياً للعاطفة الرومانسية؛ فأني شخص يذكر لي أنه يحب شخصاً آخر، أسأله مباشرة «كم نسبة الساعات التي تقضيها مستيقظاً تفكر في هذا المحبوب؟»

والعديد منهم يردُّ «فوق ٩٠٪ والبعض الآخر يعترف بخجل أنهم لا يتوقفون أبداً عن التفكير فيها أو فيه.»

إن المحبون موسوسون (Obsessed)، والأطباء يعالجون أغلب مرضى الوسواس القهري، ويصفون لهم أنواعاً معينة من العلاجات؛ مثل عقاقير الفلوكسوتين والسيرترالين،

وهي ما يُطلق عليها (مثبطات استعادة السيروتونين)، وتعمل على استعادة مستويات هذه المادة بالمخ.^{١١}

لهذا فأنا أعزو مثابرة المحبين، وفقدانهم للإرادة، والتفكير المتكرر بالمحبوب إلى نقص محتمل لبعض هذه المواد (هناك أكثر من ١٤ نوعًا من السيروتونين).^{١٢} وهناك بعض الدعم المنطقي لهذا الأمر؛ ففي عام ١٩٩٩م ميلادياً درس العلماء بإيطاليا ستين شخصاً، عشرون رجلاً وامرأة وقعوا في الحب خلال الستة أشهر السابقة، وعشرون آخرون عانوا من اضطراب الوسواس القهري، ولا يتناولون أيّ عقار بوصفه علاجاً له، والعشرون الآخرون كانوا أشخاصاً عاديين ولم يخوضوا تجربة عاطفية في الفترة الأخيرة. وأظهرت النتائج أن المجموعتين الأولى (الذين وقعوا في الحب حديثاً)، والثانية (المصابون بالوسواس القهري) كان لديهم انخفاض ملحوظ في مستويات السيروتونين عن العينة الحاكمة. ولكن هؤلاء العلماء درسوا مستويات السيروتونين في مكونات الدم عوضاً عن المخ، ولحين استدلال العلماء على تغير مستوياته في بعض مناطق المخ، لا نستطيع أن نجزم بدور السيروتونين في الحب الرومانسي. وعلى الرغم من هذا فإن هذه التجربة دشنت للمرة الأولى علاقة محتملة بين الحب الرومانسي وانخفاض مستويات السيروتونين بالجسم.^{١٣} إن كل هذه الساعات الطويلة التي تجري فيها أفكارك كالفأر في طاحون الدوس ربما يرافقها انخفاض مستويات السيروتونين في وصلات الدماغ الكبرى. ومع تطور علاقة الحب، فإن هذه الأفكار الوسواسية التي لا تقاوم تزداد، حيث إن العلاقة بين السيروتونين من ناحية ومادتي الدوبامين والنوريبينفرين من ناحية أخرى علاقة عكسية، فإن تصاعد مستويات الدوبامين والنوريبينفرين لدى المحبين يعمل على هبوط مستوى السيروتونين،^{١٤} وهو ما قد يفسر لماذا تزيد عند المحبين نشوة هذا الحب الرومانسي، وتتأجج لديهم أحلام اليقظة والخيال، والاستغراق بالتفكير وإمعان النظر، وكذلك يستحوذ هذا المحبوب على تفكيره تمامًا.

(٤) الفرضيات الفاعلة

بالاعتماد على خصائص هذه المواد الكيميائية الثلاثة بالمخ. الدوبامين والنوريبينفرين والسيروتونين، فلقد بدأت باعتبار أن لهم دوراً فاعلاً في عاطفة الحب الرومانسي لدى الإنسان. إن مشاعر البهجة، وقلة النوم، وفقدان الشهية للطعام، وكذلك الطاقة المنبغثة لدى المحبين، وتركيز الانتباه على المحبوب، والدوافع المنقادة، والسلوك المتوجه نحو الهدف،

واعتبار المحبوب لا مثيل له، وزيادة عواطف الحب في مواجهة المحن، كل ذلك قد يكون نتيجة زيادة مستويات الدوبامين والنوريبينفرلين بشكل جزئي بالمخ. وأن الاستغراق القهري بالتفكير في هذا المحبوب ربما يكون نتيجة انخفاض مستوى السيروتونين بالمخ كذلك. والآن إلى المحاذير:

تتعقد هذه النظرية بالعديد من الحقائق: إن جرعات مختلفة من هذه المواد الكيميائية تؤثر بشكل مختلف، كما أن هذه المواد تؤثر بشكل مختلف حسب اختلاف الجزء الموجودة به بالمخ، وكذلك تتفاعل كلُّ منها بشكل مختلف مع المواد الأخرى حسب اختلاف الظروف، كما أنها تتناغم مع العديد من أجهزة الجسم الأخرى ودوائر المخ، وتؤسس ردود فعل معقدة. علاوة على كل ذلك فإن الحب الرومانسي المشوب بالعاطفة يتبدى هو الآخر بأشكال متعددة بدءاً من الانتشاء النقي مع تبادل المحبة انتهاءً بشعور الخواء، واليأس وأحياناً الهياج حين يحبط حبه.

وبدون شك تختلف هذه الكيميائية في تركيزاتها وامتزاجاتها؛ حيث تتأثر بالمد والجزر في هذه العلاقة.

وعلى الرغم من كلِّ هذا فإن الارتباط الواضح بين خصائص الحب الرومانسي وتأثير هذه المواد الثلاث في المخ يقودني إلى هذه الفرضية: إن اندلاع نار الحب بالدماغ ينتج عن ارتفاع مستوى الدوبامين و/أو والنوريبينفرلين أو كليهما، مع نقص مستوى السيروتونين. هذه المواد الكيميائية تشكّل العمود الفقري للحب الرومانسي، والانفعالي، والوسواسي.

(٥) التصوير الإشعاعي للمخ في حالة الحب

احتجتُ بعد ذلك أن أجد مناطق المخ المنخرطة فيما قاله هوميروس «دقائق اللهفة النابضة» فأنا أعلم أن الدوبامين والنوريبينفرلين والسيروتونين أكثر وجوداً في بعض مناطق المخ عن الأخرى. فإذا استطعت أن أبرهنَ أيُّ مناطق المخ تُصبح نشطة حين يشعر الفرد بالانفجار الرومانسي، فسوف يؤكد هذا أيُّ المواد الكيميائية الأولية منخرطة في ذلك. إنه وقت الشروع في تنظيم بحث لتصوير أمخاخ المفتونين بالحب من الرجال والنساء.

مع عالم الأعصاب جريج سيمبسون، ثم في كلية طب ألبرت أينشتاين طورت منهجاً للعمل؛ فسوف نجمع المعلومات عن نشاط المخ في عينة مرضى الحب وهم يمارسون مهمتَيْن: النظر إلى صورة محبوبته/محبوبها، ثم النظر في صورة محايدة لأحد المعارف

الذين لا يحمل لهم مشاعر إيجابية أو سلبية. وفوق كل ذلك سوف نستعمل التصوير بطريقة الرنين المغناطيسي الوظيفي لأخذ صور للمخ، ومن الجدير بالذكر أن هذا الجهاز يقيس تدفق الدم في المخ وهو يعتمد على مبدأ بسيط: أن خلايا المخ النشطة تمتص كمية دماء أكثر من أجزاء المخ الساكنة، وذلك من أجل جمع أكبر قدر من الأكسجين اللازم لوظيفتها. وباستعمال هذا الجهاز فأنا لست بحاجة لحقن أفراد العينة بأي صبغات ملونة أو اقتحام أجسادهم بأي وسيلة أخرى، وبدون ألم، هكذا يبدو لي، ثم نحلل معلوماتنا نستطيع أن نقارن نشاط المخ الذي يحدث حين ينظر الشخص لصورة محبوبته بنشاطه حين ينظر لصورة محايدة.

بداية موفقة على حسب ما نعتقد؛ ففي عام ١٩٩٦م قمنا بفحص أربعة أفراد، شابين وشابّتين في مقتبل العمر جميعهم في حالة حب جنوني. والنتائج كانت مشجعة، ولكن زملائي في العمل انسحبوا من التجربة نتيجة التزامات وظيفية أخرى، ولحسن الحظ كنت قد دعوت لوسي براون، عالمة الأعصاب البارعة بكلية ألبرت أينشتاين كي تؤوّل نتائج المسح بالأشعة وهي المهمة المعقدة تكنولوجياً، والمتهمة للوقت، والمتطلبة للمهارات العقلية الخاصة.

مع مرور الوقت انضم إلينا «أرت أرون» الباحث النفسي الموهوب بجامعة نيويورك في ستوني بروك، وكذلك الموهوبة «ديب ماشيك» طالبة الدراسات العليا في قسم علم النفس بصني ستوني بروك.

كان لي اهتمامٌ واحد بشأن تصميم التجربة، فكما تتذكر، فإن المحبين لديهم أوقات صعبة حينما لا يفكرون في أحبائهم، فكنت خائفة من مشاعرهم المحبة الفياضة، والتي تتولد من نظرهم لصورة المحبوب أن تلوث أفكارهم السلبية حينما ينظرون للصورة المحايدة، وحينما ناقشتُ هذا الأمر مع ديب وأرت، اقترحا «مهمة تشتيت» وهي طريقة نفسية معروفة تُستعمل كي تغسل المخ من أيّ مشاعر. وقد اتفقنا على واحدة من هذه الطرق؛ فما بين النظر لصورة المحبوب والصورة المحايدة لأحد المعارف المملّين، سوف يخضع المفحوص لرقم طويل (مثل ٨٤٢١) على شاشة، ويطلب منه أن يخصم منه تسلسل سبعة، والمغزى أن ينظف رأسه من المشاعر الفياضة ما بين التعرض لصورة المحبوب والأخرى لأحد المحايدين. جرّبها وسوف تشعر بأنك غير سعيد بالمرّة. اختر رقمًا أكبر وركّز حقًا بطرح سبعة من كل رقم (بطرح ٧ من ٨٤٢١ ستكون النتيجة ٨٤١٤ ثم ٨٤٠٧، ٨٤٠٠ ... إلخ) وهي طريقة تصلح لتفريغ الشحنات العاطفية بسرعة من خلال الكفاح من أجل العد الصحيح.

قبل أن نبدأ بفحص أمخاخ أخرى لرجال ونساء أصيبوا بالحب، كنا نريد رغم ذلك التأكد من شيء واحد: أن صورة المحبوب سوف تُثير حقاً مشاعر الحب الرومانسية أكثر من أي شيء آخر (أو ظاهرة أخرى) للمحبيب باعتبارها رائحة معينة، أغنية أو خطاباً عاطفياً أو ذكرى معينة.

يعرف الشعراء والفنانون دائماً قوة الرؤية البصرية بكل تأكيد. وكما كتب وليم باتلر ياتيس «تعرف النبيذ في الفم، ويعرف الحب في العيون»^{١٥} والعديد من أخصائيي النفس يدعون أن الرؤية البصرية تُوجج مشاعر الحب الرومانسية. ونحن مقتنعون بذلك أيضاً. لكن قبل البدء في استحضار مشاعر الحب الرومانسية عبر الصور أراد فريق البحث (أرت وديب وأنا معهم) أن يكون إيجابياً بأن الحب يأتي من النظر أكثر من أي إحساس آخر، ولكي نجد الدليل فقد اندمجنا في تجربة بارعة بجهاز أسميناه «جهاز قياس الحب».

(٦) جهاز قياس الحب

قام «أرت» و«ديب» زملاء المشروع بطلب العون من الرجال والنساء الذين وقعوا في الحب، وذلك في نشرة أخبار قسم علم النفس في صني ستون بروك، بدأ الإعلان بعناوين عريضة:

«هل وقعت حديثاً في الحب بجنون؟» وكانت كلمتا «بجنون» و«حديثاً» هما مفتاحاً للإعلان، وناشدنا المحبين الغارقين في الحب إلى درجة المعاناة في النوم وتناول الطعام. وقد تواصل فعلاً مع «ديب» العديد من المتطوعين، ثم وصلوا فعلاً لقسم علم النفس بستوني بروك، وقامت «ديب» باختيار هؤلاء التي ارتأت أنهم في حالة حب حقيقي، وأعطتهم عدة استبيانات صُممت للاستبصار بشخصياتهم، ومشاعرهم عمّن يحبونه، ومدة وقوة علاقة حبهم. ثم طلبت من كل منهم العودة للمعمل بعد أسبوع حاملين معهم العناصر التي تجعلهم يشعرون بالحب الرومانسي تجاه هذا الشخص الذي يهيمون به. وعادوا بعد أسبوع ومعهم صور، وخطابات، وبريد إلكتروني، كروت أعياد الميلاد، شرائط موسيقى، عطور، ومذكرات كُتبت على أوراق، وبعض الملاحظات عن المناسبات المتوقعة في المستقبل، وحملوا هذه الأشياء كباقات الزهور. وخضع كل مفحوص للاستعدادات الخاصة بالتجربة، وذكّرت لكل منهم أن هذه الأسلاك الملصقة بالدماغ سوف تقيس موجات المخ الكهرومغناطيسية أثناء التجربة.

قامت «ديب» بلصق ثلاثة أقطاب كهربائية بمناطق مختلفة بفروة الرأس، وتوصيل ذلك برسام المخ الكهربائي، وأفهمتهم بأن هذه الأسلاك سوف تسجل موجات المخ أثناء التجربة. وفي الحقيقة لم يكن هذا صحيحاً؛ فالجهاز لم يعمل بعد، ولكننا أملنا أن هذا الخداع سوف يحفّز كلَّ متطوع على الأمانة. جلس كلُّ مشارك أمام شاشة حاسب آلي (كمبيوتر) يعرض أيقونة تُشبه مقياس حرارة قائماً ويعطي الشخص نفسه عداداً دائرياً يدوياً مدرجاً من صفر إلى ثلاثين درجة. وبتدوير هذا القرص الزنبركي فإن المفحوص يرفع «الزئبق» في مقياس الحرارة بالكمبيوتر، وعندما يترك هذا القرص يعود الزئبق إلى الصفر مرة أخرى. وقد أسمىنا استجابات هذا الجهاز المبني على الكمبيوتر، على سبيل المزاح مقياس حرارة الحب أو ترمومتر الحب.

بدأت التجربة، وفي البداية سىرى المفحوص صورةً محبوبته/محبوبها، ثم صورة محايدة لشخص آخر من الجنس نفسه أو صورة من الطبيعة. ثانياً يقرأ كل مفحوص خطاباً عاطفياً من محبوبته ثم يقرأ بعدها قطعة من كتاب إحصائي. ثالثاً يشمُّ كلُّ منهم عطراً يذكّره بالمحبيب ثم بعدها يشمُّ ماءً ممزوجاً بقليل من الكحول. رابعاً يطلب من المفحوص أن يستعيد التفكير في لحظات مدهشة مع محبوبته ثم يطلب منه أن يستعيد ذكريات أحداث أخرى رتيبة كآخر مرة غسل فيها شعره. خامساً، سمع كلُّ منهم أغنية صاحبه مع حبيب القلب، ثم أغنية غناها في عرض للأطفال بالتلفزيون الأمريكي (شارع سمس). أخيراً، يطلب من كلِّ مفحوص أن يتخيل حدثاً مستقبلياً مبهجاً مع حبيبته، ثم حدثاً رتيباً بعدها كغسيل الأسنان مثلاً. وكل مهمة محددة يعقبها «مهمة تشتيت» أي طرح ٧ أعداد من رقم كبير كما ذكرنا من قبل.

إن مهمة المفحوص هي الاستجابة لكل طلب بالضغط على قرص ترمومتر الحب لكي يعكس قوة عواطفه المحبة. شارك بالتجربة إحدى عشرة سيدة وثلاثة رجال، كان متوسط أعمارهم تسعة عشر عاماً ونصف العام، وأظهرت النتائج أن مشاعر الحب الرومانسي القوية يمكنها أن تتأجج بشكلٍ متساوٍ تقريباً بالصور والأغاني والذكريات مع المحبوب.^{١٦}

(٧) الصور تحفّز الحب

ليس من المستغرب أن تنتزع الصور منّا مشاعر الحب الرومانسية، فبعد كلِّ شيء يحتفظ معظمنا بصورةٍ لحبنا الحقيقي في درج مكتبه. علاوة على ذلك، فكما تتذكّر في

فصل سابق فإن ردَّ الفعل الحشوي للمتخيل البصري له تفسيرٌ أنثروبولوجي. فالجنس البشري تطور من شجرة الأسلاف التي تطلَّبت حياته رؤية متميزة كي يستطيع العيش على الأرض، فهؤلاء الذين يملكون رؤية سيئة سيفشلون في العثور على الفاكهة والزهور المعلَّقة، وسيفقدون طريقَ العودة عبر القفز من فرع شجرة إلى آخر ليسقطوا وتنقص أعناقهم. لهذا فإن كلَّ الرئيسيات العليا لها حجمٌ كبير بالمخ مكرَّس لإدراك ودمج المثير البصري. وفي الواقع، ولعقود طويلة شدَّد الاختصاصيون النفسيون على أهمية دور الرؤية البصرية في تحفيز مشاعر الانجذاب الرومانسي.^{١٧} وأكدت التجربة بالفعل أن صور المحبوب تستطيع أن تنتزع السعادة الرومانسية، وأنها يمكننا البدء في وضع المحبين في جهاز المسح الإشعاعي والبحث عن دوائر الغرام والنشوة الرومانسية.

(٨) التجربة

«هل وقعت تَوًّا في الحب بجنون؟» لقد استخدمنا هذا السطر مرة أخرى حينما قمنا بإعلان جديد في نشرة أخبار علم النفس في مبنى صني ستون برووك، ولكن في هذه المرة طلبنا من الرجال والنساء المرحِّبين بالأمر الاستلقاء في جهاز طويل، مظلم، وضيق، ومزعج بينما نحن نصور أو نمسح أمخاخهم إشعاعياً.

وبحثنا، مرة أخرى عن أولئك الذين وقعوا في الحب بجنون في الأسابيع الأخيرة أو خلال الشهور القليلة الماضية، حيث مشاعرهم الرومانسية طازجة، خصبة، غير مسيطر عليها ومشبوبة.

ليس صعباً أن نجد مطلبنا هذا، فكما قال جون دون «الحب، كعادته لا يعرف المواسم، ولا المناخ، ولا الساعات أو الأيام أو الأشهر، فهو دائماً خارق للوقت.»^{١٨} فربيع الحب يأتي بأي وقت، في أي مكان. يسارع الطلاب بالاتصال بمعمل «أرت» النفسي للتطوع في التجربة. وتستبعد «ديب» هؤلاء الذين لديهم أي شيء معدني في رءوسهم، مثل الشفة، اللسان، الأنف، أو مجوهرات بالوجه، أو دعامات بالأسنان، وهو ما يؤثر بالمغنطة في جهاز التصوير بالرنين المغناطيسي الوظيفي. تستبعد كذلك مَنْ لديهم رهبة من الأماكن المغلقة،^١ أو هؤلاء الذين يتناولون أيِّ مضادات للاكتئاب وهو ما يؤثر في فسيولوجية المخ،

^١ اضطراب يتسم بالقلق الشديد والخوف من الأماكن المغلقة. (الترجم)

كذلك تم استبعاد العسراء من الرجال والنساء؛ حيث يمكن أن يختلف تنظيم المخ بشكل عام، ونحن في أمس الحاجة لأن نوحّد مقاييس عينتنا لأقصى حدّ ممكن. هنا قمت بمقابلة كلّ مرشح، لمُدّد تفوق الساعتين في بعض الأحيان، وكان سؤالي الأول هو نفسه تقريباً لكلّ منهم «كم بقيَ لك في حالة الحب هذه؟» والسؤال الثاني كان هو الأهم «كم نسبة ما تقضيه بالنهار والليل تفكر في حبيبك؟» لأن التفكير الوسواسي مكونٌ مركزي في العاطفة الرومانسية، وقد قمتُ باختبار هؤلاء المشاركين الذين يفكرون في أحبائهم معظم أوقات استيقاظهم. كذلك بحثتُ عن الرجال والنساء الذين يضحكون أكثر أو يتنهّدون أكثر من الطبيعي أثناء المقابلة، وهؤلاء الذين يستدعون من ذاكرتهم دقائق التفصيلات عن أحبائهم، الذين أظهروا حيناً حقيقياً — وبالضرورة اشتياقاً — لمحبتهم.

إذا أظهر المفحوص المحتمل هذا الأمر أو العلامات الأخرى للعاطفة الرومانسية، دعوته/ دعوتها للمشاركة، وحصلنا منه على صورتين: واحدة للمحبوب والأخرى لشخص محايد عاطفياً. وكان الأخير على وجه العموم أحد الذين يعرفهم سريعاً في المدرسة الثانوية أو الكلية. ثم حدّدنا وقتاً كي نضع كلاً منهم على جهاز الأشعة المغناطيسية للمخ.

(٩) إجراءات المسح الإشعاعي للمخ

بمناقشات متعمقة عن ماذا سيحدث لهم عندما يتم فحصهم بجهاز أشعة الرنين المغناطيسي الوظيفي، بدأتُ أخبر كلّ مشارك بأنني قد خضتُ هذه التجربة بنفسني ثلاث مرات قبل ذلك، وشرحتُ لهم أنني أخشى — إلى حدّ ما — الأماكن المغلقة، ولكنني كنت بحاجة إلى خوض التجربة قبل أن أدخل الآخرين فيه. ووصفتُ ماذا سيحدث داخل الجهاز دقيقة بدقيقة، وطمأنتُ كلاً منهم أنه لا مفاجآت. ذلك لأنني أحتاج ثقة هؤلاء الرجال والنساء بي، وبدون هذه الثقة سوف تنتهي التجربة بقياس مشاعر الشك أو الهلع التي ستننتج من تأثير الجهاز نفسه بدلاً عن عاطفة الحب الرومانسي. حينما بدا أنّ كلّ شيء جاهز، حدّدنا المواعيد للتصوير الإشعاعي، وكنت مرحة، وقلقة، وفضولية بتحديدنا ذلك الميعاد.

الإجراءات كانت بسيطة، ولكنها ليست سهلة، في البداية قمنا أنا و«ديب» بالتأكد من شعور كلّ مشارك بالراحة في الجهاز، الجهاز عبارة عن أنبوب بلاستيكي كبير أسطواني الشكل، أفقي الوضع ولونه أصفر كريمي، ومفتوح من كلا الطرفين وممتدّ من أعلى

منطقة الرأس وحتى منطقة الوسط تقريباً. ينام المفحوص على محفة المرضى في هذا الجهاز الأنبوبي شبه المظلم ومن أعلاه ومن حوله مساحة فراغ حوالي قدم أو قدمين، حسب حجم كلٍّ منهم. وضعنا وسادات تحت الركبتين كي نعمل على راحة الظهر، وتم تدفئتهم ببطانية، أرقدنا رءوسهم على وسادة جافة لضمان عدم الحركة أثناء التجربة، كما علّقنا أمام أعينهم مرآة مائلة بحيث يستطيع كلُّ مفحوص أن ينظر للخارج كي يشاهد تلك الشاشة التي نوّد أن نعرض عليها كلَّ صورة، وكذلك الأرقام الكبيرة التي صممت باعتبارها مهمة تشتيت (كما سبق الشرح). بعد أخذ تصوير تمهيدي كي نُؤسّس تشريحاً أساسياً للمخ، بدأت تجربة الاثنين عشرة دقيقة. في البداية ينظر المفحوص إلى صورة المحبوب التي تظهر على الشاشة لثلاثين ثانية في حين يسجل الجهاز تدفُّق الدم في مختلف مناطق المخ. بعد ذلك يشاهد المفحوص رقماً كبيراً، مثل ٤٦٧٣. وهذا الرقم يتغير مع كل مشاهدته جديدة وكل هذه الأرقام هي عبارة عن مهمة تشتيت. لأربعين ثانية يطلب منه طرح ٧ أرقام من الرقم المذكور آنفاً وهكذا. ثم يشاهد المشارك صورة لشخص محايد لمدة ثلاثين ثانية أخرى ويتم تصويره مجدداً بجهاز الرنين.

أخيراً يرى المشارك رقماً كبيراً ولكن هذه المرة لمدة عشرين ثانية فقط، ويبدأ في طرح رقم ٧ منه. هذه الدورة تتكرر ٦ مرات لتمكّناً من جمع حوالي ١٤٤ صورة لمختلف مناطق المخ عبر هذه الحالات الشعورية الأربع لكل مشارك. بعد أن تنتهي التجربة، أُجري مقابلة مع كلٍّ منهم مرة أخرى، وأسألهم عن شعورهم وعن أيّ شيء فكّروا به أثناء كل مراحل التجربة. وتعبيراً عن تقديرنا لهم، أعطينا كلَّ مشارك خمسين دولاراً وصورة أشعة لمخهم. فحصنا عشرين رجلاً وامرأة كانوا في حالة حب عميق وسعداء به. ثم فحصنا عشرين آخرين من أنواع مختلفة، أشخاص هجرهم أحبائهم منذ فترة قليلة، والذين يعانون من الصدِّ من أحبائهم، وذلك لدراسة الرفض الرومانسي أو الجانب المهلك من الحب والذي يحدث تقريباً لكل شخص في وقت ما،^{١٦} ونأمل أن نعرف مدى كاملاً لمناطق المخ أثناء الحب الرومانسي (سوف يكون نقاشاً عن الحب من طرف واحد في الفصل السابع من الكتاب).

(١٠) مقياس عاطفة الحب

هنالك جزء آخر من التجربة؛ فقبل أن يدخل في جهاز أشعة الرنين على المخ، سألنا كلًّا منهم أن يملأ عدة استبيانات، من بينها ذلك الذي أعطيناها — أنا وزملائي — لثمانمائة

وتسعة وثلاثين أمريكياً ويابانياً، وتقييم عام مماثل صُمم بواسطة المتخصصة النفسية «إلين هاتفيلد» و «سوزان سبريكر» اسمه «مقياس عاطفة الحب».^{٢٠}

ومقياس عاطفة الحب عبارة عن خمسة عشر سؤالاً عن الحب الرومانسي معظمها متشابهة تماماً مع الأسئلة الموجودة بالمقياس الذي صمّمته. من بين ذلك أسئلة، مثل: «سوف أشعر بالإحباط الشديد إذا تركني ... (يذكر اسم حبيبته)»، و«أحياناً، أشعر بأنني لا أستطيع التحكم بأفكاري، إنها تأتي بشكل قهري عن ... (يذكر اسم حبيبته)».

العينة المختارة للتجربة كانت تسأل للاستجابة لكل جملة، ودوناً ردّ فعلهم على مقياس من تسعة، بداية من ردّ (غير حقيقي بالمرّة) إلى (بالتأكيد حقيقي)، كنّا ننتظر مقارنة نشاط المخ لكل مشارك بما سجّله في هذا الاستبيان، لكي نرى هل هؤلاء الذين سجّلوا نسباً مرتفعة في هذه الاستبيانات كان لديهم أيضاً نشاط متزايد بالمخ، كنّا نأمل بهذه الطريقة أن نُجيبَ على السؤال الذي حيرّ صانعي هذا المسح العام طويلاً: هل ما يقرّره الشخص في استبيان يعكس بدقة ما الذي يجري بداخل مخه؟ نحن لا نعرف في هذا الوقت، ولكن قياس الحب من شأنه أن يُثبت بشكل ملحوظ ومقنن المخّ في حالة الحب.

(١١) في الحب بسعادة

أندكّر بشكل واضح كلّ الرجال والنساء الذين فُحصوا بالرنين المغناطيسي، منهم بجورين؛ شابٌ صغير من إحدى الدول الاسكندنافية والذي كان يدرس في نيويورك، وكان في حالة غرام مع إيزابيل، وهي سيدة من أصول برازيلية وتعمل حالياً في لندن. وهما يتحدّثان يوماً عبر الهاتف كما أخبرني، ويريان بعضهما في الإجازات، ويتقابلان منذ ما يقرب من عام ويُخطّطان كذلك للزواج.

وأنا أذكر «بجورين»؛ لأنني تعلمتُ منه شيئاً مهماً، كان رجلاً أشقر، كثيف الشعر، مستقلّ الشخصية، ذا ابتسامة دافئة، ذا حضور ساحر، حادّ الذكاء، ويومض بالحسّ الفكاهي. لقد أعجبني في الحال، لكن حين سألتُه بدايةً كيف يصف محبوبته، لاذ بالصمت ولم ينسب بشفة. لوهلة أحسستُ بأنني فقدتُ الاتصال الهاتفي معه، وأعدتُ كلامي بشكل واضح «حسناً، بالتأكيد أنت معجبٌ بشيء ما في إيزابيل»، وأجاب بشدة ... نعم.

داهنت «بجورين» كي ينطق بأي شيء عن محبوبته، فأفصح بخجل عن أنه يحلم بها باستمرار، يحبّها بشغف، ويفكر فيها أكثر من ٩٥٪ من الليل والنهار، لكن «بجورين» لم يصرّح أبداً بالولع العاجل المميز لوسواس الحب، لهذا كنت بعد ذلك مذهولة عندما

رأيتُ صور الأشعة لمُحّه. فهذا الشاب المحافظ حينما شاهد صورةَ محبوبته، تأجَّجَ مُحّه كعرض الألعاب النارية.

لقد هزَّنِي «بجورين» بعمق، محيِّاه الصارم أخفى وغطَّى على عواطفه الداخلية. لم أعتقد أنه كان يحاول خداعي، لكنه عبَّرَ بطريقة تعكس تركيبته البيولوجية، وطريقة تربيته، وثقافة مجتمعه؛ فتعبيراته الخارجية لا تعكس عالمه الداخلي. وهو ما جعلني أنسأل في عقلي: كيف نختار المرشحين المناسبين؟ فكرتُ في ذلك كثيرًا، وفي النهاية حصلتُ على لمحة ثاقبة للأمر: أنا ليس لديَّ خيارٌ في ذلك. عليَّ أن أسأل ببساطة مشاركين محتملين أسئلةً كثيرة بقدر الإمكان، أنصتُ بعناية لكلماتهم، ألحظُ أيَّ أعراض جسمانية للنشوة، الطاقة، الانتباه المركز، الاستحوازية، والتفكير الوسواسي، وعليَّ أن أصلُ كي تكونَ مهاراتي الاجتماعية جيدة بشكلٍ كافٍ كي أنتقي هؤلاء البشر الواقعين فعلاً في الحب.

كانت أكثر الحالات مأساوية هي باربارا، وهي سيدة طويلة، شقراء، ذات وجه أحمر، جميلة المظهر، تتكلم بكثرة، وفي بداية العشرينيات من العمر. عرفنا أنها قد قابلت مايكل على الشاطئ بنيو جيرسي قبل حوالي خمسة أشهر من الآن. وقد كانت غارقة في الحب لدرجة أنها كانت تعاني أثناء النوم، عقلها منطلق. شعرتُ بالخجل بصحبته، وتشعر بقلبها يدقُّ حين يُحدثها هاتفيًا. كانت تستعيد أوقاتها معًا في مخيلتها مرارًا وتكرارًا. تحدّثت عن شعورها برجفات كالهرباء تسري بجسدها، وأقرّت بأنها ستجنُّ إذا لم يُحدثها هاتفيًا. وهي غيورة بشكل متوحش أيضًا، وعلى ما يبدو فإن لدى مايكل العديد من الصداقات مع النساء، بينما هي لا تحبُّ حتى كلامه مع إحداهن عبر الهاتف. وحين سألتها ما إذا كانت تعتقد في وجود علاقة غرامية ثانية «على الجانب» صُعبت من سؤالي. وخصائية لكلِّ المحبين، فإن باربارا لا تتقبَّل أن تُمضي الوقت مع أي أحد خلاف مايكل. وعندما سألتها ما أكثر شيء تحبُّه فيه؟ أجابت «الكيمياء» إنها المرة الأولى التي تشعر فيها باربارا بالغرام، فتوهجت.

ردُّ الفعل اللافت للنظر كان من وليم أحد محبينا السعداء، وقد كان شخصًا سريع الفهم، شديد الأناقة، ودودًا، حريصًا على المشاركة، لديه فضول قوي عن الجهاز، لكنه كان يفتقد صديقته بشكل رهيب؛ فقد انتقلت إلى ولاية أوريغون، وبالرغم من كونهما غارقين في الحب وعلى اتصال متكرر، فإنه كان يعاني من بُعدها عنه. وقد كانت هذه علامة جيدة، فهذه المحنة سوف تزيد من عواطفه. ولكنَّ هناك شيء آخر؛ فقد قال وليم أثناء مقابلة ما بعد التصوير بالأشعة إنه ترك لديه انطباعًا، سألته وهو يخرج من الجهاز

بِمَ شعر؟ فأجاب: «غير كامل.» بالنسبة لي فإن هذه الجملة لا يوجد أفضل منها لوصف المرضى الواقعين بالحب من الرجال والنساء. على الرغم من مزاح «أريستوفانيس» فقد ضرب كبد الحقيقة الأساسية عن المحبين، وذلك قبل ألفين وخمسمائة عام. في ندوات أفلاطون؛ حيث زعم الكاتب المسرحي الإغريقي أن كلَّ إنسان عبارة عن كائن خنثى مكتمل، له أربع أيادٍ، وأربع أرجل، ووجهان في رأس واحد، وأربع من الأذنان، وجهازان تناسليان (لرجل وامرأة)، وكان هذا الكائن البدائي «رهيباً في قوته وعنقوانه».^{٢١} وفي يوم من الأيام أرادت هذه الوحوش أن تتغلب على الأرباب؛ لذا قرر زيوس شطرَ كلِّ إنسان إلى اثنين، رجل وامرأة. ولهذا كما يشرح أريستوفانيس فممنذ زمن طويل «يبحث كلُّ واحد منَّا عن نصفه الآخر المكمل له.»^{٢٢} مثل وليم، فإنَّ كلَّ المحبين يشعرون بعدم الاكتمال حتى يحققوا الاتحاد العاطفي مع الحبيب المنشود.

بجورين، باربارا، وليم، وكلُّ مشاركيننا آخرونني قدرًا كبيرًا من حياتهم الشخصية، وأنا في غاية الامتنان لهم جميعًا. لكن أمخاخهم أخبرتنا أشياء أكثر عن عواطفهم الأصلية، الحب الرومانسي.

(١٢) المخ في حالة الحب

«في تكوين الإنسان هناك قدرٌ كبير من الاهتمام بوجود مادة ملتهبة، ومهما كانت نائمة فهي قد تكمن لفترة، ولكن عندما تُوجه لها الشرارة، فعليك وقتها أن تقتحم هذا اللهب.»^{٢٣} هكذا كتب جورج واشنطن هذه السطور في ١٧٩٥م في خطاب موجَّه إلى زوجة حفيده الصغيرة. لقد بدأنا نفهم هذه الشعلة.

قبل أن نفهم نتائج الفحص الإشعاعي الذي قمنا به، يجب أن نقوم بتحليل عميق لهذه الصور، وقد قام زملائي هنا بعمل رائع؛ فهناك حرفياً مئات الخطوات المعقدة. ولأن تقنية المسح بالرنين المغناطيسي الوظيفي جديدة جداً ومعقدة، تُخرج لنا أشياء خاطئة ويعاد التحليل من جديد. لكن مع الوقت، التحق بفريقنا «جريج سترونج» طالبٌ موهوب بالدراسات العليا بقسم علم النفس بصني ستوني برووك، وقد كان قادراً على وضع المعلومات في مسارها الصحيح. درست لوسي صورَ أشعة المخ وحددت أيَّ المناطق التي نشطت به، وقام «آرت» بعمل العديد من التحاليل الإحصائية. وقام آرت ولوسي بعمل مقارنات بين الأجزاء المتعددة لهذه المادة الفيلمية. وقد أخذ كلُّ هذا وقتاً، وجهداً، وتكريساً، ومعلومات، وإبداعاً، واستبصاراً ومهارة كبيرة لا حدود لها.

أخيراً شاهدنا النتائج: صَوْر جميلة للمخ في حالة الحب. وحين نظرت للمرة الأولى تلك الصوْر، ومناطق المخ النشطة مضاءة بالأصفر الفاتح والبرتقالي الداكن، شعرت كما أشعر في ليالي الصيف أحمق في الكون المتلألئ: رهبة غامرة. ولكن لكي تفهم ما أقول، يجب أن تعرف القليل عن الأثاث الموجود برأسك.

يتكوّن المخ من أجزاء ومناطق متعددة، كلٌّ منها له وظيفة محددة. وكلُّ منها متصل بمناطق المخ الأخرى بواسطة خلايا عصبية أو وصلات عصبية، ما يقارب عشرة بلايين منها. وهذه الخلايا العصبية تنتج، وتخزن، وتوزع الموصلات العصبية من أنواع مختلفة؛ بعضها على سبيل المثال يخلق الدوبامين، والنوريبينفرانين، و/أو السيروتونين. وحين يتم تنبيه خلية عصبية كهربائياً بواسطة خلية أخرى بجوارها فإن الدفقة تحضُّ هذه الناقلات العصبية (Neurotransmitters) على الخروج من الخلية العصبية لتتهدى عبر فراغ ضيق أو مشبك عصبي (Synapse) لتنتهي وتستقرّ في «أماكن المستقبلات» بالخلية التي تليها. بهذه الطريقة تنقل الموصلات العصبية الدفقة الكهربائية خلية بخلية. وكل خلية عصبية بها حوالي ألف من هذه الوصلات؛ ولهذا يوجد حوالي عشرة تريليونات من المشبك العصبي بين الخلايا العصبية في المخ.

كل خلية عصبية تتواصل فقط مع مجموعة أخرى محددة، لتنتج شبكة عصبية تلك التي تصل أجزاء معينة ببعضها وتدمج أفكارنا، ذكرياتنا، أحاسيسنا، عواطفنا، ودوافعنا. وقد أطلق العلماء على هذه الشباك من الأعصاب وأجزاء المخ «دوائر» أو «أنظمة»، وعلى الرغم من أن جهاز مسح المخ بأشعة الرنين المغناطيسي يُظهر فقط نشاط تدفق الدم في بعض مناطق المخ، فالعلماء يعرفون أي نوع من الأعصاب متصلة بمناطق المخ، فإنهم يستطيعون التخمين أي كيميائيات المخ تنشط حين تتوهج منطقة ما به.^{٢٤}

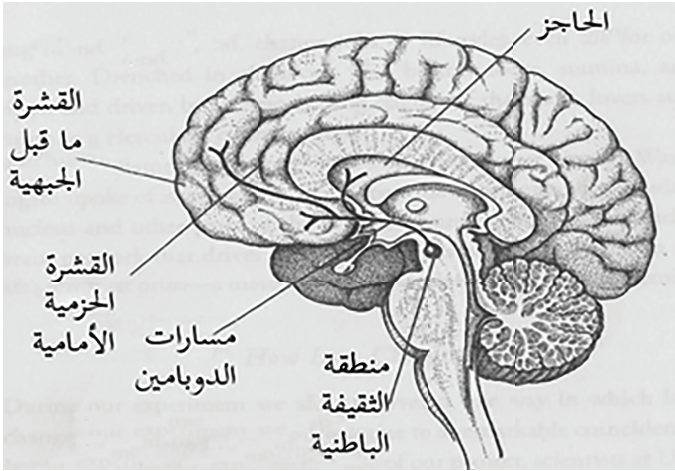
(١٣) نظام الإثابة لدى المخ

ربما يكون واحدًا من أهم ما وجدناه في بحثنا هو نشاط النواة المذنبة (Caudate Nucleus) وهي نواة كبيرة على شكل حرف سي الإنجليزي (C-Shaped)، وتقع في العمق قريباً من مركز المخ (انظر الشكل ١-٣ و ٢-٣ و ٣-٣) وهي بدائية، بمعنى أنها جزء مما يسمى مخ الزواحف أو مركب-أر (Reptilian Brain-Complex) حيث تطورت هذه المنطقة من المخ منذ أمد طويل قبل نشوء الثدييات، أي قبل ٦٥ مليون عام تقريباً.

وقد أظهرت صور المخ الملتقطة أن أجزاء من هذه النواة المذنبة خاصة الجسم والذيل فيها تصبح أكثر نشاطاً حين يُحمق المحب في صورة حبيبه.^{٢٥}

لماذا نحب؟

كنت مندهشة من هذه النتائج؛ فالعلماء يُدركون من زمن طويل أن هذه المناطق تعمل على إدارة حركة الجسم. وحديثاً فقط بدءوا يُدركون أن هذا المحرك الضخم (أو الموتور) جزءٌ من «نظام الإثابة»، شبكة الدماغ للإيقاظ العام، والإحساس بالبهجة، والحفز كي ينال الإثابة.^{٢٦} إن النواة المذنبة تُساعدنا كي نحدد ونستقبل الإثابة وتُخطط لحركات معينة كي تحصلَ عليها، وهي تُصاحب أيضاً الأداء الذي يشدُّ الانتباه والتعلم.^{٢٧}

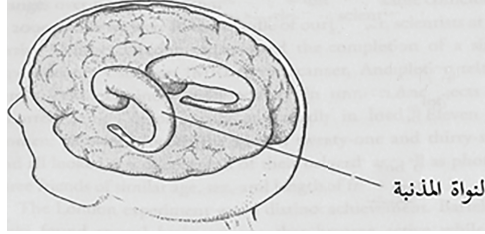


شكل ١-٣

هذا ليس كل شيء كشفت عنه تجربتنا، لكن أيضاً كلما زادت العواطف، نشطت هذه النواة.

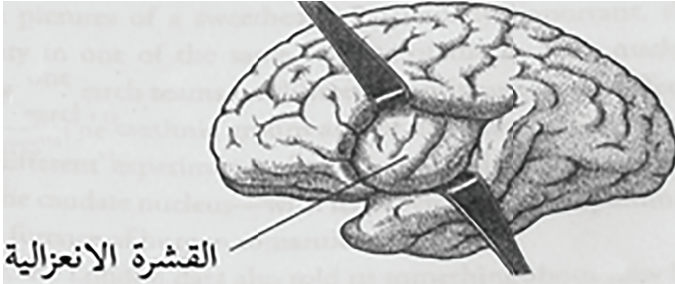
اكتشفنا ذلك بشكل فضولي. تذكر مقياس الحب الذي ملأه أفراد عينتنا قبل الدخول في جهاز الأشعة، حينما قارناً استجابة كلِّ مفحوص بنشاط المخ المصور، اكتشفنا تناسباً إيجابياً؛ فهؤلاء الذين سجلوا درجات أعلى في هذا المقياس أظهروا نشاطاً أكبر في منطقة معينة من هذه النواة حينما نظروا إلى صورة المحبوب. كم كان هذا رائعاً؛ فالعلماء ورجال الأعمال دائماً ما يتساءلون: هل مقياس التقرير الذاتي تعكس بالفعل شعور

كيمياء الحب



شكل ٢-٣

الفرد الداخلي؟ وفي هذه الحالة، فإن الإجابة هي نعم. وفريقنا كان من أوائل الذين شاهدوا العلاقة بين الاستجابات لمقياس البحث والنمط المحدد لنشاط المخ. كما وجدنا نشاطاً في مناطق أخرى من نظام الإثابة، وهو ما يشمل مناطق من منطقة الحاجز (Septum) ومناطق المخ التي نشطت حين يأكل الناس الشيكولاتة؛^{٢٨} حيث يمكن اعتبارها مادة إدمان، وفي الفصل الثامن سوف أثبت أن الحب إدمان أيضاً.



شكل ٣-٣

(١٤) الدوبامين

نتيجة أخرى مفاجئة في تجربتنا بالمسح بالرنين الوظيفي وهو نشاط المنطقة السقيفية الباطنية (VTA)، وهي تعتبر جزءاً مركزياً لدوائر الإثابة لدى المخ.^{٢٩} هذه النتائج هي ما كنت أبحث عنه؛ فلقد افترضت، كما تعرف، أن الحب الرومانسي يصاحب ارتفاع نسبة

الدوبامين و/أو النوريبنفرين؛^{٢٠} فإن منطقة السقيفية الباطنية هي الأم للخلايا الصانعة للدوبامين. عن طريق الطرف العصبي الشبيه بالمجسات، فإن هذه الخلايا العصبية توزع الدوبامين لمناطق مختلفة بالدماغ، بما فيها النواة المذنبة (انظر الشكل).^{٢١} هذا النظام «الرشاش» يُرسل الدوبامين إلى أجزاء عديدة بالدماغ وهو ما يؤدي إلى الانتباه المركز،^{٢٢} وإطلاق النشاط، والدوافع المركزة للحصول على الإثابة، والشعور بالسعادة، حتى لوثة المرء،^{٢٣} وهي المشاعر المركزية للحب الرومانسي.

لا عجب إذن أن المحبين يتحدثون طوال الليل أو يمشون حتى الوقوع، يكتبون شعراً متهوراً، ويُرسلون رسائل تكشف الأسرار عن أنفسهم، يعبرون قارات أو محيطات من أجل حضانة في إجازة آخر الأسبوع، يغيرون أعمالهم أو أسلوب حياتهم، أو حتى يموتوا من أجل بعضهم. إنهم غارقون في كيمياء الدماغ التي تهبُّ لهم تركيزَ الاهتمام، مضاء العزيمة، والحيوية، وعبر قيادة محرك الدوافع بالمخ، يخضع العشاق إلى رغبة المغازلة الجامحة لديهم.

هذه «المادة الملتهبة» التي وجدها الأب جورج واشنطن في كلامه، بشكل جزئي على الأقل، هي ذلك الدوبامين الذي يحرك النواة المذنبة وباقي أجزاء المخ في نظام الإثابة — شبكات المخ الأولية التي تقود المحبَّ ليهتمَّ ويركِّز على جائزة الحياة الأعظم — رفيق ربما يعبرُ بجيناته تجاه الخلود.

(١٥) كيف يُغيّر الحب

اكتشفنا أثناء مضيئنا قُدماً في تجربتنا، الشيء الذي يستطيع به الحب أن يغيّر مع مرور الوقت، استبصارنا هذا حدث نتيجة ترافق مهم؛ ففي عام ٢٠٠٠م، وحينما كنَّا في منتصف مشروعا، أعلن العلماء في جامعة لندن اكتمالَ تجربة مماثلة.^{٢٤} باستعمال جهاز الرنين المغناطيسي الوظيفي فحص كلُّ من أندرياس بارتيلز وسمير زكي نشاطَ المخ في سبعة عشر مفحوصاً، أقرّوا بأنهم في حالة حب عميق، وحقيقي، وجنوني. كانت منهم إحدى عشرة سيدة، نظرن كلهن لصورة محبوبهن وكذلك إلى ثلاثة من الأصدقاء في السن نفسها، والجنس، ومدة الصداقة.

كانت تجربة لندن لها غرض واضح. فقد وجد بارتيلز وزكي مناطق عدَّة بالمخ تنشط حين يحملق المفحوص في صورة محبوبه. والمهم أنهم قد وجدوا نشاطاً في مناطق

النواة المذنبة نفسها. ما الدعابة؟ فريقًا بحثٍ بقارتين مختلفتين، وعينات من مجموعات عرقية مختلفة، ومن متوسط أعمار مختلفة، وجد الفريقان نشاطًا في تركيب المخ نفسه. النواة المذنبة — وهي صاحبة الشحنات الأكبر بالدوبامين بالمخ — يجب أن تكون موقد الحب الرومانسي إذن.

على كل حال، فإن المعلومات الواردة من لندن أخبرتنا أيضًا شيئًا عن نمو الحب بمرور الوقت، فما لم نكن نخطط لبحثه هو كيف يغيّر الحب؟ لكن دراسة لندن كانت على عينة لأشخاص وقعوا في الحب منذ حوالي عامين لثلاثة أعوام، على حين أن عينتنا كانت لأشخاص في حالة حب حديث بمتوسط بلغ سبعة أشهر فقط. وقد أظهر الرجال والنساء بتجربتهم نشاطًا في منطقتين أخريين وهما منطقة القشرة الحزامية الأمامية (Anterior cingulate gyrus) والقشرة الانعزالية (Insular cortex) على حين لم تُظهر عينتنا هذا النشاط. (انظر الرسم التوضيحي) وهذه الاختلافات تستقرُّنا كي نقارن العينات بكل من دراستنا ودراستهم. ولا ندري حقيقة ماذا يعني هذا؛ فتلافيف الفص الحزامي الأمامي هي منطقة العواطف والانتباه والذاكرة العملية متفاعلين سويًا.^{٣٥} بعض الأجزاء تتصاحب مع حالات السعادة، والأخرى تشمل إدراك حالة المشاعر الذاتية الخاصة، والقدرة على تقييم مشاعر الناس الآخرين أثناء التفاعل الاجتماعي، والبعض الآخر تصاحب ردّ الفعل العاطفي للانتصار أو الخسارة، والذي يحدث في جزء من الثانية، ونتيجة لذلك يكون الحكم على قيمة الإثابة.^{٣٦} أما منطقة المخ التي تسمى بالقشرة الانعزالية فهي تجمع المعلومات من الجسم عن طريق اللمس الخارجي والحرارة، وكذلك الألم الداخلي ونشاط المعدة، والأمعاء، وباقي الأحشاء. بأجزاء المخ هذه نستطيع أن نسجل على سبيل المثال «تأثير الفراشة» بالمعدة، دقات القلب العنيفة، والعديد من ردود أفعالنا الجسمانية المختلفة. كما تدخل بعض أجزاء القشرة الانعزالية في نهج أو عملية المشاعر أيضًا. لهذا فقد ثبت أنه بطول مدة العلاقة، فإن مناطق المخ المصاحبة للعواطف، والذاكرة، والانتباه تبدأ في الاستجابة بطريقة جديدة. ماذا تفعل هذه الأجزاء بالمخ تحديدًا؟^{٣٧} لا أحد يعرف. هل يقوم المخ بتقوية وتجميع العواطف لعلاقة الحب؟ نحن جميعًا ندرك أن الحب يتغير مع الزمن، ربما إذا فهمنا هذه النتائج، تشرح لنا كيف ولماذا؟

لقد وجد فريقنا في نيويورك أيضًا العديد من الاختلافات بين الجنسين، من حيث العواطف الرومانسية، لكن سوف أشرح هذه النتائج وماذا تعنيه في الفصل الخامس.

(١٦) دوافع الحب

كل هذه المعلومات كان لها تأثير على نفسي بكل تأكيد، لقد تغيرَ فهمي للحب الرومانسي، لسنوات عديدة كنت أعتبر هذه التجربة العجيبة كوكبة من المشاعر، والتي تتراوح من النشوة إلى اليأس. لكنَّ اختصاصي النفس يفرقون ما بين المشاعر والدوافع؛ فأنظمة المخ تُدرك الخطط وتُلاحق الاحتياج المحدد. زملاؤنا، أرت وأرون شُغفًا بفكرة أن الحب الرومانسي ليس عواطف فقط بل نظام دوافع مصمَّم لكي يمكِّن الخطيب أن يبيِّن، ويحافظ على العلاقة الحميمة مع الشريك المفضَّل.^{٢٨}

نظرًا لتفرُّغ أرت لهذه الفكرة فكان ضروريًّا أن نبدأ مشروعنا بالمسح بالرنين المغناطيسي بأطروحتيْن: أطروحتي بأن الحب الرومانسي يصاحب الدوبامين و/أو الموصلات العصبية وثيقة الصلة به بالمخ، وأطروحة أرت بأن الحب الرومانسي هو بداية نظام دوافع، فضلًا عن كونه عواطف.

بعد أن فرغنا رجحت ننتأجنا أن الأطروحتيْن صحيحتان. فالغرام أو الحب الرومانسي يبدو أنه يترافق مع ارتفاع الدوبامين. ولأن العواطف تنبعث من النواة المذنبة فإن الدوافع والسلوك المتوجه لهدف تصبح متشاركة في الأمر كذلك.

إن ما وجدناه في الواقع قد دفعني إلى اعتقاد أشمل؛ فلقد آمنت أن الغرام هو عبارة عن دافع بدائي في المخ، اختصارًا عبارة عن دافع موالفة إنساني جوهرية وقد عرّف عالم الأعصاب «دون بغاف» هذا الدافع بأنه حالة عصبية (نسبة للخلايا العصبية Neural state) تعمل على حشد الطاقة وتوجّه السلوك للحصول على احتياج بيولوجي محدّد ليعيش الكائن الحياة أو يتكاثر.^{٢٩}

نحن لدينا العديد من الدوافع، وهي تقع على سلسلة متصلة، البعض منها مثل العطش، والاحتياج للدفع لا يمكن لها أن تخمد إلا بالإشباع بينما دوافع الجنس، والجوع، وغريزة الأمومة في الجهة المقابلة يمكن لها أن يُعاد توجيهها، أو حتى قمعها بالوقت والمجهود، أعتقد أن خبرة الوقوع في الحب تقع ضمن هذه المجموعة.

قبل أيّ شيء يجب أن نعرف أن الانجذاب الرومانسي متشبثٌ ويصعب جدًا إخماده، تمامًا مثل الدوافع بينما العواطف، على الجانب الآخر، تأتي وتذهب، فيمكنك أن تكون سعيدًا بالنهار وغاضبًا بعد الظهرية مثلًا.

مثل باقي الدوافع، يركز الحب الرومانسي على إثابة محددة، وهو المحبوب، تمامًا مثل الجائع الذي يركز على الطعام. أما المشاعر، مثل الاشمزاز على سبيل المثال، فنُتثبت

نفسها على كم هائل من الأشياء والأفكار المتعددة. إن الحب الرومانسي متصلٌ بمشاعر عديدة متنوعة؛ وذلك اعتمادًا على هل هذا الشيءُ الملحُّ مشبعٌ أم محبطٌ للشخص؟ ومثل كل الدوافع فإن الحب الرومانسي تُصاحبه العديدُ من تعبيرات الوجه؛ حيث إن كل المشاعر الأولية، مثل الغضب، الخوف، المرح، المفاجأة، الاشمئزاز لها تعبيرات نمطية معروفة. وكما الدوافع أيضًا فإن الحب الرومانسي يصعب التحكم فيه، إنه أصعب من كبح العطش على سبيل المثال أو كبح العواطف كالغضب.

من المهم جدًا أن نذكر أن كلَّ الدوافع الأساسية يصاحبها ارتفاع مستويات الدوبامين بالمخ والحب الرومانسي كذلك،^{٤٠} ومثل كل الدوافع الأخرى فإن الحب الرومانسي احتياج، ولهفة؛ فنحن نحتاج إلى الطعام والماء والدفع، والمحبة كذلك يشعر باحتياجه ولهفته للمحبيب.

لقد صدق أفلاطون حين قال منذ ألفي عام إن إله الحب «يعيش في حالة احتياج».^{٤١}

(١٧) الكيمياء المعقدة للحب

من دون شك، فإن العديد من أجهزة المخ الأخرى تعزو إلى «تدفق الشوق النابض» كما قال هوميروس، كما تذكر، فأنا منذ البداية طرحتُ أن النوريبينفرين ربما يكون مساهمًا؛ لأنه متلائم جدًا مع الدوبامين، ويُنتج العديد من المشاعر والسلوكيات المتشابهة، وما زلت أعتبر أنه مشارك في زخم الغرام، ولكننا لا نملك بعد ابتكار الجهاز الذي يمكّننا من قراءة هذا الشيء.

إن نقص مستوى السيروتونين سوف يؤدي إلى التفكير الوسواسي وهو مكونٌ هامٌ للغرام؛ لهذا فأنا أعتقد يومًا ما ربما نجد أن هذه المادة مشاركة أيضًا في هذا الهيام الرومانسي.^{٤٢}

القشرة المخية ما قبل الجبهية (Prefrontal cortex) يجب أن تكون مشاركة في الأمر كذلك، فهذا الحشد من أجزاء المخ التي تقف خلف الجبهة يُطلق عليها «المدير المركزي»؛ لأنه يجمع المعلومات من حواسنا، يزنّها، يدمج الأفكار مع المشاعر، يصنع الاختيارات، يتحكم في دوافعنا الأساسية،^٢ يعقل الأمور، يدرس، يداول، ويقرر. نستطيع أيضًا بمناطق متعددة في القشرة المخية ما قبل الجبهية أن نُحلّل الإثابات، ومن الجدير بالذكر أن العديد

^٢ انظر الشكل ٣-١ و ٣-٢ و ٣-٣.

لماذا نحب؟

من أجزائه لها وصلاتٌ مع النواة المذنبية.^{٤٢} وفي يوم من الأيام سوف يتمكن شخص ما من تعريف هذه الأجزاء (من القشرة المخية ما قبل الجبهية) التي تساعد في قيادة الفرقة الموسيقية التي تعزف مقطوعة الحب الرومانسي. نحن الآن في الطريق لنفهم بعض الدوافع في الحب، وما هي روعة هذا التصميم؛ فالغرام ينبعث من محرك الدماغ، النواة المذنبية، وهي تتقد وتشتعل، على الأقل بواحد من أقوى المنشطات الطبيعية، ألا وهو الدوبامين، حين تقدر عواطف الشخص، يسير المخ على المشاعر الإيجابية، مثل الفرح والأمل. أما إذا احتقَر حب الشخص أو خاب أمله، فإن المخ يربط هذه الدوافع بالمشاعر السلبية التي اختبرها كاليأس والغضب.

على كلِّ حال فإن مناطق القشرة المخية ما قبل الجبهية سوف تُقيم الملاحظة، تضع الخطط التكتيكية، تحسب الربح والخسارة، تسجل التقدم نحو الهدف: عاطفياً، جسمانياً، وحتى الاتحاد الروحي مع المحبوب.

«المخ أوسع من السماء» هكذا كتبت إميلي ديكنسون.^٢

إن هذا الجزء الذي يزن ثلاثة باوندات (أي المخ) يمكن له أن يُنتج احتياجاً قوياً يخضع له العالم أجمع: إنه الحب الرومانسي، ولكي نجعل حياتنا أكثر تعقيداً فإن هذه العواطف الرومانسية وقعت بشكل معقد في شبك دافعين آخرين من دوافع الموالفة وهما دافع الغريزة الجنسية والثاني هو الاحتياج لبناء رابط عميق للشريك العاطفي، أه، يا لَنَسِيحِ الحب، كيف تغذّي هذه القوى شعله الحياة؟^{٤٤}

(١٨) أعلام الفصل الثالث

وليم باتلر ياتيس William Butler Yeats: شاعر أيرلندي، كاتب مسرحي وأحد أعلام الأدب في القرن العشرين، وُلد في ١٨٦٥م، وحصل على جائزة نوبل للأدب عام ١٩٢٣م، وتوفي في عام ١٩٣٩م في سنِّ الثالثة والسبعين.

أريستوفانس Aristophanes (٣٨٦-٤٤٦ ق.م.): كاتب ومخرج مسرحي إغريقي شهير، ويعتبر أبا الكوميديا في الأدب العالمي.

^٢ انظر ترجمات شعرية لإميلي ديكنسون في كتاب: «أبناء الشمس الخامسة»، ترجمة: فاطمة ناعوت. (المترجم)

هوميروس Homer: كاتب إغريقي، عاش في القرن الثامن قبل الميلاد، وصاحب الملحمة الشعرية الشهيرة الإلياذة والأوديسا.

جون دون John Donne (١٥٧٢-١٦٣١م): شاعر وكاتب ساخر ومحام إنجليزي، كما أنه راهب بروتستانتي كذلك.

دون باف Don Pfaff: أستاذ جامعي معاصر — مختبر علم الأعصاب والسلوك — جامعة روكفلر بالولايات المتحدة الأمريكية، وقد حصل على جوائز تقديرية متعددة عن كتابه المنشور حديثاً «تنبيه المخ ونظرية المعلومات».

إميلي ديكينسون Emily Elizabeth Dickinson (١٨٣٠-١٨٨٦م): شاعرة أمريكية تم نشر أول مجموعة شعرية لها في ١٨٩٠م بعد رحيلها بأربع سنوات، ويعتبرها النقاد حالياً شاعرة أمريكية عظيمة.

جورج واشنطن George Washington (١٧٣٢-١٧٩٩م): أحد الآباء المؤسسين للولايات المتحدة الأمريكية، وأول رئيس جمهورية لها من ١٧٨٩-١٧٩٧م.

الفصل الرابع

نسيج الحب

الشهوة، والغرام، والارتباط

الحبُّ محتال
لا أحدَ حكيم بما فيه الكفاية؛
ليجد كل هذا فيه،
سيفكر في الحب،
حتى تهرب النجوم،
وتأكل الظلال القمر.
آه ... البنس، البنس البُنِّي، البنس البُنِّي
لا يستطيع المرء أن يبدأ قبل أوّانه.

وليم بيتلر ياتس
«البنس البُنِّي»

الحب «لذيذ كالنغم/«عود» أبوللو اللامع/معلق مع شعرها/وحين يتكلم الحب، فإن أصوات الآلهة/يدوخ الجنة بالانسجام».¹
الحب توافق وانسجام، كما كتب شكسبير، أحياناً حتى تنافر للأحاسيس، امتلاء بالحيوية والنشاط، حنان، رحمة، تملك، فرحة غامرة، هيام، لهفة، يأس. الغرام نمطٌ بديع دائم التغير، من الاحتياجات المتحولة، والمشاعر المقيدة، بكائن آخر سماوي، أي كلمة صغيرة منه أو بسمة، تسترضينا، ويغزلنا بالأمل والفرحة والاشتياق.

(١) التعقيد هو اسم الحب

حتى الآن مع مرور الوقت والظروف المحيطة، بنّت الطبيعة أعمدة قليلة وضخمة في هذه السيمفونية. الحب الرومانسي يتشابه بشكل عويص، مع اثنين من دوافع التزاوج: الشهوة والاشتياق للإشباع الجنسي، والارتباط (المودة)، أو مشاعر السكنينة، والأمان، والاتحاد مع شريك لمدة طويلة.^٢

كلُّ من هذه الدوافع الأساسية، يمشي عبر مسارات مختلفة في المخ. وكلُّ منها يُنتج سلوكيات مختلفة، وآمالاً، وأحلاماً مغايرة. وكلُّ منها يصاحبه كيميائيات بالمخ مختلفة كذلك. الشهوة يصاحبها أساساً هرمون التيستوستيرون، في كلِّ من النساء والرجال. والحب الرومانسي يترابط مع المحفز الطبيعي، الدوبامين، وربما النوريبينفرين، والسيروتونين. ومشاعر الارتباط بين الذكر والأنثى، تنتج أولاً بهرمون الأوكسيتوسين والفازوبرسين. أكثر من ذلك، فإن كل نظام بالمخ، تطوّر لكي يُدير جانباً مختلفاً من عملية التكاث. الشهوة تطوّرت لتحفز الكائنات، للبحث عن اتحاد جنسي مع أي شريك شبه مناسب فقط. الحب الرومانتيكي برز ليقود الرجل والمرأة، لكي يركزا انتباههما للزواج من الشخص المفضل. لذلك يحافظ بالوقت والطاقة على علاقته الغرامية الثمينة، أما دوائر الدماغ للارتباط بين الرجل والمرأة، فتطورت كي تساعد أسلافنا على العيش مع رفقاتهم، على الأقل مدة طويلة، لتربية طفل وحيد معاً.^٣

كل شبكات الدماغ^١ الثلاث، الشهوة، الحب الرومانسي، والارتباط، ما هي إلا أجهزة متعددة الأغراض؛ فبالإضافة إلى الإنجاب، نجد أن الرغبة الجنسية تخدم صناعة الأصدقاء والحفاظ عليهم. كما توفر المتعة والمغامرة، انسجام العضلات، وتوفر الاسترخاء للعقل. ويحفزك الحب الرومانسي على إبقاء شراكة المحبة، أو يقودك لتقع في الحب مع شخص آخر جديد، والبدء في الطلاق من السابق. وتساعدنا مشاعر الارتباط كذلك، على إظهار المحبة الحقيقية للأطفال والأسرة، والأصدقاء، فضلاً عن الحبيب.

إن الطبيعة محافظة، وحينما يكون لديها تصميم جيد، فإنها تواظب عليه، وتعمل على توسيع ومدّ استخداماته، كي يلائم حالات متعددة، ولكن الغرض الأوّلي والأساسي

^١ المخ. (الترجم)

لهذه الدوافع المتشابهة، هو أنها تحثنا لالتماس نسق لشركاء جنسين، واختيار أحدهم ذلك الذي شغفنا به، ومن ثم نبقى منخرطين عاطفياً معه أو معها، على الأقل لمدة كافية لتربية الطفل معاً، أساسيات لعبة الزواج.

ولفهم كيفية تأثير العواطف الرومانسية في الرغبة الجنسية، ومشاعر الارتباط الطويل المدى، شرعتُ في مشروع بحثي مع «جوناثان ستيجليتز»، ثم طالب في جامعة «روتجرس». نقبنا عبر محركات البحث المختلفة بالإنترنت، عن المقالات الأكاديمية التي توضح كيفية تأثير هذه الدوافع الثلاثة؛ الشهوة، الانجذاب الرومانسي، والارتباط، في كلٍّ منها.

في الواقع، فإن الحب الرومانسي يشقُّ طريقه عبر شبكات الدماغ الأخرى، بحيث إن كلاً منهما يثري وينتزع نسيج حياتنا معاً.

(٢) في الشهوة

ما هاتان الذراعان والأكتاف التي رأيتها ولمستها،
كيف بدأ ثدياها حين صُغِطَ بي،
وكم كان بطنها طرياً تحت خصرها،
وكم هي طويلة ساقها،
وما أشهى فخذها!
لكي أترك الباقي،
كلهم أحبوا مروري،
حين التصقت بجسدها العاري،
سقطت بي،
خمن الباقي.
وبدت مُنهكةً حين قبَلتني في الوداع.
أرسل يا جوبيتر أمسيات كهذه مراراً.^٤

«أوفيد» الشاعر الروماني، واحد من الملايين التي لا تعد، الذين يستمتعون بالشهوة. إن الشهوة شعور إنساني أصيل، ولا يمكن التنبؤ به كذلك. وقد يقفز الشوقُ للامتلاء الجنسي، على سطح عقلك، وأنت تقود سيارتك، تشاهد فيلماً على التلفاز، تقرأ في المكتب، أو في حلم يقظة على الشاطئ. هذا الإلحاح يختلف

تمامًا، عن مشاعر الحب الرومانسي. في الواقع، الكثير من الناس، في المجتمعات الغربية، يخلطون بين الابتهاج بالحب الرومانسي، والشوق لإطلاق العنان للرجبات الجنسية.^٥ ويفرق الناس في المجتمعات المختلفة بين هذه المشاعر بسهولة،^٦ فتجد في جزر «بولينيزيا»، أن «الحب الحقيقي»، يُطلق عليه «إينانجارو كينو»، حالة من العواطف الرومانسية، تتميز عن رغبات الفرد الجنسية. وذلك بلغتهم الأصلية. ويُطلق «التايتا» في كينيا على الشهوة اسم «أشكبي»، على حين يُشيرون إلى الحب بلفظ «بيندو».^٧ وفي «كاروارو» في شمال شرق البرازيل، يقول المحليون «أمور» الحب، حينما تشعر برغبة أن تبقى دائمًا معها، تتنفسها، تأكلها، تشربها، وتفكر دائمًا بها، فأنت لا تستطيع أن تُدير حياتك بدونها.^٨ وفي جانب آخر فإن «بايكساو» هو النشوة، أما «تيساو»، فهي رغبة جنسية قوية جدًا، في شخص ما، ولهؤلاء الناس كل الحق في تمييز هذه المشاعر عن بعضها البعض.^٩

ولقد أكد العلماء أخيرًا، أن الشهوة والحب الرومانسي، مرتبطان بمجموعات مختلفة من مناطق الدماغ.^{١٠} وفي إحدى الدراسات، صور الباحثون أدمغة مجموعة من الشباب باستعمال «المرنان الوظيفي» FMRI لمسح المخ، وفي هذه التجربة، شاهد هؤلاء الشباب ثلاثة أنواع من أفلام الفيديو: المجموعة الأولى شاهدت أفلامًا جنسية شهوانية، المجموعة الثانية شاهدت أفلامًا هادئة ومريحة، أما المجموعة الثالثة فشاهدت أفلامًا حول إحدى الرياضات.^{١١} وارتدى كل متطوع جهازًا حول قضيبيته، لقياس شدة صلابته، وهو جهاز مصمم خصيصًا، مكوّن من أسورة هواء مضغوط (كالتّي تُستخدم في جهاز قياس ضغط الدم).

وعند ظهور نتائج التجربة، وجد أن نشاط المخ كان مختلفًا بوضوح، عمّا وجدناه في عينة «المصابين بالحب»، التي صورناها في بحثنا. الشهوة والحب الرومانسي ليسا الشيء نفسه. وكما مزج الناس في أيّ مكان جرعات لتحفيز الحب الرومانسي، لقد جربوا كلّ وسائل الوصفات السحرية كي يُوججوا الشهوة أو كما ذكر المثل الإيطالي «إنه الأسد العجوز بينهم جميعًا»

(٣) هرمونات الرغبة

«الطوى مدهشة، لكن الشراب أسرع». هكذا قال «أوجدين ناش» ساخرًا.

استخدمت البشرية في كل مكان، ما ظننته مثيراً للشهوة الجنسية لتحفزها. وحينما عبرت الطماطم المحيط الأطلنطي، قادمةً من الأمريكتين، ظن الأوروبيون أن هذه الثمار الغضة، سوف تُشعل الرغبة الجنسية، وأطلقوا عليها «تفاحة الحب».

زعانف أسماك القرش، حساء عش الطيور، بودرة قرن وحيد القرن، الكاري، الصلصة، جذر نبات المندريك، الشيكولاتة، عيون الضباع، الكافيار، الرخويات، المحار، سرطان البحر، مخ الحمام، ألسنة الأوز، التفاح، الموز، الكرز، البلح، التين، الخوخ، الرمان، نبات الهليون، الثوم، البيرة، التعرق، الروائح ونكهات الطعام، والمراهم الرائجة الأنواع، وُظِّفت جميعها لجذب الشريك النافر من الفراش.

وقد اعتاد العاملون في بيوت الدعارة، في عهد الملكة «إليزابيث»، تقديم البرقوق المجفف (القراصيا)، لقناعتهم أنها تحفّز الشهوة. وفي القرون الماضية، حاول العرب إغواء المرأة المترددة، بلقمة من سنم الجمل، لإثارة رغبتها الجنسية. كتب «البليني» أن فنطسية فرس البحر،^٢ تفعل الشيء نفسه.

كذلك رأى الأرتيك السحر الجنسي، في أجزاء الماعز والأرنب؛ لأن هذه الحيوانات تُنجب بسرعة. كما أشعلت رخويات البحر وهَمَّ الصينيين؛ حيث وجد أن هذه الحيوانات الغريبة تتضخم عند لمسها. كذلك سحق الأوروبيون بعض أنواع الخنافس، الموجودة في جنوب أوروبا، واستخدموها لحثّ الرغبة الجنسية، وأطلقوا عليها «الذبابة الإسبانية».^{١٢}

إن تناول الطعام يزيد من ضغط الدم، ومعدل النبض، كما يرفع حرارة الجسم، وأحياناً يجعلنا نتعرق، وهي التغيرات الفسيولوجية نفسها التي تحدث أيضاً في العلاقة الجنسية. ولعل هذا هو السبب الذي ربط من أجله الرجال والنساء، منذ زمن، بين أنواع معينة من الطعام والإثارة الجنسية.

لكن الطبيعة صنعت مادة حقيقية وحيدة، لكي تُثير الرغبة الجنسية لكل من المرأة والرجال، على حدٍ سواء، وهي التيستوستيرون، وبدرجة أقل أقربائه، هرمونات الجنس الذكوري الأخرى، هذا الأمر استقر تماماً.

ويميل الرجال والنساء، الذين لديهم مستوى أعلى من هرمون التيستوستيرون، تجري في عروقهم، إلى الدخول في نشاطات جنسية أكثر من غيرهم.^{١٢} وكذلك الرجال الذين يمارسون الرياضة، والرجال الذين يحقنون أنفسهم بالتستوستيرون، كي يزيدوا

^٢ الجزء البارز من رأسه. (المترجم)

من قوتهم وقدرتهم على التحمل، نجد أن لديهم أفكارًا جنسيةً أكثر. وكذلك النساء اللاتي يأخذن التيسيتسترون، نجده يُعزِّز رغبتهن الجنسية.^{١٤}

إن الرغبة الجنسية لدى الرجال تصل لذروتها في بداية العشرينيات، عندما تكون مستويات التيسيتسترون هي الأعلى، ويشعر الكثير من النساء برغبة جنسية أكبر، في أوقات التبويض، عندما تكون مستويات التيسيتسترون عالية كذلك. وكما يحفز ارتفاع التيسيتسترون الرغبة الجنسية، فإن هبوط مستوياته يخدمها.

ومع التقدم في السن، نجد أن كلا الجنسين تقل لديهم التخليلات الجنسية، وتقل ممارسة العادة السرية، كما يقل انخراطهم في العلاقات الجنسية.^{١٥} كما تعزى كل من الصحة المتدهورة، التعاسة، الإرهاق، انعدام الفرص، الكسل، والضعف، يقينًا إلى تراجع الشهوة.

لكن مع تقدُّم العمر، فإن مستويات التيسيتسترون تنخفض، وغالبًا ما تتراجع الرغبة الجنسية، حوالي ثلثي متوسطي العمر من النساء، لا يعانين من أي انخفاض في الطاقة والقدرة الجنسية.^{١٦} ومع ذلك، ربما يكون هذا أيضًا نتيجة التيسيتسترون؛ حيث ينخفض مستوى الإستروجين، مع انقطاع الطمث، وتُصبح مستويات التيسيتسترون والإندروجينات الأخرى غير مغطاة، وهذه الهرمونات القوية، تستطيع أن تُفصح عن نفسها أخيرًا، بشكل كامل.

في واحدة من الدراسات لمجموعة من السيدات المتوسطي العمر، وجد أن تقريبًا أربعين بالمائة من العينة، يشكين من أنهن غيرُ مشبعات جنسيًا.^{١٧}

حينما نأتي إلى الرغبة الجنسية، يختلف الناس جزئيًا فيها؛ وذلك لأن مستويات التيسيتسترون تورث،^{١٨} وكذلك تذبذب هذه المستويات، تبعًا لليوم، والأسبوع، والسنة، ودورة الحياة. وعلاوة على ذلك، فإن التوازن بين التيسيتسترون، والإستروجين، وباقي عناصر الجسم، فضلًا عن الظروف الاجتماعية، ومجموعة من العوامل الأخرى، كل ذلك يلعب دورًا في: متى، أين، وكيف، نشعر بالشهوة.^{١٩}

ومع ذلك، يبقى هرمون التيسيتسترون مركزياً لهذه الشهية، وهذه المادة الكيميائية الأساسية، لها القدرة على غمر تفكير الدماغ، كما قال الشاعر «توني هوجلاند» عن الشهوة: «طالما هناك رغبة، فأنت لست في مأمن.»^{٢٠}

وغالبًا ما يُثار الرجال والنساء بأشياء مختلفة، ولكن على كلِّ حال، يفضل الرجال النظر، فهم يشغلون جنسيًا بالمثير البصري. وحتى عندما تشغل مخيلة الرجال، نجدهم

يستخدمون صورًا واضحة لأجزاء الجسم وللمضاجعة.^{٢١} وهذا التحديق الفاسق يدعم على الأرجح مستوى التيسيتسترون. فحينما يشاهد ذكور القرود أنثى متاح الاتصال بها جنسيًا، أو يشاهدون رفيقًا في حالة مضاجعة مع أنثى، ترتفع لديهم مستويات التيسيتسترون. لهذا فإن الرجال الذين يذهبون لحانات التعري،^{٢٢} أو يشاهدون مجلات نسائية، فهم بالتأكيد يُعززون مستويات التيسيتسترون،^{٢٣} ويعززون الشهوة. أما المرأة عمومًا، فتشتعل بالكلمات الرقيقة الرومانسية، والمشاهد في الأفلام أو القصص. وتتضمن تخیلات المرأة الجنسية عواطف أكثر، تعهدات بالالتزام، وكذلك ممارسة الجنس مع شريك معروف.^{٢٤} وتحبذ المرأة أن تخضع. إن حوالي سبعين بالمائة من الأمريكيين، رجالًا ونساءً، تنشط مخيلتهم أثناء الجماع.^{٢٥} ولكن كما هو مفهوم الغزو، في صميم ذهن معظم الرجال، أثناء المغامرات العاطفية، فإن مفهوم الاستسلام النشط، هو السائد في مخيلة النساء الجنسية.^{٢٦} أذواق الغزو والاستسلام، لا علاقة بها مع الاغتصاب. أقل من نصف في المائة من الرجال، يستمتعون بإرغام امرأة على علاقة جنسية، وأقل من نصف في المائة، يريدون علاقة جنسية بالإكراه.^{٢٧} ولا تزال النساء الأمريكيات أكثر بمرتين من الرجال، بالقيام بالتخيل النشط، عن كونهم «يفعل بهن»، عكس «يفعلون».^{٢٨} الخطر، التجديد، الروائح، والأصوات الخاصة، خطابات الحب، والحلوى، الحوارات المحببة، الملابس المثيرة جنسيًا، الموسيقى المؤثرة، عشاء راق: إشارات متعددة تستطيع أن تلهب هذا «العطش السرمدى»، كما أطلق على الدافع الجنسي الشاعر بابلو نيرودا. كيف تؤثر المشاعر والحب الرومانسي، في دائرة الدماغ البدائية، الشهوة؟

(٤) الرومانسية تُثير الشهوة

حتمًا سوف تلاحظ أنك حين وقعتَ في الحب، فإن هيامك حفزَ الدافع الجنسي. وقد تحدّث الروائيون، وكُتّاب المسرح، والشعراء، وكُتّاب الأغاني، كلهم بحماسة، عن هذا الدافع والحث للتقبيل، والعناق، ومضاجعة هذا الذي أغرمتَ به. لماذا نشعر بالشهوة، حين نقع في الحب؟ لأن الدوبامين، سائل الرومانسية، يمكنه حفز إطلاق التيسيتسترون، هرمون الرغبة الجنسية.^{٢٩}

^٢ ينتشر هذا النوع من الحانات في المجتمعات الغربية. (المترجم)

هذه العلاقة بين ارتفاع مستويات الدوبامين، وإيقاظ الرغبة الجنسية، تكرارية العلاقة الجنسية، ووظيفة الجنس الإيجابية، شائعة في الحيوانات.^{٢٩} فحين تم حقن الدوبامين، في مجرى الدم لذكور الفئران، على سبيل المثال، قام بحفز سلوك المضاجعة لديها.^{٣٠} علاوة على ذلك، حينما يوضع فأر المعمل الذكر، في قفص مجاور، بحيث يرى أو يشتم أنثى، يُثار جنسيًا، مع هذا يرتفع مستوى الدوبامين كذلك.^{٣١} وحينما يزاح العائق، ويسمح له بالتزاوج، ترتفع مستويات الدوبامين أكثر.^{٣٢}

يمكن للدوبامين أيضًا، أن يحفز الشهوة لدى الإنسان،^{٣٣} فحين يتناول الرجال والنساء المكتئبون أدوية ترفع مستويات الدوبامين في الدماغ، يتحسن لديهم الدافع الجنسي.^{٣٤}

أخبرتني صديقة لي، في الثلاثين من عمرها، قصة لافتة للنظر في هذا الصدد، كانت مكتئبة بشكل بسيط، لسنوات عديدة، وأخيرًا بدأت في تناول واحد من مضادات الاكتئاب الجديدة (واحد بدون آثار جانبية جنسية)، والتي ترفع مستويات الدوبامين في الدماغ. بعد شهر من بداية تناولها هذا الدواء، لم تكن تفكر فقط في الجنس، بل كان لديها أيضًا عدة هزات جماع، أثناء علاقتها الجنسية مع شريكها.

وأظن أن هذا التحول المفاجئ في رغبتها الجنسية، ووظائفها الجنسية، حدث نتيجة الحبوب التي تناولتها، والتي تحسن من الدوبامين، والذي يحفز بدوره إطلاق التيسيتسترون كذلك. هذه العلاقة الإيجابية بين الدوبامين والتيسيتسترون، توضّح أيضًا سبب شعور الناس بأن لديهم زيادة في الرغبة الجنسية أثناء الإجازات، فيمارسون ألعابًا جديدة على الفراش، أو يمارسون الجنس في الحمام، أو يتعرفون على شريك يمارسون معه الحب. فالخبرات الجديدة تقوي مستويات الدوبامين في الدماغ، ومن ثمّ تُوّجج كيمياء المخ المختصة بالشهوة. كما أن النوريبيبتراين محفز آخر يحتمل أنه يلعب دورًا في الحب الرومانسي، يعمل أيضًا باعتباره محفزًا للرغبات الجنسية.

كما نجد أن مدمني مادة الأمفيتامين،^٤ المعروفة في الولايات المتحدة باسم (المعلية)، أو (السرعية)، يقولون إن دوافعهم الجنسية يمكنها الاستمرار. هذه الشهوانية، غالبًا ما تنجم عن المعادلة البيولوجية نفسها: الأمفيتامين يعزز — بشكل كبير — النوريبيبتراين (ومن ثم الدوبامين)، والنوريبيبتراين يحفز إنتاج التيسيتسترون.^{٣٥}

^٤ نوع من أنواع المسهرات أو المنشطات المخلفة التي تُسبب الإدمان. (المترجم)

مرة أخرى بعض المحاذير: جرعات كل هذه المواد الكيميائية، إلى جانب توقيت إطلاقها بالدماغ، يصنع الفارق. كل هذه التفاعلات لا تتم بشكل مباشر أو بسيط، لكننا نتكلم على وجه العموم، الدوبامين والنوريبينفرالين يُشعلان الرغبة الجنسية،^{٣٦} غالبًا عن طريق رفع مستوى التيسيتسترون.

لا عجب أن المحبين الجدد يقعون طول الليل يتلاطفون. كيمياء الحب تُشعل أكثر الرغبات قوة في الطبيعة: رغبة التزاوج. هذا الارتباط الكيميائي بين الحب الرومانسي والشهوة، يصنع الجنس التطوري.

فبعد كل شيء، إذا كان الحب الرومانسي تطور، كي يحفز الالتقاء مع آخر «مميز»، فإنه لا بد وأن يشحذ الدوافع الجنسية، مع هذا المحبوب أيضًا.

(٥) هل تُشعل الشهوة الحب الرومانسي؟

لكن هل العكس حقيقي؟ هل تحفز الشهوة الحب؟ هل تستطيع الذهاب إلى الفراش، مع مجرد «صديقة/ صديق» أو حتى «غريبة/ غريب»، ثم فجأة تقع في الحب معه أو معها؟ أوفيد، الرجل الذي كان له العديد من علاقات الحب، كان يؤمن بأن الانجذاب الجنسي القوي، غالبًا ما يحفز الوقوع في الحب،^{٣٧} لكن الشهوة لا تحفز دائمًا الحب الرومانسي. كما يعرف الكثير من الناس، فإن معظم البالغين المعاصرين، والمتحررين جنسيًا، لديهم علاقات جنسية مع شخص آخر، لا تربطه بهم علاقة حب، بل إن العديد منهم مارسوا الجنس بمعدلات منتظمة، مع هذا «الصديق». لكنهم، واحسرتاه، لم يشعروا أبدًا ببهجة الحب الرومانسي، مع هذا الشريك الجنسي. فالشهوة لا تؤدي بالضرورة إلى الغرام، ووسواس الحب الرومانسي.

في الواقع، هناك كم ضخم من المعلومات تبين العكس من ذلك. فالرياضيون الذين يتم حقنهم بالأندورفين المخلّق لبناء العضلات، لا يقعون في الحب، على الرغم من تناولهم لهذه العقاقير. أيضًا حينما يخضع الرجال والنساء في منتصف العمر لحقن هرمون التيسيتسترون، أو يستعملونه باعتباره كريمًا لأجزاء متعددة من الجسم، لإثارة الرغبة الجنسية، يزيد ذلك من أفكارهم وتخيلاتهم الجنسية،^{٣٨} ولكنهم لا يقعون في الحب.

إن تحفيز دوائر الشهوة في الدماغ لا يؤدي بالضرورة إلى اشتعال أتون الحب. وهذا لا يعني أن الشهوة لن تحفز الحب الرومانسي مطلقًا، ولكنها قد تفعل.

وهناك صديقة لي في أوسط العمر يمكن اتخاذها مثالاً على ذلك، كان لديها علاقة جنسية مع مجرد صديق، كانت علاقة متباعدة؛ حيث أخبرتنى أنها مارست الجنس مع

صديقها حوالي مرتين أو ثلاث مرات كل عام. لمدة ثلاث سنوات. وفي ليلة صيف في إحدى السنوات، وبعد البدء في ممارسة الجنس معه، بخمس دقائق، شعرت بأنها تحبه بعمق. في هذه اللحظة بدأ التفكير الوسواسي والاهتمام، وبدأت النشوة الغامرة، أخبرتني أنها كانت تستيقظ في الليل، خلال الأسابيع والأشهر اللاحقة، لتفكر فيه باستمرار، تنتظر بجانب الهاتف لتسمع صوته، تلبس بشكل جذاب لتفوز به، وتتخيل حياتهما معاً، ولحسن الحظ فقد أحياها أيضاً.

«ناسا باسيو، مايا باسيو» تستعمل النساء في الغرب النائي من «نيبال»، هذه المقولة، كي يعبرن عن هذه الظاهرة، وهي تعني «يدخل القضيبي، ويدخل الحب».^{٢٩} أعتقد أن علم البيولوجي، يشير إلى هذا الحب التلقائي لشريك جنسي؛ حيث إن النشاط الجنسي يزيد من مستويات الدوبامين والنوريبينفرين، في أدمغة ذكور الفئران.^{٤٠} وحتى بدون نشاط جنسي، فإن زيادة مستويات التيسيتسترون، يمكنه أن يزيد مستويات الدوبامين،^{٤١} والنوريبينفرين،^{٤٢} وإلى حد ما يخفض مستويات السيروتونين.^{٤٣} باختصار، فإن هرمون الرغبة الجنسية، يمكنه حفز إطلاق إكسيرات الدماغ للغرام الرومانسي. كما حدث مع صديقتي، عند ممارستها الجنس مع «مجرد زميل»، فأنا أعتقد أنها حفزت دوائر دماغها للرومانسية، ومن ثم شعرت بالحب. كل هذا «السحر الأسود» قوة متغيرة. فإن كيمياء الحب الرومانسي، يمكنها حفز كيمياء الرغبة الجنسية، ووقود الرغبة الجنسية يمكنه أن يُشعل وقود الرومانسية. لهذا فإنه من الخطر إقامة علاقة جنسية مع شخص ما، لا تأمل أن تتورط معه. فأنت على الرغم من أنك تنوي إقامة علاقة جنسية عارضة، فإنك قد تقع في الحب. كما أن عاطفة الحب الرومانسي لها علاقة أخرى مع مشاعر الارتباط.

(٦) في الارتباط

«من الذي أمر نيران شوقهم بالتأجج، بمجرد اشتعالها ستبرد». الشاعر «ماثيو أرنولد» ينغى وفاة الحب الرومانسي.

الحب يتغير مع مرور الوقت، إنه يُصبح أعمق وأهدأ. لم يُعد الأزواج يتحدثون طيلة النهار، أو يرقصون حتى النهاية. هذه العاطفة المجنونة، النشوة، والاشتياق، واللهفة، والتفكير الوسواسي، والطاقة العالية، كل هذا يذوب.

ولكن إذا كنت محظوظاً، سيتحول هذا السحر نفسه إلى مشاعر جديدة من الأمن، والراحة، والهدوء، والاتحاد مع شريكك. ولذلك أطلقت الأخصائية النفسية «إلين هاتفيلد»،

على هذه المشاعر اسمَ «الحب الرفاعي»، نسبةً إلى الرفيق. مشاعر سعادة بالتكاتف، والتواجد مع شخص آخر، هو ذلك الشخص الذي تشابكت حياته مع حياتك بعمق. أما أنا فأطلق عليها «الترابط». ^{٤٤}

(٧) «الترابط»

ومثلما يفرق حدس الرجال والنساء بين مشاعر الحب الرومانسي، وتلك الشهوانية، نجد أن الناس يفرقون بسهولة بين مشاعر الرومانسية والارتباط. ^{٤٥}

«نيسا» وهي امرأة من قبائل البوشمن، في صحراء كالهاري، ببتسوانا شرحت مشاعر الترابط بين الرجل والمرأة بإيجاز، لعالم الإنسانيات «مارجوري شوستاك»، قائلةً: «حينما يلتقي شخصان لأول مرة، يصبح قلباهما في نار، وعاطفتها في أوجها. بعد قليل تبرد النار، وتلك هي الكيفية لأن يبقى. إنهما يستمران في حب بعضهما، ولكن بطريقة مختلفة، دافئة ومليئة بالثقة». ^{٤٦}

وسوف توافقها كذلك «تايتا» من كينيا، إنهم يقولون إن الحب يأتي بشكلين، لهفة لا تقاوم «نوع مرضي»، والآخر مشاعر عميقة ودائمة لآخر. ^{٤٧}

ولدى البرازيليين مثل شعري، يفرق بين هذين النوعين من المشاعر، يقول: «يولد الحب في لمح البصر، وينضج في ابتسامة». ^{٤٨}

وبالنسبة للكوريين، نجد أن «سارانج»، كلمة قريبة للمفهوم الغربي للحب الرومانسي، أما «شونج»، فهي أقرب لمشاعر الارتباط الطويل المدى.

وقالتها «أبيجيل آدمز»، زوجة ثاني رئيس للجمهورية بالولايات المتحدة الأمريكية، بشكل رائع، وهي تكتب لزوجها جون آدمز في ١٧٩٣م:

«تغلب السنوات على حماسة العاطفة، ولكن بدلاً منها تعطي علاقة صداقة، وعاطفة عميقة الجذور، تستمر وتتحدى الزمن، وحينها تبقى الشعلة مفعمة بالحياة». ^{٤٩}

(٨) كيمياء الارتباط

بدأ العلماء في فحص هذا النظام الدماغي، الارتباط، منذ عقود مضت، حين افترض طبيب النفس الإنجليزي «جون باولبي»، أن الإنسان طوّر جهازاً ارتباطاً فطرياً، يتكوّن من سلوكيات محددة، وردود أفعال نفسية. ^{٥٠}

وحديثاً فقط رغم ذلك لدينا أبحاثٌ بدأت في محاولة لفهم أيّ من كيميائيات الدماغ، تُنتج مشاعر الاندماج، مع زوج في علاقة طويلة الأمد. ويؤمن غالبية العلماء، أن الفازوبرسين، والأوكسيتوسين، وهما هرمونان متقاربان يتكونان بشكل كبير فيما تحت المهاد Hypothalamus وكذلك الغدد الجنسية المعروفة بالجوناڊز كل هذا يقوم بإنتاج العديد من السلوكيات المصاحبة للارتباط.

ولكن لكي نُحيط بكل جوانب الموضوع، ونفهم كيف تولد هذه الهرمونات أحاسيس الاتحاد، مع حبيب القلب، يجب أن أُعيد تقديم ما سبق أن ناقشته عن قاطني أواسط الغرب الأمريكي، فئران البراري، وكما تتذكر، فهذه الفئران البنية الرصاصية، قامت بتكوين روابط ثنائية، كي تربي الصغار، ووجد أن ٩٠٪ منها تزوجت لمدى الحياة، مع شريك وحيد. ومنذ أعوام قليلة حدّد كلٌّ من «سيو كارتر» عالم الأعصاب، و «توم أنسيل»، وآخرون، أن سبب هذا الارتباط في الذكور، حيث إن ذكور الفئران، ما إن تقذف السائل المنوي، حتى ترتفع لديها نسبة الفازوبرسين في أمخاخها، لتحفز الحماسة والغيرة الزوجية، والأبوية كذلك.^{٥١}

هل الفازوبرسين، هو مخلوط الطبيعة للارتباط الذكوري؟

لكي نبحث في هذه الفرضية، حقن العلماء في المعمل الفازوبرسين، في أدمغة ذكور فئران البراري، التي لم تتزوج بعد.

وقد بدأت هذه الذكور بعدها مباشرة، في الدفاع عن الحيز المتاح لها، من الذكور الآخرين. وهو جانب في تكوين التزاوج، لدى فئران البراري. وحينما تزوج كلٌّ منهم أنثى، أصبح موسوساً بها مباشرة.^{٥٢} علاوة على ذلك، حينما منع هؤلاء العلماء، تكوين الفازوبرسين، في أدمغة الفئران، تصرف ذكور فئران البراري، كالأوغاد، فيتزوج الذكر بإحدى الإناث، ثم يتخلى عنها من أجل فرصة التزاوج بأخرى.

لقد حبت الطبيعة ذكور الثدييات، بمادة كيميائية، للإحساس بغريزة الأبوة، إنها الفازوبرسين.

(٩) الأوكسيتوسين: خليط آخر للإخلاص

«لقد نشأنا سوياً، كحبتَي كرز متلازمتين، نبدو منقسمين، لكن كوحدة في التجزئة،

حبتَي فراولة محببتين، في فرع واحد.»^{٥٣}

كتب قلة من الشعراء، عن مشاعر الارتباط المعمرة، ربما لأن هذا الدافع نادراً ما يُجبر شخصاً ما، على نظم بيت شعري عاطفي، في سكون الليل. هذه الأبيات لشكسبير تُعدُّ استثناءً. ومع ذلك فإن مشاعر الترابط، لا بد وأنها أحاسيس شائعة، في كل الطيور والثدييات؛ لأنها مصاحبة ليست فقط مع الفازوبرسين، ولكن أيضاً مع الأوكسيتوسين، وهو هرمون مقارب حاضِر في الطبيعة.^{٥٤}

مثل الفازوبرسين يتكوّن الأوكسيتوسين فيما تحت المهاد، كذلك في بويضات الأنثى أو الخصية لدى الذكر.

وعلى عكس الفازوبرسين، فإن الأوكسيتوسين، يُطلق في كل إناث الثدييات (بمن فيها المرأة) أثناء الولادة،^{٥٥} فهو يعمل على بدء انقباض الرحم، ويحفّز غدة الثدي لإنتاج الحليب، واستقر العلماء حالياً على أن الأوكسيتوسين يحفز أيضاً الرابطة بين الأم ووليدها. أما الأكثر أهمية، فهو إيمان الكثيرين حالياً، بأن الأوكسيتوسين يتدخل أيضاً في مشاعر الارتباط بين الرجل والمرأة.^{٥٦}

لقد شعرت بالتأكيد — في وقت ما — بقوة «هرمونات الشعور بالرضا»، كما يطلق أحياناً على الفازوبرسين والأوكسيتوسين. فنحن نُفرز هذين الهرمونين في لحظتين شديدتي التأثير، أثناء اللقاء الجنسي: الأولى أثناء مداعبة الأعضاء الجنسية الخارجية، أو مداعبة الحلمتين،^{٥٧} والثانية أثناء هزة الجماع.

ففي أثناء هزة الجماع، تزيد مستويات الفازوبرسين، بشكلٍ حادٍّ في الرجال، وترتفع مستويات الأوكسيتوسين، لدى المرأة.^{٥٨}

ويعزى لكيميائيات الأحضان هذه، أحاسيس الاندماج، والقرب، والارتباط، التي تشعر بها، بعد علاقة جنسية مع المحبوب.

إلى أي مدى تؤثر كيمياء الارتباط هذه في مشاعر الشهوة والحب الرومانسي؟

(١٠) هل الشهوة تُخمد الارتباط؟

إن العناصر الكيميائية للارتباط لها تأثيرٌ معقد على كلٍّ من الرغبة الجنسية، ومشاعر الحب الرومانسي.

ففي ظل ظروف معينة، يمكن للتيسيتسترون رفع مستويات الفازوبرسين^{٥٩} والأوكسيتوسين^{٦٠} في الحيوانات، حيث يزيد من سلوكيات الارتباط، مثل العناية المتبادلة،

والأثر،^٥ وكذلك سلوكيات الدفاع عن العش.^{٦١} والعكس قد يحدث أيضًا؛ فالأوكسيتوسين والفازوبرسين يمكن أن يزيدا من إنتاج التيستوستيرون، في بعض الحالات.^{٦٢} اختصارًا، فإن كيميائيات الترابط تحفز الشهوة، وكيمياء الشهوة، ويمكن لها حفز التعبير عن الترابط. ولكن، قد يكون لكل هذه الهرمونات تأثير سلبي، على بعضها البعض. فنجد أن زيادة مستويات التيستوستيرون، يمكن أن تقلل أحيانًا، من مستوى الفازوبرسين والأوكسيتوسين، كما زيادة نسبة الفازوبرسين، يمكن أن تُضعف مستويات التيستوستيرون.^{٦٣}

وهذا التأثير العكسي بين «الشهوة» و«الارتباط»، يعتمد في الحقيقة على نسب هذه الهرمونات في الدم، فهي تختلف اعتمادًا على الكمية، التوقيت، والتفاعل بين الهرمونات المتعددة.^{٦٤}

فالمستويات العالية من هرمون التيستوستيرون يمكن أن تقلل من «الارتباط»، وهناك إثباتات على نطاق واسع، أن هذا يحدث مع الناس بشكل منتظم، مصحوب بتأثيرات كارثية أحيانًا.

إن الرجال الذين يحظون بمستويات عالية من التيستوستيرون بشكل أساسي يتزوجون بشكل أقل، ولديهم علاقات جنسية متعددة، كما أن لديهم إيداء للشريك أكثر من غيرهم، وغالبًا ما يُطلقون. ومع عدم استقرار زواج الرجل ترتفع نسب هرمون التيستوستيرون. ومع الطلاق ترتفع هذه النسبة بشكل أكبر. والرجل الأعزب، يتمتع بنسبة تيستوستيرون أعلى من هؤلاء المتزوجين.^{٦٥} والعكس قد يحدث؛ فكلما ازداد ارتباط الرجل بعائلته، يمكن لمستويات التيستوستيرون أن تنخفض. في الواقع يحدث انخفاض واضح في مستويات التيستوستيرون، لدى الأب، عند ولادة الطفل،^{٦٦} حتى عندما يحمل الرجل الطفل الرضيع، يحدث كذلك انخفاض لمستويات هذا الهرمون.^{٦٧}

وتظهر أيضًا هذه العلاقة السلبية بين التيستوستيرون، ومشاعر الارتباط في المخلوقات الأخرى. ففي ذكور الرئيسيات، وطائر أبو زريق الأزرق، والذي يطير من أنثى لأخرى،

^٥ تقوم بعض الحيوانات بترك أثرها، ذي الرائحة المميزة، باعتباره علامة على مناطق سيادتها ووجودها. (المترجم)

^٦ لا يفضل رجال كثيرون حمل الرضيع في شهوره الأولى دون سبب محدد أو لأسباب أخرى واهية. (المترجم)

ولا يبقى أبداً أباً لأولاده. نجد أن هذا الأب المتهتك، لديه معدلات عالية من التيسيتسترون. أما ذكور بعض الأنواع، التي تكون علاقة الزواج الأحادي (الزواج بأنثى واحدة)، تبقى مع شريكاتها باعتبارها آباء للصغار، نجد انخفاضاً شديداً في مستويات التيسيتسترون أثناء مرحلة الأبوة في موسم التزاوج.^{٦٧}

وحيثما ضح العلماء هذا الهرمون في ذكور عصافير الدوري، أحادية الزواج، فإن هذه الآباء الوفية، هجرت أعشاشها وصغارها، و«زوجاتها»، كي يُغازلوا إنثاً أخريات. وكما قلت سابقاً، فإن التفاعل بين هذه النظم الكيميائية، للشهوة والارتباط، معقدة ومتباينة. ولكن هناك بيانات ترجح أنه كلما كبر اثنان، مثل «فراولتين جميلتين على ساق واحدة»، فإن كيمياء الترابط تُثبط الشهوة. وهذا يفسر السبب وراء ميل الأزواج والزوجات، الذين استقروا في علاقة زواج طويلة المدى إلى قضاء وقت أقل في الفراش لممارسة الحب.^{٦٨}

ولكن ماذا عن الرومانسية؟ كيف يؤثر الدوبامين «وقود الحب الرومانسي»، على مستويات الفازوبرسين والأوكسيتوسين، وسموم الدماغ للارتباط؟ هل مشاعر الاتحاد العميقة والارتباط تُحسن أم تخنق العاطفة الرومانسية والغرام؟

(١١) الرومانسية والارتباط

إن الطبيعة ليست منظمة، فهي تفضل الاختيارات، ولا توجد علاقة محددة بين الناقلات العصبية للرومانسية، وهرمونات «الترابط»، وكما يجب أن يقال في كل هذه التفاعلات الكيميائية، إنها تعتمد على أشياء كثيرة يستطيع كلٌّ من الدوبامين، والنوريبينفرين، تحت ظروف معينة، حفز إطلاق الأوكسيتوسين والفازوبرسين.^{٦٩} ويعزى إليها نمو مشاعر الارتباط. لكن زيادة مستويات الأوكسيتوسين (وهو ما يوجد في الرجال والنساء)، يمكنه أيضاً أن يتداخل، مع مسارات الدوبامين والنوريبينفرين بالدماغ، مقللاً من أثر هذه المواد المهيجة.^{٧٠} لهذا فإن كيمياء الارتباط يمكنها قمع كيمياء الغرام.

هناك اهتمام كبير وبالإثباتات القصصية عن هذه العلاقة الكيميائية السلبية، بين الارتباط من ناحية والحب الرومانسي من ناحية أخرى. فالناس حول العالم يقولون إن ابتهاج الحب الرومانسي، يخمد بمجرد الزواج، أو عندما تصبح العلاقة بين الطرفين ثابتة الخطى، مريحة وآمنة.

وقد يذهب البعض إلى طبيب نفسي، أو مرشد زواجي في محاولة منهم لإعادة بثّ العاطفة الرومانسية في علاقتهم. ويبحث البعض عن هذه العواطف خارج نطاق العلاقة الزوجية. وقد يلجأ البعض للطلاق. في حين يستقر العديد من الناس، في علاقة شراكة طويلة المدى، خاوية من السعادة الرومانسية. أما أنا فلدّي مشاعر مختلطة، عن هذه الطبيعة المحتومة التي تقررت.

أولاً، إذا استمر الحب الرومانسي، بلا نهاية، في علاقة ما، فسوف يموت الكثيرون منّا، من الإرهاق الجنسي. لن نذهب للعمل في الوقت المحدد، أو نركز في أي شيء، إلا «هو» أو «هي». علاوة على ذلك، فمع نضج الحب الرومانسي، غالباً ما يمتد ذلك إلى مئات من مشاعر الارتباط المعقدة، تلك التي تفي بإنتاج، اتحاد عاطفي معزز، وشيق ومعقد بشكل هائل، مع روح إنسان آخر.

في الوقت نفسه، أعتقد أنك تستطيع الاحتفاظ بلهب النشوة الرومانسية، حتى في علاقة مريحة طويلة المدى، كما سأشرح ذلك في الفصل الثامن.

ولكن، لكي تحافظ على هذا السحر، يجب عليك أن تلعب بعض الحيل في الدماغ. لماذا؟ لأن الحب الرومانسي لا يتطور لكي يساعدنا على الحفاظ على علاقة شراكة ثابتة وباقية. إنه تطور لسبب آخر كي يقود أسلاف الرجال والنساء لتفضيل واختيار وملاحقة شركاء تزواج محددين، وحينما تبدأ عملية اللقاء، وتبقى على علاقة جنسية، مخصصة له أو لها لمدة كافية، حتى يبدأ الحمل بالطفل. وبعد ميلاد هذا الطفل، وعلى الرغم من هذا، يصبح للآباء عدة جديدة من الكيمياء، وشبكات الدماغ لتربية طفلهم كونها فريفاً، ألا وهي كيمياء الارتباط. نتيجة لذلك، فإن مشاعر الارتباط، غالباً ما تؤدي لخفوت نشوة الرومانسية، وتحل محله مع إحساس عميق بالاتحاد مع هذا الرفيق.

(١٢) تعريشة الحب

على الرغم من هذا المنحنى التطوري الهابط، والذي تتحول فيه العاطفة الرومانسية تدريجياً نحو مشاعر من الارتباط العميق، فإن دوائر الدماغ الثلاث، الشهوة والحب الرومانسي والارتباط، يمكنها أن تشتعل في أي رابطة كانت.

في التسلسل التقليدي بالمجتمعات الغربية المعاصرة، حين تُقابل امرأة أو رجلاً، تتحابان، تتضحكان. تبدأ في المواعدة، تقع في الحب بسرعة، أو على مهل، مع تصاعد الصداقة الحميمة، سعياً للهواء. تعصف بك الدوافع الجنسية لإقامة علاقة جنسية. ثم

مع مرور الأشهر والسنين، من الأوقات السارة سويًا، تجد أن عواطفك الرومانسية المستعرة، قد خفّت، وجوعك الجنسي الخام بدأ في طريقه للزوال. وتستبدل بما أطلق عليه «تيودورريك»: الارتباط الدافئ، بعد التوهج.^٧

وفي هذا السيناريو، فإن الحب الرومانسي يُوجِّج الشهوة، ثم مع مرور الوقت، تتوطد وتستقر هذه المشاعر الخام للغرام، وتصبح قوة للاتحاد العاطفي والالتزام. إن الشهوة، والرومانسية، والارتباط، يمكن لها أن تزورك في ترتيب آخر. فأنت قد تبدأ في الارتباط بشخص معين، تشعر نحوه بالرغبة الجنسية المحضة لأشهر قليلة بعدها، قد تمارس فيها العلاقة الجنسية بشكل متقطع. ثم في يوم ما، يتكون لديك شعور وسواسي نحوه، وتسقط في حبه أو حبها. ومع الوقت تُصبح غارقًا في مشاعر عميقة، وفي هذه الحالة تحديدًا نجد أن الشهوة قد سبقت الرومانسية، التي تحركت وأدّت في النهاية إلى الارتباط. هنالك أيضًا الثنائيات التي بدأت علاقاتها أولًا بمشاعر الارتباط، وسرعان ما تصل هذه العلاقات للاتحاد العاطفي في ساحات الجامعة، أو في المكتب، أو في دوائرهم الاجتماعية، أيًا كانت، ليصبحوا أصدقاء. ومع الوقت يتحول هذا الارتباط إلى عاطفة رومانسية، والتي تعمل في النهاية على تأجيج الشهوة.

وللأسف، فإن العديد منّا، لديه فترات من حياته، يجد أن هذه الدوافع الثلاثة (الشهوة، والحب الرومانسي، والارتباط)، لا تتركز على الشخص نفسه. ويبدو أنه مقدر للإنسان، أن يكون قادرًا عصبياً،^٧ على حب أكثر من شخص، في الوقت نفسه. فتستطيع أن تشعر بارتباط عميق، لعلاقة طويلة مع شريك، أو زوج/زوجة. بينما تشعر بعاطفة رومانسية لشخص آخر في المكتب، أو في دائرتك الاجتماعية، بينما تشعر بالرغبة الجنسية، حين تقرأ كتابًا، أو تشاهد فيلمًا، أو تفعل أشياء أخرى مختلفة، لا علاقة لها بالاثنتين السابقتين. أو ربما حتى تتأرجح بين هذه المشاعر وبعضها.

في الحقيقة، أنك حين تستلقي في ظلام الليل، يمكن أن تجتاحك مشاعرُ الارتباط لشريكك، وبعد ثوانٍ تشعر بعاطفة رومانسية مجنونة لشخص آخر قابلته للتوّ، ثم تصبح مدرّكًا لشوق جنسي، لتخيل ليس له علاقة بأي شخص آخر يحتل دماغك. إن هذه الدوائر الثلاث الموجودة في الدماغ، تشتعل بشكل تفاعلي، ومستقل؛ فقد تشعر كما لو أن لديك اجتماع لجنة ثلاثية في دماغك.

^٧ أي من قدرة بنائه العصبي Neurologically. (المترجم)

«الحب متوحش»، كما تقول الأغنية. الشهوة والحب الرومانسي، ومشاعر الارتباط العميق، يمكن أن تدهمك بهذا الشكل المختلف، والتركيب اللامتوقع، بحيث أصبح العديد من الناس يؤمنون بأن امتزاج المشاعر التي تجرُّك إلى الأخرى، شيء غامض ومبهم ومحير، وربما حتى مرسل من السماء.

ولكن بمجرد أن تبدأ في تصور أن الشهوة والحب الرومانسي، والارتباط، باعتبارها ثلاثة دوافع محددة للتزاوج، كلٌّ منهم يُنتج العديد من المشاعر المتدرجة، التي تمتزج وتعود لتنفك، بطرق مختلفة لا تُعدُّ ولا تُحصى، يصبح الحب واقعًا ملموسًا. حتى تلك التي أبدعها الإغريق، يصبح لها معنى.

(١٣) أنواع الحب

كان الإغريق القدماء هم سادة العالم في الفحص الدقيق، والتمحيص للأنواع المختلفة للحب. لقد كان لديهم أكثر من عشر كلمات، للتفريق بين الأنواع المختلفة.

وقد قلص السيكولوجي «جون آلان كي» هذه التقسيمات إلى ستة تقسيمات.^{٧٢} ولكن بالنسبة لعقلي، يبدو كلٌّ منها بوصفه توليفة مختلفة للدوائر الثلاث الأساسية للتزاوج بالدماغ، وهي: الشهوة، والحب الرومانسي، والارتباط.

«إيروس» Eros، هو الأشهر بين هذه التقسيمات، وهو الشغف، والإثارة الجنسية، واللعوب، والحب ذو الطاقة العالية، لشريك مميز جدًا، أعتقد أن «إيروس» هو اتحاد الشهوة مع الحب الرومانسي.

«الهوس» Mania هو الحب الاستحواذي، والوسواسي، واللامبرر، والاعتمادية. ويصبح معظم الناس وسواسيين، وغير منطقيين، واستحواذيين، حين يقعون في الحب والشغف. «اللعبة» Ludus، (قوافي بروتس)، إنها الكلمة اللاتينية، التي تعني اللعب. فهذا هو الحب للعب، غير الجاد، اللاملتزم، المنفصل. ويتمكن هؤلاء المحبون من توزيع حبهم على أكثر من شخص واحد، في الوقت نفسه.

بالنسبة لهم، الحب مسرح، نوع من الفن، هذا الحب للعبة، نوع مركب من الشهوة المتوسطة، مع المرح والعبث، والاستهتار.

«ستورج» Storge، (أناشيد مع أكثر من واحد) إنه حبُّ المؤانسة الودود الأخوي، وحسُّ الصداقة. إنه علاقة عميقة من الصداقة المميزة، التي تخلو من استعراض المشاعر. ويحبُّ هؤلاء الأشخاص الحديث عن اهتماماتهم، بدلًا من مشاعرهم. إنه «حب بلا

«حرارة» أو «حماسة»، كما وصفه «برويدون»، وبالنسبة لي، «ستورج» هو نوع من أنواع الارتباط.

«المدهش Agape» هو حبُّ روحاني غالبًا، زاهد، عطَّاء، غير أناني، وهو نوع آخر من «الارتباط». ويعتبر هؤلاء المحبون مشاعرهم واجبًا وليس شغفًا. حتى إن بعضهم على استعداد لأن يوقف هذه العلاقة، إذا كان ذلك الأفضل لمحبتهم، وسوف يستسلمون بكل ترحيب، لمنافس ما.

وأخيرًا الواقعي، «البراجما» Pragma وهو حبُّ يقوم على التوافق والانسجام، والإحساس العام. إنه حبُّ «قائمة التسوق»، هؤلاء المحبون النفعيون، لديهم «نوتة» أو سجل، إنهم يتطلعون إلى علاوات هذه العلاقة، ويعيوبها، بالنسبة إليهم علاقة الصداقة، هي حجر الزاوية في هذه العلاقة، وأنا لا أعتبر البراجما، أو النفعية، حبًّا على الإطلاق. وتهتم الأبحاث النفسية، اهتمامًا كبيرًا، بأنواع الحب، وكذلك بمكونات الحب المتعددة، وطرق الحب.^{٧٣} وأحد مفاهيم الحب المشهورة، بين علماء الاجتماع المعاصرين، تعود للإخصائي النفسي «روبرتستينبرج». لقد قسم الحب، إلى ثلاثة مكونات أساسية:

- (١) الشغف Passion، ويشمل الرومانسية، الانجذاب الجسدي، والاشتياق الجنسي.
- (٢) الحميمية Intemacy، وتضم كل مشاعر الدفء، الالتصاق، التواصل، والارتباط.
- (٣) القرار/الالتزام Decision/Commitment، القرار بأن تحبَّ شخصًا ما، والالتزام بمواصلة هذا الحب.^{٧٤}

ويرى «ستينبرج» أن الهيام Infatuation يتكون من الشغف فقط، في حين أن الحب الرومانسي هو عبارة عن شغف وحميمية.

أما الحب الكامل Consummate Love، فيتكون من شغف، حميمية، والتزام. وهناك حب المؤانسة Companionate Love، والذي يقوم على الحميمية والالتزام، ولكنه يخلو من الشغف.

أما الحب الخالي Empty Love، فيتمتع بخاصية الالتزام فقط، وقد يُبدي الشخص إيماءات الحب، ولكن مشاعر الالتزام فقط، هي ما تدعم هذه العلاقة. أما الإعجاب Liking، فينشأ على أساس الحميمية، وفيه لا يشعر الإنسان، بالشغف أو الالتزام. وهناك الحب الأحمق Fatuous Love، وفيه الكثير من الشغف والالتزام، ولكنه يخلو من الحميمية.

(١٤) السيمفونية المجنونة للرومانسية

«الحب مثل نسيج من المتناقضات، ويوجد في العديد من الأشكال والظلال، إلى درجة أنك تستطيع وصفه، بأي وصف، يروق لك، وفي الأغلب سيبدو صحيحًا.» هكذا ادعى عالم السلوكيات، الخاص بالملكة «فيكتوريا»، «سير هنري فينك».^{٧٥}

والحب الرومانسي له بالتأكيد عدة تنويعات، فضلاً عن علاقات معقدة، ومتعددة، وغريبة. الدوافع التكاثرية، الشهوة، والارتباط. إن الحب هو سيمفونية المشاعر، مع العديد من النوت، والنغمات الموسيقية.

ولكي تجعل الموضوع أكثر تعقيداً، فإن شبكات الدماغ للحب الرومانسي تختلط مع معظم أجهزة الدماغ الأخرى، ومع شبك الدوافع الأساسية الأخرى. فضلاً عن المشاعر المتعددة، والذكريات، والأفكار. كلُّ هذه المكونات تُضيف عمقاً رائعاً، وفروقاً ضئيلة، وهي التوابل لمشاعرنا الرومانسية.

وتنتمي مشاعرنا بلا شك، إلى الشغف الرومانسي، حيث تقع المشاعر الإنسانية على مدار درجات متصلة، بدءاً من المشاعر الأساسية، التي يصعب إخفاؤها (مثل الاشمئزاز)، إلى هذه التي يسهل إخفاؤها (مثل الحسد). والمشاعر الإنسانية لدى الإنسان، كونية، متوارثة، لا إرادية، يتم التعبير عنها بسرعة، وتبدو في أيِّ مكان بنفس تعبيرات الوجه، يصعب تمثيلها، وغالباً ما يصعب السيطرة عليها.^{٧٦} من ضمنها مشاعر الخوف، والغضب، والفرح، والحزن، والاشمئزاز، وأخيراً الدهشة.

وبلا شك تستولي رغبة الحب على كلِّ هذه المشاعر الأساسية في وقت أو آخر. ففي الوقت الذي تنتابك فيه رغبة ملحة في الاتصال بمحبوبك، تُصبح رهينةً لمشاعر الخوف، من خروج محبوبك، مع منافسك. ثم يملؤك الفرح، إذا ردَّ على اتصالك، وقال «أحبك». ثم تُلصقك الدهشة والامتعاض، حين يلغي محبوبك موعداً للعشاء، كنتما قد خططتما له سوياً.

ويرتبط الحبُّ الرومانسي بمشاعر أكثر تعقيداً، مثل الاحترام، الإعجاب، الإخلاص، التقدير، التعاطف، التوجس، الرهبة، الحياء، الحنين إلى شيء ما، الأسف والندم، وصولاً لمشاعر الإحساس بالعدل والتي أطلق عليها الفيلسوف «ديلان إيفانز» اسمَ «العواطف المعرفية العليا».^{٧٧} وذلك لأنها لا تتفاعل سريعاً، أو تتصاحب مع عادات مميزة ومحددة للوجه، ويعبر الناس في المجتمعات المختلفة عن أنفسهم بطرق مختلفة. وغالباً ما يتمتع

الرجل والمرأة بالقدرة على إخفاء هذه المشاعر؛ فنحن نبحر في عشرات من هذه المشاعر المركبة حينما نكابد الحب الرومانسي.

ف نجد أن كلاً من البهجة، الهدوء، التوتر، القناعة، القلق، الألم الخفيف، الاستمتاع الخفيف، وباقي الحالات الجسدية العامة تساهم هي الأخرى في تكوين الحب الرومانسي، كما وصفها عالم الأعصاب «أنتونيو داماسيو»، هذه المشاعر الخلفية توفر صورة طبيعية للجسم، والمزاج المستمر الذي يصاحبنا، باعتبارها مشاعر قوية، ودوافع تنحسر حيناً وتثور في أحيان أخرى.^{٧٨}

من حين لآخر، فإن حالات هذه المشاعر الخلفية تندفع لعقلك الواعي، لكن هذا التيار الخفي الثابت، من القلق والألم والبهجة، بالتأكيد يلون مشاعرك للمحبوب.

هذه التعريشة من المشاعر والدوافع لها القدرة العليا على أن تأمر الدماغ، فعلى سبيل المثال يتغلب الخوف على الفرح، وتخفق الغيرة الحنان. إن وضع الأشياء بجوار بعضها البعض يتشعب ويتعدد، لكن في هذا الأمر، من مشاعر أساسية ومركبة، والمشاعر في الخلفية، والدوافع القوية، يقبع الحب الرومانسي في مكان مميز، قريباً من الذروة في الأعمالي.

الحب الرومانسي يمكنه السيطرة على دوافع الأكل والنوم. يمكنه خلق الخوف، الغضب، الاشمئزاز. يمكنه الهيمنة على أحاسيس الواجب تجاه الأسرة والأصدقاء، لديه القدرة على الانتصار على نزوات الحياة، وكما قال «كيتس»: «يمكنني الموت من أجلك.» وكما قالت «إليزابيث باريت براوننج»: «كيف يمكنني حبك؟ دعني أعدد لك الطرق.»

هناك العديد من الطرق، مثل نغمات البيانو. إن شعور الشغف الرومانسي يتناغم مع أعداد لا تُحصى من المشاعر الأخرى، الدوافع، والأفكار، لكي تخلق نغمات مختلفة، علاوة على ذلك، كلٌّ مناً له التركيبة المختلفة إلى حدٍّ ما؛ فالبعض مؤهل للسعادة، وآخرون مؤهلون للهدوء، أو القلق، أو الخوف، أو الغضب. بعض الناس فضولي بشكل نهم، والبعض الآخر يتسلون بشكل مدهش. يذكر العلماء أن ٥٪ من طباعنا تُورث، والباقي يتشكل بالتربية والبيئة. ولكننا نتشارك كلنا في الشيء العجيب نفسه الجهمني المسمى «الحب الرومانسي»

كيف نقوم، بالصيد في بحر الإنسانية المختلف، كي نجد «الآخر المميز»؟ وما الذي يدعونا كي نختاره؟

(١٥) أعلام الفصل الرابع

أبولو Apollo: إلهٌ إغريقي قديم من آلهة جبال الأوليمب، وهو إله النور والشمس والحقيقة والنبوءة والطب والاستشفاء، إله الموسيقى والحرب، ويملك جمالاً ورجولة خالدة حسب المعتقد الميثولوجي اليوناني القديم.
أوجدين ناش Ogden Nash (١٩٠٢-١٩٧١م): كاتب أمريكي شهير بالمؤلفات الساخرة.

توني هوجلاند Tony Hogland: شاعر أمريكي معاصر وُلد في ١٩٥٣م.
ماتيو أرنولد Mathew Arnold (١٨٢٢-١٨٨٨م): كاتب إنجليزي من العصر الفيكتوري.

جون باولبي John Bowlby (١٩٠٣-١٩٩٠م): عالم نفس وصاحب نظرية الارتباط.

تيودورريك Theodore Reik (١٨٨٠-١٩٦٩م): محلل نفسي يهودي وألماني الأصل، أحد تلاميذ فرويد، هاجر إلى الولايات المتحدة الأمريكية عام ١٩٣٨م هرباً من الحكم النازي بألمانيا.

بيير جوزيف برودون Pierre Joseph Proudhon (١٨٠٩-١٨٦٥م): فوضوي أمريكي.

هنري فينك Sir Henery Finck (١٨٥٤-١٩٢٦م): فيلسوف أمريكي، من مؤلفاته «الحب الرومانسي والجمال الشخصي».

أوفيد Ovid (وُلد حوالي ٤٣ ق.م.): شاعر روماني شهير وله أشعار شهيرة عن الحب.

بابلو نيرودا Pablo Neruda (١٩٠٤-١٩٧٣م): شاعر شيلي الكبير، حصل على جائزة نوبل للأدب عام ١٩٧١م.

ديلان إيفانز Dylan Evans: فيلسوف معاصر وُلد في بريستول بإنجلترا عام ١٩٦٦م، وكانت آخر إصداراته عام ٢٠٠٤م كتاب العاطفة والتطور والتبرير.

إليزابيث باريت برونينج Elizabeth Barrett Browning (١٨٠٦-١٨٦١م): واحدة من أهم شعراء العصر الفيكتوري، وكانت ذائعة الصيت في إنجلترا والولايات المتحدة وتوفيت بإيطاليا.

جون أدامز John Adams (١٧٣٥-١٨٢٦م): ثاني رؤساء الولايات المتحدة الأمريكية.

الفصل الخامس

الفرحة الغامرة الأولى

مَن نختار؟

في مكان ما، في عالمنا هذا
تنتظر روحٌ وحيدة روحًا وحيدة أخرى.
كلُّ تطاردٍ الأخرى طوال الساعات المُجهدَة،
ثم يكون اللقاء على نحو غريب ليتحقق الهدف المباغت،
ثم يمتزجان مثلما تمتزج الأوراق الخضِرُ بالزهور الذهبية،
في كلِّ واحدٍ جميل وملتقن.
وتنتهي ليلة الحياة الطويلة، والطريق
يرقدُ ممتدًا للأمام يقود إلى النهار الأبدي.

سير إدوين أرنولد

«في مكان ما»^١

هكذا فكر «ريتشارد بيرتون» حينما رأى لأول مرة صاحبة التسعة عشر ربيعًا
«إليزابيث تايلور» لماذا يمشي رجل إلى غرفة مملوءة بنساء جذابات، يتحدث إلى الكثيرات،
ثم يقع (زرع بصل) في حب واحدة، ولماذا امرأة لها خطابٌ كثيرون، ترى رجلًا لدقائق
معدودة، قبل أن تشتعل دوائر مخها بعاطفة رومانسية؟ لماذا يشعل شخص واحد هذه
الدوائر البدائية بالمش، بينما أحد آخر يعتبر نموذجًا لإنسان محبوب، لا يحرك شعرة فينا.
لماذا هو؟ ولماذا هي؟

(١) التوقيت

سأل «يسيت»: «كيف لنا أن نعرف الراقص من الرقصة؟» ربما اكتُسحت بشخص ما في حفلة، أو بالمشرب، أو على الشاطئ، ثم تساءلت أخيراً، هل قبضت على اللحظة المثيرة؟ رغبتك الجامحة لأن تُحب وأن تُحب أفقدتك رؤيتك، حوّلت الضفدع إلى أمير أو أميرة. وسيختلط الراقص بالرقصة.

سيقدر زناد الحب في وقت لا تتوقعه، بمحض الصدفة البحتة. والشريك المثالي قد يجلس بجوارك في إحدى الحفلات، وربما لم تُعره/ تُعرها اهتماماً، إذا كنت مشغولاً بشكل غير طبيعي بالعمل أو الدراسة، أو مستغرقاً في علاقة أخرى، أو بشكل أو بآخر مشغولاً عاطفياً.

لكن إذا دخلت الكلية تَوّاً أو انتقلت لمدينة جديدة، أو تعافيت من علاقة عاطفية فاشلة، أو بدأت في جَنِي المزيد من المال، لترفع من مستوى الأسرة. لو كنت وحيداً أو تُعاني من خبرة حياتية صعبة، أو لديك وقت فراغ كبير، فأنت عرضة لأن تقع في الحب.^٢ في الواقع فإن الناس الذين يُثارون عاطفياً، يصبحون كذلك بالفكاهة، الحزن، القلق، الخوف، حب الاستطلاع، أو أي مشاعر أخرى، فإنهم عرضة لهذا الغرام.^٣ لقد استنتجت ذلك؛ لأن كل حالات الانفعال للعقل تكون متصاحبة مع إثارة الميكانيزمات بالمخ، ومن ثمّ زيادة إفراز مستويات هرمونات الضغوط. وكلا الجهازين يرفعان مستوى الدوبامين، الذي بدوره يُهيئ كيمياء الغرام الرومانسي.

(٢) القرب

«أه لقد التقطت السحر في قريبا». كتب هذا الشاعر «عزرا باوند»، محقّقاً تماماً؛ فالقرب يمكن أن يُشعل هذه الفرحة الغامرة في حياة الإنسان، فنحن في الحقيقة نميل لأن نختار من هم حولنا. وهو ما عبر عنه «تيري» بكل رشاقة، وهو رجل كندي كتب لي حديثاً رسالة إلكترونية، وقال فيها:

«عزيزتي دكتورة فيشر، في السنوات التي كنت أواعد فيها الأخريات، كان لدي توقعات للمرأة التي سوف أتزوجها، يجب أن تكون كذا وكذا ... ما كنت أبحث عنه كان الجمال، والرعاية، امرأة ليست أنانية، ولها أهداف رائعة، ووجدتها بعد ذلك بالنص تعيش خلف منزلي، لم تكن صفاتها ما كنت «أتوقعه»، لكن بدأنا التعارف واللقاءات،

وعشنا معاً، امتلأنا بالحب وتزوجنا بعدها بعام. إنه الآن العام الخامس عشر وعلاقتنا تنمو بشكل رائع، ولا تزال تنمو كل يوم. أعتقد أنني أريد أن أقول، خذ خطوة للخلف وانظر حولك، لا تغفل أيّ تفصيلة، ربما تكون توعم روحك أقرب مما تعتقد..»
هنالك العديد من القوى الخفية، تلعب دورًا فيمن تختار، من بين هؤلاء: الغموض.

(٣) الغموض

غالبًا ما يجذب كلا الجنسين لهؤلاء الغامضين. وكما كتب بودلير: «إننا نحب المرأة التي تتناسب مع درجة غرابتها عنًا.»

إن الشعور بأن الشخص يُمسك بقبضة زلقة على شيء مراوغ، والشعور بأنها مغامرة بعيدة الاحتمال من شأن هذا أن يُشعل الغرام الرومانسي، والعكس صحيح؛ فإن معرفة الشخص يمكن لها أن تُخمد أفكار الحب الرومانسي.

مثال: كما أظهرت الحياة في الكيبوتزات الإسرائيلية، فإن الأطفال الذين نموا معًا في منزل مشترك، حيث يعيشون، ينامون، ويستحمون معًا، ومع الشباب الآخرين من كل الأعمار. تلامس الأولاد والبنات ولعبوا معًا، ومع بلوغ سن الثانية عشرة، على الرغم من ذلك، صاروا عصبيين مع بعضهم البعض. ثم مع سنّ البلوغ نمّت بينهم علاقة أخوة قوية (بين الأولاد والبنات). ولكن لا أحد من هؤلاء بدأ حياته في هذا المهدي، تزوج من الآخر الذي نشأ معه في الكيبوتز.

لهذا فإن العلماء يعتقدون الآن بأنه في سنّ حرجة من الطفولة (أحيانًا من سن الثالثة إلى السادسة)، فإن الأولاد والبنات الذين يعيشون في قرب شديد، وأصبحوا يعرفون بعضهم جيدًا، يفقدون القدرة — فيما بعد — على الوقوع في حب بعضهم البعض.

هذا المقت أو الاشمئزاز من مواعدة الأقرباء، شائع في الثدييات؛ فتقريبًا معظم الأفراد من كل الأنواع المسجلة لديها هذه الكراهية، لا تتزوج من الآخرين المقربين منهم جدًّا، ويفضلون مواعدة الأعراب.

لهذا فإن الذكور (أو الإناث)، غالبًا ما تهجر المنزل وقت البلوغ، حتى تجد الشريك الجنسي في مجموعات أخرى.

وإذا ظل ذكرٌ صغير في مجتمعه الأصلي، كما تفعل ذكور قردة ريسس، ° فإنه دائمًا ما يتصرف بوصفه طفلًا حول أمه، فيلتصق بأحضان حبيبة القلب، بدلاً من مغازلتها ليتزواجوا. وفي حالة مثبتة لغشيان المحارم في الشمبانزي، قامت أنثى هي أخت لذكر شمبانزي، بصدّ محاولته بعنف، بالصراخ والضرب، وعضه قبل أن تبتعد وتهرب.

لقد ورث كلُّ منَّا هذه الكراهية للتزاوج مع أعضاء الأسرة المقربين، وبعض الأفراد الذين نعرفهم جيدًا، هذا النفور تطوَّر بلا شك ليُثنيْنَا عن الفعل الهدام لاختلاط «دي إن إيه - أو الأمشاج الجينية» مع أقرباء ملاصقين لنا، ونتيجة لهذا فنحن أقرب لأن ننجذب لشخص آخر من خارج محيط العائلة، أو المجموعة التي نشأنا بها، شخص لديه لمسة السحر والغموض.

حَبَبْنَا الطبيعية بتوصيلات بالمخ كي نجدَ إثارة مع الغرباء. الأشخاص الغامضون جد، والجدة تتصاحب مع زيادة مستويات الدوبامين، الناقل العصبي للرومانسية.

(٤) هل المتناقضات تتجاذب؟

على الرغم من هذا، فإن الحب الرومانسي، الذي أطلق عليه «روبرت براونينج»: «أول نشوة طائشة جميلة»، تتوجه عامة نحو شخص يُشبه ذواتنا كثيرًا. معظم الناس حول العالم يشعرون بكييمياء الحب والغرام، مع شخص غير معروف، ومن خلفية العرق نفسها، المستوى الاجتماعي، الديانة، المستوى التعليمي والاقتصادي.

لديه قدرٌ مناسب من الجاذبية الجسدية، ومقارب في الذكاء، ومتشابه بالتوجهات، والتوقعات، والقيم، وكذلك الاهتمامات، والمهارات الاجتماعية والتواصل مع الآخرين.^٦ واقعياً، في دراسة حديثة عن اختيار الرفقاء بأمريكا، فإن «بيتر بستون»، و«ستيفن إملين» المتخصصين في البيولوجيا التطورية قرَّرا أن الرجال والنساء صغار السن، يفكرون في أنفسهم، باعتبارهم أصنافاً محددة، وبوصفهم شركاء للزواج، ويختارون الناس بالسمات نفسها، بدءاً من التقييم المادي والجسدي، حتى تعقيدات الشخصية.^٧ على سبيل المثال، إذا نعمت امرأة بدعم مالي موثوق، فإنها تبحث عن آخر من الطبقة الأعلى، والرجال الوسام يبحثون عن امرأة جميلة، وهؤلاء المتفرغون للأسرة والإخلاص الجنسي يختارون أشخاصاً بهذه الصفات. كأن المرأة تتكلم.

ينجذب أيضاً كلُّ من الرجال والنساء للمحبين الذين يشاركونهم نزعتهم الفكاهية، وإلى هؤلاء الذين لديهم القيم الاجتماعية والسياسية نفسها، وللأشخاص الذين لديهم الاعتقادات نفسها في الحياة بشكل عام.^٨

كما استقر العلماء بشكل لافت للنظر، على أن العديد من هذه السمات، بما فيها اهتماماتك بالعمل، وما تفعله في ساعات الفراغ، والعديد من اهتماماتك الاجتماعية، حتى قوة إيمانك بالله، تتأثر بجيناتك.^٩ لهذا فإن الأنواع الجينية تتجاذب لبعضها البعض، نحن إذن نميل لأن ننجذب لهؤلاء الناس الذين يُشبهوننا.

يُطلق الأنثروبولوجيون (دارسو علوم الإنسان) على هذا الميل الإنساني للانجذاب لشخص ما يُشبهنا «التزاوج اللائق الإيجابي، أو اللياقة المتطابقة».

إن نوعاً محددًا من الأشخاص تختاره، وبالرغم من أن هذا قد تغيّر بعض الشيء حيث يرى العالم تزاوجًا بين الأعراق أكثر من ذي قبل، فعلى سبيل المثال، زادت الزيجات بين الأعراق المختلفة ٨٠٪ في الولايات المتحدة، منذ ١٩٦٠م. لكن حتى في زمن القرية العالمية. فإن النار ما زالت تشتعل، على وجه الخصوص، في العقول حينما تقابل رجلًا أو امرأة، لا تعرفهم وتقريبًا يتشابهون معك عرقياً، واجتماعياً، وذهنياً.

كانجذابنا للأشخاص غير المعروفين لنا، هذا التفضيل للشركاء الذين يماثلوننا في الأغلب هي أمتعة تطورية. لماذا؟ لأن الجنين وأمه يعتبران جانبًا لبعضهما البعض، وإذا تشاركا في البنية الكيميائية نفسها، فإن الأم ستشعر بوقت أيسر، وهي تحمل طفلها في رحمها. واقعيًا فإن الأزواج المتشابهين جينيًا يواجهون الإجهاض التلقائي بشكل أقل من غيرهم، ويحملون ويُنجبون أطفالًا أكثر صحة كذلك.^{١١}

على الرغم من ذلك إنَّ نتشابه بدرجة كبيرة، فليس شيئًا ذا ميزة. ويبدو أن الإنسان قد طوّر ميكانيكًا عقليًا واحدًا على الأقل، كي يطمئن أننا اخترنا الشريك المختلف قليلاً، كيميائيًا على الأقل.

هذا الكشف نجمَ عمّا أصبح يُعرف باسم تجربة «القميص العرقان»؛ حيث طلب من النساء شم قمصان رجال مشبعة برائحة عرقهم، ليرين أيها الأكثر إثارة جنسية، في اعتقادهن. ووجد أنهن اخترن قميصًا لرجل يتمتع بجهاز مناعة غير متماثل، ولكن متوافق مع ما لديهن.^{١٢} لقد انجذبت هؤلاء النساء بشكل لا شعوري لأفراد يستطيعون مساعدتهن لإنتاج صغار أكثر تنوعًا.

إذن المتناقضون يجذبون، في حدود دوائر العرق، والمجتمع، والتفكير المميزة لنا.

(٥) التماثل: «المتوسط الذهبي»

تدوَّق بيولوجي آخر توارثناه من المملكة الحيوانية، ألا وهو ميلنا لاختيار الرفيق المناسب. التناسق الجسدي يساعد في إشعال الحب الرومانسي.

كما سنَّ الإغريق القدامى هذه النظرية، غالبًا قبل ألف وخمسمائة عام مضت، فإن «أرسطو طاليس» ذكر أن هناك مقاييس عالمية للجمال الجسدي. أحدها، كما اعتقد أرسطو، هي التوازن الجسدي، بما فيها التناسق والتماثل، هذا يتفق مع احترامه الفائق لما أسماه «المتوسط الذهبي»، أو الوسطية بين الشئيين المتطرفين.

وقد دَعَمَ العلم الحديث نظرية «أرسطو طاليس»، وأقرَّ بأن التماثل جمال للحشرات، والطيور، والثدييات، وكل الزواحف، وكل الناس حول العالم.^{١٣}

أنثى العقرب تطير بحثًا عن شريك للتزاوج بأجنحة موحدة. طيور السنونو تفضّل الشريك ذا الذيل المتناسب، القردة تتفق جزئيًا على تناسق الأسنان.

وإذا سرت أنت في قرية بغينيا الجديدة، وأشرت إلى الرجل الأجلل أو المرأة الجالسة بجوار النار، فإن السكان الأصليين سوف يوافقونك الرأي.^{١٤}

وحيثما استعملت الآلات الحاسبة (الكمبيوتر)، في الأبحاث ليولف وجوهًا عديدة لتركيب وجه «متوسط»، فضّل كلُّ من الرجال والنساء الوجهَ المتوسط أكثر من وجه شخص آخر.^{١٥}

لقد كان أكثر توازنًا، حتى إن وليدًا عمره شهران فقط، حدّق أطول في الوجوه الأكثر اتساقًا.^{١٦}

«الجمال حقيقة، والحقيقة جمال.» هكذا كتب كيتس في قصيدة «أغنية في جرة يونانية»، وكلمات كيتس تحمل الكثير من الالتباس، لكن يثبت في النهاية أن الجمال والتماثل حقيقة أساسية.

الكائنات ذات التوازن، وبنسب متناسقة في الآذان، والعيون، والأسنان، والفكين، مع تماثل المرفقين، الركبتين، والثديين، لديهم القدرة على صدّ البكتيريا والفيروسات، والمفترسات الأخرى الدقيقة، التي تغزونا، والتي تسبّب تشوّه الجسم وعدم تناسقه.

وباستعراض التماثل في شكلها، تُعلن الحيوانات قدرتها الجينية العالية، على القضاء على الأمراض.^{١٧}

لهذا فإن انجذابنا الإنساني للخطاب ذوي التماثل، هو ميكانيزم حيواني بدائي، صُمم لكي يقودنا لاختيار الشركاء الأقوياء جيئيًا للزواج.^{١٨}

ولم تترك الطبيعة شيئًا للصدفة؛ فالخ يستجيب تلقائيًا للوجه الجميل، وحينما سجل العلماء نشاط المخ لرجال «لديهم ميول جنسية للنساء»، وتراوح أعمارهم بين الحادية والعشرين، إلى الخامسة والثلاثين، أثناء نظرهم إلى وجوه نساء جميلات، وجد العلماء أن منطقة السقيفة الباطنية بالمخ (Ventral Tegmental Area (VTA قد أضاعت.^{١٩}

رُد فعل شبيه بذلك يحدث في دراستنا بالأشعة؛ فالعينة التي حملت في صور شركاء ذوي طلة أجمل، أظهرت نشاطًا زائدًا في المنطقة نفسها، وهذه المنطقة غنية بالدوبامين، وهو الناقل العصبي الذي يوفر الطاقة، والبهجة، والانتباه المركز، والدافعية للفوز بمكافأة.

وليس مستغرباً أن نجد أن الرجال والنساء المتماثلين في شكلهم، غالباً ما يكون لديهم العديد من الخُطاب، كي يختاروا منهم. والنتيجة، نجد أن المرأة الفائقة الجمال، تميل إلى الزواج من رجل ذي مكانة أعلى.^{٢٠} جاكين كينيدي وزوجها من المليونير أوناسيس، تمثل نموذجاً ذهبياً لهذه العملية التناسبية.

الرجال ذوو التماثل العالي، لديهم أيضاً هذه العلاوة التناسلية، فهم يبدؤون علاقات جنسية، قد تصل لأربع سنوات، مبكراً عن هؤلاء الأقران غير المتماثلين. ونجد لدى هؤلاء الرجال العديد من الشركاء الجنسيين، وعلاقات جنسية غير مشروعة أكثر من غيرهم.^{٢١} كذلك المرأة أيضاً، تصل لهزة الجماع، مرات أكثر مع هؤلاء الرجال.^{٢٢}

حتى لو كانت هذه العلاقة غير مشبعة عاطفياً لهن، وحينما تختبر المرأة هزة الجماع، مع رجل متناسق فإن انقباضاتها تمتص عدداً أكبر من حيواناته المنوية.^{٢٣} لقد اعتبرت أنا حدوث هذه الاستجابة الجنسية، حيث تنظر المرأة لحبيبها الجميل المتماثل، تُفرز منطقة السقيفة الباطنية VTA في مخها، مادة الدوبامين، التي (في سلسلة من التفاعلات) تُطلق هرمون التيستوستيرون، وتُحسن من الاستجابة الجنسية.

وحيث يحسن التماثل، اختيارات الشخص في لعبة التزاوج، تلجأ المرأة إلى الأحوال اللاعادية، كي تحقق ذلك أو على الأقل تُشبه ذلك. بالمساحيق يتمكّن من جعل جانبي الوجه أكثر تماثلاً، وعن طريق الماسكرا، وتحديد العيون بالقلم، يجعل عيونهن تظهر أكثر تساوياً، وبلمع الشفافة يحسن إحدى الشفتين، لتلائم الأخرى، وبجراحات التجميل، والرياضة، والأحزمة، حمالات الصدر، الجينز الضيق، والقمصان، يحسن من هياتهن، ويخلق المقاسات المتناسبة، التي يُفضلها الرجال.

الطبيعة أيضاً تساعد. فلقد وجد العلماء أن أيدي النساء وآذانهن، أكثر تماثلاً أثناء التبويض الشهري — وهو وقت مهم للتكاثر — كي تجتذب الرجل.^{٢٤} ويصبح كذلك ثديا المرأة أكثر تماثلاً أيضاً أثناء فترة التبويض.^{٢٥} علاوة على ذلك، فإن صغار الرجال والنساء، غالباً ما يبدو فيهم التماثل، يُصبحون أكثر ميلاً مع تقدم العمر يظهر عدم التماثل.

(٦) نسبة الوسط إلى الحوض

المتوسط الذهبي للتوازن، يطبق كذلك على الأعضاء الجسمانية الأخرى. بالنسبة لمجموعة من الرجال الأمريكيين، عرض الإخصائي النفسي الأمريكي «دفيندرا سينج» مجموعة من

لماذا نحب؟

الصور لنساء وشابات، وسأل أي أنواع من تقاسيم الجسد يعتبر وجودها الأكثر جاذبية بالنسبة لهن،^{٢٦} واختار الأغلبية، النساء التي كان محيط خصرهن، يمثل حوالي ٧٠٪ من محيط حوضهن.

لقد أعيدت هذه التجربة في بريطانيا، ألمانيا، أستراليا، الهند، وأوغندا، وكذلك العديد من الدول الأخرى. واختلفت الاستجابات، ولكن كثيراً من الرجال، فضلوا النسبة العامة نفسها لمحيط الخصر والحوض.

وحيثما قاس «سينج» نسبة الوسط إلى الحوض لـ ٢٨٦ تمثالاً قديماً من عدة قبائل أفريقية، وكذلك من الهند القديمة، ومصر، واليونان، وروما، وجد أن جميعهم فضّلوا نسبة كانت أصغر في المرأة عنها في الرجل.

وفي دراسة عن ٣٣٠ عملاً فنياً بأوروبا، وآسيا، والأمريكتين، وأفريقيا، يعود تاريخ بعضها إلى ما قبل ألفي عام، وجد العلماء أن معظم النساء رُسمت بنفس نسب الخصر إلى الحوض السابقة.^{٢٧}

ومن المثير للاهتمام أن مجلة بلاي بوي الشهيرة، عرضت الأبعاد نفسها أيضاً. وحتى «تويجي»، الموديل النحيفة الأكثر شهرة لعام ١٩٦٠م، كان لديها نسبة الخصر نفسها إلى الحوض تماماً، وهي ٧٠٪.

إن نسبة الخصر/الحوض للنساء، تُورث بشكل كبير، فهي نتيجة الجينات، علاوة على ذلك، وبالرغم من أنها تتباين من امرأة إلى أخرى، فإن هذه النسبة تتعدل في أثناء التبويض، لتصبح أكثر قرباً من ٧٠٪.

لماذا تلجأ الطبيعة إلى هذه الأبعاد المدهشة لتبرز انحناءات المرأة؟ ولماذا يعجب الرجال حول العالم بهذه النسب المحددة للخصر/الحوض في المرأة؟

أغلب الظن أن الغرض تطوري، إن المرأة ذات هذه النسب أكثر استعداداً لأن تحمل أطفالاً. حيث قرر «سينج» أنهن يقتنين القدر المناسب من الدهون، وبالأمكان الصحيحة لذلك، نتيجة النسب المرتفعة لهرمون الإستروجين، بالنسبة لهرمون التستوستيرون بالجسم.

والمرأة التي تختلف نسبتها اختلافاً كبيراً عن هذه النسب، تجد صعوبة كي تحمل، وهي تُخفي ذلك لاحقاً في الحياة، كما نجد أنها معرضة للإجهاد بدرجة أكبر.

الشكل البيضاوي، الشكل الكمثري، أو شكل العصا، أشكال متعددة تأخذها المرأة، ونجد أن من تتخذها، تُعاني من أمراض مزمنة؛ مثل السكري، ارتفاع ضغط الدم،

الأمراض القلبية، بعض الأمراض السرطانية، وكذلك مشاكل بالدورة الدموية، كما أنهم عرضة للعديد من اضطرابات الشخصية.^{٢٨}

لهذا نجد أن «سينج» وضع نظرية أن انجذاب الرجل لنسب محددة، للخصر/ الحوض، هو تفضيل طبيعي لوالدين أصحاء ومثمرين في الواقع؛ لأن هذا التفضيل عميق جداً متغلغل في الذكور أنفسهم؛ حيث يعبر الرجال من كل الأعمار عن هذا التذوق. حتى وإن لم يكن لديهم اهتمامٌ لأن يكونوا آباءً لصغار، أو إقامة علاقة جنسية مع امرأة، تعدت السن الطبيعية لقدرتها على الإنجاب، وبالطبع فإن الرجال يفضلون أشياء أخرى في النساء.

(٧) الرجال ... من يختارون

في دراسة تقليدية، لبضع عشرات الآلاف من الناس، في سبعة وثلاثين مجتمعاً، طالب العلماء كلاً من الرجال والنساء، أن يرتبوا ١٨ صفة أو خاصية، من حيث الأهمية، لاختيار شريك الحياة.^{٢٩} ووضع كلا الجنسين الحب أو الانجذاب المشترك في المرتبة الأولى من حيث الأهمية، وخاصية «من يعتمد عليه»، جاءت في المرتبة التالية، أتبعَت بالثبات الانفعالي والنضج، والطباع المبهجة واللطيفة.

كلا الجنسين ذكر أنهم سيختارون شخصاً ما عطوفاً، ذكياً، متعلماً، اجتماعياً، بصحة جيدة، ومهتماً بالمنزل والأسرة.

ولكن أظهرت هذه الدراسة فرقاً جنسياً، واضحاً في تذوق الرومانسية. فحين وصل كلا الجنسين إلى تكوين الرأي حول خاصية الرومانسية في الشركاء المحتملين، اختار الرجال في أغلب الأحوال، النساء اللاتي يكشفن عن دلالات واضحة للشباب والجمال.

وهذا التفضيل الرجولي مثبتٌ عبر العصور والثقافات،^{٣٠} فهي هو «أوزوريس» القانون الأسطوري في مصر قبل الأسر، كان مغموراً بحب زوجته المحبوبة «إيزيس»؛ حيث كتب قبل أربعة آلاف عام مضت: «رمت إيزيس الشباك، وأوقعتني في شباكها (اصطادتنني)، في أنشودة شعرها، وتشبَّنتُ بعيونها، تلجمتُ بقلادة عنقها، سُجنتُ بعبير جسدها.»^{٣١}

كما أن أحد أفراد قبيلة «تيف» في نيجيريا، اكتسحته هيئة امرأة، فصاح هاتفاً: «حين رأيتها ترقص أخذت حياتي بعيداً، وأدركتُ أنني يجب أن أتبعها.»^{٣٢}

كما أن الرجال الأمريكيين الذين يضعون إعلانات تعارف بالجنس الآخر، في الصحف والمجلات، يزيدون ثلاث مرات عن النساء، في ذكر أنهم يبحثون عن الجمال في الشريك.^{٣٣}

وفي المتوسط، فإن الرجال حول العالم، يتزوجون المرأة التي تصغرهم بحوالي ثلاثة أعوام.^{٢٤} وفي الولايات المتحدة، نجد أن الرجال الذين يعاودون الزواج مرة أخرى، غالبًا ما يختارون امرأة تصغرهم بخمس سنوات، وإذا تزوجوا للمرة الثالثة، فإنهم غالبًا ما يأخذون عروسًا تصغرهم بحوالي ثمانية أعوام.^{٢٥}

وحين سألوا لماذا يرغب الناس في جمال الجسد، أجاب «أرسطو طاليس»: «لا أحد غير الضرير، يسأل هذا السؤال.»

بلا منازع يجد الرجال أن المرأة التي تبدو جميلة، تدعوهم لأن يتذوقوا هذا الجمال بالنظر إليها. كما يفضل الرجل أن يتأثر أصدقاؤه وزملاؤه بفتاته التي تخطف الأنظار، أو الزوجة التي اغتنمها.

في الواقع، الناس بالعموم يرون في المرأة الجميلة (والرجال الوسام كذلك)، أنها دافئة، ذكية، قوية، معطاءة، حبوبة، ومثيرة جنسيًا، ويرونها مثيرة للاهتمام، ومؤمنة اقتصاديًا، وشهيرة اجتماعيًا.^{٢٦}

لكن يعتقد اختصاصيو علم النفس التطوري الآن، أن الرجال، وعلى مستوى اللاشعور (لا شعوريًا)، يفضلون أيضًا الشباب والجمال؛ لأن هذا يعطيهم نتيجة تكاثرية حاسمة.^{٢٧} إن المرأة الشابة ذات الجلد الناعم، والأسنان البيضاء كالثلج، والعيون البراقة، والشعر الوامض، والعضلات المشدودة، والجسم الرشيق، والشخصية الحية، تبدو أكثر صحة وطاقة. وهي خصائص جيدة للحمل والولادة للأطفال. كما أن الجلد الناعم والرائق، وملامح الوجه الطفولية، هي أيضًا علامات لارتفاع مستوى هرمون الإستروجين الذي يساعد في الإنجاب.

لقد صاغ هؤلاء العلماء نظريةً بأنه عبر الماضي الطويل من الصيد والقنص، فإن هؤلاء الذكور الذين يختارون الشركاء، الأكثر صحةً وشبابًا وحيويةً ونشاطًا، لديهم أولاد أكثر، وعاش هؤلاء الأولاد الأقوياء. ومرّت هذه الصفات عبر الزمن للرجال المعاصرين، لينحازوا أيضًا للنساء الشابات والجميلات.^{٢٨}

(٨) دماغ الرجل في الحب

«لماذا يجب على المرأة أن تكون جميلة بدلاً من أن تكون ذكية؟»

«لأن الرجال يرون بشكل أفضل من قدرتهم على التفكير.»

نكتة قديمة، فأنا أعرف الكثير من الرجال، الذين يفكرون جيدًا جدًا، ولكن لا تحمل هذه الملاحظة اللاذعة بذرة من الحقيقة.

قلت هذا لأن بحثنا بواسطة fMRI المرنان الوظيفي، على دوائر المخ للناس الواقعين في الحب، أظهرت بالصدفة بعض النتائج غير المتوقعة:

لقد وجدنا العديد من الاختلافات الجنسية،^{٣٩} هذه النتائج معقدة ومتباينة؛ فالرجال لا ينتظمون في فئة واحدة، والنساء في الأخرى، ولكن مع كل هذه الاختلافات الجنسية؛ حيث يتراوح كلا الجنسين في ردود أفعالهم لصور أحبائهم، حتى إن بعض ردود الأفعال تمتد أحياناً فوق رد فعل الجنس الآخر.

علاوة على ذلك، فإن هذه الاختلافات والتباينات، قد تكون غير شائعة لكل النساء أو الرجال. لكن وُجدت فروق إحصائية فارقة بين كلا الجنسين، لكنني سأتكهن عن الرجال في التوّ، وأنظر إلى المرأة لاحقاً.

في العينة التي اخترناها في البحث، يميل الرجال إلى إظهار نشاط زائد أكثر من المرأة، في مناطق المخ المصاحبة للعمليات البصرية، خاصة في الوجه.

هل تطور هذا الأمر لتحسين قدرة الرجال على الوقوع في الحب، عند رؤيتهم لامرأة صغيرة، متماثلة، ورهان على حسن نسلها؟ ربما هذا النشاط المخي يمكن أيضاً أن يساعد في شرح، لماذا يقع الرجال على وجه العموم في الحب، أسرع من المرأة.^{٤٠}

حين يأتي الوقت المناسب، ويرى الرجل امرأة جذابة، فإنه مسلح تشريحياً، لكي تتصاحب الملامح البصرية الجذابة، سريعاً مع مشاعر الحب الرومانسي، والوسيلة الفعالة للمغازلة.

لقد وجدنا بالضرورة فرقاً جنسياً آخر، الذي ربما تطور ليساعد الرجال على المغازلة الفعالة في سالف الدهر. فحين نظر أفراد عينتنا البحثية لمحبتهم، وُجد أن الذكور يميلون لإظهار نشاط إيجابي زائد بمناطق المخ المصاحبة لانتصاب القضيب الذكري، وهو ما يشير إلى لمسة داروينية.

إن الغاية المطلوبة بالتحديد من الحب الرومانسي، هو الحث على لقاء هذا الآخر «المميز»، هذه الاستجابة الذكورية ترتبط مباشرة، مع الغرام الرومانسي، في مناطق المخ المصاحبة للإثارة الجنسية. وعلى الرغم من أن هذا الأمر قد جلب من زمن بعيد، فإن استجابة المخ الذكوري هذه، ربما تُلقي الضوء أيضاً على سبب دعم الرجال بشكل نهم، للتجارة العالمية لمنتجات العري البصرية؛ (كالمجلات الإباحية، والأفلام الجنسية بأنواعها المختلفة) لماذا تكون المرأة أكثر اهتماماً من الرجل، بالشكل والمظهر الشخصي، باعتباره مكوناً مهماً من تقدير الذات.^{٤١} ولماذا تذهب النساء إلى مثل هذه الأطوال اللاعادية كي

تُعلن عن مميزاتهما بمجرد النظر، وبكل الطرق الممكنة الأخرى من ملابس، مساحيق تجميل، والزينة؟
«إذا لم تقنعيه إلبخيه» هكذا يقول الرئيس الأمريكي الأسبق «هاري ترومان»، لقد وافقت النساء بدون رحمة. فاستغلت النساء ميزةً ولع الرجال — واستجابات أمخاهم — للإثارة البصرية.

(٩) مجهود المواعدة الذكوري

خاصية ذكورية أخرى، استحوذت على اهتمامي، لأنها أتت أيضًا كما أعتقد، مباشرة من عمق التاريخ. لقد قرر الأخصائيون النفسيون، أن الرجال يريدون مساعدة النساء كي يحلُّوا مشاكلهم، أن يُصبحوا مفيدين بعمل شيء^{٤٢}، ويشعر الرجال بالغبطة، حين يُنقذون أنسة في مأزق.

لا شك أن ملايين السنين من حماية المرأة، قد ولَّدت في مخ الرجل هذا الميل؛ حيث يختار الرجل المرأة التي يشعر أنها تحتاج للإنقاذ.

في الواقع فإن مخ الرجل بُنيَ بشكل جيد لكي يساعد المرأة. فالرجال — في الأغلب الأعم — أكثر مهارة في معظم أنواع المهام الميكانيكية، والفراغية، من المرأة. فالرجال يحلون المشاكل^{٤٣}. والعديد من مهارات الرجال، صُمِّمت في الرحم بالمستويات العالية من هرمون التستوستيرون للجنين، وربما طور الرجال هذه الميكنة البيولوجية، على الأقل جزئيًّا، لكي يجتذبوا، ويساعدوا، أو ينقذوا النساء.

نجد أيضًا أن الرجال أكثر أحادية في الفكر من النساء حين يقعون في الحب، فقط ٤٠% من النساء الشابات في بحثي، يوافقن على جملة «عندما تصبح علاقتي جيدة مع ... فهذا أهم من أن تكون علاقتي جيدة، مع أسرتي.» في حين أن ٦٠% من الشبان يقررون أن علاقة الحب تأتي أولًا. علاوة على ذلك، فإن معظم الناس يفكرون أن المرأة هي التي تنتظر الهاتف، تُغير من جدولها، وتتسكع حول المكتب أو الصالة الرياضية، لكي تلتقي بالمحبيب، لكن أظهر استبنياني أن الرجال الأمريكيين يُعيدون ترتيب أولوياتهم، أكثر مما تفعل المرأة ذلك.

مهارة الوصول الذكورية تلك، بعيدة تمامًا عن الجديد. حتى «دانتي» الشاعر الفلورنسي، في عصر النهضة، صبر فوق جسر على نهر «أرنو» لمدة ساعات، على أمل أن يتحدث مع محبوبته «بياتريس». هذا الولع الذكوري، ربما كان نتيجة حقيقة أن

الرجال لديهم تواصل حميمي أقل، مع عائلاتهم الأصلية والأصدقاء، من المرأة. لكن القوى التطورية العميقة، غالباً ما تكون متضمنة. فالنساء مؤتمنات على البويضة، وهي سلعة قيمة. كما تقضي المرأة وقتاً أطول بكثير في تربية المواليد، وصغار الأطفال، وهي وظيفة حيوية. وللملايين السنين، احتاج الرجال أن يوفروا أنفسهم لشريك محتمل للتزاوج، حتى بالمخاطرة بحياتهم، من أجل إنقاذ هذه الأوعية التكاثرية الثمينة. ولا يزال هناك إرغام للرجال على بذل الكثير من «المجهود الزواجي» كي يفوزوا بلعبة التزاوج.

واقعيًا، فإن مجهود الرجال في التودد والتزاوج واضح للعيان، في استجاباتهم للعديد من الأسئلة في بحثي؛ فعلى سبيل المثال، كان الرجال أكثر قلقًا، من ذكر شيء سيئ في موعدهم الغرامي، وبدوا أقل ثقة بكلماتهم، وهذا شيء مفهوم.

في المتوسط، نجد أن النساء بكل مكان بالعالم، أمهر لغويًا، وهي قدرة ارتبطت بهرمون الأنوثة «الإستروجين».^{٤٤}

لكن المرأة في بحثي كانت أيضًا، أكثر حفظًا للكروت والخطابات التي يرسلها المحبوب، ولا تحفظ النساء طريقة وكلمات الخطيب فقط، ولكنهن يحفظن أيضًا لا شعوريًا، سجلًا بمجهوده في اللقاء.

(١٠) المخ الأنثوي في الحب

إن الكثير من المقالات النفسية، تُقرر أن كلا الجنسين، يشعر بالحب والغرام الرومانسي، بنفس الشدة على وجه العموم.^{٤٥} وأنا اعتبرت ذلك حقيقياً؛ حيث كانت استجاباتهم مختلفة بقدر ضئيل. فعلى سبيل المثال، فإن الاستبيان الذي استعملته عن غرامهم (نوقش في الفصل الأول)، أظهر أن من النساء الأمريكيات واليابانيات، بنسب أكثر من الرجال، يقررن مشاعر «أخف من الهواء»، حينما يتأكدن، بأن محبوبهن مغرم بهن. كما تختبر النساء أيضًا، تفكيرًا وسواسيًا أكثر قليلًا، عن المحب من عينة الرجال المفحوصة.

تجربتنا بالمرنان الوظيفي FMRI أظهرت أيضًا عدة طرق، يمكن أن تستجيب بها عينة النساء، بشكل مختلف عن مشاركتنا الذكور. فحين تنظر المرأة لصورة محبوبها، نجد أنها تميل لإظهار نشاط أكثر في جسم النواة المذنبة Caudate nucleus والحاجز Septum وهي مناطق المخ المصاحبة للدافعية والانتباه. وتبين أن أجزاء من الحاجز Septum أيضًا تتواكب مع عملية المشاعر وصناعتها. كذلك أظهرت النساء نشاطًا في بعض مناطق المخ الأخرى، بما فيها واحدة تتواكب مع استرجاع الذكريات، والبعض الآخر مصاحب للانتباه والمشاعر.^{٤٦}

مرة أخرى لا أحد يعلم ماذا تعني هذه النتائج، لكن حين تسترجع أنت الذكريات، وتسجل مشاعرك، فأنت تخبر نفسك عن مشاعرك،^{٤٧} وتحشد معلومات في تراتب، وكلا النشاطين يساعدانك في اتخاذ القرارات.

ولملايين السنين، احتاجت المرأة لأن تأخذ القرارات المناسبة بشأن الشريك المحتمل للزواج. وإذا كانت امرأة من أسلافنا، حملت أثناء هذا الحب الرومانسي، فإنها مجبرة على احتضان الجنين لتسعة أشهر، ثم ولادة الطفل. وهو ما كان ولا يزال مكلفاً بالأبيض وقضاء للوقت، وغير مريح، ومهمة خطيرة جسدياً. علاوة على ذلك، فعلى المرأة أن ترعى وليدها المسكين، عبر طفولة ومراهقة طويلة.

بينما الرجل يرى العديد مما تملكه المرأة مكرساً للحمل وتنشئة الأطفال، لا ترى المرأة ذلك ظاهراً في شكل الرجل «قيمة الشراكة». لذا يجب عليها أن تحسب قدرات الشريك على الحماية وما يوفره. هذا الاختلاف الجنسي يوحي بأن المرأة حين ترنو إلى حبيبها، تملك اختياراً طبيعياً، أعطى لها استجابات مخية معينة، تساعد على استعادة التفاصيل والمشاعر التي تحتاجها لتقييم رَجُلِهَا.

«الوراثة ما هي إلا بيئة مخزنة.» هكذا كتب الروائي العظيم «لوثر بيربانك» إن التقلبات أثناء تربية المواليد المسكينة في بيئة سالفة عدوانية، أنشأت بلا شك، آليات أخرى للمرأة، تستعملها لتختار الرفيق.

(١١) مَنْ تَخْتَارُ الْمَرْأَةَ

في بحث على ٨٠٠ إعلان شخصي، وُضع في صحف ومجلات، بحثت نساء أمريكيات عن شركاء يوفرون لهن الأمان المادي، مرتين أكثر مما فعل الرجال.^{٤٨} العديد من السيدات، طبيبات، محاميات، ونساء ثريات جدًّا، يهتمن بالرجال، الذين هم أكثر ثراءً ووضعيةً منهن.^{٤٩} في الواقع، إن المرأة في أي مكان بالعالم، تنجذب أكثر للشريك المتعلم، الطموح، الثري، المحترم، ذي الوضعية والمكانة، وهي أنواع من الإمكانيات احتاجتها أسلاف ما قبل التاريخ في شريك ووالد.

كما أوجز العلماء مقولة «يبحث الرجال عن الموضوعات الجنسية، وتبحث المرأة عن الموضوعات الناجحة.»

تنجذب المرأة أيضاً إلى الرجل الطويل القامة، ربما لأن هؤلاء الرجال يميلون لاكتساب مكانة مرموقة في مجال الأعمال التجارية والسياسية، ويوفرون دفاعاً جسمانياً أكبر.^{٥٠}

والمرأة تفضّل الرجل الذي يُشغل وضِعًا، يجعله خاليَ البال، كون ذلك علامة على السيطرة والرفعة، كذلك الرجال الواثقون من أنفسهم، كما تميل المرأة أكثر — إلى حد ما — لأن تختار الشريك الذكي على المدى الطويل.^{٥١} وتستجيب المرأة للرجال المتعاونين، الأقوياء، والشجعان.

كما أثبتت كلُّ الآداب والأساطير العالمية.

لقد نادت «إنانا» ملكة سومر القديمة، حبيبها: «الذي بلا خوف، الذي يلمع»،^{٥٢} وفي أغنية الأغنيات في العهد القديم، كتبت بين ٩٠٠ و ٣٠٠ ق.م، دندنة المرأة: «حبيبي مضيء، ومتورد الوجه، إنه الطول في حشد من عشرة آلاف رجل، ذراعه كقضيب من ذهب، رجلاه كعمودين من مرمر.»^{٥٣}

وفي شعر القرن التاسع عشر، ثبت بواسطة امرأة صومالية مجهولة، تدفق الشعر: «قويُّ أنت كنسيح حديدي، صببت من ذهب نيروبي، النور الأول للفجر، وهج الشمس.» لا عجب أن احترام الرجل لذاته، يرتبط بشكل أكثر، بحالته ووضعيته العامة، في العمل، وفي المجتمع.^{٥٤} ولا عجب أن الرجال يفضلون أيضًا تعريض صحتهم وأمانهم ووقت فراغهم للخطر، مقابل الوصول لمكانة أعلى.

يعرف الرجال بالبديهة، أنهم يجتذبون امرأة شابة وصحيحة بدنيًا، ونشيطة، يجب عليهم أن يحاولوا الظهور بلا خوف، وأقوياء كقضبان الحديد، و متمكنين كشمس متوهجة.

تفضّل النساء كذلك الرجال، ذوي عظام الوجنات البارزة، والفك القوي، لسبب آخر لا شعوري. فعظام الوجنة الرجولية، والفك الخشن، ذلك الذي صنعه التيستستيرون — وهو هرمون الذكورة — يُنبط نظام المناعة، لكن الأولاد المراهقين الأصحاء للغاية، هم فقط من يستطيع تحمل هذا التأثير، بينون وجهاً خشناً.^{٥٥}

وليس مثيراً للدهشة، في الوقت المقارب للتبويض الشهري، تصبح المرأة أكثر اهتماماً بالرجال ذوي هذه العلامات الدالة على التيستستيرون؛ حيث إنهن الآن يستطعن الحمل؛ ولهذا فإنهن يبحثن لا شعورياً عن الذكور ذوي الجينات القوية.

بشكل يدعو للتعجب، تنجذب النساء اللاتي على استعداد للحمل، للرجال ذوي الحس الفكاهي، ربما لأن سرعة البديهة، وخفة الدم، تترافق مع حدة الذكاء بشكل عام.

يعتقد البيولوجي «راندني ثورنهيل» أن المرأة تعبر نوعين من التفضيل الأساسي، ففي وقت التبويض، يبحثن عن الرجال ذوي الجينات القوية الحسنة، بقايا الشبق الموجود في كل الثدييات، وفي الأوقات الأخرى للدورة الشهرية، يفضلن الرجال ذوي علامات الالتزام.

عملياً، حينما أعطوا تعليمات للتلاعب بصور محفوظة بالكمبيوتر حتى يجدوا الصورة الأكثر جذباً، وجدوا أن كلاً من النساء البريطانيات واليابانيات، يفضلن وجوه الرجال الأكثر ذكورة، حول توقيت فترة التبويض، والوجوه اللينة، والأكثر أنثوية للرجال، في الأوقات الأخرى من الدورة الشهرية.^{٥٦}

البيانات الجديدة توحى بأن المرأة التي بدون شريك، تظل تبحث رغم ذلك عن علامات الالتزام وقت التبويض.

ومن المتوقع أن تنجذب النساء طول الوقت للرجال الذين يُبدون الرغبة في إشراك النساء معهم في مرتبتهم، وأموالهم، ووضعيتهم. في الواقع فإن النساء أكثر براجماتية وواقعية، حين يحبن، على حين يميل الرجال أكثر للسخرية، أو المثالية، أو الغيرية.^{٥٧} Altruistic

وربما تشرح هذه البراجماتية سبب وقوع المرأة في الحب، بشكل أبطأ مما يفعل الرجل.

(١٢) هيام طارئ

عند ممارسة العلاقة الجنسية، يصبح الأشخاص أكثر مرونة في اختياراتهم الرومانسية، حينما يبحثون عن علاقة عاطفية قصيرة المدى، كما هي الحالة في الإجازات، أو الرغبة في علاقة غرامية مؤقتة، بينما يتابعون اهتماماتهم الأخرى.

تاريخياً، عندما تبحث المرأة عن غرام قصير المدى، تختار رجالاً عزاباً، ولهم مصادر للثروة، ويحبون تقديم الهدايا، والإجازات الوافرة الثرية، والعشاء الفاخر، كما أنهم ذوو علاقات اجتماعية وسياسية.^{٥٨} ويتضح من ذلك أن المرأة التي ترغب في قضاء وقت ممتع، لا تقبل الاقتصاد في التكاليف.

لكن نساء اليوم، الأكثر ثراءً واستقلالاً عن الماضي، واللائي يبحثن عن الهيام الطارئ، أكثر شغفاً إلى حد ما، باختيار الرجال طوال القامة، المتناسقين، ذوي الوجنات المصقولة، والفك الوعر، رجال يتمتعون غالباً بجينات القوة والعضلات المفتولة.^{٥٩}

وتختبر بعض من هؤلاء النساء قيمتهن الخاصة، فيرين أي نوع من الرجال يستطيع أن يجذبته.^{٦٠}

بينما تستعمل الأخريات، العلاقات الطارئة، باعتبارها نوعاً من سياسة التأمين، إنهن يرغبن في مخزون من العلاقات، في حالة وجود عيوب في رفاقهن، أو في حالة إصابة الرفيق

بالمريض، أو وفاته. ولكن تستخدم العديد من النساء الجنس العارض، «كتجربة» شخص محدد لعلاقة طويلة الأمد.

ويعرف الأخصائيون النفسيون هذا الأمر، لأن المرأة أقل حماسة من الرجال، في دخول تجربة الليلة الواحدة، مع شخص متزوج، أو مشغول بعلاقة عاطفية أخرى. ليس فقط لأنه غير متوفر دائماً، ولكن لأن كلَّ موارده موجهة للآخرى. وطالما غشَّ شريكه الأصلية، فسيكون أكثر ميلاً لأن يخونها بالمثل.

لا تتدنى معظم النساء بمعاييرها، لتحظى بعلاقة عاطفية قصيرة، حيث تبحث النساء عن شريك ذي صحة، ثابت، مرح، عطوف، وكريم.

وبالنسبة للنساء، نجد أن الجنس العارض، غالباً ما يختلف عنه لدى الرجال.^{٦١} فحينما يسعى الرجال لحب قصير الأمد، فإنهم يميلون لاختيار النساء الأقل في نواح عديدة مثل الأقل ذكاءً،^{٦٢} تعليماً، وإخلاصاً، وثباتاً، والأقل مرحاً، وفي مجال أوسع بالنسبة للعمر.^{٦٣}

وعلى عكس النساء، قد ينجذب الرجال للمرأة صاحبة السمعة السيئة فكما ذكرتها «ماي ويست» «بشكل ملائم»: «يفضّل الرجال المرأة التي لها ماضٍ، لأملهم في أن يعيد التاريخ نفسه.»

إذا فكر الرجال في الالتزام، مع رفيقة على المدى البعيد، فإنهم يصبحون انتقائيين، بالنسبة للفضائل الأساسية. وحين يصل الأمر للزواج، فإن كلا الجنسين ينجذبون للشركاء، لأسباب لا شعورية من احتياجاتهم البدائي للإنجاب.

«أخبرني أين ولد الغرام والحب، في القلب، أم في الرأس؟ كيف وجد؟ كيف تغذّي؟ ... أحب ... أحب.»^{٦٤} نستطيع الإجابة على الكثير من تساؤلات «شكسبير» والإجابات تتعدد، مثل اختبار التماثل، حب الرجال لامتلاء الشباب والجمال، احتياجاتهم لمساعدة النساء الواقعات تحت ضغوط، انجذاب المرأة لثروة الرجال، والمكانة الاجتماعية، هذه الميول البيولوجية، يمكنها أن توجج دوائر المخ بالحب الرومانسي.

عنصر الغموض، مع التشابه في الخلفيات، والتعليم، والاعتقادات، توجه ذوقنا.

وفرصة توقيت، أو جوار، تلعب أيضاً جزءاً فيمن نختار.

لكن من بين كلِّ هذه القوى، التي توجّه اختيارك لرفيق حياتك، أعتقد أن الأهم، هو تاريخك الشخصي، الخبرات التي لا تحصى في الطفولة والمراهقة وما بعدها، التي شكّلت وتعيد تشكيل ما تحبُّه وما لا تحبُّه عبر حياتك.

كل هذا يتحدّ لخلق خريطة النفسية اللاشعورية الواسعة. وهو ما يطلق عليه «خريطة الحب».

(١٣) خرائط الحب

نكبر في بحر من اللحظات، التي نحتت ببطء، اختياراتنا العاطفية. سرعة بديهية أمك وطريقة كلامها، استمتاع والدك بالسياسة وكرة المضرب، كيف يستعمل الناس الصمت في عائلتك؟ التعبير عن الحميمية والغضب، كيفية تعامل من حولك مع النقود، كمية الضحك على مائدة العشاء، كيف واجه أخوك الأكبر التحديات، تعليمك الديني وهويتك العقلية، أوقات التسلية مع أصدقاء المدرسة، ماهية الأدب؟ كيف يرى مجتمعك الشرف، العدل، الإخلاص، العرفان، والتفاني، ما الذي أعجب الأساتذة، وما الذي أسفوا عليه؟ ما الذي تراه في التلفزيون، والأفلام؟

كل هذه الأشياء، وآلاف من القوى المعقدة، تبني اهتماماتنا الفردية، قيمنا، وإيماننا. وفي سنوات المراهقة، يؤسس كلُّ منا قائمة بالاستعدادات، والعادات المميزة للشخص الذي نبحث عنه.

وهذه القائمة ليست موحدة؛ فحتى في التوائم المتماثلة، الذين يحملون الاهتمامات نفسها وأسلوب الحياة نفسه، وبالطبع الديانة نفسها، والقيم الاجتماعية، والسياسية. نجد أن هناك ميلًا لإنشاء نسق مختلف للحب، واختيار أنواع مختلفة من الشركاء.^{٦٥} اختلافات غامضة بخبراتهم، شكّلت تذوقهم العاطفي.

هذه القائمة النفسية الخارجة عن المؤلف، هائلة التعقيد، يبحث بعض الناس عن شريك يوافقهم فيما يقولونه، ويفضل الآخرون النقاش المتحمس، يحب البعض المقابل والمزاح، بينما يريد الآخرون التنبؤ بالأمر، أو البهرجة. يحب البعض التسلية، ويأمل آخرون في الإثارة العقلية، يحتاج العديد من الناس لشريك يدعم أهدافهم، ويُزيل مخاوفهم، أو يشاركهم غاياتهم، ويختار البعض شريكًا من أجل أسلوب حياة يأملون في أن يحققوها.

«سورن كيركجارد» الفيلسوف الدانماركي، أحس أن الحب يجب ألا يكون أنانيًا، وأن يكون ممتلئًا بالإخلاص للمحبوب، لكن البعض لا يكون مرتاحًا لرفيق مغرم، على العكس، يرغبون في شريك يتحداهم، كي يتمتعوا بالنمو العقلي والروحي.

خرائط الحب معقدة وصعبة القراءة، وكمثال جيد، هناك صديقة لي، نشأت مع أب مدمن للخمر، لقد تأقلمت على اللامتوقع، حول المنزل، لكنها صممت ألا تتزوج أبدًا برجل

مثل والدها، والغريب أنها لم تفعل، ولكنها تزوجت فناناً فوضوياً، غير متوقع، ولكنه اختيار ملائم لخريطة حبّها اللاشعورية الواسعة. الحب لا يُرى بالعيون، لكن بالعقل، ولهذا يُرسم كيوبيد المجنح، أعمى «هكذا كتب «شكسبير»»^{٦٦} ولهذا غالباً ما يصبح صعباً للغاية، أن نقدم صديقاً أعزب للآخر، وغالباً ما تفشل خدمة المواعدة العاطفية بالشبكة العنكبوتية (الإنترنت). وذلك لأن القائمين على التوفيق بين الأشخاص، لا يدركون كم التعقيد في قوالب الحب لدى زبائنهم، وغالباً لا يدركه الرجال والنساء أنفسهم عن خرائط حبّهم.

(١٤) نفسية المحبين

حاول مئات الاختصاصيين النفسيين فهمَ الديناميات بين الشركاء المغرمين، وقدّم العديداً منهم أفكاراً مثيرة للاهتمام، حول أسباب اختيارنا لرفيق دون آخر. وسوف أراجع القليل من هذه الأفكار.

يؤمن الاختصاصيان النفسيان ألين هاتفيلد وريتشارد رابسونان بأن البالغين يمثلون واحداً من ستة أنماط للارتباط.^{٦٧}

الارتباط المحكم/الآمن: ويمثله رجال ونساء، لديهم ميل اختيار حبيب الروح الذين يستطيعون القرب منه، كما أن لديهم القدرة على تكوين الصداقات، والحفاظ عليها بسهولة.

الارتباط المتقلب: ويمثله رجال ونساء ملولون؛ فإذا فازوا بمحبيب، فإنهم يضحجون، وإذا غادرهم رفيقهم يلاحقون آخرين.

الارتباط المتشبه: ويمثله الأشخاص الميالون للتواصل في ثبات.

الارتباط غير المستقر: يمثله أشخاص يفضلون الاستقلال؛ وذلك لأنهم يختنقون بسهولة من الحميمية، والارتباط العميق، فيلجئون للهروب من العلاقة.

الارتباط العارض: والأشخاص من هذا النوع يرفضون استهلاك وقت أو طاقة كبيرة في الحب، فنجدهم يحبون المواعدة، ولكن تحوز القراءة، والسفر، والعمل، السبق على الالتزام مع الحبيب.

وهناك عدد قليل من الرجال والنساء، لا يأبهون/لا يهتمون بالحب، وبالتالي لا يبذلون أي جهد، لخطبٍ ودُّ شخص ما، أو للاحتفاظ بحبيب ما.

وتبعاً لرأي الاختصاصي النفسي أيلان بنميس فإننا نختر الرفيق المقرب للوالد، الذي لم نحلّ مواضيع الطفولة معه؛ حيث نبحت لا شعورياً، عن حلّ لهذه العلاقة، في فترة

البلوغ.^{٦٨} في حين يرى «هارفيل هاندريكس»، أننا نختار الشركاء، الذين عانوا الصدمات نفسها في الطفولة، أو علقوا في المرحلة من النمو نفسها.^{٦٩} وتؤمن ميري باون أننا نختار الشركاء الذين يبدون على المستوى نفسه من التميز، أو التباين، أو المستقلين في الهوية، كذواتنا.^{٧٠} نحن نبحث عن الشركاء بقدرة متوافقة، كي يتعاملوا مع القلق.

والاختصاصيون النفسيون، سندي هازن، وفيليب شافر^{٧١} بنيا فوق نظريات جون بولبي^{٧٢} وماري أنسورث،^{٧٣} مقترحين أننا نقع في الحب، ونشكّل روابط تعكس نوعَ رابطة الطفولة، التي كونها نحو أمهاتنا، هل هي آمنة، قلقة متناقضة، أو متحاشية. إليوت أرونسون^{٧٤} سوف يلتصق بأحاسيس الشاعر تيودور رويكس الذي كتب قصيدة «حب الحب الأكبر»^{٧٥} حيث إن بعض الأشخاص يختارون هؤلاء الذين يعتقدون أنهم يحبونهم، هذا الإيمان يبادر بشلال من الخبرات الممتعة، والذي يؤدي إلى الزواج. بياتريس وبندكت أبطال شكسبير خير مثال على ذلك، كلاهما وقع في حب الآخر، بعد أن سمعا من الآخرين كم يهيم كلُّ منهما بالآخر.

يؤمن تيودور ريك أن الرجال والنساء، يختارون الرفيق الذي يشبع احتياجًا مهمًا، بما يحمله من سمات مميزة تنقصهم. كما لخصها ريك: «أخبرني مَنْ تحب، وسوف أخبرك من أنت، بالأخص ماذا تريد أن تكون.»^{٧٦}

إن هناك بلا شك بعض الحقيقة في كل هذه الأفكار، ولكن كلهم تفرعوا من منطق أساسي. فكلُّ منَّا لديه شخصية فريدة، نشأت بخبرات طفولتنا، وبنائنا البيولوجي المحدد. وهذا البناء النفسي اللاشعوري العريض، يُرشدنا للوقوع في الحب، مع شخصٍ دون الآخر. «خرائط الحب» الشخصية، غالبًا ما تبدأ في التشكل، في فترات الطفولة المبكرة، حيث نتوافق مع قوى بيئية، لا تُعدُّ ولا تُحصَى، والتي تؤثر بمشاعرنا وأفكارنا. وكما لاحظ «موريس سينداك» بحكمة: «الطفولة هي تجارة خطيرة ملعونة.» ثم حين نخطو للمدرسة، ونكون أصدقاء جدًّا، فنحن ننخرط في أنواع من الاقتتان، تلك التي تزيد من قوالب إعجابنا أو نفورنا من الأشياء. ومع نمونا وتطورنا، فإن علاقات حب أطول، تتكون لدينا كمراهقين، ونميل لأن نوسع هذه القائمة، النفسية والشخصية. وكما نمتطي أمواج الحياة، ونختبر كوارث عاطفية قليلة، فإننا نُقلِّم ونُثري هذه القوالب العقلية.

ولهذا فحين تضي إلى غرفة بها رفقاء محتملون، فأنت تحمل بين طيات مخك مجموعةً من التمايزات الثقافية، والبيولوجية اللاشعورية، واللاعادية المتناهية في الصغر، والتي يمكنها أن تُشعل الرغبة العاطفية.

لكي نجعل الأشياء أكثر تعقيداً، فإن خطّابنا أنفسهم متباينون جدّاً، هل تعرف شخصين متماثلين؟ أنا لا أعرف، فتباين شخصيات البشر شيءٌ بارز جدّاً. البعض موسيقيون نوابغ، الآخرون يستطيعون كتابة شعر مؤثر، أو بناء كوبري، الآخرون يقذفون كرة الجولف بدقة متناهية، البعض يؤدي أدوار مسرحيات شكسبير من الذاكرة، والآخرون يولّدون الفكاهة للآلاف من فوق خشبة المسرح، البعض يتفلسفون بترابط عن الكون، والآخرون يعظون بشكل مؤثر عن الله والواجبات، البعض يتنبأ بالأنماط الاقتصادية، أو بشكل كاريزمي، يُرسلون الجنود إلى ساحة المعركة. وهذا هو مجرد بداية، لقد حَبَّتْنا الطبيعة كما يبدو بتباين لا نهائي للشخصيات لنختار منها، حتى خلال محيطنا الاجتماعي، والاقتصادي، والعقلي. وهنا نقطة محورية في هذا الفصل، ألا وهو إيماني بأنه عبر تطور نوعنا الإنساني المتميز، تأتي الآليات أو الميكانيزمات الأساسية، التي نختار بها رفيق حياتنا، إنها دائرة المخ للحب الإنساني. لماذا نحن جميعاً مختلفون عن بعضنا البعض؟ إن تفكيري في هذا الأمر ينبع من فكرة تشارلز داروين المبهرة للاختيار الجنسي.

كان «داروين» منزعجاً بكل هذه الزينات التي رآها في الطبيعة.^{٧٧} طوق من الريش الأحمر القاني حول عنق طائر، قضيب ذكري أزرق، أذناء مدلاة، رقصات دائرية، نغمات لحنية، وبخاصة ريش ذيل الطاووس، الذي يصعب حمله. لقد شعر أن هذا يبدو زخرفة زائدة عن الحد، تضعف نظريته؛ لأن كل السمات تطورت لسبب. وكما شكاهو: «إن رؤية هذا الريش في ذيل الطاووس تجعلني أمرض».^{٧٨} لكن مع مرور الوقت، آمن داروين أن كل هذه الزخرفة المبهرة، تطورت من أجل هدف مهم، كي يجتذب الرفيق/الرفيقة. لقد برر ذلك بأن هؤلاء الذين يستعرضون بالمغازلة الفخمة، يجذبون شركاء للتزاوج، أكثر وأفضل. وهذه الديكة أنجبت فقساً غير متناسب، وتنتقل إلى نسلها هذه الزخارف عديمة الفائدة، على ما يبدو. لقد أسمى هذه العملية «الاختيار الجنسي».

في كتاب عالي القيمة والأصالة، «عقلية التزاوج» فإن الاختصاصي النفسي «جيوفري ميللر» أضاف لنظرية «داروين» «الاختيار الجنسي»؛ فلقد اقترح أن الجنس البشري طور أيضاً سمات، بشكل مبالغ فيه، كي يُبهرَ الشركاء المحتملين للتزاوج. كما علّل ميللر فإن نكاءنا الإنساني، الموهبة اللغوية، وقابلية العزف، دافعنا كي نُبدع فنوناً تصويرية، قصصاً، أساطير، فكاهة، والدراما، وتدوّننا لكل أنواع الرياضة، فضولنا، قدرتنا على حل مسائل الرياضيات العويصة، فضائلنا الأخلاقية، شعورنا الديني العميق، اندفاعنا

للعطاء لمؤسسات الخير، قناعاتنا السياسية، حس الفكاهة، الاحتياج للنميمة، الإبداع، حتى شجاعتنا، المشاكسة، الدأب، العطف، كلها زخرفات مبالغ، ومكلفة أيضًا، ليكون لدينا تطور، فقط لنعيش يومًا آخر.^{٧٩}

هل احتاج أجدادنا هذه الاستعدادات المتطورة، فقط ليعيشوا، الشمبانزي، هل سيطور هذه المقدرات بالمثل، لم يفعلوا. لهذا، فقد آمن ميللر أن كل هذه القدرات الإنسانية الرائعة، تطورت كي نفوز في لعبة التزاوج. إننا «ماكينات تناسل»، هكذا كتب ميللر.^{٨٠}

وأسلافنا الذين تحدثوا شعراً، ورسوموا بمهارة، ورقصوا بسرعة، أو قدموا خطابات أخلاقية نارية، اعتبرت أكثر جاذبية. هؤلاء الرجال والنساء البارعون، ينجبون أولادًا أكثر. وبالتدريج هذه القدرات الإنسانية، أصبحت محفورة في شفرة جيناتنا. علاوة على ذلك، كي يفرقوا فيما بينهم، فإن أسلافنا تخصصوا، فأبدعوا تنوعًا هائلًا في الشخصيات الإنسانية، نراها اليوم.

أقرَّ ميللر أنه في الأشكال البسيطة، فإن العديد من هذه السمات، كانت أيضًا مفيدة، كي يحيا الإنسان على الأرض العشبية بأفريقيا القديمة، هذه المواهب كان لها فوائد متعددة، لكن هذه القابلية للإبداع، أصبحت أكثر طلبًا لأن الجنس الآخر أحبهم، واختار الرفيق الموهوب، لغويًا، موسيقيًا، أو غيرها من المواهب، واستنتج ما قاله أن «الدماغ تتطور بضوء القمر».^{٨١}

أنا أوافق على افتراضية ميللر، خذ اللغة على سبيل المثال، فإن أجدادنا احتاجوا عدة آلاف من الكلمات، وبناءً نحوياً بسيطاً لكي يقولوا، «هنا جاء الأسد» و«أعطني حبات الفستق».

لكن مقاطعنا الشعرية المزهرة، وموسيقانا الرائعة، والعديد من المواهب الإنسانية المعقدة والمركبة تطورت بالأغلب على الأقل جزئياً باستعراض الرجال والنساء، لقدراتهم التزاوجية اللانهائية.

ولكن كيف تأتى لأسلافنا، من الرجال والنساء، أن يفضّلوا هذه السمات غير العادية، في خطابهم ومعجبيهم؟ لا بد أن بعض آليات المخ لديهم قد تطورت هي الأخرى، لينجذبوا للإيقاع الرائع، والكلمات والسمات البراقة الأخرى، التي استعرضها هؤلاء المنتجون لها. وفر داروين تعليقات قليلة، عن كيف استجابت المخلوقات فعلياً لهذه الاستعراضات الجنسية والتزاوجية، وفضلت زوجاً واحداً عن آخر. لقد آمن أن هذه العملية الاختيارية بشكل ما أو آخر، متصلة بتفضيل الجمال؛ فالأنثى في كل الأنواع، كما كتب، تنجذب

للذكور الذين يمتلكون الوسامة، لكنه لم يستطع أن يشرح كيف يعمل هذا الانجذاب الأنثوي في دماغ الحيوان، وعقد الأمر بقوله «على الرغم من ذلك، فإنه من العسير أن نستخلص دليلاً مباشراً على قدرتهم على تفضيل الجمال.»^{٨٢}

كما لاحظ «ميلر» هذه العضلة، ومع تطور السمات في الإنسان «العارض المنتج» فإنه لا بد من بعض الآليات بمخ الذين يختارون، تتساوى وتتماشى معها، كي تساعدهم على التمييز، عبر هذه الإشارات التزاوجية، فيفضلون البعض، ويختارون شريكاً محدداً للتزاوج.

لهذا فقد اقترح أنه عبر تطور قدراتنا العقلية، والجسمانية، الإنسانية الرائعة، أتت «الماكينة الدماغية/العقلية» أو معدات الاختيار الجنسي، كي نميز بينهم ونفضل هذه الحيل للتودد.

من هنا طوّر أجدادنا تذوقاً للاستعداد اللغوي، وللرسوم الفنية على الرمال، وللخطباء ذوي الكاريزما، أو القوة الأخلاقية، والعديد من المواهب الإنسانية الأخرى الناشئة، كذلك القدرات للتمييز، والتذكر، أو الحكم على هذه الإشارات التزاوجية.

لكن لم يوفر ميلر اقتراحات عيانية عن ماذا يحدث فعلاً ليتمكن الذي يختار من اختيار أحد تكتيكات الساعين للزواج، دون الأخرى. وقال إن هذا يُشبه إلى حد ما «لقاء سبب متعة كبيرة» بالمخ، والإندورفين ربما يكون له دور في ذلك.

أنا أقترح أن «عداد البهجة» عبارة عن دائرة بالمخ، للحب الرومانسي، يتم التحكم فيه بشكل كبير، بشبكات الدوبامين، عبر النواة المذنبة Caudate nucleus، ومسارات الإثابة الأخرى بالمخ. وكما أن أسلافنا من الرجال والنساء، تَمَّت غربلتهم، عبر فرصهم المرتبة للتزاوج، فإن الدائرة الأساسية بالمخ للانجذاب، في الحيوانات، قد تطوّرت للحب الرومانسي، لدى الإنسان، كي تساعد الذين يختارون شريكاً محدداً للزواج، أن يطاردهم هذا المحبوب بنهم، ويكرّس طاقته ووقته لهذه الجائزة التكاثرية.

متى، وأين، ولماذا، بدأ أجدادنا في الاحتياج، لقدرات لغوية مركبة، والمواهب الرائعة الأخرى، التي لا تُعدُّ ولا تُحصى، لكي يفوزَ بالزوج؟ الشامبزي لم يحتج لشعر، أو موسيقى جيتار، كي ينام مع حبيب.

ما الذي أشعل زنادَ تطور هذه المواهب الإنسانية الخاصة، التي لا تُعدُّ ولا تُحصى، ودوائر المخ لكي يكون منجذباً لأحدٍ دون آخر، الحب الرومانسي؟ كل شيء بدأ، كما كتبها «درين»: «حين جف الخشب، ركض الهمجي النبيل.»

(١٥) أعلام الفصل الخامس

إدوين أرنولد Sir Edwin Arnold (١٨٣٢-١٩٠٤م): شاعر إنجليزي أهم أعماله ضوء آسيا.

روبرت براوننج Robert Browning (١٨١٢-١٨٨٩م): هو شاعر إنجليزي شهير. لوثر بيربانك Luther Burbank (١٨٤٩-١٩٢٦م): أحد رواد الزراعة بالولايات المتحدة الأمريكية والعالم.

سورن كير كجارد Soren Kierkegaard (١٨١٣-١٨٥٥م): كاتب وفيلسوف دانماركي.

بودلير Baudelaire (١٨٢١-١٨٦٧م): شاعر وناقد فرنسي شهير ويعتبر أحد رموز الحداثة في العالم.

جون كيتس John Keats (١٧٩٥-١٨٢١م): شاعر إنجليزي وأحد شعراء الحركة الرومانتيكية الإنجليزية.

جون دريدين John Dryden (١٦٣١-١٧٠٠م): كاتب وشاعر تأثري إنجليزي وناقد ومترجم.

ثيودور رويثك Theodore Roethke (١٩٠٨-١٩٦٣م): شاعر أمريكي.

إليزابيث تيلور Elizabeth Taylor (١٩٣٢-٢٠١١م): ممثلة أمريكية شهيرة.

ريتشارد بيرتون Richard Burton (١٩٢٥-١٩٨٤م): ممثل ويلزي عالمي شهير، وكان زوجًا للممثلة إليزابيث تيلور.

عزرا باوند Ezra Pound (١٨٨٥-١٩٧٢م): شاعر أمريكي من رواد الحركة الحديثة.

هاري ترومان Harry Truman (١٨٨٤-١٩٧٢م): وهو الرئيس الأمريكي الثالث والثلاثون للولايات المتحدة الأمريكية في الفترة ١٩٤٥-١٩٥٣م.

دانتي Dante (١٥٣٦-١٥٨٦م): راهب وشاعر ورياضي إيطالي شهير، كما كانت له اهتمامات بالفضاء وظواهر الكون.

شيكسبير Shakespeare (١٥٦٤-١٦١٦م): يُعد أحد عظماء الأدب العالمي الحديث، ومن أعماله: ماكبث، الملك لير، وحلم ليلة صيف.

راندي ثورنهيل Randy Thornhill: عالم بيولوجي أمريكي، يعمل أستاذًا لعلم الأحياء بجامعة نيو ميكسيكو بالولايات المتحدة، وله كتاب أصدره عام ٢٠٠٠م بعنوان «التاريخ الطبيعي للاغتصاب».

داروين Darwin (١٨٠٩-١٨٨٢م): كاتب وعالم إنجليزي شهير وصاحب نظرية التطور.

جيفري ميللر Geoffrey Miller: عالم نفس معاصر، وُلد في ١٩٦٥م، هو أستاذ علم النفس بجامعة ميكسيكو ومتخصص بعلم النفس التطوري.

الفصل السادس

لماذا نحبُّ

تطوُّر الحب الرومانتيكي

«نوافير تتمازجُ مع النهر،
والأنهارُ مع المحيط،
رياح الفردوس تختلط للأبد،
مع العاطفة العذبة،
لا شيء في العالم يبقى وحيداً،
كل الأشياء بقانون إلهي،
تتعشَّق وتتضافرُ وتذوب في الأشياء الأخرى.
فلماذا أنا
لستُ معك؟»

بيتسي بايش شيلى
«فلسفة الحب»

«يبدو أنني أحببتك على أشكال لا حصر لها/مرّات لا عدد لها/ في حياة إثر حياة/
طوال عمر بعد عمر .../اليومَ ها هو مكّدس عند قدميك/وجد ضالته أخيراً: فيك:
الحبُّ/حبُّ الجنس البشري في كل أيامه/منذ الأزل وحتى الأبد.» الشاعر الهندي رابندرانت
طاغور كان يشعر أن حبه لامرأة قد عبر الدهور داخل عقل خُلق منذ بداية الأزمان.

بالفعل، نحن نحمل كل تاريخ فصيلنا البشري مطمورًا في عقولنا، كل المسارات والدوائر التي شيدها أسلافنا فيما يغنون ويرقصون ويتشاركون حكمتهم وطعامهم ليتوددوا إلى أحببتهم وأصدقائهم، وحينئذٍ يقعون في الحب «معهم» أو «معها».

كيف حدث أن صرنا نغازل ونحب بالطريقة التي نفعلها؟ الفيل الفحل لم يُمطر «تيا» بالقصائد لكي يثبَّت لها أنه ملك الأفيال. سكير الذي وجد حبيبته الصغيرة في أحد مساءات الربيع؛ لم يغنَّ أغاني روك أند رول لآلاف من إناث القنادس لكي يؤثر فيهن أولاً. ميشا وقع في غرام ماريا بمجرد أن هزَّت ماريا ذيلها الكلبِي ودَعَته للعب معها. لكل الحيوانات تفضيلاتها التزاوجية. ومعظمها تُطور أساليب تزيُّنها وغزلها باختلاف أنواعها لكي تُبهر أولئك الذين سيصبحون عشاقًا. لكن ليس من مخلوقات سوى الإنسان، الذي يستعرض مواهبه على هذا النحو المبالغ فيه كما في سوناتات القصائد والقفز من الطائرات.

كما لاحظ عالم النفس جيوفري ميللر، العديد من صفاتنا البشرية الاستثنائية، مثل مهارتنا اللغوية المنمقة، انجذابنا لكل أنواع الرياضات، حميتنا الدينية، خفة ظلُّنا وقِيمنا الأخلاقية، جميعها مهارات شديدة التنميق، غالية الثمن، نُؤديها من أجل عملية التزاوج، وعديمة الأهمية للغاية في رحلة الكفاح من أجل الوجود لكي نرتقي بالكاد من أجل أن نحيا يومًا آخر. كان على الحيوانات أن تبرز، على الأقل جزئيًا، لكي تساعدنا على الغزل والفوز في لعبة التزاوج.

والأكثر من هذا، فقد عرضت هذا على كل المغازلين الرائعين الذين تتبعناهم لكي نُقنَعهم بالرفقاء المقترحين، فوجدنا أن الرجال والنساء أيضًا قد طوروا شبكة معينة في أمخاخهم لكي يستجيبوا لتلك السمات: الدائرة الكهربائية للحب الرومانسي. تلك العاطفة، الصورة المطورة من الانجذاب الحيواني، تنبثق للوجود لكي تدفع كلاً منا لكي يختار من بين العديد من العروض الغزلية المتنوعة، فنفضل واحدًا بعينه، ثم نبدأ رقصه التزاوج الأولية حصريًا «معهم» أو «معها».

لكن «ميلر» أبدًا لم يُخبرنا متى، أين، أو لماذا بدأ الكائنُ البشريُّ في تطوير تلك المواهب. وأنا لم أقدم تفسيرًا حول كيف تحوَّل فصيلنا من مخلوقات كانت تشعر بانجذاب مؤقت لفرد «بعينه» إلى رجال ونساء مستعدين للموت من «أجلها» ومن «أجله».

شيء حدث في عمق الزمان، أنتج اندفاع الانسان المحموم ذاك، نحو الحب.

(١) الحب في الأشجار

أشجارُ النخيل، أشجار التين، أشجار الكمثرى البرية، أشجار الماهوجني، أشجار دائمة الخضرة، أشجار، وأشجار أكثر وأكثر تنبسط على أراضي أفريقيا الشرقية منذ ثمانية ملايين سنة.

هنا عاش آخر أسلافنا من ساكني الغابات. للأنثروبولوجيين دليلٌ مباشر صغير عن طبيعة حياة أسلافنا اليومية. ولكن أجدادنا الأوائل ربما عاشوا على النحو الذي يعيشه التشيمبانزي الحديث. نحن البشر نتشارك أكثر من ٩٨٪ من الحامض النووي DNA مع تلك المخلوقات. التشيمبانزي الأفريقي القياسي، وفصيل قريبه الأصغر المدعو بونوبو ما زالوا يحيون فيما تبقي من تلك البيئة الأفريقية الأولية. ويظهر التشيمبانزي سمات عديدة من تلك التي تشارك فيها مع أجدادنا الأوائل. كما التشيمبانزي القياسي الراهن والبونوبو، بالتأكيد عاش أسلافنا في تجمعات، تتكون عادة من ثمانين إلى مائة ذكر وأنثى. كانوا ينامون في أعالي الغابات المظلمة بأوراق الشجر، يستيقظون بعد الفجر، ويهبطون أرض الدغل ليقوموا بجولات تكرارية في محيط المنطقة المشتركة. لا بد أن يلتقي الأعضاء ويمتزجوا منفردين أو في جماعات صغيرة، يتناولون الطعام ويتبادلون الاجتماعيات العاطفية. الأسلاف الأوائل من البشر أولئك عرفوا من هو عضو الأسرة، كما عرفوا الصديق، وعرفوا الخصم. وكانوا يُثرثرون فيما بينهم عبر ما لا يقل عن خمسين نوعاً من الصيحات والأصوات الحادة، وكذا ثلاثون إيماة وحركة تعبيرية. تماماً مثل تشيمبانزي اليوم، كانوا يستخدمون الصخور كمطارق ليكسروا حبات البندق، وخلّات الأسنان يصنعونها من العصي الرفيعة، والمناديل من أوراق الشجر والحشائش المبطنة. مثل التشيمبانزي كانوا يقذفون الأحجار والعصي لكي يهاجموا ويسيطروا، وليتصيدوا القرود. كانوا يتقاسمون اللحوم، ويشنون الحروب على الجيران التشيمبانزي، لكي يستولوا على أراضيهم. بعضهم كانوا يمزحون، وبعضهم كانوا قادة، آخرون كانوا جسورين، مخادعين، فضوليين، أو عدوانيين. والكثير منهم كانوا يصنعون الصداقات، والعداوات، يمنحون البراعم كهدايا، يدافعون عن الرفاق في المشاجرات، ويمكنون جوار الأقارب الذين قضاؤا نحبهم. وكانوا كذلك يمارسون الحب. التشيمبانزي والبونوبو من بين أكثر الحيوانات النشطة جنسياً فوق الأرض. يقبلون أحياناً قبله فرنسية عميقة، يجولون ذراعاً في ذراع، يتعانقون، يضربون أحبّتهم برفق، يُربّتون، يتزيّنون، ينحنون أمام بعضهم البعض، وغالباً يتزاوجون خلال معظم (إن لم يكن طوال) دورة الإناث

الشبقية. لكن على عكس البشر، كان أسلافنا الأواخر من قاطني الأشجار غير انتقائيين في علاقاتهم العاطفية، تمامًا مثل تشيمبانزي وبونوبو أيامنا الراهنة. في ذروة الدورة الشبقية، كانت الأنثى من الأسلاف تقترن بذكر واحد وترحل عن التجمع لكي تتزوج في خصوصية. لكن تلك العلاقة مؤقتة، في معظم الأحوال لا تزيد مدتها عن أيام قليلة أو أسابيع. لم يكونوا يقعون في الحب. دون شك كان لأقربائنا الأوائل «تفضيلاتهم»، مثل بقية الكائنات الأخرى. لكن هذا الشبيه البعيد لم يُظهر ذلك التركيز المهووس على حبيب فرد محدد، ذلك المميز جدًا في حالات الهوى والعشق لدى البشر. وربما لم يكونوا أبدًا شراكة مكتملة تسمح بتربية الصغار. الأم لا تحتاج رفيقًا ليساعدها في حماية صغارها. تمامًا مثل التشيمبانزي، كانت الأمهات تربي صغارها بمفردها. إلا أن بعضًا من أسلافنا من قاطني الأشجار لا بد وأنهم قد شعروا بانجذاب نحو شريك ما «أكثر» من سواه، نوع من الألفة ربما تطوّر في الأخير إلى ذلك الحب الإنساني. متى، أين، وكيف بدأت الإنسانية، بتلك الطاقة والعنفوان، لا أحد يعرف. على أنني أعتقد أن تلك الرحلة بدأت مباشرة بعد ما بدأ أسلافنا في الهبوط من أشجار شرق أفريقيا ليشيّدوا عالمًا جديدًا فوق هذه الأرض المفعمة بالمخاطر.

(٢) الخطوة البشرية

الحفريات البشرية الأولى جاءت من تشاد الشرقية. في عام ٢٠٠٢م، سجل الأثنروبولوجيون كشفهم جمجمةً شبه مكتملة وأيضًا العديد من الأفكاك والأسنان في تلك الدولة في أواسط أفريقيا^١. شبيهة ما بالإنسان عاش هنا، بالقرب من البحيرة العذبة الضحلة، منذ ما بين ٦-٧ ملايين من السنين. لا بد أنهم كانوا يقضون معظم أيامهم في الأشجار التي تتكاثف على طوال الشاطئ. البعض لا بد أيضًا كان يخاطر بالنزول للسهول المكشوفة، الملائمة لشرائط الغابات التي تتمايل فيها أعشاب البراري. ربما راحوا يتتبعون نسرًا إلى حيث جثة نصف مأكولة لظبي أو لأحد الوحوش الضارية. ربما كان الأشجع من بينهم هو الذي يرمي العصي أو الأحجار على الأسود التي تأكل، لكي يسرقوا وجبة طعامها. البعض ربما خاض في المستنقع العميق أيضًا، وهو يرقب محاذرًا فرس نهر غاطسًا لكي يتصيد سلحفاة أو يحبس في زاوية غزالًا جاء ليشرب. نعلم القليل عن أولئك الأقرباء. عظامهم لا تُخبرنا حتى إن كانوا يسيرون على قدمين أو أربع أقدام. ولكن «تيوماي»، الجمجمة كما يسميها أهالي تشاد، كانت جزءًا من سلالتنا البشرية. حقًا، محه لم يكن أكبر من

مخ التشيمبانزي. إنما كان له وجه أكثر تسطيحًا، وفكُّ أكثر شبهاً بفك الإنسان، وكذا أسنان شبيهة بما لدى البشر. وكان هو وأقرباؤه يتغازلون، يتزاوجون، ويُنجبون. وأنجب أطفالهم، وأنجب أطفالُ أطفالِ أطفالهم أيضًا. لأنه قبل حوالي ٣,٥ مليون سنة، كان العديد من أشباه الإنسان يجوبون الغابات الشاسعة والمفتوحة وغابات السافانا التي تمتد بطول شرق أفريقيا. وجد الأنثروبولوجيون المئات من العظام والأسنان الأحفورية. تلك الأقوام قد تغيرت. وجوههم، سيقانهم، مؤخراتهم، والجماجم، جميعها تدل على الرجال والنساء الذين مشوا منتصبين على قدمين، بدلًا من أربع. أنا أعني تلك الخطوة البشرية. بينما تتوازنُ أعناقنا فوق أكتافنا، وتمتشق عمداننا الفقارية فوق مؤخراتنا، وتنبسط الساق، وتنتهي الركبة، لنطرق الأرض بكعوبنا، ونلف وندور حول كاحل القدم ثم نقفز فوق أطراف أصابعنا، حتى نكاد نسقط تقريبًا دون جهد للأمام.

هذا التجديد الفردي كان له أن يغير كثيرًا في طبيعة الحياة فوق الأرض. عن طريق المشي على قدمين، أصبح بوسع أسلافنا أن يحملوا الصخور ويُلقوا بها على الفهود أو الأسود التي تهاجمهم في الظلام. عن طريق المشي، أصبح بوسعهم أن يحملوا العصي ليحفروا الأرض ويزرعوا البذور والبراعم. عن طريق السير، صار بوسعهم أن يقذفوا الأحجار الصغيرة على الحيوانات الضئيلة التي تُعشش في الحشائش. السير على قدمين أيضًا حرَّr الديدن من أجل التلويح للتعبير، كما حرَّr الأفواه للنطق بالكلمات. عن طريق السير، والتجميع، وحمل الأشياء، بدأ أسلافنا خطوتهم غير المدونة نحو الحداثة.

كل هذا حقائق. الآن من أجل النظرية. أعتقد أن الخطوة البشرية سببت مشاكل للإناث، أصبحن مضطرات إلى حمل أطفالهن على أذرعهن بدلًا من حملهم فوق ظهورهن. في الأشجار، كانت إناث أسلافهن من ذوي الأربع من أشباه التشيمبانزي يحملن صغارهن على ظهورهن. في تلك البيئة المكسوة بأوراق الشجر كانت الأيدي حرَّةr لجمع الثمار والخضراوات. وكان بوسع الأنثى بسهولة أن تتسلق الأشجار وأن تهرب من المهاجمين إلى مكان آمن عالٍ عن الأرض. ولكن ما إن بدأ أسلافنا في المشي على الأرض أسفل الأشجار وفي الخارج في السهول المفتوحة، وكذا في حملِ العصي والأحجار ليحصدوا الطعام، أظن أن الأنثى أصبحتَ محمَّلة أكثر بالأعباء.

كيف يمكن لأمِّ صغيرة أن تحفر الأرض لبذر الجذور، أو تصيد الحيوانات الصغيرة بيد واحدة بينما تحمل طفلًا متكورًا يزن عشرين رطلًا باليد الأخرى؟ كيف يكون بوسعها أن تهرب بسرعة من الأسود الجائعة التي يسيل لعابها بينما تنُّ تلك الأنثى

بحمل ذراعها المحملتين؟ أظن أن تلك الإناث الأولى قد بدأت في الاحتياج إلى رفقاء لكي يساعدها في الإطعام والحماية، على الأقل في فترة حملهن وتربيتهن الصغار. وهكذا وبينما تبنى أجدادنا الحياة على الأرض الخطرة، أصبح الترافق والعلاقة الثنائية أمرًا حتميًا للإناث وأمرًا عمليًا للذكور. وهكذا تطوّر الأمر إلى الارتباط برفيق واحد، وهي العادة البشرية في تشكيل علاقة ثنائية بين رجل واحد وامرأة واحدة في وقت واحد.^٢

لدينا بعض الأدلة على حدوث التطور إلى الزواج الأحادي منذ زمن بعيد. حديثًا، كانت عظام الرجال والنساء الذين عاشوا قبل حوالي ٣,٥ مليون سنة تم حساب أحجامها ووجدوا توافقًا مع الهياكل العظمية. وتبين أن الرجال كانوا على نحو ما أكبر حجمًا من النساء؛ ولحق كان الجنس يختلف بين واحد منهم والآخر تقريبًا كما يختلف على نحو نسبي بين رجال الزمن الحديث ونسائه. عادة ما يستخدم الأنثروبولوجيون اختلافات الحجم بين الجنسين في فصائل الكائنات لقيسوا أي نوع من الحياة الاجتماعية كانت تعيش تلك الجماعات. وأشارت تلك الاختلافات الحجمية إلى أن أولئك الأقارب الأوائل عاشوا حياة أقرب ما تكون للوحدات الاجتماعية التي نعيشها الآن: «كانوا أحاديي الزواج على نحو مبدئي».^٣

وجد العلماء أدلة وراثية جينية أيضًا تؤكد أحادية الزواج لدى أسلافنا الأوائل. تذكرون جردان البراري، تلك الكائنات الشبيهة بالفئران التي تكوّن تزاوجات ثنائية فورًا بعد البلوغ وتمضي حياتها مع شريكها في جحر؟ عالم الأعصاب توم إنزيل وزملاؤه اكتشفوا زيادة حامض DNA في الجين الذي يتحكم في توزيع الهرمونات المستقبلية في المخ، وكذلك غياب حامض DNA في تلك الكائنات التي ليس لديها انتقائية في اختيار الشريك، أولاد العمومة غير الاجتماعيين من الجردان الجبلية. أخذ أولئك العلماء عينة ضئيلة من حامض DNA من جردان البراري وحقنوها في ذكور ذوي خصال شديدة النفور اجتماعيًا. وبكل تأكيد وُجد أن تلك الجردان قد بدأت في تكوين علاقات ثنائية مع إناث محددة بعينها.^٤

للبراري جينات مشابهة لتلك التي تتحكم في نشاط الغدة النخامية. وبعض الناس (وليس كلهم) يحملون هذا التزايد في حامض DNA في هذا الجين. ° يومًا ما سنعرف ماذا تعمل بالضبط تلك المنطقة الجينية في الناس، ولماذا يحملها البعض ولا يحملها البعض الآخر. حتى الآن بوسعنا أن نقول التالي: منذ زمن بعيد جدًا، كان على البشر أن يكونوا

ثنائيات لكي يربُّوا صغارهم؛ لأنه يوجد على الأقل جين واحد يتحكم في أحادية التزاوج، والسلوكيات المرتبطة بذلك، وهذا الجين موجود في حامض DNA الخاص بنا. «اثنان خيرٌ من واحد.» هكذا يقول الإنجيل.^٦ وأظن أن أسلافنا قد أدركوا هذه الآفة قبل أكثر من ٣,٥ مليون سنة.

(٣) تطور الطلاق

على أنني لا أرى أن ذلك الرباط الثنائي لا بد أن يكون أبدياً في كل أنحاء العالم، حيث مسموحٌ للبشر بالطلاق (وبوسعهم الطلاق اقتصادياً)، يوجد الكثيرون ممن يختارون الطلاق. إذا ما سألتهم لماذا يفصمون وحدتهم، يعطيك كلُّ منهم إجابة مختلفة. لكن ارتباط البشر له أنماط عدة، وبعض هذه المخططات أخذ في التطور في مهد النوع البشري. توصلتُ إلى هذا الاستنتاج بينما كنت أجمع معلومات حول الطلاق في تنويعة بشرية من خمسة وثمانين من التجمعات البشرية المسجلة في كتاب الديموجرافي السنوي في الأمم المتحدة.^٧ وجدت كمًّا مثيراً للدهشة من نماذج الانفصال بين الناس. كانت هناك توقعات عديدة، دون شك. ولكن كقاعدة، فإن الأزواج حول العالم الذين انفصلوا يكثر انفصالهم في العام الرابع من الزواج، وفي منتصف العشرينيات من أعمارهم، مع وجود طفل صغير. في البدء كانت تلك النماذج بلا معنى بالنسبة إليّ. ولكن بعدما قرأت حول عادات التزاوج والافتتان في الكائنات الأخرى، بدأت أرى بعض التوازيات الخارقة.

فقط ٣٪ من الثدييات تقترن كزوجين لتربية صغارهما؛ البشر من بينهم؛ ولكن تلك العادة تحدث فقط تحت ظروف خاصة. من بينها: إناث الثدييات تكوّن رابطة ثنائية حينما لا يستطعن أن يربِّين صغارهن بمفردهن.

مثل الثعالب. الثعلب وأنثى الثعلب يكونان رباطاً ثنائياً في منتصف فبراير، يحفران جحوراً عديدة، ويربيان صغارهما معاً. يفعلان هذا لأن الأنثى تحمل أكثر من خمسة صغار ضعيفة لا حول لها ولا قوة، تولدُ عمياء وصماء. حليب الأنثى يكون خفيفاً للغاية حتى إنها تضطر للبقاء في الجحر بشكل مستمر تقريباً لإرضاع صغارها. تكاد تموت من الجوع ما لم يطعمها أحد. لهذا تكوّن هي و«صديق خاص» ما رابطة ثنائية ليربِّيا معاً صغارهما. وبينما يشرع الصغار في التجوال خارج الجحر في ذروة الصيف، ينفصل الرفيقان. انتهت مهمتهما معاً. في العام التالي ربما يعيد الزوجان رباطهما، ولكن في الأغلب سوف يتخذ كلُّ منهما رفيقاً مختلفاً.

مسلسل أحادية التزاوج شائع لدى أصدقائنا من ذوي الريش. طائر أبو الحناء المغرد الذي يُزيّن بموسيقاه وحضوره حداثتنا كل ربيع، يتوافق في ثنائيات مع كل موسم تزاوج. لا شك أن الرفيقين يتقاسمان الواجبات كذلك. أحدٌ ما لا بد أن يعرى البيضة حتى تفقس، ثم يحمي الفراخ الوليدة؛ بينما يقوم الآخر بتوفير الطعام للأسرة. يُفرخ ذاك الثنائي الناجح مواليدَ عديدة ويُربّيها. ولكن، ما إن تنمو الأجنحة الصغيرة وتطير بعيداً، ينفصل الأبوان. في العام التالي، العديد منها سيتخذ شريكاً جديداً. وهكذا، في تلك الفصائل التي تتوافق لتربّي الصغار، يبقى الكثير منها فقط بما يكفي لكي تنمو صغارها وتتجاوز مرحلة الطفولة.

المبدأ ذاته يبدو أنه مطبّق لدى البشر. نجد في المجتمعات التقليدية، أسلوب الحياة مع التمارين المعتادة، وحمية إنقاص الوزن. نقص الوزن الذي كان مرتبطاً بطقس تربية الصغار لفترة ممتدة من الوقت يمنع حدوث التبويض لسنوات عديدة بعد المخاض. من بين تلك المجتمعات كان كانج بوشمان في أفريقيا الجنوبية. سكان أستراليا البدائيون، الغينيون في غينيا الجديدة، اليانومامو في الأمازون، والنيثسيلكي في الإسكيمو، النساء في تلك الثقافات يملنّ إلى حمل الصغار كل حوالي أربع سنوات. وكنتيجة لذلك، يعتقد الأثنروبولوجيون أن فترة السنوات الأربع، هي الفترة الطبيعية التي تفصل بين كل حمل وآخر طوال فترة عمر الإنسان فيما قبل التاريخ.^٨

وهكذا فإن فترة حضانة الإنسان متماثلة بشكل عام في أنحاء العالم كافة لفترة الزواج التي تنتهي بالطلاق.

وهكذا، ها هي نظريتي، ربما مثل طيور الحناء المغردة، والثعالب، والعديد من الكائنات من سلالة التزاوج الأحادي، كان أسلافنا البشريون الأوائل الذين عاشوا قبل ٣,٥ مليون سنة يظلون في تزاوجات ثنائية فقط بما يكفي لتربية طفل واحد خلال مرحلة طفولته، حوالي أربعة أعوام.^٩ حينما لا تحتاج الأم إلى حمل الطفل وحضانته على نحو مستمر ويكون بوسعها أن تتركه مع جدته، خالته، ابنة خالتها، أو مع صغارها الأكبر سناً، في أثناء جمعها الطعام، فإنها لا تعود في حاجة إلى رفيق بكامل الوقت لكي يؤمّن حياة الطفل. في الحقيقة بوسعها أن تحصل على الطلاق إذا ما وجدت رجلاً جديداً تحبّه أكثر. وكان للطلاق البدائي أيضاً توابعٌ جينية: الرجال والنساء الذين «يتزوجون للمرة الثانية» قد يربون أطفالاً لآباء وأمّهات آخرين، صانعين بذلك نماذج خيرية متنوعة للتعدد النسبي.

«المشكلة ممكنة فقط في ملابس العمل.» هكذا كتب خبير الصناعة هنري ج كيزر. وما إن تطور مسلسل التزاوج الأحادي عبر أجيال لا تُحصى، أعتقد أن هذا المراس الفطري البشري مختار لدوائر مخية كهربية قصيرة المدى في اتصالها. بالتزامن مع هذا الابتداء الملحوظ جاءت الفكرة البشرية التي تُسمَّى «الأب»، «الزوج» والأسرة التي تتمركز حول النواة، والميل الإنساني لعدم الراحة من العلاقات الطويلة، وولع الإنسان بفصم العلاقة والتزاوج من جديد: مسلسل التزاوج الأحادي.

ولكن هل هذا الميل الفطري إلى تكوين شراكة قصيرة الأمد، تسبَّب في إشعال تطور الحب الرومانتيكي لدى الإنسان؟

ربما تسبب. ربما الانجذاب الذي يشعر به التشمبانزي والمخلوقات الأخرى نحو رفيق «مخصوص» قد أصبح أكثر حدَّة واستمرارية، حتى إن الرجال والنساء البدائيين بدءوا في تكوين ثنائيات لتنشئة الصغار باعتبارهم فريقًا. وعندئذٍ ما إن يبدأ الانجذاب في الانحسار ببطء، حتى تنمو مشاعر التلاصق الحادة. حينما يبدأ صغيرهما في الحب خارج مرحلة الطفولة، أظن أن الزوجين يبدأان في البحث عن حب طازج. شركاء قليلون ربما يبقون معًا لكي يُنجبوا أطفالًا أكثر؛ والعديد غيرهم يبحثون عن رومانس جديد — وبلا وعي يُدفعون لإنتاج أطفال جدد.

لكن عملية التزاوج بالتأكيد كانت أسهل على نحو ما منذ ٣,٥ مليون سنة. أقول هذا لأن أولئك الجنوبيين كان لديهم فراغٌ جمجمي حوالي ٤٢٠ سم مكعب، أكبر على نحو طفيف من متوسط حجم جمجمة التشمبانزي. وأشارت الانطباعات التي تكوَّنت حول الغشاء المخي الموجود داخل جماجم تلك الحفريات إلى أن نطاق اللغة البشرية لم يكن قد اتسع. لم يكونوا يتحدثون بالطرائق الإنسانية المعتادة. علاوة على هذا، لم يترك الأجداد رسومًا على جدران الصخور، وليس من مزامير أو طبال من صنع أياديهم. إنهم حتى لم يصنعوا سكاكين أو أقداحًا صخرية أو أي أدوات صخرية للصيد، وهي العلامة الدماغية للنوع البشري. أسلافنا لم يكونوا قد طوروا المهوبة اللغوية أو أي أدوات غزلية مما تتفاخر بها الإنسانية. تطور اللغة ترادف مع تطور تلك المواهب الإنسانية المميزة في الغزل، تلك التي أعتقد أن الحب الرومانسي لا بد أن يزورها.

لكي يغازلوا، كان على الجنوبيين الأوائل أن يعتمدوا على حالتهم في المجموعة، على حكمتهم وسحرهم الشبيهين بما لدى التشمبانزي. ربما كانوا يشعرون بعمق بالانجذاب نحو رفيق ما، وربما بقوا ملتصقين برفيق التزاوج لعدة سنوات. لكن العديد منهم ذهب ليغازل ويحب رفيقًا جديدًا.

(٤) «أيها العالم الجديد الجسور»

العالم الجديد الجسور الخاص بالبشر، ذلك الذي تساءلت عنه ميراندا في مسرحية «العاصفة» لشكسبير، بدأ في الظهور منذ حوالي مليوني سنة. كان البشر الجدد قد بدعوا يجوبون السهول المفتوحة التي هي اليوم دولتا كينيا وتنزانيا — Homo Habilis أو الإنسان ذو اليدين.

وجد الأركيولوجيون أكوامًا من أدواتهم الحجرية غير المكتملة منثورةً عبر سهول شرق أفريقيا. ١٠ أجيال إثر أجيال من البشر الأوائل «هومو هابيليس» لا بد قد أتوا إلى تلك المناطق الحجرية لكي يصنعوا مطارق من الحجر، وسكاكين، وسندانًا، وأدوات أخرى، ثم خَلَفُوا وراءهم شظايا صخرية وأجزاء غير مكتملة وقطعًا ناتئة من الصخور الزجاجية والكوارتز والأحجار الكلسية. لم يكونوا أصحاب مهارة عالية. لقد ضربوا فقط وجهًا أو وجهين من الصخرة ليصنعوا حافة حادة أو مدببة. لكن تلك الأدوات البدائية كانت فائقة بالنسبة لأي أدوات صنعَتها أي كائنات أخرى كانت تعيش في تلك الحقبة.

أسلافنا هابيليس كانوا أيضًا يتجمعون حيثما يبدو أنها أمكنة لتوليد اللحوم. هناك كانوا يجرُّون كتلاً ضخمة من نتاج لعبة القنص، ثم يجلسون ويقطعون شرائح اللحم بالعظام، يزيلون النخاع والدهون، ثم يتقاسمون الطعام. وُجد حوالي ٢٥٠٠ قطعة من عظام الحيوانات في تلك الأكوام من النفايات. ثمة دلائل على أن أسلافنا كانوا يقنصون تشكيلة ضخمة من الحيوانات الكبيرة، أيضًا. الحمار الوحشي البدائي، الخيول، الخنازير، القرود، الغزلان، وعدة أنواع أخرى من الطباء كانت من ضمن طرائدهم. ولأن تلك الحيوانات كانت كبيرة الحجم جدًّا لأن تُستهلك على نحو فردي، فإن أقرباءنا كانوا يتقاسمون غنائمهم تبعًا للقواعد الاجتماعية المتَّبعة.

وتركوا أيضًا ما يمكن اعتباره دليلًا على الحب الرومانتيكي.

بعض أولئك القنَّاصَة تركوا عشرات الأدوات الحجرية حول فيل ساقط. عظامه كافة بقيت ما عدا نابيه وحوافر أصابع قدميه. هل أزالوا تلك الزوائد كتمائم لجلب الحظ في القنص، أم في الحب؟ هل كان أولئك القنَّاصَة يمنحون تلك التذكارات لكي يلبسوا قلوب فتيات «لهن خصوصية ما»؟

أقترح تلك الاحتمالات جميعها؛ لأن تلك الأقوام كانت آخذة في نمو العقل واكتساب الذكاء. أحد أولئك ال هومو هابيليس، ممن عاش قبل حوالي ١,٨ مليون سنة فيما يعرف الآن بالمناطق الوعرة «كوبي فوراً» بكينيا، بلغ حجم الفراغ الذي شغله المخ لديه

حوالي ٧٧٥ سم مكعب. أصدقاؤه وجيرانه كان حجم الجمجمة لديهم في متوسط ٦٣٠ سم مكعب. وجددير بالملاحظة أن إحدى الجماجم التي عمرها ١,٨ مليون سنة كان بها فراغ في الجانب الداخلي وهي تعادل المنطقة المخية التي نعرفها اليوم باسم منطقة بروكا. يستخدم الإنسان تلك المنطقة المخية لتكوين الكلمات وإنتاج الأصوات التي تشكّل اللغة البشرية.

إنه الكلام. ثمة نظريات مختلفة عدة حول تطور اللغة البشرية حتى أعلن مجمع اللغويات في باريس عام ١٨٦٦م أنه لن يقبل مقالات جديدة حول هذا الموضوع. هذا الإعلان تقريباً لم يردع أحداً. وأنا لن أقدم نظرية تفصيلية أخرى. ومع هذا، فحينما بدأت منطقة بروكا المخية في اتخاذ شكلها الأدمي منذ ١,٨ مليون سنة، أصبح منطقياً الاعتقاد بأن بعض أسلافنا قد بدءوا في الكلام بنوع ما من اللغة البشرية البدائية.

بوسع المرء بالتأكيد أن يرى أهدافاً عديدة للغة، عن طريق الصخب الذي يحمل أو لا يحمل المعنى، تشكّلت ثم أُعيد تشكيل الكلمات، وبالكلمات المتواترة نحوياً تكونت الجملة. رجال ونساء الهومو هابيليس استطاعوا تكوين الجدل، صفقات الهجوم، مؤازرة القادة، الاحتيال على العدو، تعليم المهارات، توبيخ الغشاشين، نشر الأخبار، وضع القواعد، تسكين الحزن والدموع، الدفاع عن الأقرباء، استرضاء الآلهة، واستدعاء الأحداث التي حدثت منذ سنوات.

الأحاديث الأدمية الأولى كانت غالباً حول الطقس. أقول هذا لأنني ألاحظ أهمية حديث الناس حول هذا الأمر وتكرارته. لا شك أن أسلافنا أيضاً كانوا يتناقشون حول: أي طريق سلكه الحمار الوحشي، عند أي جرف تحتشد القروود الأفريقية وقت الغسق، البطيخ الناضج بالقرب من الوادي الضيق، ولماذا كان طفل «مارا» يبكي في الليل. من المحتمل أنهم قد عبّروا عن مئات الأفكار الأخرى والمشاعر التي كانت تمرّ في يومهم، أو البارحة، أو الغد.

لكنهم عن طريق الكلمات أيضاً استطاعوا أن يمارسوا الغزل. كان بوسع الرجال والنساء قص الحكايات الذكية، وإنشاد النغمات الجنسية، وإغواء العشاق المحتملين بأفكار مثيرة. عن طريق الكلمات، كان بوسع أسلافنا أن يجاملوا، يُغوا، أو يشاكسوا. كان بوسعهم أن يُثرتروا، يسردوا الحكايا، وأن يتهامسوا مع الأحبة أيضاً. وفيما أخذت اللغة البشرية الأولى في الظهور بالتدرّج، لا بد وقد بدأ أسلافنا هذه الدردشة البشرية التي لا نهاية لها حول «هو»، و«هي». في هذا التوقيت من رحلة تطور الإنسان، أظن أن

الدوائر الكهربائية للمخ في جاذبية الحيوان قد بدأت تتطور إلى الصيغة البشرية: الحب الرومانتيكي. أضع هذه الفرضية بسبب سلسلة من الأسباب ذات الصلة.

(٥) فتى ناريوكوتوم

مات فتى. غرقت عظامه في وحل مستنقع منذ حوالي ١,٦ مليون سنة فيما يُعرف اليوم باسم: كينيا. في عام ١٩٨٤م، جمّع أنثروبولوجيو حقبة ما قبل التاريخ، تقريباً معظم بقاياها الأحفورية. ١١ حينما أعادوا تركيب عظامه وأسنانه، شخصوا أمام صبي كان ما بين الثامنة والثانية عشرة من عمره. كان على نحو ما يُشبهني ويشبهك.

صبي ناريوكوتوم، Nariokotome Boy كما أطلق الأنثروبولوجيون على هذه الحفرية المدهشة. كان طوله يناهز الست أقدام، ودخل مرحلة البلوغ. يده، ذراعه، مؤخرته، ساقه، كانت جميعها مشابهة لما لدينا. في الحقيقة، لو أنه ارتدى قناعاً، لأمكنه التجوّل في شوارع اليوم دون أن يلحظه أحد. ولو أنه خلع خوذة رأسه لانقطعت أنفاسنا من الدهشة. كان لفتى ناريوكوتوم خطّ حاجبين ثقيلين فوق عينيّه. جبهته كانت منخفضة ومائلة. ووجه كان ناتئاً. أسنانه كبيرة. ولم يكن له ذقن.

على أنه، هو وأقرباؤه من ذوي القوائم المنتصبّة، كانوا قد تطوّروا في نواحٍ عدة. أولئك الناس صنعوا أدوات مدهشة، تُعرف باسم الفئوس اليدوية. بعضها كان على شكل حبة اللوز، والبعض مثل الكمثرى أو دمعة العين؛ والعديد منها بلغ طوله ١٧ بوصة من القمة المدببة وحتى القاع المستدير، وجميعها كانت متوازنة النسب ومتناسقة. هذا الفن الشعبي كان له أحاديثه من أجل صناعة الأدوات والأسلحة البدائية. وتركوا خلفهم آلافاً من الفئوس اليدوية انسيابية الشكل، وكذا ما لا حصر له من تشكيلة السواطير، والمعاول، والسكاكين، على طول المستنقعات والبحيرات والشلالات والأنهار في أفريقيا الشرقية. كانوا قنّاصة.

كانوا يصرعون المخلوقات الضخمة أيضاً. فقد خلّفوا وراءهم مئات الأدوات حول هياكل خراثيت، أفيال، أبقار، وحمير وحشية. لكي يتبعوا، يحاصروا، ثم يقتلوا تلك الضواري، كانوا بحاجة إلى مهارات مكانية ذات حساسية. لكي يُكوّموا غنيمتهم، كانوا بحاجة إلى ذاكرة لروابطهم الاجتماعية والتزاماتهم ومهارات لغوية متقدمة. لكي يُشبعوا، يمنحوا، ينسقوا، يتعاونوا كجماعة، لا بد أنهم احتاجوا إلى روح الدعابة، والحنو، والعديد

من المهارات الاجتماعية التنفيذية الأخرى كذلك. الرجال والنساء من السلالة المنتصبة القامة التي تسير على قدمين في طريقها لأن تغدو بشراً.

سبي ناريوخوتوم وأقرباؤه أيضاً رَوْضوا النار.

لا الكمبيوتر، ولا المطبعة، ولا الآلة البخارية، كانت السبب في تحول الإنسانية مثلما

فعل ذلك التطور التكنولوجي الأوَّلي: التحكم في اللهب.

عن طريق النار كان بوسعهم تصليد رءوس الرماح، طرد الثدييات الصغيرة من جحورها بالدخان، دفع الفيلة نحو المستنقع، سرقة عشاء الأسد، وإخافة كل أنواع الكائنات من كهوفها، ثم الاستيلاء على تلك الكهوف. المريض، الصغير، العجوز، كان بوسعه اللجوء إلى المعسكر. كانوا قادرين على صيانة المعسكر. وكان بوسعهم مواصلة النهار بالليل، يتحدثون حول لهب النار، وينامون في حماية بريقتها. متحررين من إيقاعات الحيوانات الأخرى كافة، أسلافنا القدامى أولئك كان لديهم الوقت للغناء والرقص، يسترضون القوى المجهولة، يتأملون الأمس، يقررون الغد، ويستكشفون الأفق المترامي عند الشمال.

كانوا يستكشفون، حاملين الجمر الملتهب، نزع أسلافنا ذو القامات المنتصبة خارج أفريقيا لكي يستكشفوا مناخات أكثر برودة، لأنهم قدروا على ذلك. منذ حوالي ١,٨ مليون سنة بدأ طقس الأرض يتحول إلى الإغراق ليبدأ العصر الجليدي. دورياً، كانت جبال الجليد تسحب مياه المحيطات فينخفض مستوى سطح البحر في العالم أكثر من ثلاثمائة قدم، تاركاً طرق الأراضي الواسعة خارج أفريقيا. قطعان الحيوانات الضخمة كانت تتجه صوب الشمال لترعى في أراضٍ جديدة طازجة. وكانت عائلات الكائن المنتصب القادمة تتبّعهم، تاركةً وراءها العظام والأدوات في أوروبا البعيدة، الصين، جزيرة جاوة بأندونيسيا منذ أكثر من مليون سنة.

(٦) قوة المخ

من بين كل النعم التي منحتنا إياها النار، يظل الأهم ربما هو مقدرة الجنس البشري على طهو الطعام. وفي اعتقادي أن هذا الإبداع قد ساهم على نحو ملحوظ في تطور الحب الرومانتيكي لدى الإنسان.

طهو الطعام أسرع من عملية إفراز الأحماض الأمينية التي تساعد في عمليات الهضم.^{١٢} طهو الخضراوات يدمر المواد المؤكسدة السامة في الجسم. وطهو أي طعام يخرب المواد العضوية الميكرو التي تنتزع المقاومة من الجهاز الهضمي وتقتل. ساعد الطهو سبي ناريوخوتوم، وأقرباءه، على أن يحيا ويتزعرع.

لكن الطهو أيضًا أسرع من تطور المخ البشري لسبب طريف. على الحيوانات أن تستهلك طاقة أيضية ضخمة من تلك الطاقة المسئولة عن أكسدة المواد الغذائية لكي تبني وتصون القلب والكبد والكليتين والمعدة والأمعاء. وعليها أن تستهلك طاقة أكبر لكي تبني وتغذي المخ. لذلك على الحيوانات أن تُخصَّصَ توظيف مصادر طاقاتها. ولأن على مخلوقات التي تأكل بالأساس أوراق الشجر أن تُخصَّصَ قدرًا ضخمًا من الطاقة للأعضاء الهضمية، فإنها لا تستطيع أن تدعم مخًا مرَّجَّبًا كذلك.^{١٢} بينما تلك الكائنات التي تأكل اللحم، لديها فائض من الوقود لكي توزعه على قوة المخ.

هكذا بالضبط فعل الإنسان الأول المنتصب القامة. كان لدى صبي ناربيكوتوم حجمٌ جمجميٌّ يبلغ ٨٨٠ سم مكعبًا. وبعض أقربائه كان يصل حجمٌ جمجمته إلى ١٠٠٠ سم مكعب؛ ليس أصغر كثيرًا من حجم الجمجمة لدى الإنسان المعاصر الذي يبلغ ١,٣٢٥ سم مكعبًا.

يا له من استثمار! فبينما المخ البشري يمثل فقط ٢٪ من وزن أجسامنا، إلا أنه يستهلك ٢٥٪ من طاقتنا الأيضية، و ٤٠٪ من جلوكوز الدم باعتباره غذاء. آلاف الجينات، في الحقيقة ثلث الجينوم الخاص بنا، تحدد تطورها. خلال العام الأول، يستهلك الأطفال ٥٠٪ من طاقاتهم الأيضية لمجرد بناء ميكانيزم المخ وتشبيده وتصفيته.^{١٤} الأكثر من هذا، فإن أقل خطأ في تلك العمليات من شأنه أن يُضعف من وظائف المخ على نحو خطير. ولهذا كان التطور المخي للكائن المنتصب القامة مكلفًا للغاية، مثلما هو ضعيف في عمليات التحول والفقر الهندسي. هذا العضو المدهش لا بد عليه أن يخدم أهدافًا شديدة الأهمية: من بينها التأثير على شريك التزاوج عن طريق أنواع جديدة من المواهب اللغوية، الفنية، الأخلاقية وغيرها من أساليب الإغواء.

الأمخاخ الأكبر حجمًا تُسبب مشاكل للنساء، مازق لحظة الولادة هي الأمخاخ التي أعتقد أنها أسرع من تطور الحب الرومانتيكي.

(٧) مازق الولادة

كيف أمكن لنساء البشر منتصبي القامة أن يحملنَ أجنةً برءوس كبيرة الحجم عبر قنواتهن الولادية الضيقة؟ حجم الحوض البشري لا بد أن يستعيدَ شكله الأساسي لكي يُمكنَ الإنسان من المشي منتصبَ القامة. وهكذا وبما أن رأس الجنين قد ازداد في الحجم، أصبحت النساء من أسلافنا مضطرة لأن يلدنَ أطفالهن في مرحلة «مبكرة» من التطور

والنمو. يعتقد الأثنروبولوجيون أن «مأزق الولادة» هذا قد بدأ في الحدوث في الوقت الذي وصل فيه حجمُ الجمجمة للإنسان البالغ حوالي ٨٠٠ سم مكعب، في عصر الإنسان الأول المنتصب القامة.

لا شك أن نساء كثرات قد مُتْن وهنَّ يحاولنَّ أن يلدنَّ أطفالهن نوي الرءوس الكبيرة. لكن الطبيعة تحب التنوع، وبعض النساء المحظوظات كنَّ قادرات على ولادة أطفالهن في مرحلة مبكرة من النمو. أولئك الأطفال عاشوا. وسرعان ما تطورت في أسلافنا سماتٌ خاصة بفتيلنا البشري: أطفال غير مكتملي التطور يحتاجون الحضانة. مع هذا التطور في النشوء أصبح على النساء من أسلافنا المنتصبتي القامة أحمال أكبر في مهمة الأمومة.

وما زاد الأمور سوءًا بالنسبة للأمهات، أن الطفولة تقريبًا تتضاعف. يُكمل التشيمبانزي البلوغ حول سن العاشرة؛ نحن البشر لا نُكمل نمونا إلا حول الثمانية عشرة. وعلى عكس التشيمبانزي الذي يبدأ في إطعام نفسه حول الرابعة، يعتمد طفل الإنسان على البالغين حتى سنوات المراهقة المتأخرة. تُعرف هذه الظاهرة باسم «النضوج المتأخر». يعتقد الأثنروبولوجيون أن تلك السمة بدأت في التطور مع ظهور «الإنسان المنتصب القامة».^{١٥}

يا له من عبء وأحمال — الأطفال الصغار، الضعاف، المحتاجون الرعاية يظلون مزعجين، عنيديين، دون مهارات، وجوعى لمدة تصل إلى عشرين سنة. في أصل لعبة القنص الكبرى، الأدوات والأسلحة المدهشة، ترويض النار، أمآخنا الآخذة في النمو، أطفالنا المحتاجون للرعاية، فترات مراهقتنا الممتدة، ومشوارنا من أفريقيا داخل تشيلي، العالم الشمالي الحَطر، لابد أن أسلافنا قد شعروا بضغط هائلة ليجدوا رفقاءهم الذين يعيشون معهم لمدة أطول من الزمن. حيث إن الأمومة وتنشئة الطفل قد أصبحت أصعب كثيرًا من أن يتحملها شخص بمفرده.

مع هذا التطور أظن أن التودد والغزل صار أقوى. الأفراد عليهم أن يميّزوا أنفسهم عبر طرق جديدة وخاصة من أجل اجتذاب الشركاء الذين معهم سيكون التوافق والانسجام التام. الرجال والنساء كانوا قد بدءوا يطورون قدرًا قليلًا من المقدرة اللغوية، والموهبة الفنية، الدعابة، الإبداع، الجسارة، وغيرها من المواهب الإنسانية الأخرى من أجل البقاء والحياة في السهول المكشوفة، مثلما تطورت الدوائر الكهربائية بالمخ لكي يستطيع أن يُقدّر ويُمنن تلك المهارات لدى الآخرين. الآن يستخدم العشاقُ تلك المواهب بازدياد لكي

يستعرضوا أنفسهم وقيماتهم وجيناتهم الجيدة أمام عشيقاتهم كذلك. وأولئك المغازلات يستجبن، تبعاً لميولهن وتفضيلاتهن وتقديراتهن لتلك المهارات.^{١٦} مع هذا الاحتياج الهائل للبحث عن واختيار شريك علاقة طويلة المدى، انبثقت، كما أظن، دوائر المخ الكهربائية لدى الإنسان، تلك المسئولة عن الحب الرومانتيكي.

(٨) تطور الحب الرومانسي لدى البشر

ربما كانت العملية أسهل بعض الشيء، منذ مليون عام، تفوق بعض أسلافنا في الملاحظات الذكية أو الأحاديث الخلابة، بينما برع آخرون في البطولات الرياضية. تلك هي الصورة التبشيرية الأولى لصحفييِّنا المعاصرين، من أسلافنا الذين كانوا يتتبعون أعمال الجماعة؛ ويرسمون بالأخبار والشائعات صوراً حية للأحبة. بينما سحر الشعراء الأوائل معجبيهم بالحكايات الموزونة إيقاعياً. أما أسلاف رمبراندت وماتيس فقد رسموا بالرمال لوحات أجمل. فيما أثر أسلافنا، من المبشرين بنجوم الروك الحاليين، عشقياتهم بغناء الأساطير القبلية. البعض عالج المرضى، والبعض قدّموا قرايبيهم لأرواح الرياح والليل. البعض كان جسوراً؛ وآخرون كانوا كرماء على نحو استثنائي. آخرون كانوا يجعلون عشيقاتهم يضحكن. «حينما يجعلها الرجل تضحك، تشعر المرأة أنها محمية.» هكذا كتب أوجو بيتي. النساء من فصيل البشر المنتصبي القامة كنَّ يقعن في غرام الرجال الأذكاء، وكنَّ يرافقنهم في الشجيرات في الأمسيات الكسول. في تلك الأيام السابقة ذات الاحتياجات الملحة، كان أسلافنا في حاجة ماسة متزايدة لمواهب خاصة، لكي يكسبوا قلوب رفقاتهم في علاقة طويلة الأمد. أولئك الذين برعوا في التراكيب اللغوية المعقدة، أو الفنون، أو الغناء، أمكنهم الحياة والتناسل، ناقلين لنا هذه المواهب الإنسانية الأنيقة وغيرها. ولكن كل رجل وامرأة كان يُعلن تبعاً لميزانيته وطاقته؛ لأن كل شخص له كمية محدودة من الطاقة الأيضية ومن الطاقة المخية التي يستهلكها.^{١٧} وهكذا كان المغازلون يتمايزون، ويعرضون سلعتهم لكي يجتذبوا الحبيب.

وتستمر عملية الغزل تلك. أكّد آينشتين مرة أن «الشخص الذي لم يُعطِ إسهاماً عظيماً للعلم قبل سن الثلاثين، لن يفعل أبداً.» على الرغم من أن بوسعنا جميعاً أن نرصد رجالاً ونساء قد أحرزوا تفوقاً في حياتهم في أعمار متأخرة، إلا أن د. ساتوشي كانازاوا أستاذ كلية الاقتصاد في لندن أكّد مؤخراً مقولة آينشتين وقدم تفسيراً داروينياً بعد فحص ٢٨٠ عالماً من الرجال، أكّد أن ٦٥٪ منهم قد أنجزوا اكتشافاتهم الأعظم قبل عمر ٣٥.

لاحظ أيضًا أن معظمهم فقدوا دوافعهم الخلاقة بعد سنوات قليلة من الزواج. استنتج كانازاوا أن أولئك العابرة كانوا «يبحثون لكي يؤثروا في النساء بتفوقهم».^{١٨} أعتقد أن الرجال الأوائل من ذوي القامة المنتصبة (والنساء) كانوا يبحثون عن التأثير في رفقاتهم المحتملين بفضائلهم وتمايزهم قبل أكثر من مليون عام. الأكثر أهميةً لحكايتنا، بينما كان المغازلون يُظهرون مواهبهم الخاصة المختلفة، فإن أولئك الذين «يشاهدون» تلك المناورات والحيل الغزلية بدءوا (وبدأً) يحتاجون إلى قدرات متقدمة من الإدراك، الحكم، البصيرة، الذاكرة، الوعي، التيقظ والانتباه، الوعي بالذات، والعديد من ميكانيزمات المخ الحاذقة لكي يمايزوا ما بين المغازلين. احتاجوا كذلك إلى دوائر المخ الكهربائية لتُقدر تلك العروض الغزلية، احتاجوا أن يتذوقوا تلك السلوكيات، ليعجبوا بالحرارة الدينية، ليتمنوا تلك الابتكارات، ليجبو القصائد الذكية، والإيقاعات الماسّة، ليبتهجوا للأحاديث الطيبة، ليقدرُوا الإخلاص، ويحتقوا بالإصرار والعزيمة، ويتمنوا كل تلك المواهب المتعددة. كان عليهم أن يطوروا قوى المخ لكي يضبطوا المزيفين المخادعين. وبالتأكيد احتاجوا أن يطوروا من ميكانيزم المخ لكي يحلوا ويفسروا ما يفكر فيه العشاق المحتملون. هو ما يُعرف بـ «نظرية العقل»، تلك المقدرة على فهم الحالات الذهنية للآخرين، رغباتهم، نواياهم،^{١٩} وهي الملكة التي تطورت على وجه الخصوص لدى البشر. الرجال والنساء الأوائل من ذوي القامة المنتصبة كانوا بحاجة إلى آلية ذهنية لكي يُحدّدوا ويخمنوا الشخصيات وأصول اللياقة الاجتماعية لكي يقدّروا ويعلموا من قيمة مهارات مغازليهم منذ حوالي مليون عام. يحتاجون كذلك غريزة بيولوجية هائلة تدفعهم لأن يركزوا طاقتهم الغزلية على شريك عشقي بعينه، وغريزة متينة لكي يكونوا راغبين في إقامة التزام طويل الأمد نحو هذا الفرد المخصوص، حتى إنه قد يموت من «أجله» أو من «أجلها».

«الذي لا يقتلني، يجعلني أقوى.» كما كتب فريدريك نيتشه. من بين البشر المنتصبي القامة، كان اختلاف الميلاد وتأخر سنّ النضوج عاملين لإسراع الحاجة إلى رابط طويل المدى ومن ثمّ الحاجة إلى المهارة الغزلية. وهذا الضغط الغزلي أعلى من قيمة المواهب البشرية الاستثنائية المدهشة، وكذا الآلية الذهنية البشرية لكي تُقدّر تلك المواهب، وأيضًا تطورت الدوائر المخية الكهربائية من أجل الحب الرومانتيكي، العشق الذي يدفع «المغازل» و«المغازل» لكي يصنعا التزامًا عميقًا يربّيان به صغارهما معًا لسنوات وسنوات.

«أوه، بكل رغبتني، سوف أقتفي أثرك بكلّيتي.» أعلن والت ويتمان. لطالما احتاج الرجال والنساء إلى قول تلك الكلمات منذ مليون عام.

(٩) العقل يتطور مع النهار

بالطبع، كان لأسلافنا أسبابٌ حيوية أخرى لكي يُطوروا القدرات الإنسانية الفريدة. احتاج فتى نارايوكوتوم وأقرباؤه أن يشعروا بالتعاطف مع الرفقاء المجروحين، وبالصبر مع الأطفال العُند أو غريبي الأطوار، وبالتفهُم مع المراهقين المتبرمين الساخطين، وأن يَطوِّروا التعاطف الاجتماعي مع أعضاء المجموعة من ذوي الصخب والغرور. كانوا فريقًا. وكان عليهم التحرك معًا فوق الحشائش، حقل القتال للكائنات الحية. حتى إن أولئك الذين كان بوسعهم أن يُدركوا المخاطر، يتذكَّرون فواجعَ الماضي، يضعون التوصيات، يطرحون البدائل والخيارات، ثم يُقرُّون القرارات، يحكمون المسافات، يستشرفون العوائق، ويُقنعون الرفاق بالتصرفات المنطقية وأساليب المخاطبة التي تحيَّا على اختلافاتها. كان العقل البشري يتطور مع ضوء النهار.

ولكن بعد الظلام، كان عليهم التجمُّع حول وهج النار لكي يَسْهوا لحومهم، ويشحذوا رماحهم، ويهددوا أطفالهم، يقلدوا النعام، الخنزير البري، أو النمر الأسود، لن يناموا كما كانت تنام أقوامهم القدامى. لا بد أنهم كانوا يغنون أغنيات عن الشجاعة، الثبات والجلد، الإخضاع والغزو، يثبون ويتبارون ليستعرضوا الجسارة والمثابرة، يكون ليُظهروا التعاطف والوُدَّ، يتمازحون ليستعرضوا نكاءهم وفطنتهم. الكثير منهم أيضًا كانوا يتعانقون. مع ضوء القمر، بدأت مواهبنا المدهشة تأخذ شكلها البشري.

(١٠) الخطو نحو الحدأة

مع مرور الزمن، ظل أسلافنا يتركون أدلة متزايدة حول حياتهم الغزلية. منذ حوالي ٥٠٠٠٠٠ عام، كان لأحد الأشخاص، فيما يُعرف اليوم بأثيوبيا، مخٌّ يصل حجمه إلى ١,٣٠٠ سم مكعب، حول متوسط حجم المخ البشري الحديث. كان له، أو لها، بكل تأكيد مخٌّ مركب - وعقلٌ قادر على العاطفة الرومانتيكية.

منذ حوالي ٢٥٠٠٠٠ سنة، كان هناك رجلٌ يعيش فيما يُعرف اليوم بإنجلترا، استطاع أن ينحت بدقة فأسًا يدوية متماثلة من قوقعة أحفورية وجدها مدفونة في كتلة من الصخور. ربما صنع تلك الفأس هديةً لحيببة أو إعلانًا لكي يُظهر للمحبوبة قدراته على صناعة الأدوات اليدوية. في الحقيقة، يؤكد العلماء الآن أن الفئوس اليدوية الضخمة ذات الـ ١٧ بوصة التي نحتها أسلافنا الأوائل قبل مليون عام كانت أكبر حجمًا من أن

تُستعمل في القنص أو لجمع الخضروات أو الجذور. ولأن الكثير منها كان صعبَ الحمل لكبر حجمه ودقيق التشطيب والصناعة أيضًا، فربما كان الهدف من تلك الفئوس هو التأثير في المحبوبة لكسب وُدِّها.^{٢٠}

منذ ستين ألف سنة كان سكان جبال زاغروس بشمال شرق العراق قد دفنوا جثمانًا في قبر غير عميق في أحد نهارات شهر يونيو، ثم غطوا الجثمان بنبات الخبار البري، وزهور الزنبق ونبات الكرمة، وأشواك الدردار، وأزهار الشيح. ربما كان أحدهم يتوق لرؤية محبوبته في الحياة الأخرى بعد الموت. في هذا الوقت نفسه، كان أحد الأشخاص في فرنسا يسحق كتل الهيماتيت والمنجنيز ليصنع بودرة من التربة الحمراء والرمادية والبيضاء. بكل هذا، كانت المرأة تُزيّن ردفِها وتديبها من أجل رقصة الصيف.

منذ حوالي ثلاثين ألف سنة، كانت شعوب كرو-ماجنين يتباهون بجماجم تُشبه الجماجم البشرية الحديثة على نحو كامل، وأمخاخ تُماثل ما لديك وما لديّ. الآن أصبحوا يزينون كلَّ شيء يلمسونه تقريبًا. الفنانون المميزون هبطوا إلى كهوف تحت فرنسا وإسبانيا ليرسموا الثور والغزال، والوعل، ووحيد القرن، والأسود، والدببة، والوحوش السحرية على جدران الكهف الرطبة. تلك المخلوقات الحمراء والسوداء والصفراء كانت تصطف في تلك الكهوف الصغيرة بتلك الطاقة التي بثوها فيها. في هذا الصمت المطبق التام لتلك الكهوف، راح الموسيقيون يعزفون الناي ويقرعون الطبول. وكان المئات يرسمون فنونهم على الصخور الجدارية. وترك النحاتون وراءهم نماذج تماثيل صغيرة لثيران بالظمي المحروق. ولا تزال بعض آثار الأقدام في بعض الكهوف تُنبئنا عن أولئك الراقصين على النور الخافت لمصابيح الزيت.

من أوروبا إلى سيبيريا، كان الناس يحفرون تماثيلَ إناث ممتلئات القوام باعتبارهن نماذج للخصوبة، إلى جوار تماثيل صغيرة لنساء حقيقيات كانوا يعرفونهن بالتأكيد. كان القناصة ينحتون مقابض الأدوات من العاج على هيئة خيول رشيقة. كما زيّن الرجال والنساء أنفسهم بحبات الخرز، والقلائد، والوشم، كذلك بالقبعات، ربطات الشعر، والأثواب الفضفاضة. تُنبئنا الرسومات الجدارية حتى إن النساء كُنَّ يُصفنَ شعرهن.

حينئذٍ منذ حوالي ٤٠٠٠ سنة، كتب أحد قاطني سومر القديمة أول رسالة حبٍّ وُجدت في التاريخ، منقوشة باللغة المسمارية على أول قطعة من الطمي سُكّلت على شكل منتظم. ترقد تلك الرسالة الآن في المتحف الشرقي القديم بإسطنبول بتركيا، بوصفها كارت معايدة من الماضي. هذا الشخص كان يجب. هو، أو هي، غمرته مشاعر النشوة والفرح ذاتها، التي يشعر بها العشاق منذ مليون عام.

(١١) سعة الإنسان على الحب

كنت قد اقتنعتُ أن سكير، ماريًا، تيا، وبقية الحيوانات التي أصبحت مفتونة برفقائها التزاوجيين، تشعر بذات المشاعر التي تشعر بها أنت، وأشعر بها أنا، حينما نقع في الحب. كنت أفسر ذلك بأن أسلافنا بينما بدءوا يصبحون أكثر ذكاء، أخذت النزعة الإنسانية لديهم في تطعيم تلك المغناطيسية الحيوانية بزخارف من العادات الثقافية والمعتقدات. لكنني غيّرتُ رأيي. ما أقنعني بأن تلك التجربة الإنسانية في الحب الرومانتيكي أكثر تعقيدًا بما لا يُقاس — وأكثر عنفًا — هو معمار المخ المدهش الذي يُفعل إداركنا ومشاعرنا.

«المخ هو ثاني ما أفضله من أعضاء»، هكذا كان يمزح «وودي آلين» كما يُشاع. لو فكر وودي بعمق في قدرات العقل البشري، لجعله رقم واحد. فنحن أكثر ذكاء، أكثر مرحًا، أكثر حذقًا، وفنًا، وروحانية، ومقدرةً على الابتكار، أكثر إيثارًا — وإثارةً جنسية — من أي حيوان آخر، لدرجة أنك لو استطعت بطريقة ما أن تُجمّع كلَّ القدرات الذهنية لكل الكائنات غير البشرية، فإنها لن تتساوى مع قدرات طفل صغير في السابعة من عمره.

أظن أن العدةَ الذهنية التي تُنتج تلك المواهب الإنسانية تخلق أيضًا في النزعة الإنسانية «سعةً أضخم» من الحب الرومانسي.

كبدائية، نجد أن لدى الثدييات الأكبر حجمًا، أمخاخًا أكبر حجمًا من معظم الثدييات، تبعًا للحجم الجسدي. القشرة الدماغية البشرية (القشرة الخارجية التي بها نؤدي عملية التفكير ونتعرف بها على مشاعرنا) تساوي تقريبًا ثلاثة أضعاف حجمها لدى القرد الغوريللا، التشيمبانزي، وإنسان الغاب.^{٢١} المخ البشري أثقل وزنًا أيضًا. يزن مخ التشيمبانزي حوالي رطل واحد، بينما يزن المخ البشري ثلاثة أرطال.^{٢٢} وللحجم دورٌ. أظهر بول م طومسون بجامعة كاليفورنيا لوس أنجيلوس أن عدد الخلايا الرمادية في الفصوص الأمامية ترتبط ارتباطًا وثيقًا بمستوى الذكاء.^{٢٣}

المخ البشري أيضًا أكثر تعقيدًا. عدد الوصلات العصبية بين مناطق المخ تزايدت عن مثيلاتها في قرد الغوريللا.^{٢٤} لدينا أيضًا جينات أكثر لبناء المخ وصيانتته. فالإنسان لديه حوالي ٣٣ ألف جين. حوالي ثلث هذا العدد تبني وتضون وظائف المخ. وعلى الرغم من أننا لا نملك عددًا أكبر كثيرًا مما لدى الغوريللا من جينات، فقط عدة مئات زائدة، إلا أنها تصنع اختلافًا نوعيًا في كيفية أداء المخ لأن الجينات تتفاعل، وتضاعف باضطراد عددَ التراكيب والتواليف المحتملة. تُعرف باسم «الانفجار التولييفي»، عند نقطة ما، احتاج

أسلافنا جينات أكثر قليلاً ومن ثمّ آلية أكبر كثيراً لكي يبنوا ويُسْغَلُوا مَحَاً أكثر تفصيلاً وتدقيقاً. بعض جيناتنا تعمل بسرعة أكبر من تلك التي في أقربائنا اللصيقين.^{٢٥} ليس وحسب أن المخ البشري فقط أكبر حجماً وأكثر تعقيداً، بل تقريباً كل منطقة المتخصصة قد تمدّدت.

على سبيل المثال، القشرة الدماغية الأمامية، مجموعة أجزاء المخ التي تقع مباشرة خلف جبهتك، هي ضعف حجم ما لدى بقية الثدييات (انظر الرسم التوضيحي في ص ٧٧).^{٢٦} وهو أكثر لولبية أيضاً،^{٢٧} مع ثنيات وطبّات قشرية لحائية من أجل «إنتاج الذكاء».^{٢٨} هنا نحن نجمع الحقائق، الأسباب، نَزْن الآراء، نمارس التوقعات والتدبر، نكوّن البصيرة، نصنع القرارات، نحلُّ المشاكل، نتعلم من التجارب، ونخطط للمستقبل. أيضاً نُضيف المعاني والقيّم العاطفية لأفكارنا، نُقيّم مجازفاتنا، ونسجّل مكتسبات ما نجني. بهذه المنطقة المخية المهمة، القشرة الدماغية الأمامية، كان بوسع البشر امتلاك سعة هائلة للتفكير «فيه» أو «فيها».

أماخنا البشرية أيضاً مكنتنا من أن نحسّ بحرارة وعنف. بصدق، ظننتُ طويلاً أن الطبيعة قد بالغت كثيراً حين يتعلق الأمر بالمشاعر الإنسانية. نحن «نحسُّ» كثيراً جداً. الآن أعرف لماذا. الفص اللوزي، المنطقة التي على شكل حبة اللوز الموجودة في جانب الرأس تحت القشرة الدماغية، حجمها أكبر من ضعفي مثيلتها في القرد إنسان الغاب.^{٢٩} تلك المنطقة المخية تلعب دوراً مركزياً في تفعيل الخوف، الغضب، الكراهية والاشمئزاز، والعدوانية؛ وأجزاء منها تُنتج البهجة أيضاً. بتلك السعة المخية لإنتاج العواطف القوية والعنيفة غالباً، نحن البشر لدينا القدرة على ربط اندفاعنا للحب مع مجموعة هائلة من المشاعر.

نحن كذلك مُنحننا تلك الملكة الفريدة التي جعلنا «نتذكر» (ه)، أو (ها). «الذاكرة، بين كل قدرات العقل، هي الأكثر حساسيةً ورقّةً وهشاشةً»، هكذا كتب «بين جونسون». وهو حق. فقط حاول أن تتذكّر قصيدة طويلة أو ماذا أكلت منذ أسبوع. لكي تُساعدنا على التذكر، تتأمر الطبيعة لكي تجعل قاع المخ، منطقة المخ التي نستخدمها لكي نُنتج ونخزّن الذكريات، تقريباً ضعف حجمه لدى القردة العليا.^{٣٠} تلك المنطقة المخية تستعيد على نحو مدهش كلّ المشاعر التي تصاحب الذكريات كذلك. بهذا المصنع المدهش وصندوق التخزين، الذي اسمه قاع المخ، نستطيع نحن البشر أن نستعيد جميع أدق التفاصيل حول(ه) أو حول(ها).

على أن من بين كل أجزاء المخ الضالعة في تعميق وشحذ وتعنيف الحب الرومانسي، أظن أن الأهم من بينها جميعاً هو الكتلة الرمادية العصبية السفلية في المخ البشري. كما نتذكرون، تغدو تلك المنطقة فعالة حينما تشخص في عيوننا مثيرات الحنين إلى الأحبة ونحن نتأمل صَوْرهم. هذه المنطقة الدماغية تتلازم مع الانتباه المسلط على الحبيب والمثيرات العنيفة التي تجعلنا نُكافأ. وهي في الإنسان ضعف حجمها لدى أقرب الكائنات شبهاً لنا.^{٢١} فبينما أخذت تلك المنطقة المخية تكبر في الحجم مع أسلافنا المنتصبي القامة، بدأت في تقوية الرغبة في البحث عن الحبيب، والفوز به.

متى بالضبط بدأ الشكل البدائي للمغناطيسية الحيوانية في التطور ليأخذ في النهاية شكل الحب البشري الرومانتيكي، بكل أفكاره المركّبة ومشاعره المعقدة؟ لا أحد يعرف. لكن العديد من العلماء الآن يعتقدون أن جميع أجزاء المخ البشري (فيما عدا المخيخ) قد تمددت في تناغم.^{٢٢} نعلم متى بدأ هذا: منذ حوالي مليوني سنة. منذ مليون عام، كان للبشر المنتصبي القامة أمخاخ أكبر حجماً على نحو كبير. ومنذ ٢٥٠٠٠٠ سنة، كان لأسلافنا البشريين جماجم في حجم جمجمتك وجمجمتي. ومنذ حوالي ٣٥٠٠٠ سنة اتخذت أمخاخهم أشكالاً أمخاخنا الراهنة نفسها.

انطلقت الإنسانية من بوتقتها الدغلية. يوماً ما ربما ننتقل من الأرض ونُحلق صوب النجوم. أولئك الرحالة سوف يحملون في رءوسهم تلك الآلة الذهنية الأنيقة المدهشة التي ولدت على عشب أفريقيا القديمة قبل مليون سنة. بين تلك المواهب الخاصة سوف تكون الفطنة والذكاء، موهبة الشعر، الفنون، الدراما، روح الخير والمحبة، والعديد من خصال الغزل الأخرى، متضمنة قدرة الإنسان المدهشة لأن يغرق حتى أدنيه في العشق.

(١٢) الحبُّ النزويُّ

«على أنني مأسورٌ بكلِّ ما فيك/ بكلِّ فكرة تُراودني/ وجهك وحسب ما أحرص على رؤيته/ قلبك هو فقط ما أشتهي.»^{٢٣} في منتصف القرن السابع عشر، عبّر السير تشارلز سيديلي بحيوية عن ذلك الاندفاع العنيف لحب الآخر. ولكن للأسف، تلك المشاعر ليست دائماً جالبة بهجة.

كما تعلمون، الحب الرومانسي ليس بالضرورة يمشي يداً بيد مع الرغبة في التواصل من أجل رفيق تزاوجي لمدى طويل. بوسعك أن تقع في الحب مع شخص له مشوار آخر في الحياة قد لا ترغب أبداً في الزواج منه. وبوسعك أن تشعّر بالعاطفة الشديدة

تجاه شخص أثناء شعورك العميق بالالتصاق بآخر، هو عادة الزوج. أكثر من هذا، ربما تمارس الجنس مع شخص قد لا تشعر نحوه بأيّ حب رومانسي، وحتى قد تشعر بمشاعر رومانسية مع شخص بينما تتزوج بآخر. يا للجنون، أن تكون مشتبًا اجتماعيًا أو جنسيًا مع شخص ما، وغارقًا بعنف في غرام شخص آخر.

لماذا تصبح دوائر المخ الكهربائية الخاصة بالحب الرومانسي متحررة من أحاسيس الشهوة والتواصل الطويل الأمد؟

أظن أن الحبّ النزوي جزءً من خطة الطبيعة. لو كان للإنسان الأول المنتصب القامة زوجة واحدة وطفلان ثم وقع في غرام امرأة أخرى من زمرة مختلفة ومنحها في السر طفلين آخرين، فإنه سوف يُضاعف نسله. وبالمثل، فإن المرأة من أسلافنا ممن تزوجت من رجل واحد وافترتت بآخر لربما حملت جنينًا حبيبها و/أو احتاجت طعامًا أكثر أو حماية لأطفالها التي أنجبتهن بالفعل. باختصار، فإن دوائر المخ النزوية حيال الحب الرومانتيكي متقلبة بفعل تصميم الطبيعة. فهي مكّنت أسلافنا من أن يتبعوا اثنتين من الاستراتيجيات التناسلية المتعاقبة المترادفة. صبي نارويكوتوم وكل أقربائه كان بوسعهم إنشاء علاقة تزاوجية مستحسنة اجتماعيًا مع رفيق واحد، مع عشيقٍ سرّيٍّ، كان بوسعهم إنجاب أطفال إضافيين و/أو يتطلبون مصادر إضافية من ثم أيضًا.

اليوم، رجال ونساء عديدون ما زالوا يتبعون تلك الاستراتيجية الإنتاجية المزدوجة. الإحصاءات الأحدث على اليافعين الأمريكيين جاءت من دراسة أُجريت في المركز القومي للبحوث والآراء في شيكاغو عام ١٩٩٤م. هنا تم اقتراح ٣٤٣٢ من الأمريكيين ما بين أعمار الثامنة عشرة والتاسعة والخمسين في نواحٍ مختلفة من الحياة الجنسية.^{٢٤} ربع هذا العدد من الرجال و١٥٪ من النساء بيّنوا أنهم أنغمسوا في علاقات جنسية أثناء زواجهم وزواجهن. آخرون قد يكونون كاذبين؛ لأن علماء عديدين يعتقدون أن هذه النسبة قليلة للغاية.^{٢٥} الأمريكيان المنغمسون في الرذيلة أيضًا قد يُنجبون أطفالًا من رفيقاتهم السريات. في عام ١٩٩٨م كان هناك برنامج لفحص الأمراض التناسلية، واندھش العلماء حين وجدوا أن ١٠٪ من الأطفال المُختبرين لا ينتسبون إلى آبائهم الشرعيين.^{٢٦}

أولئك الزناة بالكاد مختلفون. الانغماس في علاقات خارج إطار الزواج شائع في المجتمعات الإنسانية كافة كما سُجّل.^{٢٧} «الخيانة» شائعة حتى بين الكائنات «أحادية التزاوج».^{٢٨} في دراسة على ١٨٠ فصيلًا من طيور الحسون المغردة، كان حوالي ٩٠٪ من الإناث يحملن صغارًا لا يرتبطون جينيًا بـ «الأب» الذي يُطعمهم.^{٢٩} في الحقيقة، قيل

لماذا نحب؟

إن الكائن الذي يُعدُّ أحاديَّ التزاوج بحق في ولاية كاليفورنيا هو نوع معين من فئران الحقل يُشبه الجرذان.

قد بُنينا لكي نحب، ثم نحب مرة أخرى. أيُّ بهجة تجلبها تلك العاطفة حينما تكون أعزب وتبدأ الخروج للحياة، أو تكون مطلقاً في منتصف العمر، أو كنتَ وحيداً في عمرك المتقدم! أيُّ ارتباك، أي حسرة يمكن أن تجلبها تلك الكيمياء حينما تتزوج شخصاً أُعجبت به، ثم تقع في غرام شخص آخر!

استقلالية هذا النظام الشعاعي — الشبق، الانجذاب الرومانسي — كانت قد تطور لدى أسلافنا لكي يُمكن الرجال والنساء من الاحتفاظ بعدة علاقات في وقت واحد. ولكن تلك الدائرة الكهربائية المخيَّة قد أحدثت انزعاجاً هائلاً اليوم، متعلقة بمنظومتنا الاجتماعية العالمية وإطار الزنا والطلاق، الغيرة الجنسية الهائلة، المطاردة، والإحباط المرّضي المصاحب لرفض العاطفة.

الحب الضائع. تقريباً كل إنسان على ظهر الأرض يعرف وجع الرفض. لماذا تسقط في اليأس حينما تفقد شخصاً تهيم به عشقاً وولعاً؟

الفصل السابع

الحب الضائع

الرفض واليأس والغضب

ارقدُ ساكنًا، ارقدُ ساكنًا، يا قلبي المكسور،
قلبي الصموت، ارقد ساكنًا وانكسر،
الحياة، والعالم، ونفسي أنا،
جميعها تتغير،
من أجل خاطر الحلم.

كريستينا روزيتي
«الزواج»^١

«أمشي نحو الداخل، نحو الداخل، نحو الداخل/أنا أمشي نحو الداخل./لا أحد يحبني/هي بالتحديد/لذلك أمشي نحو الداخل.»^٢ ألقى أحد الإسكيمو من البلاد الباردة تلك القصيدة الحزينة حوالي عام ١٨٩٠م.

تقريبًا كلُّ إنسان في هذا العالم شعر بوجع الرفض الرومانتيكي عند لحظة ما من حياته. النقيض فقط ثلاثة ممن زعموا أنهم أبدًا لم يُتركوا من قِبَل شخص عشقوه؛ رجلين، وامرأة. كلا الرجلين كان وسيماً، موفور الصحة، ثرياً، وفائق النجاح في عمله. وكانت المرأة نجمة تلفزيونية شابة. أولئك الناس نادرون. بين طلاب الجامعة في «كيس ويسترن»، سجل ٩٣٪ من الجنسين أنهم تم التخلّي عنهم من قِبَل شخص ارتبطوا به عاطفياً. ٩٥٪ أيضاً قالوا إنهم تخلّوا عن شخص أحبّهم بعمق.^٣ تقريباً لا أحد في هذا

العالم فرّ من الشعور بالخواء، وفقدان الرجاء، والخوف، والغضب الشديد الذي يصنعه الرفض والتخلي والهجر.^٤ «الفراق هو كلُّ ما نحتاج أن نعرفه عن الجحيم». كما كتبت إميلي ديكنسون.

لأنني أنا وزملائي في عملية مسح المخ أردنا أن نفهم المدى الكامل للمشاعر الرومانسية، شرعنا في مشروع مسح ثانٍ للمخ على بعض الناس الذين تم رفضهم حديثاً من قِبَل أحبائهم. وجدنا متطوعين كثيرين؛ كانوا جميعاً في حال عذاب رومانتيكي موجه. وعلى الرغم من حزنهم، أو ربما بسببه، كانوا يريدون أن يجتازوا اختبار fMRI. هذه التجربة هي في طور التقدم كما قلت، لكن المشاركين أخبروني الكثير جداً عن هذا الوجد ومراحل اليأس التي خلّفها رفض الحبيب.

كتب الشاعر دونالد بيتس: «الناس المدركون الحب غير قادرين عليه.»^٥ كما ستري، قليلون منّا غير مدرك حينما يتعلق الأمر برفض عاطفة الحب الرومانسي. نحن غير مهيين لذلك.

(١) العشاق المرفوضون

«هل سبق ورُفضت في الحب؟ ولكنك لم تستطع تجاوز الأمر؟» زملائي وأنا علقنا بياناً على مجلة حائط قسم السيكولوجي داخل الحرم الجامعي الخاص بجامعة نيويورك في ساووني برووك، ويبدأ البيان بالكلمات السابقة. كُنّا قد عقدنا العزم على القيام بمسح شامل لأمخاخ رجال ونساء قد تم ازدرأؤهم للتوّ في قصة حب. بحثنا فقط عن أولئك الذين كانوا بالفعل يعانون.

كان العشاق المرفوضون سريعي الاستجابة. مثلما كان مع تجربتنا السابقة، قمنا بغربة لاستبعاد أولئك الذين يستخدمون يدهم اليسرى، والذين يضعون قطعاً معدنية في أدمغتهم (مثل مشابك الأسنان)، أو الذين يتناولون أدوية مضادة للاكتئاب، والذين يعانون من الخوف من الأماكن المغلقة (كلستروفوبيا). ثم ناديتُ المشاركين وتكلمت مع كلٍّ منهم بإسهاب، مناقشةً تفاصيل علاقاتهم الغرامية غير السعيدة للحصول على تفسير واضح لما يمكن أن يحدث في أمخاخهم أثناء عملية المسح المخي.

العملية التي وصفتها كانت مماثلةً لتلك التي استخدمناها مع الخاضعين للدراسة ممن كانوا سعداء في حبهم. كلُّ مشارك كان ردُّ فعله يختلف ما بين صورة يشاهدها تخصُّ حبيبها أو حبيبته التي يرفضها/ترفضه، وبين صورة محايدة لا تولد مشاعر

سلبية أو إيجابية؛ وبين تلك العمليات كان الخاضع للتجربة يعمل عملية تنظيف ذهني بالعدّ تنازلياً من بين كمّ ضخم من سبعة. أثناء ذلك، كان جهاز الرنان المغناطيسي الوظيفي fMRI يسجّل نشاطهم المخي.

وجدتُ أن اللقاءات التمهيديّة أكثر صعوبة. تأثرت كثيراً بكل حكاية سمعتها. بدا لي أن كلّ ذوي القلوب المكسورة من الرجال والنساء كانوا محبطين بعمق. وكنت أتوقع هذا. لكن الكثير منهم أيضاً كانوا غاضبين، وكان ذاك هو الملمح غير المتوقع في الرفض العاطفي ما جعلني أتعرف على هذه القوة البغيضة في تلك العاطفة. أولاً شاهدتُ تلك «البغضاء العشقية» الحارقة، كما أطلق عليها الكاتب المسرحي أوغسطس ستريندبرج، فوراً بعدما أُجريتُ جلسة المسح المخي للسيدة باربارا.

(٢) بغضاء العشق

كنّا قد أُجريت المسحّ المخي لباربارا حينما كانت في حال عشق مجنون وفرح من مايكل. مثل بقية الخاضعين للتجربة ممن كانوا في منتهى السعادة في الحب، خرجت باربارا من التجربة الأولى متألقة. كانت عيناها ترقصان. كانت تُقهقه بعذوبة. وغادرت طاولة جهاز الرنان المغناطيسي الوظيفي برشاقة، وحماس، ممتلئة بالتفاؤل. وكانت قد علقت على هول سرورها وهي تُمضي كلّ هذا الوقت الطويل ناظرةً إلى صورة مايكل، مستعيدةً ذكرياتها في أوقاتها معاً. ولكن بالنسبة لباربارا، لم تُدْم تلك الحالة الحيوية النشطة. بعد خمسة أشهر تركها مايكل.

علمتُ بهذا في أحد النهارات حينما دخلتُ معمل الطب النفسي في سوني، باستوني برووك، لأجدها تنتحب على مائدة مؤتمرات كبيرة. أصابني الهلعُ أن أرى تلك الشابة الجميلة مكسورة للغاية. بريق شعرها انطفاً. فقدت وزنها. وجهها شاحب ومجعد بآثار الدموع. كانت تتصرف كأنما تحمل أثقالاً هائلة فوق ذراعيها، بالكاد كانت تتحرك. وأخبرتني أنها «تعسة»؛ لأن «قيمتها الذاتية قد أُصيبت بطلق ناري». قالت: «أفكاري دائماً تعود للوراء إلى حيث مايكل ... أحمل ثقلاً في صدري من التعاسة». كانت قد قضت ذلك النهار في الفراش، تحدّث في الفراغ.

مسنّي حزنُها للغاية حتى إنني اضطررتُ لمغادرة الغرفة. ولكن ما إن وقفت في العتمة جوار المكتب لكي أجمع شتات نفسي، حتى تبينتُ أن باربارا بوسعها أن تقدم معرفة علمية قيّمة لا تُصدّق: بوسعها أن تُرينا ماذا يحدث في المخ حينما يكون الشخص للتو قد أخفق في الحب على نحو عميق.

ولهذا استأذنت باربارا وأنا أعتذر إن كانت تقبل أن تُجريَ مسحًا مخيًّا آخر، ولكن هذه المرة بوصفها خاضعة لفحص الذين أخفقوا في الحب. وحذرتها أن التفكير في علاقتها الغرامية أثناء عملية المسح المخي ربما يُثير مشاعر صعبة، وافترضت أنني ربما أحتاج أن أتكلم معها بعد جلسة المسح المخي لكي أعيدَ إليها هدوءها (إن كان ذلك ضروريًا)، وأنني أيضًا ربما أودُّ أن أهاثفها في البيت بعد أيام قليلة بعد العملية لكي أتأكد أن التجربة لم تسبب لها إحباطًا أكثر. على أنني أوضحت لها أن جلسة المسح هذه ربما تساعد آخرين ممن كانوا يعانون مثلما تعاني. وترددتُ في اقتراح أن نُجريَ هذه التجربة في اليوم نفسه. بينما كنا نسير نحو معمل المسح، تسحب قدميها ببطء، كانت تبدو كأنما تغرق في لجة من اليأس.

لم تكن تلك إلا البداية فقط. رغم أنني كنت أستشعر أن باربارا سوف تكون محبطة، أذهلني ما حدث مباشرة بعد انتهاء التجربة. وثبتت باربارا من فوق طاولة المسح، وانطلقت خارجة من الباب، ثم خارج البناية. لم تُعطني وقتًا لكي أتكلم معها أو حتى تنتظر لكي تأخذ مبلغ الـ ٥٠ دولارًا قيمة المشاركة في المشروع. أذهلني أيضًا أنها بعد نصف ساعة عادت لتأخذ الخمسين دولارًا. كانت مضطربة على نحوٍ وحشي. توسلتُ إليها أن تجلس معي في غرفة الانتظار. وفعلت. وهناك بدأتُ تتكلم.

أخبرتني أنها بينما كانت تنظر إلى صورة مايكل أثناء التجربة، راحت تستدعي كلَّ خلافاتهما. «لن أستطيع أبدًا أن أتجاوزه». انفجرت في البكاء، ثم استسلمت للنحيب. بينما كانت تبكي، لاحظتُ شيئًا آخر في باربارا: كانت غاضبة مني. كانت ترمقني شذرا من بين دموعها. وفجأة صرخت في وجهي: «لماذا تريدان دراسة هذا الأمر؟» كانت ساخطة وأنا أهدقُ فيها، ثم فقدت صوابها والقدرة على الكلام. بالتدرج تبين لي شيء مهم: أثارت التجربة في باربارا ما أطلق عليه الطبيب النفسي ريد ميلوي: «غضب الهجران»^٦. هاجمتني أنا لأنني أنا التي كنت متاحة أمامها.

سألت نفسي، هل دوائر المخ الكهربائية المسئولة عن عاطفة الحب الرومانتيكي، متصلة اتصالاً مباشرًا على نحو ما بشبكة المخ مما يسميه علماء النفس بالغضب/الكراهية؟ أمنتُ كثيرًا أن عكس الحب ليست الكراهية، بل اللامبالاة. الآن بدأتُ أعتقد في أن الحب والبغضاء/الغضب ربما يكونان متشابكين على نحو معقد بالمخ البشري، وأن اللامبالاة ربما تسير وحيدة في دائرة مختلفة تمامًا. الأكثر من هذا، أن هذا الجسر المخي بين الحب وبين البغضاء/الغضب ربما يساعد في تفسير لماذا شائعة جدًا حول العالم جرائم الحب

— مثل المطاردة، القتل، والانتحار: حينما يتمزق ذلك الرباط فينحرف الحب، يستطيع المخ بسهولة أن يحول تلك القوة الجبارة إلى الثورة والهيّاج.

(٣) جنونُ الهجران

«لا شك أن هذا الأسلوب هو الأمثل. لا شك أنني في الوقت المناسب/سوف أتعلم أن أكرهك مثل الباقين/مثلما أحببتك مرة.»^٧ كان الشاعر و. د. سوندرجاس قد خبر الغضب نفسه الذي شعرت به باربارا. في الحقيقة، شاهدت ذلك الغضب المرير في العديد من الحالات المهجورة المنبوذة بينما يخضعون لجهاز المسح المخي.

وكذلك شاهدت البارانونيا أو الشعور بالاضطهاد في شابة جميلة اسمها «كارين». كان «تيم»، صديق كارين، قد هجرها منذ ثلاثة أشهر. كانا يتواعدان لعامين تقريباً وخططاً للزواج. كانا قد اختاراً معاً خاتم الخطوبة والزفاف. ولهذا، حين تركها من أجل امرأة تعمل معه، فقدت صوابها. «فقدت ١٥ رطلاً من الوزن في أسبوعين.» ناخت كارين، وكانت ما زالت تعاني من اضطرابات النوم. «أفكر فيه على نحو مستمر.» أخبرتني. «كل شيء يجعلني حزينة. لا أعبأ كيف يبدو مذهري، أو مع من أكون. لا أعبأ بأي شيء على الإطلاق. هذا بشع، الأمر مؤلم للغاية.» كانت تضع كل صور «تيم» في صندوق وتخبئه في خزانتها. وكانت تتعاطى مضادات اكتئاب.

انقلب نهاري مع كارين على نحو غريب. بدت مكتئبةً حينما التقيتُ بها في محطة نيويورك المركزية الكبرى في نهار المسح. لكنها بدت أكثر حيوية وابتهاجاً، وساحرة بالفعل، خلال الساعتين، مدة رحلة القطار الذي استقلناه إلى ستوني بروك. حينما دخلنا معمل علم النفس، تحول مزاجها من الميل للثرثرة إلى الوجود والاكنتاب. في طريقنا للغداء كانت عيناها دامعتين. لم تأكل شيئاً من البيتزا ولا شربت الكوكا الخاصة بها، ولا قضمه واحدة ولا رشفة. وتباطأت ونحن نسير نحو معمل المسح المخي. بعد ذلك أخبرتني أن التجربة بدأت تغمرها وتهزمها. بدأت تشعر أنها ما كان يجب أن تُضحى وتكون فداية، وأنها تكره تيم، وأنها لم تُد ترغب أن يُدكرها أحدٌ به. «تلك كانت غلطة كبرى.» لم تُخبرني كارين بهذا قبل جلسة المسح. أجرينا المسح المخي لها دون مشاكل. ولكن ما إن خرجت من الجهاز، حتى أصابها الهياج الشديد. ثم بدأ الأمر: تحولت إلى خبير الأشعة، وراحت تشتم الرجل الذي عرق في الذهول وهي تزعم أنه تعمد إدخال اسم «تيم» ضمن أصوات جهاز المرنان المغناطيسي. «تيم»، «تيم»، «تيم»، «تيم». أخبرتنا أنها ظلت

تسمع اسم «تيم» يتردد فيما كانت تنظر إلى صورته. أكدت لها مرة ومرات أننا لم نخدعها، وأننا لم يكن بوسعنا حتى العبث بجهاز معقد ثمنه ملايين الدولارات؛ حتى وإن رغبتنا في ذلك، وأنتي أبدًا لا أرغب في إرهابها عن طريق إدخال اسم «تيم» داخل أصوات المسح. لم يبدُ أنها صدقتني حتى قفلنا راجعين في القطار، وبعد حوالي ساعتين وعدة كئوس من البيرة. في الأخير، حينما ظننتُ أنني استعدتُ ثقتها، سألتها ما إذا كان أيُّ من أقربائها يعاني من البارانويا. «نعم، أمي» أجابتني. ولم أكمل المحادثة بعد ذلك.

سألتُ كلَّ مشارك فورًا بعد خروجهم من جهاز المسح المغناطيسي MRI. كنت أودُّ أن أعرف بمَ يشعرون وهم ينظرون إلى صور أحبّتهم، وماذا يجري في عقولهم وهم يحدّقون في الصور المحايدة، وبمَ كانوا يشعرون وهم يُجرون تجربة العد التنازلي. من الواضح أن كارين وهي تنظر إلى صورة «تيم»، تحوّل حزنها وإحباطها إلى غضب عارم. لا بد أن غضبها استحثّ البارانويا، أو الشعور بالاضطهاد؛ لأنها، كما أخبرتني فيما بعد، انفجرت بالغضب حين اعتقدت أنها سمعت اسم «تيم» يتردد بانتظام.

فورة الغضب، والبارانويا، هما ما استشعرتهما بغموض في ردود الفعل تلك. ولكنني كنت أتوقع بملء عقلي أن مشاركتنا المنبذين في الحب سوف يخرجون من جلسة المسح وهم غير سعداء. وكنت على حق. فقط شابة واحدة كانت تبكي بحرقة أثناء التجربة حتى إنها اختنقت بالوسادة التي نستخدمها في تأمين دماغ كل مشارك. في الحقيقة، رأيت هذا الغضب تقريبًا في كل المشاركين الخاضعين للتجربة. وفي كل مواجهة لم أستطع أن أهرب من التفكير في الرجال والنساء الذين لا حصر لهم في كل ركن من أركان العالم، ممن يعانون من هذا الشعور اليائس المرير نفسه.

(٤) يأسُ الحب

«أمي/ لا أقدرُ أن أُسيّرَ أموري/ أصابعي تؤلّني/ شفتاي جافتان/ أه!/ لو شعرتِ بالألم الذي أعاينُ!/ ولكن/ أه!/ من ذا بوسعه أن يشعر بما أشعر؟!»^٨ لكي نُجيبَ عن تساؤل الشاعرة سافو اليائس ذاك المكتوب منذ ٢٥٠٠ عام، لقلنا: ملايين عاينوا عذاب الرفض في الحب.

من الأمريكتين إلى سيبيريا، ترك الآلاف من الناس قصائدَ تحمل ذكريات عن أوجاع قلوبهم. أحد هنود الأزتك ترك تلك الكلمات الحزينة في القرن السادس عشر: «الآن أعرفُ/ لماذا كان على أبي/ أن يخرج من البيت/ ويبيكي/ تحت المطر.»^٩ «أنظرُ في اليد التي

تحملها/بينما الألم أفسى من أن يُتحمَّل.» هكذا كتب شاعرُ ياباني. ^{١٠} وتركت إيدنا سانت فينسينت ميلاي تلك السطور الجياشة: «حبيبي/أيها الشوكة العذبة/حينما تسللت إلى قلبي/أخذتُ الطعنةَ التي نذحتني/فرقدتُ على العشب/أشلاءً منثورَةً مضمخةً بالدموع والمطر.» ^{١١}

جَمَعَ الأنثروبولوجيون دلائل تؤكد ذلك الأسف. باحت إحدى الصينيات المهجورات قائلة: «لا أقدر على تحمُّل الحياة. اختفى كلُّ اهتمامي بالحياة.» ^{١٢} «كنتُ وحيدة وحزينة حقًا، فاستسلمتُ للبكاء. امتنعت عن الطعام ولم أعد أنام جيدًا، ولم أستطع الحفاظ على عقلي في العمل.» هكذا انتحبت امرأة بولونيزية مهجورة. ^{١٣} عند نهر سبايك في غينيا الجديدة، ألَّف الرجال المرفوضون أغاني غرامية تراجيدية أطلقوا عليها اسم «ناماي»، وأغاني في الزواج، «الذي ربما يكون قد حدث.» ^{١٤} وفي الهند، أنشأ الرجال والنساء مكسورو القلوب ناديًا، أسموه «مجتمع دراسة القلوب المصدوعة». كل عام، في اليوم الثالث من مايو، يحتفلون باليوم العالمي للقلوب المصدوعة، يحكون فيه حكاياهم، ويواسون بعضهم بعضًا. ^{١٥}

الرفض في الحب يُغرق العاشق في أعقد وأعمق أوجاع الاضطراب العاطفي مما يمكن أن يمرَّ بالإنسان البشري. الندم، الغضب، والعديد من المشاعر الأخرى بوسعها أن تمرَّ بالمخ على نحوٍ قاسٍ حتى لا يكاد الإنسان قادرًا على الأكل أو النوم. درجات ذلك الوجع وظلاله تتنوع تبعًا للإنسان وطبيعته. لكن أطباء الأمراض النفسية والعصبية يقسمون الرفض في الحب إلى مرحلتين عامتين: «رفض التصديق» و«ترويض النفس/اليأس» ^{١٦}. في أثناء مرحلة رفض التصديق، يحاول العشاق المرفوضون بجنون استعادة أحبّتهم. وما إن تحلَّ مرحلة ترويض النفس، يكفون تمامًا عن المحاولة ويسقطون في القنوط.

(٥) المرحلة ١

رفض التصديق

ما إن يبدأ شخصٌ في إدراك أن رفيقه يفكر في إنهاء العلاقة، حتى يعتريه القلق العميق. يغرق في الحنين والتوق، ويسخرُ كلَّ وقته، وكل طاقته، وكل انتباهه للرفيق الذي هجر. ويصبح هاجسه: إعادة الاتحاد مع حبيبته/حبيبها.

العديد من الخاضعين لعملية المسح التي نُجريها يجدون صعوبةً في النوم. والعديد فقدوا أوزانهم. البعض يتشنج. وآخرون كانوا يتنهدون ويتأوهون وهم يتكلمون معي عن

أحبَّتهم في لقاءات ما قبل المسح التمهيديّة. جميعهم كانوا يسردون الذكريات ويركزون على الأوقات العصيبة، باحثين باستمرار عن أدلة للخلل الذي حدث متأملين كيف يمكن أن يُرمموا الصدوع التي أصابَت العلاقة. وجميعهم أخبروني أنهم لن يكفُّوا عن التفكير في أحبَّتهم «الرافضين»، كل ساعة تمرُّ كانت الأفكار حول الحبيب تُورقهم.

العشاق المهجورون أيضًا يقطعون خطواتٍ استثنائيةً ليعيدوا التواصل مع أحبَّتهم السابقين؛ إعادة زيارة الأماكن المشتركة، المهاتفة ليلاً ونهاراً، كتابة الرسائل، أو الإيميلات. يتوسلون. يقومون بزيارات دراماتيكية لبيت الحبيب أو مكان وجوده أو عمله، ثم ينفجرون، فقط لكي يستعيدوا أو يجددوا تضرعهم من أجل إصلاح العلاقة. معظمهم كانوا يركزون بقوة على أحبَّتهم الراحلين حتى إن كل شيء في الوجود كان يُذكِّرهم بأحبَّتهم. كتبت الشاعرة كينيتش فيرينج: «الليلة/أنت في قلبي وعيني/وكلُّ مصباح من مصابيح الشوارع مرَّت به سيارتُننا/يُظهر لي/أنت من جديد: مازلت أنت.»^{١٧}

خلاصة الكلام، الناس المرفوضون يتوقون للتوحد من جديد. لهذا يرفضون التصديق، يظلون أسرى إشارة واحدة من الرجاء.

جاذبيةُ الإحباط

«الهوى مرضٌ مليء بالأوجاع/يرفض كلَّ العلاجات/نباتٌ ينمو بالنحول/العقمُ في أجلى صوره/لماذا هو كذلك؟» شاعر القرن السابع عشر صمويل دانيال، نمم تلك المقطوعة البالغة الغرابة عن الحب الرومانتيكي: بوصفه منبع الفجيعة، هكذا يفعل الهوى الرومانسي. تلك الظاهرة شائعة جدًّا في الأدب وفي الحياة، حتى إنني صكَّتُ مصطلحًا عنها: «جاذبية الإحباط». وأظن أن جاذبية الإحباط متلازمةٌ مع كيمياء المخ.

كما تعلمون، يُنتج الدوبامين في مصانع موجودة في «قاع» المخ، ثم يُصخ لأعلى حيث النواة المُذنبه وبقية مناطق المخ؛ حيث تنتج الدوافع للفوز بالرغبات المطلوبة باعتبارها جوائز. إن تأخرت المكافأة المرتقبة في المجيء، تُطيل هذه النواة المُذنبه المنتجة للدوبامين من نشاطاتها؛ لتزيد معدلات المخ في هذه المُحَثَّات الطبيعيّة.^{١٨} ويتلازم الكم الكبير من مستويات الدوبامين مع الدافع القوي والسلوك المباشر نحو الهدف، مثلما يحدث في حالات الإثارة والخوف.^{١٩} لخصَّ الكاتب المسرحي الروماني تيرينس، دون أن يدري، تلك الكيمياء الخاصة لجاذبية الإحباط قائلاً: «كلما قلَّ رجائي/اشتعل حبي.»

خبراء علم النفس توماس لويس، وفيري أميني، وريتشارد لانون أقرروا بأن ردَّ الفعل الرفض للتصديق هذا ليس إلا ميكانيزمًا حيوانيًا أساسيًا ينشط حينما تتمزق أي علاقة اجتماعية من أي نوع.^{٢٠} يستخدمون المثال الخاص بالجرو الصغير. حينما تُبعد الجرو عن أمه وتضعه في المطبخ وحيدًا، سيبدأ في الخطو. على نحو هائج، ودون كلل، سيُنقَّب في الأرضية، يُخربش الباب، يثب على الحوائط، ينبج، ثم يعوي معترضًا. صغار الفئران التي تُعزَل عن أمها لا تكاد تنام لأن ثورة أمخاها تكون حادة للغاية.^{٢١} أطباء النفس أولئك يعتقدون، مثلما أعتقد، أن ردة الفعل الرفضية تلك تصاحب تزايد معدلات هرمون الدوبامين، وكذلك النوريبينفرين. تزايد معدلات الدوبامين والنوريبينفرين، كما يقولون، يزيد من حساسية التيقظ والحث عند المهجورين لكي يبحثوا ويطلبوا المساعدة.

في الواقع، يمكن أن يكون الرفض فعالاً للغاية في علاقات الحب. أولئك الذين يمارسون فعلَ الهجر يشعرون عادة بالذنب لتسببهم في فصم العلاقة.^{٢٢} لذلك كلما زاد رفض الطرف المهجور، زاد احتمال أن يُقدَّر الطرف الهاجر الأمر فيعود للعلاقة. الكثيرون يفعلون هذا، على الأقل بشكل مؤقت. إذن الرفض قد يكون مفيدًا. لكن هذا ليس دائمًا على كل حال. وأحيانًا تتسبب صدوع العلاقات في حال رعب تصيب الطرف المهجور.

مثل تلك القوة الدافعة للرفض، فإن هذا الرعب شائع في الطبيعة؛ وهو ما يسمى «اضطراب الفراق».^{٢٣} حينما تترك أمٌ صغيرها الطائر، أو صغيرها من الثدييات، تصبَح تلك الكائنات الضئيلة مضطربة على نحو عميق. يبدأ قلقها بخفقان قوي في القلب. يبدأ الصغير في الصراخ ويؤدي حركات الرضاع. «نداءات الألم» تلك تكون محمومة ومتكررة. الجراء المهجورة ورضيع ثعلب الماء ينوح وينتحب. فراخ الدجاجات تسقسق. صغار القرد الهندي والقروء التقليدية تُصدر أصواتًا مكتئبة. حينما تنفصل صغار الجرذان عن أمهاتها، تُصدر صرخات فوق صوتية دون انقطاع.^{٢٤} يعتقد خبير الأعصاب جاك بانكسب أن قلق الانفصال يتولَّد من جهاز الرعب في المخ — شبكة المخ المعقدة التي تجعل المرء يشعر بالضعف، قصر النفس، والخوف.^{٢٥}

جهازٌ مخيٌّ آخر له دورٌ مهم: نظام الضغط العربي. يبدأ الضغط العصبي تحت المهاد «الهيبتوثالامس»؛ حيث يُفرز الهرمون القشري (CRH)، ثم يبدأ في السير بخفاء إلى الغدة النخامية القريبة؛ وهنا يبدأ إفراز هرمون ACTH. يسافر هذا الهرمون عبر تيار الدم إلى غدة الأدرينالين فوق الكظرية (التي توجد فوق الكلية) فيأمر قشرة الغدة أن تُخلق

وتُفرز هرمون الكوتيزول، «هرمون الضغط العصبي». بين هذا كُلّه ينشط جدًّا الجهاز المناعي ليحارب المرض.^{٢٦} وعلى الرغم من كل هذه الجاهزية الجسدية، إلا أن العشاق المحبطين يميلون لأن يمرضوا بجفاف الحلق ونزلات البرد. الضغط العصبي القصير الأمد أيضًا يحثُّ على إنتاج الدوبامين والنوريبينفرين ويحظر نشاط السيروتونين^{٢٧} — الإكسبير المصاحب للحب الرومانتيكي.

يا للسخرية: بينما الشخص المعبود يتسلل مبتعدًا، فإن العناصر الكيميائية المرتبطة بالمشاعر الرومانسية تتزايد بقوة، لتُوجج الهوى العاطفي، الخوف، الترقب، لكي تُجبرنا على المحاولة بكل قوانا، على أن نُؤمِّنَ سببَ مسرَّتنا: الحبيب الذي هجرنا.

غضبُ الهجران

محاولة استعادة الحبيب الهاجر، الحنين «إليه» أو «إليها»، القلق من الانفصال، الرعب من فقدان المنذر: كلُّ ردود الفعل تلك كان لها أهميتها لدي. ولكن ما الذي يدفع الأحبة المهجورين إلى ذروة الغضب المشتعل؟ حتى حينما يقدم الحبيب أو الحبيبة الهاجرة المسؤولية بصفته صديقًا (وحتى بصفته شريكًا) ويفصمُ العلاقة بعطف ورغبة في التخفيف عن المهجور، يتحول العديد من المهجورين، على نحوٍ عنيف، من مشاعر القلب المصدوع إلى ذروة الغضب. الشاعر الإنجليزي «جون ليلي» علّق بحكمة على تلك الظاهرة عام ١٥٧٩م، قائلاً: «مثلما يفعل أفضلُ النبيذ، يفعل الخُلُّ الرخيص، لهذا يتحول أعمق الحب إلى كراهية عمياء.»

لأن الحب والكراهية مرتبطان في جدلية متشابكة في المخ البشري. الدائرة الكهربائية الأساسية للكراهية/الغضب تسير نحو مناطق الفص الصدغي الموجود أسفل منطقة تحت المهاد ونحو مراكز المنطقة الرمادية، منطقة المخ المركزية.^{٢٨} العديد من المناطق المخية الأخرى ضالعة في الغضب، بما فيها المنطقة المنعزلة، الجزء من القشرة المخية التي تجمع المعلومات من الجسم الداخلي ومن الحواس.^{٢٩} ولكن ها هو المفتاح: شبكة المخ الأساسية للغضب مرتبطة بقوة مع مراكز القشرة الأمامية التي تُجري عملية تقدير المكافآت وتوقع المكافآت.^{٣٠} وحينما يبدأ البشر وبقية الحيوانات في إدراك أن مكافأة متوقعة ما، يتهددها الخطر، تبدأ القشرة الأمامية في إصدار إشارات للفص الصدغي التي تحثُّ مشاعر الغضب.^{٣١}

يُعرف هذا لدى علماء النفس باسم «ظاهرة عدوان الإحباط»، تلك الاستجابة للغضب، التي تلازم التوقعات غير المتحققة معروفةٌ جداً لدى الحيوانات. على سبيل المثال، حينما تُحْتَصَّنُ صناعياً دوائر المكافأة المخية لدى القطط، تشعر القطط بسعادة غامرة. فإن انسحبت تلك المحنَّات، فإنها تعضُّ. وفي كل مرة يزداد انسحاب السعادة، تستشيطُ القطط غضباً. تماماً مثل الأحبة المهجورين يزدادون حنقاً أكثر فأكثر. «كل منطقنا لحل المشكلات ينتهي بالاستسلام للمشاعر.» هكذا كتب «بليز باسكال». عرف باسكال بوضوح كم يمكن أن نكون ضحايا لعواطفنا.

فورة الغضب والهيّاج لا تكون بالضرورة موجّهة نحو الحب المفقود، على كل حال.^{٣٢} فالقرد الهائج سوف يقذف حُمَمَ غضبه نحو قرد مسكين خاضع بدلاً من أن يهاجم قرداً ذا سلطان. على النحو ذاته، قد يركل عاشقٌ مهجور كرسياً بقدمه، أو يقذف كأساً، أو يصبُّ غضبه على صديق أو زميل جامعة بدلاً من أن يثور على حبيبته الهاجرة. لهذا يرتبط على نحو حميم في المخ كلُّ من الحب الرومانتيكي والغضب الناتج عن الهجران. وحينما تفكر في الأمر، ستجد أن بين ذلكما الشعورين الكثير من المشتركات. كلاهما مترامنٌّ مع الثورة الجسدية والذهنية؛ كلاهما يُنتج طاقة طافرة. كلاهما يدفع الإنسانَ لأن يركز اهتمامه بهوس على الحبيب. كلاهما يُنتج سلوكياتٍ موجّهة الهدف. وكلاهما يسبّب الحنين والتوق الهائلين، إما للتوحد مع الحبيب، أو من أجل الانتقام من الحبيب الذي هجر.

لا عجبَ إذن أن صديقتنا الخاضعة للمسح المخي، باربارا، قد انفجرت في وجهي. لا بد أن باربارا قد استعادت مشاعرها الرومانتيكية العميقة مع مايكل وهي تنظر إلى صورته في جهاز المسح المغناطيسي؛ فتحول هواها العنيد إلى إحباط، ذاك الذي جلب الكراهية والانتقام. وحدث أنني فقط كنتُ الهدفَ القريب منها في تلك اللحظة. «الإنسان الحديث هو أحد تذكارات ومخلّفات الإنسان القديم.» هكذا كتب الطبيب النفسي «ديفيد هامبرج». لماذا طوّر أسلافنا القدامى وصلات المخ لكي نبغض الشخص الذي سبق وعبدناه؟

الهدف وراء غضب الهجران

الغضبُ مكلفٌ على نحو هائل، فيما يخص الطاقة الجسمانية والأحماض والهرمونات المبذولة. فهو يُجهد القلب/يرفع ضغط الدم، ويُضعف الجهاز المناعي.^{٣٣} لهذا تطورت

في العهود السحيقة تلك الروابط بين الحب الرومانسي وغضب الهجران لكي تحلّ المشكلة الكبرى الخاصة بالتزاوج والتناسل.

أول الأمر، كنت أظن أن تلك الشبكة المعقدة من الأسلاك المخية قد انبثقت من أجل غرض مختلف تماماً عن شأن التزاوج: لمحاربة المغازلين المنافسين.

«موسم الحب هو تلك المعركة.» كما كتب داروين.^{٣٤} يتغازلون. يحاربون المنافسين. ذكور الخراف، ذكور أسود البحر، وذكور العديد من الفصائل الأخرى يجب أن تعارك بعضها البعض لكي يفوزوا بالرفيقة المناسبة للغزل. وعزوتٌ هذا لأن جاذبية الكراهية/الغضب ربما تكون مترابطة بغاية في المخ الخاص بالثدييات لكي تُمكن المغازلين من أن يتحركوا للأمام وللخلف بين الانجذاب للرفيق المفترض ليثوروا في وجه المغازل المنافس. لكن تلك النظرية لم تصمد تحت المراقبة المتفحصّة الدقيقة.

الذكر من الذكور المغازلة المتنافسة يتبخر ويتخذ أوضاعاً استعراضية لكي يهاجم المنافس الآخر، مثل فارس روماني في مباراة من أجل الحب والمجد. وحينما تنتهي المباراة، يستعرض الفائز مشاعر الانتصار، بينما يتسلل الخاسر منسحباً في خذلان. لكن أياً منهما لا يُبدي غضباً. حتى إن هناك دليلاً بيولوجياً قوياً يؤكد أن الجهاز العصبي في حال التنافس الغزلي بين الذكر-الذكر مستقلٌ عن جهاز الغضب في المخ. تلك التنافسية متلازمة مع ازدياد معدلات التستوستيرون وهرمون الغدة النخامية في المقابل.^{٣٥} لهذا لا يتطور الغضب البشري الناتج من الهجران من أجهزة الدوافع العاطفية تلك التي تستخدمها الثدييات لقتال المتنافسين.

إذن لماذا بسهولة يُمكن المُخُّ البشري العاشق/العاشقة المهجور من أن يبغض المرأة أو الرجل أو الذي كان معبوداً؟

ناقش الطبيب النفسي «جون بولبي» في الستينيات الماضية أن الغضب المصاحب لفقدان المحبوب هو جزء من التصميم البيولوجي للطبيعة من أجل استعادة التواصل الإنساني المفقود.^{٣٦} لا شك أن هذا الغضب يخدم ذلك الهدف أحياناً. لكن فورة الغضب تلك ليست خصلة حميدة؛ إذ لا أتصور أن الغضب والهيّاج قادرٌ على اجتذاب حبيب لعلاقة مفصومة.

لهذا وصلتُ للاعتقاد أن غضب الهجران قد تطور لكي يخدم هدفاً آخر، لكي يدفع العشاق المحبطين للتخلص من الرفقاء والعلاقات المدعومة النهايات، لكي يلحقوا جراحهم، لكي يستأنفوا بحثهم عن الحب في عشب أكثر اخضراراً.

أكثر من هذا، إن كان الحبيب المهجور قد أنتج طفلاً من تلك العلاقة المصدوعة، فإن غضب الهجران سوف يمنحهم الطاقة للمحاربة من أجل مستقبل أطفالهم. لقد رأيتم بالتأكيد ذلك السلوك في عمليات الطلاق المعاصرة. رجال ونساء أسوياء يُظهرون العنف في المطالبة بتأمين أطفالهم المهجورين من أمهم أو أبيهم. في الحقيقة وجدنا أحد القضاة الأمريكيين الذي ينظر دورياً في قضايا العنف الإجرامي أن القلق ضربة على أمنه الشخصي أثناء نظره قضايا الطلاق، خصوصاً حينما يكون في القضية طفلاً تحت الوصاية. هو وغيره من القضاة يتعرضون لملاحقات مرعبة لكي يتم دفعهم للمساعدة في قضايا نزاع بين الأزواج تتحول إلى عنف.^{٣٧}

لستُ مندهشة من أن غضب الهجران ينفجر أحياناً في فورة عنف. الرجال والنساء المهجورون قد أهدروا أوقاتاً ثمينة من أعمارهم وطاقات هائلة على الرفيق ذاك الذي هجرهم. وعليهم أن يستأنفوا رحلة البحث من جديد عن رفيق آخر. مستقبلهم أصبح مهدداً — هم وأصهارهم الاجتماعيين، سعادتهم الشخصية، وكذلك سمعتهم. ثقتهم بأنفسهم حُزبت على نحو حاد. والوقت يُداهمُ. منحتنا الطبيعة آلية مريحة لكي تساعداً على أن نتحرر من الرفيق الرافض ومن ثم نستمر في العيش: الغضب. وللأسف، هذا الغضب لا يمحو الحبَّ من قلب إنسان بالضرورة، لا يمحو توقه وحنينه، أو رغبته الجنسية في الرفيق الهاجر.

في دراسة مثيرة حول ١٢٤ زوجاً من العشاق، اكتشف عالم النفس «يروس إليس» و«نيل ملاموث» أن الحب الرومانسي وما أسماه «الغضب/الإحباط» يستجيب للأنواع المختلفة من «المعلومات». ^{٣٨} تتذبذب درجة «الغضب/الإحباط» لدى الإنسان في الاستجابة للأحداث التي تقوّض أهدافه، مثل الخيانة أو قلة الالتزام العاطفي من قبل الشريك. تتقلب مشاعر الحب الرومانتيكي لدى الإنسان، بدلاً من ذلك، في الاستجابة عند حدوث تقدم في أهداف المرء، مثل الدعم الاجتماعي من قبل الشريك والأوقات السعيدة في الفراش معه. وهكذا نجد أن الحب والغضب/الإحباط، رغم أنهما وثيقا الارتباط، إلا أنهما ينتميان إلى جهازين مستقلّين؛ ومع هذا بوسعهما أن يعملآ في تزامن. باختصار، بوسعك أن تكون غاضباً على نحو عنيف، ولكنك مع هذا غارقٌ في الحب. هكذا كانت باربارا.

وفي الأخير، على كلِّ حال، تضمحل كلُّ تلك المشاعر. التركيز المرضيُّ على الرفقة الفاشلة، الاندفاع نحو استعادة المحبوب، المكاشفة والمواجهة، القلق من الفراق، الرعب، وحتى الغضب: كلها تذوب مع الزمن. على الشخص المهجور أن يتعامل مع أشكال جديدة من الألم-التسليم، واليأس.

(٦) المرحلة ٢

التسليم

«أنا مُجَهَد بالحنين.» هكذا كتب الشاعر الصيني «لي بو»، ابن القرن الثامن. أخيراً استسلم العاشق اليأس. ذهب المحبوب إلى الأبد وقُضي الأمر. يغرق الكثيرون في انعدام الأمل. يتقلّبون في الفراش ويبكون. يتجرعون كأس إكسير الأسف المر، البعض يتخسّب في المقعد ويحدّق في الفراغ. لا يكادون يعملون أو يأكلون. قد ينتابهم شعور بين الحين والحين بأن يستحثوا حُبهم الغابِر أو تمرّ بهم لمحات غضب. وبوجه عام، يشعرون بحزن عميق. لا شيء يشفيهم من كربهم سوى الزمن.

فقدان المحبوب عادة ما يفجّر الحزن العميق والإحباط في الحيوان البشري، ما يُعرف لدى علماء النفس باسم «استجابة اليأس». ^{٣٩} في المسح الذي أجريته حول الحب وما ناقشته في الفصل الأول، وجدت أن ٦١٪ من الرجال و٤٦٪ من النساء أقروا بأنهم مروا بفترات يأس حين ظنوا أن عشاقهم ربما لم يعودوا يحبونهم. وفي دراسة حول ١١٤ رجلاً وامرأة من المهجورين من أحبّتهم خلال الأسابيع الثمانية الأخيرة، كان أكثر من ٤٠٪ منهم قد مروا «بحالة إحباط مرضية واضحة»، منهم ١٢٪ أظهروا إحباطاً ما بين المتوسط والحاد. ^{٤٠} الناس قد يموتون أيضاً بسبب انكسار قلوبهم. يقضون بتوقف القلب أو الجلطات الناجمة عن الاكتئاب. ^{٤١}

يتعامل الرجال والنساء مع حزن-العشق على نحو مختلف.

يكون الرجال معتمدين أكثر على حبيباتهم، ^{٤٢} ربما لأن الرجال، كقاعدة، لديهم روابط أقل نحو أقربائهم وأصدقائهم. ربما بسبب هذا، يميل الرجال أكثر للتحول نحو الخمر، المخدرات، أو القيادة المتهورّة أكثر مما يلجئون لأقربائهم أو أصدقائهم حينما ييأسون من الرفيق الرافض. ^{٤٣} أكثر من ذلك نجد أن الرجال يميلون أقل لأن يبوحوا بأوجاعهم، يحتون أحزانهم داخل أعماقهم الذهنية. ^{٤٤} حقق البعض معدلات أقل على مقياس الإحباط لأنهم يضعون القناع بمهارة فوق معاناتهم، لكي يُخفوها حتى عن أنفسهم. ^{٤٥}

وعلى الرغم من أن العديد يدتّرون أحزانهم، إلا أن المقابلات مع الرجال المرفوضين، والملاحظات التي دُوّنت على أداثهم في العمل، وعاداتهم اليومية، وتفاعلاتهم مع أصدقائهم، عادة ما تُظهر أنهم مرضى نفسياً وجسمانياً. ^{٤٦} الرجال أيضاً يُظهرون حزنهم على أكثر

الأُنحاء دراماتيكية: يُقدِّم الرجال أكثر من النساء بنسبة ثلاثة أضعاف إلى أربعة على الانتحار بعد خفوت علاقة غرامية.^{٤٧} كما قال الشاعر «جون دريدن»: «الموتُ بهجةٌ/ حينما الحياةُ أُلْمٌ».^{٤٨}

عادة ما تعاني النساء على نحو مختلف. في الثقافات حول العالم، مرَّت النساء أكثر من ضعف عدد الرجال بحالات الاكتئاب العظمى.^{٤٩} يُصبحن مكتئبات لأسباب شتى، بالطبع، ولكن السبب الشائع هو رفض الحبيب. وفي دراسات حول الرفض الرومانتيكي، سجلت النساء مشاعرَ أكثر حدة في الإحباط، خصوصًا: فقدان الرجاء.^{٥٠}

النساء المرفوضات ينتحبن، يفقدن الوزن، يمتنن كثيرًا جدًّا أو لا يمتنن على الإطلاق، يفقدن الاهتمام بالجنس، لا يستطعن التركيز، تصبح لديهن صعوبات في تذكُّر الأمور اليومية الاعتيادية، ينسحبن اجتماعيًا، يفكرن في الانتحار. محبوسات في زنزانة القنوط المظلمة، بالكاد يستطعن أن يُدرنَّ الأمور اليومية الأساسية. بعضهن يكتبن أوجاعهن. والكثير من النساء يتكلمن، يُثرثرن بالساعات في الهاتف لأيُّ أذنٍ شغوفة على استعداد أن تُنصت، يحكين كلَّ شيء. وعلى الرغم من أن تلك الثرثرة تهب النساء بعض الراحة، فإن استعادة تلك الأحلام الممزقة عادة ما تُضرم النيران من جديد. وفيما تُسهب المرأة في الحديث عن العلاقة الميتة، تُطعم الأشباح - لأنها تُعيد نكء الجراح، وإن لم تقصد.^{٥١}

هذه المرحلة الثانية من الرفض-التسليم، تتزامن مع اليأس، وهي مسجلة على نحو جيد في الفصائل الأخرى. صغار الثدييات تُعاني بقسوة حينما تنفصل عن أمهاتها. هل تذكرن الجرو الصغير؟ حينما عزلتموه في المطبخ، في البدء اعترض وتمرد. وفي الأخير، تكوّر في ركن مثل كومة كئيبة. صغار القروذ المهجورة تمصُّ أصابعها أو أصابع قدميها، تحتضن نفسها، وعادة ما تتكوّر على الوضع الجنيني ثم ترتجف.^{٥٢}

شعور اليأس يكون مصاحبًا لدوائر شبكية عديدة مختلفة لدى مخ الثدييات (بما فيها الإنسان).^{٥٣} من بينها في جهاز المخ الخاص بالمكافأة ووقوده: الدوبامين. وما إن يبدأ الشريك المهجور بالتدرج في إدراك أن المكافأة لن تعود أبدًا، تبدأ الخلايا المنتجة للدوبامين في منتصف المخ (تلك التي أصبحت نشطة للغاية خلال مرحلة الرفض والإنكار) الآن في تقليص نشاطها.^{٥٤} ويتزامن اضمحلال معدلات الدوبامين مع حال الخمول واللامبالاة، القنوط، فقدان الرجاء، الاكتئاب.^{٥٥} ويشارك كذلك جهاز الضغط العصبي. كما تذكرن ربما، نعرف أن التوتر العصبي القصير الأمد يُنشط إنتاج الدوبامين والنوربيبينفرين ويحظر إنتاج السيروتونين. ولكن ما إن يخفت ضغط الهجران، حتى تدفع كلَّ معدلات العناصر المؤثرة الأخرى تحت المعدلات الطبيعية، لكي تُنتج الاكتئاب العميق.^{٥٦}

يسمى شكسبير المخ بـ «المان الهش لإقامة الروح». هو أيضاً المان الهش لإقامة الحب الرومانتيكي.

الاكتئاب بوصفه تكيُّفاً؟

مثل غضب الهجران، يبدو القنوطُ خصيماً للإنتاجية. ما الفكرة وراء المعاناة والألم حينما تفقد حبيبك؟ أليس من الأفضل أن تعالج طاقتك بدلاً من أن تفقدها في البكاء؟ العديد من العلماء يعتقدون الآن، على كل حال، أن هناك أسباباً جيدة للإحباط، جيدة للغاية لدرجة أن دوائر المخ الكهربائية المعقدة تلك قد تطورت كنسخة طبق الأصل منذ ملايين السنين.^{٥٧} عزا البعض ذلك بالأصل لكي تتمكن صغار الثدييات المهجورة من أن تحافظ على قواها وجلدها، وإثناؤها عن التجول دون هدف حتى عودة أمهاتها، والإبقاء عليها هادئةً ومن ثم حمايتها من الافتراس. الإحباط من ثم مكّن الحيوانات من الحفاظ على طاقتها في أوقات الضغط العصبي. كذلك دفع الإحباط أسلافنا البشريين إلى التخلي عن المغامرات الخطرة وتبني استراتيجيات أكثر نجاحاً من أجل تحقيق أهداف، خصوصاً الأهداف الخاصة بالتناسلية مثل التزاوج.^{٥٨}

القنوط مثله مثل تجربة الوهن تلك التي ربما تطورت لأسباب جيدة كثيرة. هدف ذو صلة أوثق على نحو خاص هو ما قدّمه عالم الأنثروبولوجي إدوارد هاجان، وعالم البيولوجي «بول ويستون»، والطبيب النفسي «أندي طومسون». اعتقد أولئك العلماء أن الثمن الحيوي والاجتماعي للإحباط يكمن في الواقع في فائدته؛ فاككتاب شخص ما، هو إشارة مخلصه وصادقة للآخرين أن هناك شيئاً خطأً. وهكذا فإن الاكتئاب قد تطور، كما يقولون، لكي يمكّن الأسلاف الواقعين تحت الضغط العصبي من أن يُشيروا إلى الوجود ويطلبوا الدعم الاجتماعي في أوقات الحاجة الماسّة.^{٥٩} خصوصاً حينما كانوا غير قادرين على الإقناع اللفظي أو استخدام القوة للحصول على مساندة الأصدقاء أو الأقرباء.

المثال ممكن أن يكون امرأة شابة عاشت قبل مليون عام حدث أن طارد زوجها امرأةً أخرى من القبيلة وتزوجها. في البدء أنكرت الزوجة الأمرَ ورفضت بمرارة، وانجرفت في تيار الغيرة الغاضبة، وحاولت إقناع زوجها أن يترك تلك الغريمة. هاجت ولجأت إلى أبيها وأقربائها لكي يدعموا طلبها. وحينما عجزت عن إقناع زوجها وأقربائها بالكلمات ونوبات الغضب، غرقت في الإحباط العميق. تلك الفجيعة أشاعت الفوضى في حياة المعسكر، ودون شك أنّرت بالسلب على قدرتها في جمع الخضراوات ورعاية الأطفال وبقية الأقرباء.

وفي النهاية شحذ قنوطها وإحباطها وإجبار أقرائها وعشيرتها لكي يطردوا هذا الزوج الفاضح الخائن وبدءوا في مواساتها حتى استعادت حيويتها، ووجدت رجلاً جديداً، وأنتجت المزيد من الطعام، واستأنفت رعاية الأطفال، واستعادت البهجة لها وللجماعة.

أخيلوس، كاتب المسرح الكلاسيكي الإغريقي ابن القرن الخامس قبل الميلاد، اكتشف فضيلةً أخرى في الإحباط. حينما جهر أجاممنون: «الذي يتعلّم لا بد أن يعاني. وحتى في نومنا، يتساقط فوق القلب الألم الذي لا يُنسى قطرةً فقطرة، وفي يأسنا، وعلى عكس إرادتنا، تأتي الحكمة إلينا برحمة الآلهة الهائلة.»

الاكتئاب، باختصار، يهبك عمقاً لبصيرة. بوسع العلماء الآن تفسير الأمر. يُبدي الناس متوسطو الاكتئاب تقديرًا أوضح لأنفسهم وللآخرين.^{٦٠} كما وصفها عالم النفس «جيفري زيغ»: «إنهم يعانون فشل الإنكار.» وحتى الاكتئاب الحاد والمزمن يمكن أن يدفع الإنسان لتقبُّل الحقائق غير السعيدة، واتخاذ القرارات، وحل الإشكالات من أجل تأمين البقاء على قيد الحياة والقدرة على التناسل.^{٦١}

وهكذا، مثل رد الفعل الاستنكاري الراض، فإن اليأس الناجم عن الرفض ربما قد تطور لعدة أسباب. من بينها، أن العشاق اليائسين كانوا قادرين على تجميع الأصدقاء والأقرباء الودودين المحبين الصبورين المتعاطفين من حولهم واستخدام طاقاتهم الذهنية المتألقة لكي يُقدِّروا أنفسهم ويتجاوزوا علاقتهم الغرامية الفاشلة، ثم تحديد أهداف جديدة، ومراجعة خطط زواجهم، وأن يجربوا حظَّهم من جديد — وقد يحظون بشريك مناسب للزواج. الألم الذي يعانيه الرجال والنساء المرفوضون ربما أيضًا يُوجههم بعيداً عن الطرق المشابهة التي ستؤدي بهم لاختيارات خاطئة مماثلة في المستقبل.

في مناقشة القيمة التطويرية لليأس، لا بد أن يميز المرء بين الأسف من الرفض الرومانتيكي وبين الاكتئاب الذي يمكن أن يصاحب التشوش العقلي الداخلي الحاد والطويل الأمد، مثل الاكتئاب الفصامي. الذي نهتمُّ به هنا هو حالة الأسى والحزن العميق الذي عادة ما يشعر به الرجال والنساء المتوازنون نفسياً لفترة من الزمن حينما يتم هجرهم من قِبَل الشخص الذي يعبدونه.

لا يعاني كلُّ إنسان بنفس الدرجة، بكل تأكيد. كيف تعتمد ردود فعلنا أمام الرفض على عوامل عديدة بما فيها أسلوب نشأتنا منذ الصغر.

بعض الناس يصنعون روابط آمنة وهم أطفال فتكوّن لديهم تقديرًا وثقة بالذات ما يمكّنهم من التعافي السريع، وتجاوز تجربة الحب الفاشل بسرعة أكبر نسبياً. آخرون

نشئوا في بيوت لا يعمرها الحب مشحونة بالتوتر، والفوضى، والرفض، فينشئون ضعافاً هشّين على نحو ملحوظ.^{٦٢} وبينما نغامر في الحياة، تطور مشاعر جديدة ذات كفاءة أو غير ذات كفاءة، وأنواعاً متعددة من التجارب الرومانتيكية، ونسخاً مختلفة من الآليات التي تؤثر في كيفية مواجهة وتحمل الحب المفقود.^{٦٣} بعض الناس لديهم فرص أكبر من غيرهم للتزاوج؛ أولئك يستبدلون بيسر بذلك المحبوب الراض عاشقاً جديداً يساهم في إلهاء المهجور والتخفيف من مشاعر الرفض والقنوط. ثم إننا جميعاً مختلفون في أسلوب استئثارنا؛ ببساطة بعضنا يكون أقل غضباً، أقل إحباطاً، أكثر ثقة بالنفس، وأكثر هدوءاً أمام كوارث الحياة على وجه العموم أو أمام حالة رفض الحب على وجه الخصوص. ونظّل، نحن أبناء الجنس البشري، نُستثار على نحو شديد التعقيد فنعاني حينما يتم ازدراؤنا من قِبَل مَنْ نحب. في كل مكان فوق الأرض ثمة رجال ونساء بوسعهم استدعاء تفاصيل مريرة من لحظات عذاباتهم، حتى بعد مرور سنوات عديدة من انتهاء انفصالات الغضب والهياج.^{٦٤} لسبب قوي خاص بالتطورية. أولئك الذين يحبون ويتزاوجون وينجبون سوف يمررون جيناتهم إلى الأجيال التالية، بينما أولئك الذين خسروا في لعبة الحب والجنس والتناسل سوف يفنون وتفنّى جيناتهم.

نحن مُصمّمون لكي نعانِي حينما يخفق الحب.

من الأسف، فإن المشاعر التي ترافق الرفض قد تقود بعض الرجال والنساء إلى أفعال موصومة بوصمة «قابيل» المميّنة.

جرائم الهوى: الغيرة

«مصيّرنا للدموع/نقض غزل الحب الذي غزلناه في سنوات عديدة/في تلك القبلة الأخيرة/أنا هنا أحررك وأستسلم/فعودي إلى نفسك/انزوي فأنتِ اليوم حرّة من جديد.»^{٦٥} هكذا كان الشاعر «هنري كينج» قادراً على أن يترك الحب المهاجر يمضي إلى حال سبيله. بعض الناس يجدون هذا مستحيلاً غير قابل للتطبيق. حتى قبل أن يرحل الشريك بالفعل ويترك العلاقة يكون الرجال والنساء تملكين «له» أو «لها» على نحو متطرف. الغيرة شائعة ومشاركة في أنحاء العالم.^{٦٦}

في الواقع، وكما ناقشنا في الفصل الثاني، تلك التملكية شائعة للغاية ومشاركة في مجمل الطبيعة، حتى إن العلماء يُطلقون عليها «حفظ الرفيق».

حينما تُهدد علاقة من قِبَل مغازل منافس، بعض الغيورين يعبسون. آخرون يهيمنون ويحتكرون أوقات الرفيق، يُخفون المحبوب بالألّا يصطحبوه أو يصطحبونها إلى

الحفلات، أو حتى قد يوبخ رفيقه إن تكلم مع آخرين في مناسبة اجتماعية. الكثيرون يحاولون إثارة غيرة الحبيب في المقابل. والكثيرون أيضًا يحاولون أن يبدوا أكثر أهمية، أكثر إثارة، ثراء، أو وسامة وجمالاً من المنافس، لكلٍّ من المقاومة الذاتية. البعض يُمطر الحبيب بالهدايا والعواطف لكي يحافظ على اهتمام حبيبه غير مشتت. والبعض يهدد بقتل نفسه إذا ما تركه الرفيق من أجل حبيب آخر.

الرجال والنساء يصبحون غيورين للعديد من الأسباب المتشابهة. حينما يرى كلا الجنسين غزلَ الرفيق لآخرين، قد يُصبحون تملُّكين على نحو عنيف. إذا انتزع الحبيب قُبلةً من أخرى، أو أغرم بأخرى، أو غازلها، فإن كل هذا قد يسببُ صدعًا على نحو خَطَر في نفس المرأة والرجل إن حدث العكس.^{٦٧} في أوقات مختلفة في الحياة وفي مجتمعات مختلفة، يتباين الرجال والنساء فيما يجعلهم ويجعلهن يغارون.^{٦٨} لكن الشباب من الرجال والنساء يُبدون اختلافات ثابتة فيما يُثير مشاعر الرفض وكيف يعالجون القلب الواقع في براثن الغيرة.

الرجال ينفجرون غضبًا من الخيانة الجنسية الحقيقية أو المتخيلة.^{٦٩} هذه النزعة الذكورية ربما لها أصلٌ تطوريٌّ؛ فالرجل قد يمرُّ بمخاطرة كبرى إن تزوج امرأة غير مخلصه؛ لأنه قد يستهلك وقتًا هائلًا ويهدر طاقة هائلة في تربية أطفال رجل آخر. الرجال ميالون أكثر لأن يتحدوا منافسين قد يهاجمونهم بكلمات بذية أو لكلمات ثقيلة. في مجتمعات عديدة، نجد الرجال ميالين أكثر من النساء لكي يُقِموا على الطلاق من زوجات يعتقدون أنهن خائنات، ما قد يكون انعكاسًا لخوف الرجال من الارتباط بنساء غير مخلصات.

وإن خاف الرجال أن يكونوا أزواجًا لخائنات، تخشى النساء من أن يكنَّ مرفوضات — عاطفيًا واقتصاديًا.^{٧٠} لهذا إن بدأت العلاقة في الانهيار، أخذت المرأة خطواتٍ لتجاوز العقبات. النساء ييَلُن أكثر من الرجال لأن يغفرنَ نزواتِ الرجال أو السقطات الجنسية العابرة التي يقع فيها الرجل مع امرأة أخرى. ولكن إن اعتقدت المرأة أن الرجل يؤسس تواصلًا عاطفيًا جادًا مع امرأة أخرى، أو علمت أنه يقضي وقتًا أو يُنفق مالا على تلك المنافسة، فإنها تغدو غيورةً على نحو مخيف.

لهذا السلوك أيضًا أصلٌ في النظرية الداروينية. على مدى ملايين السنين، احتاجت النساء من أسلافنا للرجال لكي يساعدهن في تربية صغارهن. لهذا، طوّرت النساء ميكانيزمات المخ لكي يجعلهن ذوات نزعات شديدة التملُّكية حينما يُهدد الرفيق بسحب المصادر الاقتصادية أو الدعم العاطفي أو بترك علاقة من أجل علاقة أخرى.

«الحب مثل الشعلة، محمية من الانطفاء/يحترق الفتيل؛ لكنه يبقى مشتعلًا مدة أطول/وما إن يتعرض لعواصف الغيرة والشك/يتوهج اللهب أكثر، ولكن سرعان ما يخبث». هكذا كتب الشاعر «وليم والش».^{٧١} من اللمحة الأولى، تبدو الغيرة مثل دق ناقوس الموت لعلاقة حب. لكن السيكولوجيين يعتقدون أن الغيرة قد تحثُّ أحد الطرفين على أن يحاول أن يُريح الطرف الآخر الفاقد للثقة عن طريق إعلان الإخلاص وإبداء الحميمية. بالفعل، بوسع تلك التطمينات والتأكيدات أن تساهم في إطالة عمر العلاقة.^{٧٢}

بوسع الغيرة أن تُقوّض علاقة عاطفية، على كل حال. وتلك الاستجابة بوسعها أيضًا أن تكون قابلة للتكيف. الرجال والنساء الغيورون عادة ما يلتقطون إشاراتٍ عبقريةً بأن العلاقة تنهار. وكل يوم يبقون مرتبطين برفقاء غير ملتزمين، يفقدون فرصًا لمعرفة رفقاء أكثر مناسبة — على سبيل المثال إمكانية أن يلتقطوا أمرًا جنسية بالعدوى.

وهكذا فإن للغيرة عواقب تناسلية وخيمة. بوسعها أن تقوّي شراكة وبوسعها أن تدمرها. في كلا الحالتين، الغيرة مفيدة. وكنتيجة، أصبحت تلك السمة غير المبهجة خيطًا في نسيج العلاقة الرومانتيكية الإنسانية، جزءًا من منظومة المشاعر العارمة التي احتاج إليها أسلافنا في الأراضي العشبية بأفريقيا العتيقة لكي يفوزوا في لعبة التزاوج.

حينما يرحل عاشق للأبد، على كل حال، يمكن أن تقود الغيرة، ودوافع الرفض، ومشاعر الإحباط، وجميع قوى التشويش المعوّقة تلك التي تصاحب الفقد، يمكنها جميعًا أن تقود إلى العنف — والتراجيديا.

المطاردة، الإيذاء الجسدي، والقتل

الرجال يطاردون. يتتبعون الحبيبات على نحوٍ مهووس، وعادةً يُهددون ويهاجمون أولئك اللواتي تركنهم.^{٧٣} البعض يُمطر المرأة برسائلٍ بذئنة أو متوسّلة. البعض يسرق متعلقات ثمينة أو شخصية مثل الملابس الداخلية. البعض يتعقب الحبيبة السابقة في سيارتها. البعض يرايبض بالقرب من بيت حبيبته السابقة أو مقر عملها لكي يتهكّم بكلمات نابية أو لكي يستعطف ويتوسل. في إحدى الدراسات التي أُجريت على طلاب جامعة أمريكية، قالت ٣٤٪ من النساء إنهنَّ كنَّ يُتعبن ويلاحقن ويؤذّن من قبل رجال كنَّ قد رفضنهم.^{٧٤} وواحدة من بين كل اثنتي عشرة امرأة أمريكية تتم ملاحقتهن ومطاردتهن على يد رجل ما في مرحلة ما من حياتها، عادة يكون الزوج أو الحبيب السابق. في الواقع، فإن قسم العدالة بالمحاكم يقرر أن أكثر من مليون امرأة أمريكية كل عام يتم

مطاردتها (معظمهن ما بين الثامنة عشرة والتاسعة والثلاثين من أعمارهن)، وأن ٥٩٪ منهن يُلاحقن على يد صديق سابق أو زوج أو رفيق أو رجل كان يساكنها في بيت فيما قبل.^{٧٥} واحدة من بين كل أربع نساء يتم ضربها كذلك، أو صفعها، أو دفعها، أو على نحو ما، يتم التعدي الجسدي عليها من قبل المطارِد الرجل.^{٧٦} في الحقيقة، سجلت خمسة تحقيقات مستقلة أُجريت على ثلاث قارات أن حوالي ٥٥٪ من بين ٨٩٪ من الحالات، يصبح المطارِدون فيها عنيفين ووحشيّين تجاه عشيقاتهم السابقات.^{٧٧} معظمهم من الرجال.

يضرب الرجالُ النساءَ ضرباً مبرحاً. ثلث نساء أمريكا يذهبنَ إلى قسم الطوارئ بالمركز الطبي، واحدة من بين كل أربع نساء حاولت الانتحار، وحوالي ٢٠٪ من النساء الحوامل ممن يطلبنَ الرعاية الأبوية تعرضنَ للضرب من قِبَل رفقائهن الحميمين.^{٧٨} وفي دراسة حول واحدة وثلاثين امرأة أمريكية تم الاعتداء عليها، سجلت تسع وعشرون منهن أن غيرة الرفيق الذكر كانت السبب الأغلِب للضرب.^{٧٩} تلك الإحصاءات ليست مدهشة. السبب الأكثر شيوعاً في ضرب الزوجة في كل مكان في العالم هو تملكية الذكر.^{٨٠}

الرجال يقتلون أيضاً. حوالي ٣٢٪ من جرائم القتل التي ضحاياها نساء في الولايات المتحدة تمت على يد أزواج، أو أزواج سابقين، أو أصدقاء رجال، أو أصدقاء سابقين من الرجال، ولكن الخبراء يعتقدون أن النسبة الصحيحة قد تكون ما بين ٥٠٪ إلى ٧٠٪.^{٨١} أكثر من ٥٠٪ من جرائم القتل هذه سبقتها أولاً مطاردات من العشاق.^{٨٢} الرجال يرتكبون الشرط الأعظم من جرائم القتل في كل دول العالم، كذلك.^{٨٣}

الحكاية الكلاسيكية الأشهر بشأن الغيرة هي مسرحية «عطيل» لشكسبير. يا لعبث! عطيل، العربي ذو البشرة السمراء، حقق مكانته الرفيعة بسبب جسارته في حروب فينيسيا ضد الأتراك. والآن وقد عاد إلى فينيسيا، يلتقي ديدمونة، ابنة السيناتور الجميلة. العربيُّ والحسناء يقعان في الحب من اللحظة الأولى تقريباً؛ ثم يتزوجان سراً. لكن عطيل يستخدم وسيطاً، كاسيو، ليكون رسوله إلى ديدمونة. ولكي يكافئ الجندي الشاب، عينه ملازماً أول في كتيبته.

إياجو، أحد أكثر الأوغاد خداعاً وشرّاً في مجمل الأدب الغربي، كان يشتهي تلك الرتبة. كان قلبه يحترق بغضاً لكاسيو ولعطيل، فأضمر الانتقام. بدأ على نحو شديد الدهاء في تغذية عطيل بكلمات مواربة تحمل أكثر من معنى حول عدم إخلاص ديدمونة وخيانتها له مع كاسيو. عطيل العربي رجلٌ بدائيٌّ فطريٌّ حادُّ المزاج سريعٌ في ردة الفعل. بدأ

من فوره يستعزُّ غيرَةً، ويشتعل غضبًا. «أفضُّ أن أكون ضفدعًا/يعيش في اختناق قبو تحت الأرض/من أن أترك زاوية صغيرة في شيء أحبُّه/لاستخدام الآخرين.»^{٨٤} وفي النهاية انفجر في جنون التوحش، فقتل زوجته المعبودة المخلصة.

تاريخيًا، نلاحظ أن العديد من المجتمعات تربِّي وترعى تلك النزعة الذكورية في حراسة الحبيبة من المنتهكين ومن هجران الحبيبة. ويعتبر القانون العام الإنجليزي أن ذبح الزوجة المتلبسة بالزنا أمرٌ مفهوم يمكن تبريره، بل يُبرأ إذا حدث القتل في لحظة ذروة الانفعال.^{٨٥} التقاليد القانونية في أوروبا، آسيا، أفريقيا، وجزر الميلانيزا، وبين الهنود الأمريكان، تاريخيًا، أيضًا يعفون عن أو يُبرئون القتل إذا اقترفه زوج في لحظة غيرة.^{٨٦} وحتى عام ١٩٧٠م، في العديد من الولايات الأمريكية، كان قانونيًا أن تُقتل الزوجة المتلبسة بخيانة الزنا.^{٨٧}

وعلى قاعدة كل هذا العنف يقف حثُّ ذكوري بدائي يمنع الرجل من أن يكون زوجًا لامرأة خائنة لتكريس فكرة أن المرأة ما هي إلا وعاء يحمل حامضهم النووي الجيني DNA. ليس مدهشًا، أن النساء الأمريكيات — من كل الطوائف الدينية، وجميع الخلفيات الاقتصادية — يمثلن ستة أضعاف الرجال ليكنَّ ضحايا جرائم الهوى من بين العشَّاق.^{٨٨}

القصاص الأثثوي

النساء أقل من الرجال كثيرًا مبدئيًا في التشويه والقتل حينما يشعرن بالغيرة من غريمة أو حين يخفن من الهجران. يملن إلى توبيخ أنفسهن للتقصير وللاعتقاد أنهن غير ملائمت، ويحاولن أن يُغرين ويغوين، أملًا في استرداد عاطفة رفقائهن وإعادة بناء العلاقة.^{٨٩} هنَّ أيضًا أكثر ميلًا لمحاولة فهم المشكلة والحديث حول التفاصيل. ولكن حينما يخفق كلُّ هذا، تبدأ بعض النساء في مطاردة الرجال. حوالي ٣٧٠٠٠٠ رجل أمريكي سجلوا أنهم تمت مطاردتهم عام ١٩٩٧م، معظمهم بين عمري الثامنة عشرة والتاسعة والثلاثين — أي الرجال في عمر الإنجاب.^{٩٠}

على عكس الرجال، فإن الإناث المطاردات لديهن مشاكل ذهنية أخرى. ومثل الرجال، تُرسل النساء الرسائل والإيميلات والمكالمات التليفونية بلا انقطاع، أو يظهرن دون توقع؛ لأنهن يتتبعن بهوس الرجال الذين غادروا. أعرف امرأة اعتادت أن تنام على عتبة باب حبيبها السابق.

والنساء أيضًا يقتلن الأحبة الراضين. ولكن بنسبة أقل كثيرًا يُقدّمَ على هذه الخطوة القاسية المتطرفة. عام ١٩٩٨م، كان فقط ٤٪ من جرائم القتل، قُتل الضحايا الرجال فيها على يد حبيبة راهنة أو سابقة.^{٩١}

من بين كل حكايات جرائم العاهات المستديمة النسوية، كان الأكثر صدمة لعقلي تلك الخاصة بـ ميديا، أميرة كولخيس القديمة. كما حكاها الكاتب المسرحي الإغريقي يوريبيدس في القرن الخامس قبل الميلاد. كانت ميديا مجنونة بعشق جاسون، الإغريقي.^{٩٢} ومن أجل أن تساعده على استعادة «فروة الصوف الذهبية»، خانت أباه، ووضعت شقيقاتها في مواجهة شقيقها وذبحته، ثم هربت من بلدها. سافرت ميديا مع جاسون ليستقرًا في كورنث مع ولديهما الصغيرين. ولكن للأسف هجرها جاسون ليتزوج ابنة كليون ملك كورنث. وكما تقول مربية أطفال ميديا عنها: «إنها لا تتناول الطعام؛ ترقد مهدمة في الوجع/ تُذيب الساعات الطوال في الدموع.»^{٩٣} وفي النهاية أرسلت المعبدة ميديا هدية عرس إلى الزوجة الجديدة - فستانًا مسمومًا اشتعل باللهب وأحرق الأميرة الكورنثية والملك حتى ماتا. لكن ميديا لم تنته مع جاسون. ذبحت ولديهما أيضًا. وهكذا، فقد اغتالت ميديا جينات جاسون الحية ودمرت نسله المستقبلي.

تمامًا مثل الحب، الكراهية عمياء؛ بالنسبة للبعض، لا شكل للعنف ثابت. قد يكون متطرفًا للغاية. وهذا العنف مدفوع، على الأقل جزئيًا، من قبل كيمياء المخ. كما تذكرون، حينما يُرفض العشاق للمرة الأولى، فإنهم يُنكرون ويرفضون التصديق، وهو ردة الفعل المصاحبة لانخفاض معدلات الدوبامين والنوريبينفرين. هذه المعدلات المتزايدة من المنبهات الطبيعية ربما تمنح المطارد، والضارب، والقاتل تيقظهم المركز والطاقة الوحشية. وأكثر من هذا، فإن المعدلات العالية من الدوبامين عادة ما «تُخفف» معدلات السيروتونين في المخ. كما أن المعدلات المنخفضة من السيروتونين مصاحبة لحال العنف الأرعن تجاه الآخرين.^{٩٤}

المطاردون والقاتلة مسئولون عما يرتكبون من جرائم العشق بكل تأكيد. وبالفعل، نحن البشر قد ارتقينا وطورنا ميكانيزمات المخ الحاذقة لكي «نكبح» دوافع العنف لدينا. على أننا، نحمل داخلنا «استجابات لا إرادية قاتلة»، كما يسمى عالم النفس ويليم جيمس ضراوتنا ووحشيتنا البشرية. وأولئك التعساء من الرجال والنساء ممن لا يحتوون الأمر، فإنهم يقتلون عشاقهم. بينما ثمة آخرون يقتلون أنفسهم.

انتحار الهوى

الإنسان البشري هو الوحيد بين جميع المخلوقات فوق الأرض ممن يُقدمون على الانتحار الوحشي بأعداد هائلة.

من العسير الحصول على مبررات دقيقة حول لماذا يقتل بشرٌ أصحاب أنفسهم؛ تنقصنا إحصاءات متماسكة. فقدان المال، السلطة والنفوذ، المكانة، أو الاحترام، أو إدراك أن الإنسان لن يقدرَ أبدًا على تحقيق هدف طال انتظاره، كل هذه الأمور يمكن أن تدفع إنسانًا إلى الخروج من هذه الحياة. لكن معظم الرجال والنساء لا يملكون الكثير من المال، ولا السلطة، ولا البريستيج الاجتماعي، ولا الأهداف التي لم يستطيعوا تحقيقها. إنهم، يقعون في الهوى دون أمل. والحب الرومانتيكي، كما تعلمون، يكون مصحوبًا بمعدلات عالية من الدوبامين وربما النوريبيفرين – عناصر المخ التي غالبًا تُخفض معدلات السيروتونين. وليس من قبيل المصادفة، كما أظن، أن النسب المنخفضة من السيروتونين تتزامن مع الانتحار.^{٩٥}

باختصار، حينما تتحول علاقة غرامية لتغدو مريرة، يتحول المخ البشري كيميائيًا ليدخل في الاكتئاب، وتنشأ احتمالية التدمير الذاتي. أظن أن العديد من الرجال والنساء حول العالم ممن يقتلون أنفسهم يفعلون هذا بسبب فقدان الحب. على مدى عقود، يظل اليابانيون يمجدون هذا الفعل، أعني «انتحار العشق»، كما يسمونه، بوصفه حالة نبيلة من حالات الإخلاص في العاطفة.^{٩٦}

محاولات الانتحار بسبب العشق ربما أيضًا كانت مُتبنية في العصور الغابرة.^{٩٧} منتحرون كثيرون، معظمهم من النساء، أخفقوا بالفعل في قتل أنفسهم. ويعتقد السيكولوجيون الآن أن هذه الحالات نماذج من الخطط المتطرفة التي تستخدمها نساء مهجورات قسرًا لكي تُجبرَ المحب على الرجوع إلى العلاقة. ومن أسف، أنه في العديد من الحالات يحدث خطأ في التكتيك فيحدث قتل النفس بالخطأ. الانتحار لا شك حال من حالات عدم التكيف. لكنه شائع في كل مكان، خاصة بين الرجال. بالنسبة لأولئك البشر تعساء الحظ ينتصر الدافع البدائي للحب على الرغبة في الحياة.

«يا للقسوة، هل أنت تقول. لكن ألم أُحذِّرك؟ هل أُحصي عليك طرائق الحب؟ الخوف، الغيرة، الانتقام – الألم. جميع تلك المشاعر تنتمي للعبة الحب البريئة.» عبرت تلك الكلمات القرون لتصل إلينا من الأسطورة السلتيّة حول تريستان. كيف بوسعك أن تخنق تلك العاطفة لحبيبٍ هجرَكَ؟ كيف تستحثُّ مشاعر رومانتيكية في شخص تراه جذابًا، حتى

الحب الضائع

تتقافز النشوة الرومانتيكية في قلبك؟ ربما الأكثر أهمية، كيف بوسع المرء أن يحفظ حيوية العشق الرومانتيكي في علاقة طويلة الأمد؟
أعتقد أن بوسعنا السيطرة على تلك العاطفة. ولكن علينا أن نحتال على المخ.

الفصل الثامن

السيطرة على العاطفة

لكي يدوم الحب

كيف تقولينها؟ دعينا، يا يمامتي،

دعينا نفهم أرواحنا.

بينما ترقد الأرض عارية، للسماء في الأعلى!

كيف لنا أن نتحكم

في أن نحب، أو ألا نحب؟

روبرت برونينج

«اثنان في كامباجنا»

«كل خصائصها تبدو متغيرة، مع تغير قدرها. أسفها، اكتئاب الروح، استرجعت كل بساطتها، وحيويتها، عقلها الشاب ... كانت لعوبًا، وبكامل ثقنتها، لطفها، وتعاطفها. شفت عيونها عن بريق جديد، وخداها عن لون جديد، ونعومة. أصبح صوتها مرحًا، ومزاجها خاليًا، مع لطف الكون. وابتسامتها العطوف الساحرة، من يوم إلى يوم، تُضيء محيّاها.»

الوسيمة، الجريئة، سوداء الشعر «ماري ولفستون كرافت»، مؤسسة الحركة النسوية البريطانية، في أواخر القرن الثامن عشر، وقعت في الحب.^١

تساءل «وليام كافنديش»: «هل المحبون منصفون حقًا؟»^٢ بالتأكيد، فنحن نشع حين نُحب، ومنتظم ونأمل ونشفاق، نحتاج لأن نرى، ونلمس ونضحك، نُحب ونُحب، وقودنا في هذا، أكثر كيميائيات الطبيعة تنبُّها، نرکز اهتمامنا، ومنتظر جائزتنا.

إن الحب الرومانسي واقع، مطلب، احتياج، دافع إلى اللقاء، يمكن أن يكون أقوى من الجوع.

(١) مدمنو الحب

يشير الشعر العالمي والأدبيات إلى الحب الرومانسي، باعتباره نوعًا من الجوع. كما في أغنية الأغنيات، شعر الحب العبري التراثي، صرخت السيدة: «أنا جائعة لحبه»^٢ وفي الأسطورة الصينية، نجد أن الإلهة «تشانج بو»، وهي معبودة الجاد حجر كريم، تقول لمحبيبها «ميلان»: «أنا أشتاق أن أراك»^٣

وفي الحكايات العربية، يبكي المجنون ويقول: «محبوبتي أرسلت لي سلامًا، رسالة، كلمة، إنني أشتاق لأي كلمة، أو إيماءة منك»^٤

أما ريتشارد دي فورنيفال، في كتابه «فضيحة في الحب» بالقرن الرابع عشر، تحدّث عن هذا السحر، قائلًا: «الحب، حريق بلا انطفاء، وجوع بلا شعيع»

ولأن الغرام مثل النشوة «علو الدماغ»، ولأن هذه العاطفة يصعب جدًا التحكم بها، ولأنها تبتُّ الاشتياق، الاستحوازية، القهرية، تحوير الواقع، والاعتماد العاطفي والجسماني، وتغيرات الشخصية، وفقدان القدرة على التحكم بالذات؛ لذلك يعتبر العديد من الأخصائيين الاجتماعيين، أن الحب الرومانسي (الغرام)، مثل الإدمان، وهو إدمان إيجابي، حين يكون متبادلًا، وتثبيت سلبي فظيع، حين يزدريك حبيبك، وتعجز عن فعل أي شيء.

وتجربتنا بـ «المرنان المغناطيسي الوظيفي fMRI»، على الأشخاص الواقعين في الحب، دعمت هذا المقترح: الغرام بصفته مادة إدمان.

بشكل مباشر أو غير مباشر، فإن كل «أدوية سوء الاستعمال»، تؤثر على مسار واحد بالمخ، جهاز الميزوليمبك الإيتابي Mesolimbic، الذي ينشط بالدوبامين^٥، وكذلك الحب الرومانسي، يُنبه أجزاء من هذا المسار، وبالمادة الكيميائية نفسها.

في الواقع، فحين قارن عالما الأعصاب، «أندرياس بارتيلز» و«سمير زكي» صورَ أشعات المخ لعينة من الناس المغرمين، مع رجال ونساء محقونين، بالكوكايين والهيروين، وجدًا أن العديد من مناطق الدماغ نفسها، أصبحت نشطة، بما فيها القشرة المعزلة Insular Cortex، والقشرة الحزامية الأمامية Anterior cingulate cortex، والنواة المذنبة Caudate and Putamen.^٦

فضلاً عن ذلك، فهذا الحب المسحور، يظهر الأعراض الثلاثة الكلاسيكية للإدمان: التحمل، الانسحاب، والانتكاس. في البداية، يحاول المحب أن يرى محبوبه، كلما أمكن. ولكن مع الإدمان، يحتاج إلى الأكثر والأكثر، من هذا «الدواء»، ومع الوقت يهمسون، «أنا أشتاق لك»، «أنا لا أشبع منك.»

انتهاً بـ «أنا لا أستطيع الحياة من دونك.»

وحين يكون المحب بعيداً عن محبوبه حتى لو لساعات محدودة فإنه يتلهف للالتقاء به، من جديد. وكل مكالمات هاتفية، ليست من المحبوب، تُصيبه بالإحباط. وإذا قطع المحبوب هذه العلاقة، نجد أن المحب يظهر كل الأعراض الشائعة لانسحاب الدواء من الجسم، بما فيها الاكتئاب، نوبات البكاء، القلق، الأرق، فقدان الشهية (أو الإفراط في تناول الطعام)، التبرم والضيق، والوحدة المزمنة، مثل كل المدمنين. يصبح المحب في حالة يُرثى لها، ويسعى بشكل خطر على حياته للحصول على نوع مخدره المحبَّب.

كما ينتكس المحب، مثل انتكاس المدمنين كذلك؛ فحتى بعد مدة طويلة من قطع العلاقة مع محبوبه، فإن أحداثاً بسيطة، مثل سماع أغنية معينة، أو زيارة مكان محدد، تُؤجج اشتياقه، وتدفعه للاتصال أو الكتابة، للحصول على مبتغاه بشكل قهري، ألا وهو اللحظات الرومانسية مع المحبوب.

لقد كان «راسين» صائبَ الرأي حين قال: «إن المحب عبد الافتتان.»

كيف يمكن لنا أن نُعيد بلطف الرحلة للعقل والتحرر، حين يرفضنا حبُّنا؟
كيف نُعيد مشاعرنا الرومانسية لشخص آخر، أو لذواتنا؟ كيف نُنهي حبُّنا؟

(٢) مرض الحب: دعه يذهب

لا شيء يؤثر في/ أو يوقف التهور الضاري لسرعته. يؤمن «شكسبير» أن عواطف الغرام لا يمكن التحكم بها. وأنا أعتقد أن هذا الإدمان يمكن التغلب عليه، فقط يلزمنا القرار والوقت، إن بعض المعلومات البسيطة حول وظيفة الدماغ، وطبيعة الإنسان، تساعد كثيراً على ذلك.

كيف تبدأ؟ أولاً يجب أن تُزيل كل الدلائل على هذه المادة الإدمانية «المحبوب». ولهذا يجب وضع الكروت والخطابات، وباقي المتعلقات في صندوق بعيداً عن متناولك. لا تتصل أو تكتب تحت أي ظرف من الظروف. غادر فوراً، إذا دعتك الظروف لمقابلة حبيبك السابق، في المكتب أو الشارع. لماذا؟ لأن «تشارلز ديكنز» قال: «الحب سوف يزدهر لوقت

معقول، مع أقل القليل من الغذاء، حتى أقل تواصل معه أو معها، فإن ذلك يمكنه من إشعال دوائر مخك لحرارة الغرام، إذا أردت التعافي، فيجب عليك أن تمحو كل بقايا اللص الذي سرق قلبك.»

تأمل، طور أفكارًا تتغنى بها، وبهدوء رُدّها بداخلك، تذكّر شيئًا ما إيجابيًا عن نفسك، وعن مستقبلك، هذا هو أفضل شيء، حتى لو لم يكن حقيقيًا بعد. شيء مثل «أحب أن أكون ذاتي، مع توءم الروح التي هي مني.» التقي شيئًا يرفع من روحك المعنوية، وتقديرك لذاتك، ويُسْغِل عقلك، بعيدًا عن العلاقة الفاشلة، وتجاه شيء آخر ناجح. وحينما لا تستطيع التوقف عن التفكير فيه أو فيها، تناول سماته السلبية، اكتب أخطاءهم، واحتفظ بهذه القائمة في حافظتك، أو جيبك.

يمكنك أيضًا أن تحاول، تخيّل نفسك تسير زراعًا بذراع، مع شخص ما يغرّم بك، وتعزّ أنت به، تخيّل الشريك المثالي، اختلقه في خيالك، وأضفِ عليه صفات رائعة، شخص يخيم في عقلك، فمن الواجب عليك إلقاء الوجد بعيدًا.

ويقوم «الفولبي» في شمال الكاميرون بمثل هذا الأمر تمامًا؛ حيث يقوم «الحبيب المجرّج بتأجير ساحر، يؤدي مجموعة من الطقوس، لتخليص المحب الراض من محبوه.^٨ ويستعمل الأزتيك القدماء التعاويذ بدلًا من ذلك «السحر»، ولقد تم الاحتفاظ بجزء من هذه التعاويذ.» «أخرج صاعدًا، تلابوزيلي سينيوتل، سوف تهدئ القلب الأصغر، الغضب الأخضر، الغضب الأصفر سوف يخرج، سوف أجعله يخرج، وأطرده بعيدًا. أنا الروح في الجسم، أنا الساحر، من خلال شراب الروح الطبي (الشافي)، سيتغير هذا القلب.»^٩

من المهم جدًّا أن تبقى مشغولًا،^{١٠} لأنه من الصعب أن تخطط، وأنت ما زلت مكتئبًا جدًّا، ويصعب عليك القيام من فراشك. ادفع نفسك، وكما يقول الكتاب المقدس: «اترك فراشك وامش.» اعمل هذا، شتت نفسك، اتصل بالأصدقاء، زُر جيرانك، اذهب لمكان ما، لمكان العبادة، العب الورق، أو أي ألعاب أخرى. تذكّر الشعراء، أو الأحداث التاريخية، تعلم كيف ترسم، أو أن تعزف على جيتار، استمع لموسيقى، ارقص، غنّ، اقتنِ كلبًا أو قطة، احصل على تلك الإجازة، التي كنت دومًا تفكر فيها، اكتب خطتك للمستقبل، تنفّس بعمق، ومارس تمارين الاسترخاء، اعمل أي شيء يدفَع لتركز ذهنك فيه، وخاصة تلك الأشياء، التي تُحسن صنعها.

لماذا؟ ... لأن اليأس للحب المرفوض، غالبًا ما يُصاحبه هبوط في مستويات الدوبامين، وحين تركز اهتمامك للقيام بأشياء جديدة، فإنك تعمل على رفع هذه المادة، التي تُشعرك بالسعادة، وتُطلق الطاقة والأمل.

والرياضة بشكل خاص جيدة جدًا للمحبين المرفوضين. ففي كل مرة تهوي إلى مقعد، تجلس إلى الهاتف، أو تحمق من النافذة، فأنت تعطي لحبيبتك الذي هجرك الوقت المناسب، ليُذكِي النار في قلبك المتألم.

والرياضة هي التي تستطيع إخماد اللهب، فأى نوع من أنواع التدريب البدني، سوف يعمل على رفع مزاجك،^{١١} الهرولة، قيادة دراجة هوائية، وكذلك الأنواع الأخرى من النشاط البدني الشاق، معروف عنها قدرتها على رفع مستويات الدوبامين، في النواة المتكئة Nucleus accumbens، بالمخ، وبالتالي، فهي تهبُّ لنا مشاعر النشوة والسعادة.^{١٢} كما تساعد الرياضة على رفع مستويات السيروتونين، وبعض أنواع الإندورفين، وهي مواد مهدئة، وتزيد من مستوى Brain-derived neurotropic factor (BDNE) (عناصر الموجهات العصبية الدماغية)، في منطقة الحصين Hippocampus، مركز الذاكرة، الذي يحمي ويصنع الخلايا العصبية الجديدة. في الحقيقة، فإن بعض أطباء الأمراض النفسية يعتقدون أن هذه التمارين تؤثر في شفاء الاكتئاب، بوصفها جلسات العلاج النفسي، أو مضادات (أدوية) الاكتئاب.^{١٣}

ضوء الشمس، مقوُّ آخر للمحبين المكتئبين،^{١٤} فهو يعمل على تنشيط الغدة الصنوبرية في المخ Pineal gland، وهي التي تُهيمن على رتابة الجسم (Rhythm)، بشكل يساعد على رفع المزاج؛ لذا حاول أن تنتقي النشاطات النهارية بقدر الإمكان. ويستحسن أن تكون في الهواء الطلق، وخارج الأبواب. وكما في تقويم ريتشارد المسكين لبرنامج فرانكلين، سوف أُضيف هذه الأفكار للمحبين المكتئبين: تجنب الحلويات، أو الأدوية التي تؤثر على جسدك وعقلك، عدِّد نعم الله عليك، التفاؤل يساعد على التثام الجروح، سر مع السير الإنساني القديم، كما شرحت في الفصل السادس، إنه شيء ألطف، وسهل لعضلاتك، ومن ثم لعقلك كذلك. ابتسم، اجعل وجهك سعيدًا، حتى لو كنت تبكي من الداخل. الأعصاب التي تتصل بعضلات وجهك سوف تنشط مساراتها بالمخ، وسوف تُعطيك الشعور بالسعادة،^{١٥} عندما تخيل أنك سعيد، فإن ذلك سوف يحفز نشاط المخ السار.

«أبقي بتفاحات، أرحني بقناني الخمر، فأنا مريض بالحب.» صرخة مريض في أغنية الأغنيات. لقد ناشدت هؤلاء المحبين التعساء، البحث عن تشتيت الانتباه، ونور الصباح،

وصناعة الأمثال والحكم المخففة، تناول علاجات من الأعشاب، والتمارين الرياضية، والابتسام، كي ينزاح عن كاهلهم مرض الحب، كما يحدث من مليون عام مضت.

(٣) نهج الخطوات الاثنتي عشرة: مدمنو الحب

هناك طريق واحد، لتقابل أناسًا جدِّدًا، وتتعلم آليات جديدة للتأقلم، وتطور منظورًا طازجًا للحياة والحب، ألا وهو أن تنضمَّ لبرنامج «الخطوات الاثنتي عشرة».

هذه الحركة المبتكرة بدأت في ثلاثينيات القرن المنصرم، حين وافق اثنان من الأمريكيين، دبليو بيل ودكتور بوب، على قهر إدمانهم على الخمر، بالتحدث للآخر، في أي وقت من اليوم أو الليل، حينما يشعران بإلحاح الشراب. وبناء على هذا التبادل، خلقًا مفاهيم وتقاليد «المدمن المجهول AA». واليوم فإن هذه الصيغة الداهية والبارعة، للتغلب على الإدمان، ولدت المئات من المجموعات المشابهة، من «المقامر المجهول»، إلى «الشَّرْهَى المجهولون»، وكذلك «مدمنو الجنس والحب المجهولون» SLAA. وكل مجموعة تتبع تصميم الخطوات نفسه الاثنتي عشرة للحياة، بمجموعة بارعة من الشعارات، والمفاهيم، والممارسات، التي تساعد المدمنين حول العالم في تعافيتهم.

«اليوم بيومه»، هو الأساس. ولأعضاء «المدمنون المجهولون» فإن التوقف عن تعاطي الخمر، لباقي حياتهم، شيء غير واقعي إن لم يكن مستحيلًا، ولكن الواحد منهم يستطيع أن يقاوم الشيطان، ساعة بساعة.

«فقط لليوم»، هكذا يقولون، «لن أشرب». على نفس المنوال، فإن مدمني الشيكولاتة، يُقررون ألا يصلوا لقطعة الشيكولاتة، اليوم فقط. والمقامرون يقررون التوقف اليوم. والمحبون المرفوضون، يمكنهم القرار، بالأ يتصلوا بالمحوب اليوم.

«إذا كنت لا تريد أن تنزلق، فلا تذهب للأماكن الزلقة». هذا شعار آخر للخطوات الاثنتي عشرة، ويمكن أن ينطبق على مدمني الحب.

وهذا يعني: ابتعد عن المطاعم، التي كنت تتناول فيها الطعام، مع حبيبتك. اذهب لأماكن جديدة، للتسوق أو التريض مثلًا. لا تستمع للأغنيات، التي كنت تشاركه إياها. ابتعد عن الناس، والأماكن، والأشياء، التي تُوجج الرغبة في شريك الضال.

حكمة أخرى هي «إنها الجرعة/الكأس الأولى، التي تجعلك مخمورًا». باختصار، يعرف المدمنون أنهم حين يبدعون في الكأس الأولى من المارتيني، أو الكعكات المحلَّة بالشيكولاتة بالنسبة لدمني الشيكولاتة فسوف يصل ذلك بهم إلى تناول الثانية والثالثة.

وعلى المنوال نفسه، لا تبدأ الاتصال الأول، أو الرسالة الأولى، أو قيادة السيارة قرب بيته أو بيتها.

اتصال واحد بحبيب قلبك السابق، سوف يستدعي المزيد من الاتصالات، والمزيد من الشقاء ربما يكون شعار «فكر في الشراب عن طريق»، هو الشعار الأغرب لأعضاء «المدمنون المجهولون»، وهو يعني أنك إذا وقفت في حفلة زفاف راقية، وحملت في الناس الجميلة، يحملون كئوس الخمر، والشامبانيا، فُكّر بالماضي، إن هذه اللحظة، ما هي نهايتها المحتملة، شيء مأساوي قد يستمر لمدة أشهر. على المنوال نفسه، فإن «المحبين المهجورين» يميلون إلى إضفاء الرومانسية، على الأيام الجميلة الرائعة؛ ولهذا فهم يلتقطون الهاتف، ويتصلون بحبيبهم النافر، وهم ممتلئون بكل هذه الذكريات الجميلة في أذهانهم، يفكرون بالماضي، واللحظات المفرحة. لكن ما يجب أن تفكر فيه هو فيما بعد هذه اللحظات الجميلة، في نهايات الأسبوع المريعة، التي لم يتصل بك فيها «حبك الحقيقي».

لقد كتب الشاعر الإيطالي «بترارك»، يقول: «حاولت أن أقتنص الرياح في شبكة». ^{١٦} إنه يعرف، كيف أن ذلك شيء مستحيل، أن تستردَّ حبيبًا راحلاً.

الأفضل لك، أن تُقلع عن هذا العقار،^١ وتبني حياتك من جديد. وتذكر أن: حبيبك السابق لن يساعدك. ولن يُؤنّبَه ضميرُه، لأنه أذاك.^{١٧}

إنه لا يعرف، كيف يتعامل مع مرارتك وكأبتك، أو مشاعره تجاه هذه العلاقة الممزقة.^{١٨} ورغم كونه ودودًا أثناء الاتصال معه، إلا أن معظم المحبين سيكونون مبلبلين، منزعجين، وحتى غاضبين، لأنك اخترقت حياتهم الجديدة.

(٤) تناول مضادات الاكتئاب

طردتك من الأبواب،

رغبة مستأجر.

لم تدفع أي إيجار.

طردتك من الأبواب،

أحلى غرقي كانت لك.

^١ يعني الحبيب الهارب. (المترجم)

العقل والقلب.

غادر.

طرقتك من الأبواب،

أطفئ الأنوار،

ارم الماء على النار.

طرقتك من الأبواب؛

رغبة عنيدة وحرون.^{١٩}

لقد عرف الشاعر الفرنسي «ألين كارتير»، بالقرن الخامس عشر، أن مشاعر الحب الرومانسي، يمكنها أن تبقى، باعتبارها محتلاً عنيداً بعقلك، وحينما تمضي الأشياء، بشكلٍ فظٍّ، فإنك يجب أن تطرده.

والعلاج الحديث، يمكنه المساعدة.

هناك في الحقيقة أنواعٌ عديدة من الاكتئاب؛ فالمرأة التي تعاني من انخفاض المزاج بعد الولادة، لا تعاني الاكتئاب نفسه الذي يعانيه رجل فصل من عمله تَوَّأ. والحب المرفوض، ربما يُحدث نوعاً آخر من الاكتئاب، مع بصمات كيميائية محددة، على المخ. علاوة على ذلك، فإن الناس الذين لا يزالون في المرحلة الأولى، «مرحلة الاعتراض»، من الحب المرفوض، يعانون من أعراض تختلف عن الذين فقدوا الأمل كلياً.

وعلى الرغم من هذا، فإن كل أنواع الاكتئاب «الإكلينيكي»، يبدو أنها تظهر بأربع علامات أساسية. اضطراب معرفي، ويشمل فقدان التركيز في العمل كالمعتاد، وعدم القدرة على تذكر الأحداث اليومية والواجبات. تفكير وسواسي حول مشكلتك وألمك. والاضطرابات الأخرى بالتفكير. اعتلال المزاج؛ فالرجال والنساء المكتئبون يكافحون ضد اليأس، والقلق، والخوف، والغضب، و/أو حالات الإعاقات المزاجية الأخرى.

كما تظهر مشاكل الجسم كذلك؛ فالمكتئبون بشكل عام يواجهون مشاكل بتناول الطعام، النوم، أو اللوج في ممارسات جنسية. والعديد منهم يفكرون في الانتحار. الرجال والنساء المهجورون، غالباً ما يصرِّحون بكل هذه الأعراض الخاصة بالاكتئاب الجسيم. ومنها عدم القدرة على التأقلم، كما يتناول العديد منهم مضادات الاكتئاب، ليخففوا من عذاباتهم.

أشهر هذه العقاقير حالياً، هي تلك العقاقير، التي تزيد من نسبة السيروتونين بالمخ، بشكلٍ أو آخر. وأشهرها هي SSRI، أو مثبطات امتصاص السيروتونين الاختيارية.

واليوم، فإن عقاقير تحسين مستوى السيروتونين تبلغ ١٢ بليون (مليار) دولار، باعتبارها صناعة بالولايات المتحدة المريكية فقط. وحوالي ٧,١ مليون أمريكي يتناولون أحد مشتقات مضادات الاكتئاب، التي تساعد على رفع مستوى السيروتونين أثناء نوبات الاكتئاب، التعرض للضغوط، الحرمان، أو اليأس نتيجة حب مأساوي.^{٢٠}

وحين يعطي العقار أثره، فإن الألم الجسدي والنفسي للحزن المطلق يبدأ في التبدد. فتجلس وقتاً أقلّ محملاً في الحائط، فيما يُطلق عليه الأطباء النفسيون «حالة البدائية»؛ حيث تبدأ في النوم أثناء الليل، تتناول وجباتك الثلاث، وتذهب لعملك في الوقت المناسب، وتتواصل وبطريقة فعالة سنُصبح أقل اندفاعية، للاتصال به/أو بها. ومشاعر الغضب واليأس والشوق، التي تغزو أفكارك تقل رويداً. هذه العقاقير (مضادات الاكتئاب)، تستطيع حتى أن تُصلح حتى بعض التلفيات الجسمانية التي حدثت. كما تنشط نمو الخلايا العصبية في منطقة الحصين Hippocampus، مركز الذاكرة بالمخ، ونتيجة لهذا، فإنه يعكس الأذى، الذي غالباً ما تصنعه الضغوط المستمرة.^{٢١}

ولكن هذه العقاقير، معززات السيروتونين، لها غالباً أعراض جانبية. فبعض الناس يزدون في الوزن، كما أن الأبحاث قدّرت أن ٧٠٪ من المرضى، الذين يتناولون هذه العقاقير، يعانون من هبوط في الرغبة الجنسية، وتأخر في التنبيه الجنسي و/أو عدم القدرة على الانتصاب، أو القذف، أو النشوة الجنسية.^{٢٢} وهذه العقاقير قد تسبّب ما يُطلق عليه الأطباء النفسيون تبلد المشاعر.

كل هذه الأعراض الجانبية تستحق المعاناة بالطبع، إذا كنت تشعر أنك ستقتل نفسك، أو أحداً آخر. وبالرغم من هذا، فإنه من الحكمة، أن تُعيد تقييم حالتك كل فترة، وتضع في الحساب، إضافةً أحد العقاقير، التي تعمل على رفع مستوى الدوبامين، أو حتى التحول إلى أحد تلك العقاقير كلياً، (محسّنات الدوبامين)؛ حيث يوجد العديد منها بالأسواق، هذه المواد التي تعمل على رفع مستويات الدوبامين، ولا يمكنها — كما هو متوقع — أن تجتث، الانتحار الاكتئابي، لكنها تعمل بكفاءة مع العديد من المرضى.^{٢٣} وعلى غير محسّنات السيروتونين، لا يصاحبها زيادةً في الوزن، أو نقص في القدرة الجنسية بالضرورة، بل إن المرضى يقررون بأن الرغبة الجنسية قد زادت بشكل مطرد.^{٢٤}

الأهم في قصتنا، فإن المحبين المرفوضين، حين يخضعون للعلاج بمضادات الاكتئاب، التي ترفع مستويات الدوبامين بالمخ، يملئون ثانية المادة، التي يسبّب نقصها في الأغلب، أعراضهم الانسحابية.

أسترايول (أحد أنواع الإستروجين)، له تأثير مضاد للاكتئاب، مثلما يفعل هرمون التستستيرون، وهرمون الغدة الدرقية.^{٢٥} كذلك المادة (ب) Substance P، يبدو أن لها أيضاً تأثيراً مضاداً للاكتئاب. وأنا أشتهب أن مضادات الأفيونات Opioid antagonist، ربما تُلطف بعض اشتياق الحب الرومانسي.

إضافة إلى ذلك، فإن العقاقير التي تُغلق هرمون إطلاق الكورتيزون CRH، وهو هرمون المخ الذي ينطلق، أثناء الضغوط النفسية، ربما يجد طريقه لسوق العقاقير، لكي يحوّ التعاسة المزمّنة. هذه العقاقير الجديدة، تعد بالتخفيف عن الكآبة الشديدة.

وحتى الآن لا يوجد عقار مضاد للاكتئاب، يخفف كل مريض؛ فالمرضى الذين يستعملونه، يجب أن يعملوا مع أطبائهم، ليجدوا ما هو مناسب لهم. علاوة على ذلك، لا يوجد هناك عقار، يتغلب تماماً على عذاب حب ضائع. كما أن كلها ذات تأثيرات جانبية، بشكل أو بآخر.

ولكن حتى وإن لم يثبت أن مضادات الاكتئاب، رصاصة سحرية، في كل حالة، فإن هذه المنتجات الكيميائية بديل أفضل بكثير من أن تترصد حبيبك السابق، في سيارتك، أو تبكي وتنشج، بشكل غير متحكم به، وأنت في الظلام، أو تجلس مذهولاً أمام التلفاز، مغموراً بالغضب والأسى، وأي شيء يُنذر بالانتحار.

(٥) العلاج بالكلام

كتب «شكسبير» في رواية «هاملت» حكمة وهو يقول: «هل يمكن لنا أن نغيّر من طبع الطبيعة؟»

إن الحديث عن ورطتك مع معالج، ومن ثمّ تطوير طريقتك في التفكير والعمل (السلوك)، يمكن أن يغيّر نشاط مخك.

بيّنت الأبحاث أن العلاج النفسي يمكن أن يؤدي إلى العديد من التغيرات في وظائف المخ، كما تعمل مضادات الاكتئاب.^{٢٦} في الحقيقة، أحياناً يكون العلاج بالكلام فعالاً في تخفيف وتطبيب الاكتئاب الجسيم.^{٢٧}

في إحدى الدراسات، قارن العلماء بين أربعة وعشرين بالغاً، لم يعالجوا، ويعانون من التبدل، والسوداوية، وفقدان الأمل، المميزين للاكتئاب الجسيم. مع ستة عشر بالغاً، بدون أي مشاكل نفسية. في البداية كلُّ شخص تمّ تصويره مَحّاً باستعمال جهاز المرنان المغناطيسي الوظيفي FMRI، أظهر الرجال والنساء المكتئبون نشاطاً زائداً غير طبيعي،

في أجزاء من منطقة القشرة ما قبل الجبهة Prefrontal cortex، النواة المذنبة Caudate nucleus، والمهاد Thalamus أما العينة الحاكمة، فلم تُظهر هذا التغيير. بعد ذلك تم إعطاء عشرة من هؤلاء المكتئبين عقار «باركسوتين»، وهو يعمل على رفع مستويات السيروتونين، أما باقي المشاركين من العينة، التي تُعاني من الاكتئاب، فقد تلقوا اثنتي عشرة جلسة نفسية، بدلاً من هذه العقاقير.

ثم تمَّ عملُ أشعة بالمرنان الوظيفي على كل العينة (البالغة أربعة وعشرون مريضاً) عقب نوعي العلاج، فإن نشاط المخ، قلَّ في تلك المناطق، التي أظهرت نشاطاً غير اعتيادي قبل ذلك.^{٢٨}

المشوق، أن هؤلاء المرضى الذين خضعوا للعلاج النفسي فقط حصلوا على مكافأة؛ فلقد أظهرت العينة نشاطاً جديداً وملحوظاً في مناطق Insula، والتي تعمل بصفقتها مثبتاً لمشاعر الاكتئاب.^{٢٩}

بدلاً من قياس مزايا العلاج بالكلام، مقابل العلاج بالعقاقير، فإن العديد من الأطباء النفسيين يؤمنون أن دمج العلاجين سوياً، سيصبح أكثر تأثيراً منه إذا تم الاعتماد على واحد منهما فقط.

(٦) وقتٌ للشفاء

«كل الأشياء تتدفق، لا شيء يثبت.» هكذا كتب «هيراكليطس» الفيلسوف اليوناني. كما قمت بإزالة المحفزات، التي أثارت حماسك، سلَّح نفسك بذخيرة من الشعارات، ابنِ عادات يومية جديدة، قابلِ أناساً جديداً، استغرق في اهتمامات جديدة، وربما ابحث عن مضاد الاكتئاب المناسب أو المعالج الصحيح، أو مرشد. مع كل ذلك فإن إدمانك لحبيب سابق بالتأكيد سيهدأ.

سنتمثال للشفاء، أحياناً في أسابيع قليلة، وطبيعي أكثر نأخذ أشهراً، وفي كثير من الأحيان، نأخذ أكثر من عامين من الانفصال.

ولكن سوف تلاحظ أياماً رائعة، لم تعد تفكر فيها بشريك المؤذي لمدة أسبوع أو أكثر. عدوك لم يعد يحشو رأسك بعد الآن.^{٣٠}

الناس بالطبع لا ينسون أبداً حباً حقيقياً، وعلى الرغم من الإخلاص لزوجته «مارثا»، فإن «جورج واشنطن» احتفظ مدى الحياة، بعواطفه لزوجة رجل آخر، «سالي فيوفاكس». يؤمن المؤرخون أن أول رئيس للولايات المتحدة الأمريكية، لم يقبل «سالي»، ولا رُفض من

قَبَلْهَا. لقد كانا صديقَيْن. ولكن «واشنطن» أُغرم بها، وكتب إلى «سالي» بعد ما يقارب خمسة وعشرين عامًا، من آخر لقاء بينهما، قائلاً لا شيء رغم كلِّ الأحداث العظيمة في مهنته، «ولا كلُّهم مجتمعون، كانوا قادرين على استئصال، ومحو اللحظات السعيدة، من عقلي، والأسعد في حياتي، والتي تمتعت بها بصحبتك.»^{٣١}

وفي السياق نفسه، كتب «سو تونج بو»، وهو شاعر صيني عاش بالقرن الحادي عشر: «عامًا بعد عام، أذكر في تلك الليلة القمرية/بقينا معًا بمفردنا/بين تلال أشجار الصنوبر القزمية.»^{٣٢}

«نحن نُدرك جيدًا ما نحن محرومون منه.» هكذا كتب الأديب الفرنسي «فرانسوا موريك».

لا أحد ينسى، على الرغم من هذا، حتى هؤلاء الذين ألقوا من أحباثهم بوحشية جانبًا، يبدؤون في فقد مشاعر الألم، والمرارة، والإحباط تدريجيًّا. لكنك تستطيع أن تُسرّع من تعافيك، فالأمر يستحق عزمًا، وأحيانًا بعض العقاقير الطبية و/أو علاج نفسي، وما أطلق عليه «شكسبير»: «وقع خطوات الزمن، غير المسموع.»^{٣٣}

لكن من ضمن كلِّ الذين شفوا، من تجربة عاطفية سيئة، فإن المؤثر الفعال، هو أن تجد حبيبًا جديدًا، ليملاً قلبك.

«الحبيب الجديد، يطرد الحبيب القديم.» ولم يتغير شيء منذ القرن الثاني عشر، حين كتب هذه الكلمات، رجل الدين الفرنسي «أندريا كابيلانس».

وقد وافق العلم الحديث على ذلك؛ فحين تقع في الحب مجددًا، سوف ترفع مستويات الدوبامين، وباقي المواد الكيميائية الأخرى بالدماغ، التي تُشعرك بأنك في حالة جيدة، مرة أخرى.

(٧) هل يمكننا استحضار الحب؟

عزيزتي «هيلين»، منذ أيام قليلة، تخطيت سنَّ السبعين وقد وقعت وأنا في هذه السن في الحب مجددًا، مع رجل مدهش، ويمثّل لي العالمَ كلّه، ولكنه اعترف لي بأنه لا يحبني. لدينا أوقات رائعة معًا، حين يسنح لنا الوقتُ بذلك (حيث إنه لا يزال يعمل). سوّالي لك الآن: هل تعتقدان أنه يمكن لشخص ما أن يقع في حبك، بعد عام من كونكما سوياً؟ إنه يعتقد أنني رائعة، وكل هذه الأشياء الحسنة، ولكنه تأذى جدًّا بزواجه الأخير الفاشل، وأخبرني أنه لا يعلم، هل ما زالت لديه

القدرة على الوقوع في الحب مجددًا، مشاعري، ليس لديّ اختيار. سوف أُحِبُّه حتى أسمع منك، لأن قلبي تحطّم، ولا أعلم ماذا أفعل.

«ج. س.»

تلقيت هذا البريد الإلكتروني مؤخرًا من سيدة في كندا، ولقد كتبتُ لها أقول: «أعتقد أنها تستطيع أن تفوز بحب هذا الرجل مع قليل من الجهد.» كيف تُشعل غرام مجنون، في آخر؟ افعل أشياء غير مألوفة معًا.

أثبتت التجارب العملية أن الخبرات المثيرة تستطيع أن تُعزز شعور الانجذاب. والدراسة الكلاسيكية المثلى لذلك، قام بها الاختصاصيان النفسيان «دونالد دتون» و«أرت آرون»، والمعروفة باسم «تجربة الجسر ذي الصيرير»^{٣٤}

جسران للمشي يمتدان عبر وادي نهر «كابيلانو»، في شمالي «فانكوفر»، أحدهما جسرٌ معلق، غير متين، بعرض خمس أقدام، ويتأرجح ويهتز، من علو ٢٣٠ قدمًا، فوق صخور حادة صلبة، ونهر منحدر. والجسر الآخر على العكس، مستقر، واسع، ومنخفض.

«دتون» و«آرون»، سألًا عشرات الرجال، كي يعبرًا النهر، عبر أحد هذين الجسرين، في المنتصف من كلِّ جسر، وقفت امرأة شابة جميلة، وكانت تسأل كلَّ الرجال العابرين، أن يجاوبوا على استبيان. وبعد أن يُكملوا الإجابة على تساؤلات البحث، تُبلغهم إذا كان لديهم أي سؤال عن الدراسة، فعليهم أن يتصلوا بها بالمنزل، وأعطت كلًّا منهم هاتفها، ولم يكن أحد منهم يعلم أنها جزء من التجربة.

تسعة من اثنين وثلاثين رجلًا، من الذين مشوا على الجسر الضيق، العالي، المتأرجح، انجذبوا بشكلٍ كافٍ، ليتصلوا بها في المنزل. اثنان فقط، من هؤلاء الذين قابلوها على الجسر الثابت المنخفض، اتصلًا بها.

هذا الانجذاب التلقائي يترايط في الأغلب، بشكل مباشر مع الخاصية البدنية للخطر: الخطر يحفّز إنتاج الأدرينالين، وهو بدنيٌّ يرتبط ارتباطًا وثيقًا بالدوبامين والنوريبينفرين.

وكما ظن أخصائي النفس «إليان هاتفيلد» أن «الأدرينالين يجعل القلب عطوفًا».^{٣٥} وأنا سوف أضيف أن الخطر هو شيء جديد لنا جميعًا.

وكما ذكرنا، الجدة ترفع مستويات الدوبامين، المادة الكيميائية المصاحبة للحب الرومانسي، والرجال الذين عبروا الجسر العالي المخيف، ربما اختبروا ارتفاع مستويات هذا المحفز. وفي دراسات أخرى عديدة أظهرت أن الثنائيات، التي تفعل أشياء مثيرة معاً، يشعران بالإشباع أكثر في علاقتهما سوياً.^{٣٦}

لكن في دراسة أخرى، «أرت آرون» مع زملاء آخرين، «كريستينا نورمن»، أظهرت أن النشاطات المثيرة فعلاً، تحفز الحب الرومانسي كذلك. فقد سألوا ثمانية وعشرين ثنائياً، يتواعدون أو متزوجين، ليمثلوا استبيانات متعددة، ثم يفعلوا نشاطاً معاً، ثم يعاودوا إجابة الاستبيانات مرة أخرى. واحدة من هذه النشاطات كانت مثيرة، والأخرى فاترة وقليلة النشاط، التجربة مع كل ثنائي استغرقت حوالي الساعة. والمثير للاهتمام أن الاستجابات للاستبيانات، أشارت إلى أن الثنائيات، الذين قاموا بنشاط مثير، اختبروا زيادة في مشاعر إشباع العلاقة، وزيادة في حدة مشاعر الحب الرومانسي.^{٣٧}

ربما صديقة بريدي الإلكتروني في كندا، والنساء والرجال المغرمون، والذين ينشدون تأجج الحب الرومانسي، مع شريك لهم، يجب أن يودعوا التواني والكسل، كي يصاحبهم في مواقف مثيرة، وخطرة إلى حد ما. ربما يزورون مدينة أجنبية معاً، أو يسIRON عبر ممر جبليٍ وعِرٍ وخطير، وهو ما يُوجج عاطفة الحب.

أخيراً، شاهدت رجلاً وامرأة مربوطين معاً بحبل مطاطي، يغطس بهما من حافة رافعة، من علو مائتي قدم ارتفاعاً. وحينما هبطاً أرضاً، كانوا في عناق شديد. وأنا لا أنصح بذلك، ولكن ماذا عن تجربة مطعم جديد، في جزء آخر من البلدة، التي تعيش بها، شراء آخر تذكريتين لمسرح، أو حدث رياضي، الاندفاع لمشاهدة استعراض، أو العوم بعد أن يخيم الظلام.

أي شيء مثير للحماسة، وغير اعتيادي، يمكنه أن يُوجج الحب الرومانسي. حتى الشجار قد يُصبح مثيراً، وله إمكانيات الرومانسية. وأنا لستُ مع جانب العراك، مع حبٍ حقيقي. ولكن بعض الثنائيات أقروا أن الجدال يبعث الحيوية في العلاقة. وملكة السومريين القدماء «أنانا»، وقعت في الحب مع «ديميزي»، عبر رحلة نهريّة. كما سجّل الشعر القديم، «من بداية الشجار، جاءت رغبة المحبين». ^{٣٨} فمع الشجار تنطلق الشكاوى، وغالباً ما تنزاح، ومن ثم على الشريك يجب أن يُبدع كي يُعيد رتق/الرابطة من جديد.

والأهم من ذلك، الغضب يحفز العقل والجسم، مطلقاً شرارةً اندفاع الأدرينالين، والمحفزات الأخرى المصاحبة للحب الرومانسي.
«الحب لوحة افتترشت بالطبيعة، ومطرزة بالخيال.» هكذا كتب «فولتير».
طرز حياتك بالجديد والمغامرة، ربما تربح حبك.

(٨) الجنس الحميم

يمكن للجنس أن يكون شرارةً الغرام الرومانسي.
الجنس شيءٌ طيب، إذا كنت تُمارسه مع أحدٍ تحبُّه، في الوقت المناسب، وقد تستمتع بهذا الشكل، من التعبير عن الذات، والتمرين البدني. إن التمسيد والتدليك يُثير إفرازَ هرمونيَّ «الأوكسيتوسين» و«الإندورفين». وهي مواد كيميائية بالدماع تحرر من التوتر العصبي، وتؤدي لمشاعر الارتباط.^{٢٩}
الجنس يساعدك على الاحتفاظ بجلدك وعضلاتك، وباقي أنسجة الجسم، في الحالة المثلى من التناغم. وهو يوفر الفرصة، كي تخلقَ الجدة والإثارة.
ومع النشوة، فإن المخ يُطلق «الأوكسيتوسين» في المرأة، و«الفازوبرسين» في الرجل، وهي الكيمياء التي تُصاحب مشاعر الارتباط.
لكن العلاقة الجنسية ليست للاسترخاء، وتناغم العضلات، وإعطاء واستقبال البهجة فقط؛ فدائمًا ما يترافق الجنس مع ارتفاع مستويات التيستوستيرون، وهو ما ينمي إنتاج الدوبامين، الرحيق الذي يغذي الرومانسية.
لذا فمن الطريف، أن السائل المنوي يعتبر له القدرة على المساهمة في العواطف الرومانسية.

الاختصاصي النفسي «جوردن جالوب»، ومَن تعاونوا معه أعلنوا ذلك؛ فالسائل الذي يحيط بالحيوانات المنوية، يحتوي على مادتيَّ «الدوبامين» و«النوريبينفراين»، فضلًا عن «التيروسين»، وهو حمضٌ أميني، يحتاجه المخ لتصنيع «الدوبامين». ^{٤٠} هذا القذف يحتوي أيضًا على التيستوستيرون، الذي يُعطي من الدافعية الجنسية، واستيروجينات متعددة، الذي يعين في التهيئة الجنسية الأنثوية، والوصول للذروة الجنسية أو ما يُعرف بهزة الجماع، وكما ذكرنا فإن الأوكسيتوسين، والفازوبرسين يشجعان مشاعر الاتحاد مع الشريك.

كما أن العلاقة الجنسية لديها القدرة على تحلُّل هرمون الحفز الكيسي Follicle-stimulating hormone، وهرمونات أخرى في المهبل، وهي مواد تستخدمها النساء

لتنظيم الدورة الشهرية. وكل هذه المواد لا تدخل مباشرة من مجرى الدم إلى خلايا المخ؛ حيث لا يستطيع البعض عبور ما يُطلق عليه طبيياً (الحاجز الدموي-المخّي)، وحتى، فليست كلها تستطيع المشاركة المحتملة في الشعور الرومانسي بشكل أو بآخر.

جالوب، وتلاميذه ريببكا بيرتس، وستيفن بلاتيك، حددوا أن السائل المنوي يخفف أيضاً من علامات الاكتئاب في النساء.^{٤١} وهذا قد يحدث عادة، لعدة أسباب. حيث يحتوي السائل المنوي على «بيتا إندورفين»، وهي المواد التي تصل إلى المخ مباشرة، وتهدئ العقل والجسد. ولكن، كما لاحظت، فإن السائل المنوي، يحتوي أيضاً المواد الأولية اللازمة لكل أنواع الالتقاء الأساسية الثلاثة، التي شُرحَت في هذا الكتاب، وهي الشهوة، والحب الرومانسي، والترابط الذكري-الأنثوي. ولا عجب أن المرأة أقل اكتئاباً، حينما تمارس الحب، وتستقبل هذا السائل المنوي، وكأنها تصبح حتى أكثر قدرة على استقبال الرومانسية.

كتب وليام بلاك: «الامتلاء بالحوية والنشاط، جمال». فكلما الجنسين ينجذبان للشريك السعيد، وهذا ربما لأننا نفتقد هؤلاء في الطبيعة، من حولنا. وحينما يبتسم الآخرون، فنحن نبتسم أيضاً بشكل لا شعوري، وإن يكن أحياناً بشكل بطيء جداً. والابتسام يحرك عضلات معينة بالوجه، وهي بدورها تُرسل إشارات عصبية للمخ، فتحفز شبكات البهجة.^{٤٢}

وإلى حد بعيد، كلما دبرت جديداً، وغامرت بأشياء مثيرة جنسياً، وفعلت ذلك مع شخص، تتمنى أن تفوز به، باعتباره شريكاً عاطفياً. افعل ذلك بسعادة بادية على وجهك، وربما تحفز مشاعر البهجة والمتعة لدى حبيبك، وتبدأ شعلة الحب الرومانسي البدائية.

(٩) أعد تقييم عقاقيرك المضادة للاكتئاب.

إذا أردت المغازلة بشكل جدي، يجب أن تُعيد تقييم تأثير أيّ عقاقير مضادات للاكتئاب، التي تتناولها، خصوصاً إذا كنت عانيت من مشكلات جنسية، كتأثير جانبي للعقاقير، أو حتى تبلد المشاعر.

أنا أذكر ذلك لسبب مهم: كما تعرف، شبكات المخ للشهوة، والحب الرومانسي، والارتباط، تتفاعل بطريقة معقدة؛ لذا فإن زميلي بالعمل، الطبيب النفسي «أندي تومسون»، وأنا أملنا أن رفع نشاط السيروتونين الصناعي،^٢ يمكن له أن يعرض للخطر قدرتك على

^٢ عبر تناول العقاقير. (المترجم)

الوقوع في الحب. وكما تعرف أيضًا، فإن الحب الرومانسي، يترافق مع ارتفاع نسبة الدوبامين، ويمكن أيضًا النورأدرينالين، هذه الناقلات العصبية، لها على وجه العموم علاقة سلبية بالسيروتونين. فكما تعمل على رفع مستوى «السيروتونين»، بشكل اصطناعي عبر الحبوب، يحتمل أنك تُثبِّط إنتاج وتوزيع، و/أو التعبير للدوبامين والنوريبيبينفرانين، ويعرِّض للخطر قدرتك على الوقوع في الحب.^{٤٣}

أشار «أندي»، أن الارتفاع غير الطبيعي لمستوى «السيروتونين»، له عواقب وخيمة على قدرتك على تقييم الخطبة، وانتقاء الخلية المناسبة، وتكوين علاقة شراكة، والحفاظ عليها بقدر الإمكان.^{٤٤}

على سبيل المثال، معظم هذه العقاقير تُقلِّل من المشاعر. فأنت عندما تكون مكتئبًا بشكل رهيب، من قصة حب فاشلة، تنشُد هذا التأثير. ولكن حينما يستمر استعمال مضادات الاكتئاب، لفترات طويلة، بعد انتهاء علاقة الحب الفاشلة، فإنها قد تمنع قدرتهم على الاستجابة الطبيعية، عند ظهور شريك جديد ومثالي. ويبدو كأنهم متبلدو الحس، كي يلاحظوه أو يلاحظوها.

إن الدليل المباشر الأول، على «بلادة المغازلة» هذه، تم العثور عليها. حيث سألت «ماريان فيشر» السيدات اللاتي تناولن مضادات الاكتئاب، من نوع محسنات «السيروتونين»، وأخريات لم يأخذن أيَّ عقار، كي تقيِّم مدى انجذابهن إلى وجوه بعض الرجال، في صور فوتوغرافية.

المؤكد، أن السيدات اللاتي تناولن معززات «السيروتونين»، قيَّمن صورَ هؤلاء الرجال، بعبارة غير جذابين، بمعدل أعلى من الأخريات، وقد لوحظ أنهن تطلعنَ إلى الصور، وقيَّمنها في وقت أقل.^{٤٥}

إن فمحسنات «السيروتونين»، تُخمد الرغبة الجنسية، وتُثبِّط الاستجابة الجنسية (بما فيها القذف)، في العديد من مستعمليها.^{٤٦}

نتيجة لذلك، الناس الذين يستعملون هذه العلاجات، يُصبحون خجولين في كثير من الأحيان، مما يُبعدهم عن أيِّ ارتباط رومانسي محتمل، إنهم يهابون الفشل في غرفة النوم، وبالتالي يمتنعون عن التمسيد، التقبيل، وممارسة الجنس، التي تُوجج الحب الرومانسي. إنهم يفتقدون فورة الأوكسيتوسين والفازوبرسين، في النشوة الجنسية أثناء هزة الجماع، والتي تؤدي إلى مشاعر الارتباط. والرجال الذين لا يستطيعون القذف يفشلون في سكب كيميائيات السائل المنوي، التي تستطيع أن تؤثر في مزاج شريكاتهم.

هذه العقاقير المعززة لـ «السيروتونين»، لديها تأثيرات سلبية أخرى مختفية؛ فهزة الجماع لدى المرأة، تطورت على الأرجح، كي تلائم أغراضاً عدة. لكن العلماء ظلوا طويلاً يعتقدون أنها برزت على الأقل بشكل جزئي، كي تفرق بين أستاذ «صح»، وأستاذ «خطأ». هذه الاستجابة «المتقلبة» للنشوة، تساعد أسلاف المرأة من تمييز المحبين الذين لديهم الاستعداد للالتزام بوقت قيم، وطاقاة لإرضائهن، ولا تزال تفعل الشيء نفسه.

لذا فالنساء اللاتي يتناولن مضادات الاكتئاب، من محسنات السيروتونين، تُهدد قدرتهن على تقييم الالتزام العاطفي لشريكهن.

ربما أسوأ من ذلك، فإن العديد من الذين يتناولون محسنات «السيروتونين» يُرسلون إشارات خاطئة، بعدم الملاءمة، وفقدان الاهتمام في غرفة النوم (في علاقة جنسية)، والتي تنفر منها الرفيق.

وهم أيضاً عرضة للاستنتاج بشكل خاطئ، ويشعرون بأنهم غير متوافقين مع هذا الشريك، وهم في الحقيقة فقط متأثرون بهذا العقار (محسنات السيروتونين).

الناس الذين يعالجون بعقار مضاد للاكتئاب، محسنات «السيروتونين»، يحتمل تعرض قدرتهم على تقييم الشريك، وشَحْد الرومانسية، وتكوين ارتباط مع شركائهم للخطر، ما يغيّر حب حياتهم، ومستقبل جيناتهم.

(١٠) الحميمية الذكرية، الحميمية الأنثوية.

«على أنني، رسمتُ علامةً في المكان الذي سقطت فيه رصاصاً كيوييد: /سقطت فوق زهرة غريبة نحيلة، كانت بيضاء بلون الحليب، الآن غدت قرمزياً بلون جراح الحب،/ يسميه العذراوات «الحب الكسول»، فتشوا لي عن هذه الزهرة، تلك العشبة التي جلبتها لك مرة: /عصيرها الذي يرقد فوق جفون العيون الناعسة/ يجعل الرجل أو المرأة تهوى جنون /حتى يقع بصرها على الكائن الحي التالي.»

أوبيرون - ملك فارس في رواية شيكسبير حلم ليلة صيف، يروي عن الزهرة القوية التي من شأنها أن تجعلك تقع في الحب.

كم من ملايين، رجالاً ونساءً، خلال تطور الإنسانية، تاقوا إلى أن يجدوا هذه الزهرة؟ للأسف، إنها غير موجودة، حتى تناول العقاقير المخدرة، (أو مخدرات الشوارع، مثل الكوكايين والأمفيتامين)، وهي التي ترفع مستوى «الدوبامين» في المخ، لا تجعل أحداً يقع في حبك، إذا لم يكن مستعداً، أو إذا كان يبحث عن شريك مختلف تماماً.

لكن إذا كان خطيباً موثقاً، عبّر عن اهتمامه لك، ما زالت هناك طرق أخرى لتحفز اهتمامه وقلبه، استعمل ما يعرف بالاختلافات الجنسية في المخ. الحميمية شائعة هذه الأيام، العديد من الناس ليس في الولايات المتحدة فقط، ولكن في مجتمعات متنوعة كالمكسيك، والهند، والصين. يعتبرون هذا القرب والمشاركة شيئاً مركزياً في علاقات الحب الرومانسي.^{٤٧}

لكن الرجال والنساء، غالباً ما يعرفون ويعبرون عن هذا القرب بشكل مختلف. كلا الجنسين يعتقدون أن المشاركة في الأسرار الشخصية، والنشاطات المبهجة معاً حميمية.^{٤٨} النساء غالباً ما تعتبر أن الحميمية كالحديث وجهاً لوجه، بينما الرجال يميلون إلى الشعور بالقرب العاطفي، حينما يعملون أو يلعبون أو يتحدثون، جنباً إلى جنب.^{٤٩} بالفعل، الرجال غالباً ما يشعرون بالتهديد الخفيف أو بالتحدي، حينما ينظرون مباشرة لعيون أحد آخر. لهذا يجلسون بزاوية، ويتحاشون النظر مباشرة إلى رفاقهم.^{٥٠} هذه الاستجابة تتبع غالباً من أسلاف الرجال. من آلاف السنين؛ فالرجال يواجهون أعداءهم، بينما يجلسون مع الأصدقاء جنباً إلى جنب في مباريات الصيد. المرأة الذكية تُقدر هذا الاختلاف بين الجنسين، لكي تحقق الحميمية، مع شريك ذكر، يستطيعون أن يفعلوا الأشياء نفسها جنباً إلى جنب، مثل السير في مجمع تجاري، أو حديقة، قيادة سيارة، الجلوس في السينما، أو الاحتضان لمشاهدة التلفاز بجانبه. معظم الرجال يستمدون الحميمية من اللعب أو مشاهدة الرياضة. وللايين السنين، فإن مطاردة، وإحاطة، وقنص الحيوانات، أصبح الرجال فيها أكثر براعة في تحديد المكان أكثر دقة من النساء، إنه شكل من أشكال الذكاء مرتبط بهرمون الذكورة «التيستوستيرون».^{٥١}

لذا فحينما تنضم امرأة لرجل لممارسة التزلج، أو تسلق الجبال، أو لعب الشطرنج، أو التشجيع في مباراة لكرة المضرب، أو مباراة لكرة القدم، فربما يشعر بأنه منتبه لها.^{٥٢} المرأة تستمد اقتراباً هائلاً من الحديث وجهاً لوجه،^{٥٣} فهن يجلسن أقرب مما يفعل الرجل. وهن ينظرن مباشرة إلى عيون الآخرين، مع ما أطلقت عليه اللغوية «ديبورا تانين»، النظرة الراسخة.^{٥٤} هذه النكهة تعود بالذاكرة إلى الأمس، حينما كان أسلاف النساء يحملن أطفالهن أمام وجوههن، يعلمنهم، يهدئنهم، ويسألينهم بالكلمات. لهذا، إذا كنت رجلاً داهية، ووجدت نفسك تجلس في دكة الحديقة مع سيدة تلوي قدمها، وركبتيها، وحوضها، وصدرها، وكتفيها، وعنقها، ووجهها، كي تنظر إلى وجهك، دُرْ وانظر مباشرة إليها، وأنت تتحدث، أما إذا نظرت أمامك، وتجاهلت عيونها، فستشعر أنك تتهرب منها.

وبإعادة «النظرة الراسخة» لها، فسوف تُعطيها الهدية الأنثوية البدائية الحميمية، وربما تُشعل أيضًا الرغبة الرومانسية.

(١١) المغازلة

إذا كان الرجال يفضلون الأحداث الرياضية، وتلك التي تؤكد مهارتهم البدنية والجغرافية. فإن النساء يُحببن الكلام، البنات الصغيرات يتكلمن أسرع من الأولاد. مع دقة أعظم في النحو، ومفردات لغوية أكثر.

وفي كل المجتمعات حول العالم، فإن النساء على وجه العموم، موهوبات أكثر في اللغويات أكثر من الرجال ربما يكون السبب أن الكلمات هي سلاح المرأة وأدواتها، كي تُنشئ الصغار، على الأقل لملايين السنين مضت.^{٥٥} في الواقع، فإن قدرات النساء اللغوية، متصلة مع هرمون المرأة «الإستروجين».

والرجال الأذكاء جدًّا، يغازلون بالكلمات في الهاتف، وفي اللقاء، أو على الوسادة. صديقة لي أخبرتني مؤخرًا، أنها وقعت في الحب مع الرجل الذي أصبح زوجها، بعد أن بدأ في إرسال الشعر لها. إن الرجال لا يحتاجون الموهبة الكلامية، إنهم فقط يحتاجون الشجاعة وبضع كلمات.

إن الرجال والنساء كليهما على وجه العموم، يصلون للعلاقة الحميمة عبر الكلام عن موضوعات مختلفة. على الرغم من ذلك، فإن رجالًا كثيرين يتمتعون بالكلام، عوضًا عن الرياضة، السياسة، العلاقات الدولية، والعمل. هذه عوالم النجاح والفشل، عوالم الأقوياء والفاشلين.

عوالم المكانة والتراتب؛ لأن الرجال دائمًا يحتاجون للمناورة بالمكانة كي يربحوا رقيقة.^{٥٦} النساء على الجانب الآخر يغرقن أكثر في الكلام المحمل بالعواطف، التحدث الكاشف عن ذواتهن، عن الأشياء الشخصية، والناس الآخرين،^{٥٧} ربما لأن النساء تطورن، في بيئة قديمة، حيث التواصل الاجتماعي مهم جدًا للحياة.

يصبح الرجال والنساء، أكثر تشابهًا في منتصف العمر،^{٥٨} ربما جزئيًّا، حيث مستوى الإستروجين يتراجع في النساء، ومستوى التيستوستيرون ينخفض كذلك في الرجال.^{٥٩} لكن بغض النظر عن العمر، الخطَّاب ينساقون في أحاديث، سوف تأسر الحب، والأمل أن يدوم القرب، الذي يُشعل الحب الرومانسي.

(١٢) الجنس كحميمية

الجنس أيضًا، يستطيع أن يؤدي إلى حميمية، ولديه القدرة على تأجيج النشوة الرومانسية. الرجال لديهم احتمالية أكبر من النساء، بحوالي أربع مرات لمساواة النشاط الجنسي مع التقارب العاطفي.^{٦٠}

هذا المنظور الذكري، له منطقُ دارويني (نسبة إلى داروين). فالمضاجعة هي تذكرة الرجال للذرية، فإذا حملت شريكته، فهي سترسل جيناته إلى المستقبل. لذا على الرغم من أن الرجال لا يهتمون غالبًا على مستوى الوعي، بإنجاب الأطفال، هذه النتيجة التطورية، يبدو أنها ولدت في الذكر نفسه، ميلًا لا شعوريًا، لاعتبار العلاقة الجنسية، خلاصة للحميمية، والتعلق العاطفي، والرفعة.

أما المرأة، فهي تُقرُّ أنها تشعر بالحميمية أكثر، مع شريك، حينما يتحدثان سويًا، قبل إقامة العلاقة مباشرة.^{٦١} وربما يرجع هذا إلى أن هذا الحوار، يؤكد لها أن حبيبها يمكنه الإنصات، صبورًا ومدعمًا لها، ويحتوي شهوته، إنها الصفات المميزة لأسلاف المرأة، التي تحتاجها في اللقاء.

على أيِّ حال، مهما كانت رؤيتك للجنس، فاعلم أنه لا يُنسى إطلاقًا، ومشبع حينما تكون الأشياء صحيحة. وهؤلاء الذين يمارسون الحب، ببراعة في علاقاتهم، لديهم سهام قوية في جعلتهم لتحفيز الحب الرومانسي.

(١٣) شراء الوقت

كلُّنا يعلم أن المرأة تنجذب إلى الرجل الذي يمتلك الموارد، ويشاركها بكرم أمواله، وقته، وعيه، ومكانته. لهذا فإن كل هذه الورود والشيكولاتة، وتذاكر الحفلات، ربما بالضرورة، تُوقعها في حبه.

وكما تتذكر، فإن الرجال يغرقون في امرأة، حينما يشعرون أنها في حاجة للإنقاذ.^{٦٢} لذا فإن المرأة، وغالبًا بشكل لا شعوري، تقول وتفعل الأشياء، التي تستعرض فيها ضعفها، وهو ما أُسميه، استراتيجية «الجناح المكسور». وهو كافٍ تمامًا، هذا الضعف والاحتياج، غالبًا ما يُوجِّج الشهامة في الرجال، وحسن معاملة النساء، والحب الرومانسي. الضعف هو الشيء الأخير، الذي يحب الرجال أن يُعلنوه.^{٦٣} لماذا تستعرض ضعفك، حينما يمكنك التباهي بنقاط قوتك، وإنجازاتك بدلًا من ذلك؟

الرجال يفعلون هذا، يتباهون، والمرأة تُنصت على الرغم من أنها غالبًا ما تفرع من هذا التبجح، والكلام الطنان، ولكنهم يُعجبون بذلك. هذا مثل استعراض المرأة للضعف، إذن فإن الفخر والغرور لدى الرجال، ربما يساعد في إشعال النار بقلب النساء.

كتب «أوسكار وايلد»: «جواهر الرومانسية هو عدم اليقين.» إنها ملاحظة ذكية، فنحن نسير على خيط رفيع، حينما نخطب ودَّ المرأة، وإذا كنت متحمسًا جدًّا، فالمخطوبة المترددة، ربما تفرُّ منك. وغالبًا ما يلعب العامل البيولوجي في هذا السلوك دورًا، فالاكتساب المبكر للمكافأة يقلل مدة وقوة نشاط الدوبامين، في المخ، بينما التأخر في الفوز بها يُحفزه.^{٦٤} ونتيجة لهذا، فالناس من نوعية «الصعب الحصول عليه»، يميلون لإثارة المخطوبة.

أندرياس كابيلائنس، عرف هذا منذ زمن بعيد، وهو من الشعراء المتجولين، في القرن الثاني عشر بفرنسا: «الحب السهل المنال، قيمته قليلة، والصعب الحصول عليه، يجعله ثمينًا.» لذا، فالذين يسعون لِقَدْحِ زناد الرومانسية، في حبيب مأمول، يخلقون بدهاء بعض الغموض، والعقبات، وعدم اليقين في علاقاتهم.^{٦٥}

أنا أعلم أن كل هذا الضجيج، مثل لعبة، لكن الحب لعبة، لعبة الطبيعة الوحيدة. وكل مخلوق على هذا الكوكب، يلعبها بشكل لا شعوري، كي يُمرَّرَ أيًّا من جيناته إلى المستقبل، إن الطبيعة تحافظ على تسجيلها للأهداف بعدد الأطفال الذين أنجبوا للحياة.

(١٤) اجعل نفسك تقع في الحب

ما الذي كان سيحدث، لو أن «أوبيرون»، بطل قصة «شكسبير»، نثر عصارة «الزهرة الغريبة الصغيرة»، في عيونه هو نفسه؟

معظمنا قابل شخصًا ما، أُعجبنا به، واستمتعنا معه، هو أو هي كان لطيفًا، سخيًّا، أمينًا، سعيدًا، طموحًا، مرحًا، ناجحًا، جذابًا، مثيرًا للاهتمام، وعاشقًا بشكلٍ يُلائمنا. لا يمكننا أن نستحضر مشاعر السحر، له أو لها. فهل يمكنك أن توقَّع نفسك في الحب؟

حسنًا يمكنك أن تحاول بصدق، ابحث عن الأشياء التي تُحبها وتُحبها، لتفعلها مع الذي أُعجبت به. واجعلها أشياء جديدة مثيرة، أبعد التشبث، وخاصة المحبين الآخرين. افتح ذاتك بصدق، مع طريقته أو طريقته في التفكير، والإحساس، وطريقة الحب. فربما تكون قادرًا على تحفيز دوائر المخ المناسبة للحب الرومانسي.

الأخصائي النفسي «روبرت إبستين» يحاول أن يفعل هذا. إنه كبير ناشري مجلة «علم النفس اليوم»، وصاحب أحد عشر كتابًا، وعشرات الموضوعات المدرسية.

حديثاً نشر «إبستين» في مقال افتتاحي بمجلته وبشكل إعلاني يدعو أي امرأة، لديها استعداد لملاقاته حصرياً، مع التعبير بالرغبة عن الوقوع في الحب بشكل جنوني. ويأمل أن يتّم الموضوع في مدة تتراوح بين ستة أشهر إلى عام، وينتهي بالزواج.^{٦٦} ووضع «إبستين» عدة شروط، من بينها أن الاثنین سوف يتابعان إرشاداً نفسياً معاً، وسوف يقرأ الاثنان بشكل مكثف عن الحب في الروايات والكتب غير الخيالية، الاثنان سوف يقومان بكتابة يوميات، كما يقومان بعمل تمارين متعددة (مثل التنفس المتزامن)، وكلاهما سوف يعمل جاهداً على أن يفهم الآخر فعلاً.

أمّن «إبستين»، أنك تستطيع أن تقع في الحب؛ فكثيرون ممن دخلوا تجربةً زواج مرتّب له، أو اقتناء زوجات عبر الإعلان بالإنترنت، يبدو أنهم يؤمنون بأنك يمكنك القفز لتبدأ هذا السحر المسمّى الحب.

أنا فعلت كذلك، وإذا أنت انتقيت شخصاً ما، جاهراً أن يقع في الحب، ويلانم خريطة حبك، وإذا أنت احتفظت بقلب منفتح، وأقدمت على فعل أشياء جديدة معاً، فأنت ربما تكون قد نشطت، دوائرٌ مَحْكٌ للمشاعر الرومانسية. إن رحيق كيوبيد «الزهرة الغريبة الصغيرة»، هو الإبداع والقرار.

لماذا يقلُّ الحب الرومانسي مع الوقت؟

«حياتهم خلال اللهب المتأجج للحب،

نوعٌ من فتيل الشمعة، سوف يخمد.»

هكذا قال «شكسبير»، الحب الرومانسي غالباً ما يضمحل مع الوقت.

في البداية، تُقيم أسابيع، أو أشهراً، عاشقاً لها، مع رسائل البريد الإلكتروني الطويلة، الحوارات الحميمة، مشاركة المغامرات في المطاعم، الحفلات الموسيقية، الحفلات، والأحداث الرياضية، وقت ممتع في الفراش. وتعمل بلا نهاية، كي تُبهر وتُسحر محبوبك. في أوقات تشعر بالنشوة التي تمنعك من النوم، ثم بعد أن تتحول الأشهر إلى سنين، فإن سعادتك الرومانسية، تبدأ في النضج نحو الاتحاد العميق: ارتباط طويل، أما الاتقاد الرومانسي فقد يستمر في بعض العلاقات الطويلة.^{٦٧} وهذه العواطف يمكن أن تظل قوية، أثناء الإجازات، وبعض الأوقات الأخرى، كالأحداث الجديدة، والمغامرات. لكن النشوة الرعوية، الحبور، والطاقة العنيفة الجامحة، والتفكير الوسواسي بالمحبيب، يضمحل على وجه العموم، مفسحاً الطريق لمشاعر الأمان، والاحتواء، تحديداً، كيف يمكن للمخ أن يقمع العاصفة المبكرة، للعواطف الرومانسية، لا أحد يعرف. أحد ثلاثة أشياء يمكن أن تحدث: إما أن مناطق المخ، التي تُنتج وتنقل «الدوبامين»، ومن ثم على الأغلب «النوريبينفرين»،

تبدأ في توزيع أقل من هذه المنشطات. أو أن أماكن المستقبلات لهذه المواد الكيميائية، التي ارتفعت في النهايات العصبية، تُصبح أقل حساسية بشكل تدريجي.^{٦٨} أو أن بعض الكيمياءيات الأخرى في المخ تبدأ في الاختفاء أو العمل ضد كيمياءيات العاطفة. لكن على أي حال، فأياً ما كان السبب البيولوجي، فإن الجسم يبدأ في الهمود تدريجياً.

هذا التدهور في الحب الرومانسي، هو بلا جدال فعل تطوري. فالغرام الشديد يستهلك وقتاً وطاقة هائلة، وسوف يكون قراراً محطماً لسلامة الدماغ، والنشاطات اليومية (بما فيها تربية الأطفال)، كي تقضي سنوات متبعثراً بوسوسة عن المحبوب. وبدلاً من ذلك، فإن هذه الدوائر المخية، تطورت مبدئياً لسبب واحد، أن تقودنا للبحث والعثور على شريك مميز للمواعدة، حصرياً، معه أو معها، حتى يتمّ الزواج. عند هذه النقطة، فإن الأسلاف من الأزواج احتاجوا للتوقف عن التركيز على بعضهم البعض، والبدء ببناء عالم اجتماعي آمن؛ حيث يستطيعون تربية طفلهم الثمين معاً.

لقد حبتنا الطبيعة بالعاطفة، ثم تعطينا السلام، حتى ننعق في الحب من جديد.

(١٥) اجعل الحب يدوم

لا يزال بعض الناس يستطيعون البقاء في الحب بحماس، طول العمر.^{٦٩} بعض الأزواج الذين تزوجوا منذ أكثر من عشرين عاماً، أقرُّوا أنهم لا يزالون في الحب، حتى الآن.^{٧٠} في الواقع، فإن بعض الدراسات البارزة، أظهرت أن الرجال والنساء الذين تزوجوا، منذ أكثر من عشرين عاماً، أكثر رومانسية، من هؤلاء، الذين مضى على زواجهم خمس سنوات فقط.^{٧١} لقد أحرزوا نقاطاً كبيرة، كالتالي يسجلها طلاب المدارس الثانوية.^{٧٢}

لقد قابلت أزواجاً، مثل هؤلاء حديثاً، على عشاء عمل، وجدت نفسي أجلس بجوار رئيس واحدة من أكبر المنظمات غير التجارية، وهو في منتصف العمر، وكان وسيماً، لامعاً، ولطيفاً. وحينما اكتشف أنني أكتب كتاباً عن الحب الرومانسي، أخبرني أنه لا يزال في حالة حب مع زوجته، وكاناً متزوجين منذ ستة وعشرين عاماً. وفي الشهر التالي، كنت محظوظة بما فيه الكفاية، كي أقابلَ زوجته، وهي سيدة أنيقة، وذات أدب، ولم تُدرك أنني تحدثت مع زوجها، وقد أقرت واعترفت بأنها لا تزال تحب زوجها كثيراً جداً، وحينما انضم إلينا زوجها، تجرأتُ لأسأل كليهما: كيف حافظاً على عاطفتها، من التسلل والنفاد؟ ردَّت هي: المرح، بينما قال هو: الجنس.

لم أكن متفاجئة بإجابتهما، حس المرح والفكاهة، يستند على التجديد والإبداع، غير المتوقع، وهو ما يعمل على رفع مستويات الدوبامين بالدماغ. والجنس يصاحبه ارتفاع

مستوى التيسيتيسترون، وهو في سلسلة تفاعلية، يستطيع أن يزيد من الدوبامين كذلك. إن هذا الثنائي الكاريزمي «ذا الصفات الفاتنة للآخرين»، استطاعا إبقاء حبهما حياً، بشكل أو بآخر، فلقد كان كلاهما لديه مهنة استثنائية ومثيرة، ويصنعان العديد من الأشياء، غير المعتادة سويًا. لهذا فأنا أعتقد أن أسلوب حياتهما يحفز مستوى «الدوبامين»، ومن ثم استمرار عاطفتهم الرومانسية.

كتبت «أنا تول فرانس»: «ليس مألوفًا، أن أحب ما لديّ.»

ولكي نواجه هذا الفكر التقليدي، ينصح المعالجون الناس أن يتبعوا ممارساتٍ قياسيةً متعددة، الالتزام، الإنصات المتمعن لشريكك، اسأل سؤالًا، أعطِ إجابةً، أعطه قدره، ابقَ جذابًا، احتفظُ بنموك ونضجك العقلي، احتوها، أعطه خصوصيته، كُن أمينًا وجديرًا بالثقة، أخبر شريكك بما تريد، تقبّل أوجه القصور، فيه أو فيها، راعِ عاداتك، مرّن حسك الفكاهي، احترميه، احترمها. وإيم، جادل بشكل بناء، أبدًا لا تُهدد بالهجر، انس الماضي، ارفض الخيانة الزوجية.

لا تفترض أن علاقتكما سوف تستمر للأبد، لكن ابنيها يومًا بيوم، ولا تكفّ أبدًا عن كلّ هذا. والعديد من العادات الحكيمة يمكنها أن تبقى، مشاعر الارتباط الطويل. لكن ليس من المرجح أن ترفع مستويات الدوبامين، أو تبقى عاطفة الحب الرومانسي. التيكنيكات (الوسائل) الأخرى يمكنها أن تحافظ على الشعلة متقدة. وينصح «خليل مطران» قائلاً: «لتجعلًا هناك حيّزًا في وحدتكما.» وعلى الرغم من أن الشاعر اللبناني، بالتأكيد لا يعرف ذلك، فإن نصيحته سليمة للإبقاء على البيولوجيا المصاحبة للحب الرومانسي. وكما ذكرنا سابقًا، إذا تأخرت المكافأة في المجيء فإن التأخير يُطيل أمد نشاط خلايا الدوبامين، مزيدًا من السرعة، لهذا المنشط الطبيعي، لمراكز المكافأة بالمخ.^{٧٣} على الرغم من هذا، فإن الرجال يفضلون الخصوصية والاستقلالية، أكثر من النساء، فإن لكلا الجنسين التبعاد،^٣ بالتأكيد يساعد على استمرارية العاطفة الرومانسية، نظرًا لما نعرفه عن الحب، بالتأكيد سيكون من الحكمة الانخراط فيما يُطلق عليه المعالجون «وقت المواعدة».

تطوير نسق من الاهتمامات الشائعة، واجعل نقطة لفعل ما هو جديد ومثير معًا.^{٧٤} التنوع، التنوع، يُنشط مراكز البهجة، في الدماغ.^{٧٥} ويحافظ على مناخ الرومانسية.

^٣ كما في الإجازات الزوجية. (المترجم)

(١٦) العاطفة والمنطق

منذ زمن الإغريق القدامى، اعتبر الشعراء والفلاسفة، وكتّاب المسرح، العاطفة والمنطق، ظواهر منفصلة، ومستقلة، وحتى متعارضة.

وقد لخص «أفلاطون» هذا الانقسام، قائلاً: «إن رغبات المرء، مثل الجياد البرية، والعقل كان العجلة الحربية، التي يجب عليها كبح وتوجيه هذه الرغبات الشديدة.»^{٧٦} الاعتقاد أن المرء يجب أن يستخدم العقل كي ينتصر على رغباته الأساسية، تدفقت عبر العصور. اللاهوت المسيحيون الأوائل، عززوا هذا الإدراك في التفكير الغربي: المشاعر والرغبات فتن، خطايا يجب أن تُقهر بالعقل، وقوة الإرادة.

علماء الأعصاب يؤمنون الآن، مع ذلك، بأن العقل والعاطفة لا محالة مرتبطان في المخ. وأنا أعتقد أن هذه الارتباطات تقول شيئاً مهماً عن التحكم في الحب الرومانسي. وربما نتذكرون أن القشرة المخية ما قبل الجبهية للمخ تقع مباشرة خلف جبهتك، لقد تمددت بشكل كبير في الحجم، أثناء إنسان ما قبل التاريخ، وتكرست في معالجة المعلومات. إنه مركز الأعمال في العقل، مع القشرة ما قبل الجبهية (وترابطاتها)، فأنت تجمع وتعطي الأوامر التي تكتسبها/اكتسبتها، من الخطط وصناعة القرار.

لكن القشرة ما قبل الجبهية، لها ارتباطات مباشرة مع العديد من المناطق، التي تقع تحت القشرة المخية، متضمنة مراكز العاطفة، التركيب اللوزي «الأميجدالا» Amegdala، ومراكز الدافعية، النواة المدنّبة، وأخرى والعديد منها.

إذن التفكير، والعاطفة، والذاكرة، والدافعية، مندمجان ومتكاملان بشكل وثيق.^{٧٧} إن العقل والعاطفة مرتبطان ارتباطاً لا ينفصم.

في الواقع، فإن المرء نادراً ما يفكر، بدون مشاعر مصاحبة وحث، والمرء قلما يكون له مشاعر ورغبة، بدون أفكار مصاحبة.^{٧٨}

ولسبب معقول، قال عالم الأعصاب «أنطونيو داماسيو»: «بدون مشاعر واحتياجات، لا نستطيع تعيين قيم مختلفة لاختيارات مختلفة؛ فأفكارنا، منطقتنا، قراراتنا، سوف تكون جامدة، بدم بارد، تفتقد المكونات العاطفية الحية، التي نحتاجها لنوازن المتغيرات، ونصنع الخيارات، سوف نصبح أرواحاً من ثلج.»^{٧٩}

عالم الأعصاب «جوزيف لودو»، اكتشف أن المخ له طريقان لإدماج المشاعر والعقل: «الطريق العالي»، و«الطريق السفلي».^{٨٠} وكلاهما مترابطان بجهاز الإثابة بالمخ، باحتياجاته ودوافعه.

فحينما يستقبل الفص اللوزي الإشارات مباشرة من القشرة المخية ما قبل الجبهية، لنتحكم في أنفسنا؛ فنحن نفكر قبل أن نشعر ونتحرك. هذا هو «الطريق الواسع العالي». لكن «الأميجدالا» أيضاً تستقبل معلومات مباشرة من مناطق الإحساس بالقشرة المخية، والتي تتجنب منطقة القشرة، ما قبل الجبهية، الجزء المنطقي في المخ، هذا هو «الطريق السفلي»، وهو غير منطقي، عاطفي بقوة، أكبر بكثير من «الطريق العالي»، وصعب كبّحه جداً.

هذا الطريق السفلي يمكّن المحب من أن يجربّ النشوة الهائلة واللهافة، فيما يرون محبوبهم، حتى قبل أن يفكروا بعقلانية عنه أو عنها.

لكن هذا الطريق يستطيع أن يغمّر المحب، المحبط، في غفلة، بغضب عارم خارج عن الإرادة، ويستفزههم كي ينفجروا باندفاعية، بضرب، أو حتى بذبح حبيب القلب! هناك بطانة فضية لشبكة المخ؛ فنحن البشر نستطيع أن نأخذ «الطريق العالي»، حيث القشرة الجبهية تستطيع وغالبًا ما تمارس تحكّمًا على الفص اللوزي، والباقي من أجهزة المخ، الأقدم تطورًا، التي تولد مشاعرنا ودوافعنا،^{٨١} وكما قال الفيلسوف جون ديوي: «العقل بداية فعل.»

وأنا أوافق على أن الفص الجبهي للإنسان، الإنجاز الأكبر للحياة على الأرض، بُني كي يفعل الأشياء، كي يحشد المعلومات بطريقة فريدة، يُعلل، يتخذ القرارات، ويتجاوز دوافعنا الأساسية.

وكما وضعها «أرسطو طاليس»: «المخ، يضبط الحرارة، ويغلي القلب.»
يمكننا السيطرة على الدافع إلى الحب، كيف سيكون هذا قويًا، زئبقياً متقلبًا، قوة بدائية في عالمنا الحديث؟

(١٧) أعلام الفصل الثامن

فولتير Voltaire (١٦٩٤-١٧٧٨م): اسمه الحقيقي فرانسوا ماري أرويه، كاتب فرنسي شهير، عاش في عصر التنوير، وكان مدافعًا بقوة عن الإصلاح الاجتماعي.
سو تانج بو Su Tang Bo: شاعر صيني شهير، وُلد في عام ١٠٣٦م، وتأثر بالطاوية والبوذية.

ألين كارتير Alain Cartier (١٣٨٥-١٤٣٠م): شاعر وكاتب سياسي فرنسي.
بنجامين فرانكلين Benjamin Franklin: أحد الآباء المؤسسين للولايات المتحدة الأمريكية وكاتب وسياسي، شغل عدة مناصب سياسية منها حاكم ولاية بنسلفانيا، وأول

سفير أمريكي لفرنسا، كتب تقويم ريتشارد المسكين، وهو اسم مستعار انتحله ليكتب هذه القصص المسلسلة لمدة ٢٥ عامًا، وقد كانت نائعة الصيت في الولايات المتحدة الأمريكية وخارج حدودها كذلك.

بترارك Petrarch (١٣٠٤-١٣٧٤م): باحث وشاعر ومعلمٌ إيطالي شهير.

تشارليز ديكنز Charles Dickens (١٨١٢-١٨٧٠م): روائي إنجليزي وعالمي شهير، من أشهر أعماله أوليفر تويست، وقصة مدينتين.

وليم كافينديتش William Cavendish (١٥٩٢-١٦٧٦م): دوق نيوكاسل، وكان من أسرة ثرية وشاعر.

جبران خليل جبران Khalil Gibran (١٨٨٣-١٩٣١م): كاتب وفنان ونحات لبناني الأصل، هاجر للولايات المتحدة الأمريكية، ومن أهم أعماله كتاب النبي.

ماري وولستون كرافت Mary Wallstonecraft (١٧٥٩-١٧٩٧م): كاتبة وفيلسوفة إنجليزية، مؤسسة الحركة النسائية الإنجليزية.

جون دوي John Dewey (١٨٥٩-١٩٥٢م): فيلسوف أمريكي وأخصائي نفسي ومصالح اجتماعي خصوصًا في مجال التعليم.

أنطونيو داماسيو Antonio Damasio: وُلد في لشبونة عاصمة البرتغال عام ١٩٤٤م. أستاذ علم الأعصاب بجامعة كاليفورنيا، ترأس معهد المخ والإبداع، وله عدة مؤلفات واسعة الانتشار وصاحب فرضيات تربط بين المشاعر الإنسانية والتركيب البيولوجي للمخ.

جوزيف لو دو Joseph E. leDoux: وُلد في ١٩٤٩م، عالم أعصاب معاصر بجامعة نيويورك بالولايات المتحدة الأمريكية ومدير مركز علم الأعصاب للخوف والقلق بنيويورك، له عدة أبحاث متعددة عن بيولوجية العواطف وخاصة الخوف والذاكرة، ومن مؤلفاته كتاب «المخ العاطفي» ١٩٩٦م.

أناتول فرانس (١٨٤٤-١٩٢٤م): روائي وشاعر وصحفي فرنسي شهير.

الفصل التاسع

جنون الآلهة

انتصار الحب

أيها الحبُّ — كم أنت عميقُ —
ليس بوسعي عبورك،
ولكن، هل كان هناك اثنان
بدلاً من واحد —
مجدافان وسفينة — وصيفُ هائل ذو سلطان.
مَنْ يدري —
ولكننا قد نصل إلى الشمس.

إميل ديكنسون
«أيها الحب، أنت عظيم.»

«تلك الأيام، لا شيء مستحيل في هذا العالم. بوسع المرء أن يفعل أي شيء. منحتُ صلاتي اليوم لـ شيري باشوباتيابا لكي يتطور حبُّنا أكثر فأكثر امتلاءً، حتى يكبر ويزدهر في المستقبل، حتى يُزهر ويُزهر.»^١
كتبت «فايرا بهادر» تلك الكلمات إلى «شילה» في إحدى القرى بنيبال عام ١٩٩٠م. إنها واحدة من مئات رسائل الحب التي جمعتها عالمة الإنثروبولوجي «لورا أهيرن» حينما كانت تعيش في تلك المقاطعة التي تبعد حوالي مائة ميل جنوب غرب كاتماندو.

على مدى قرون، ظل الآباء في نيبال يرتّبون زواج أولادهم تبعًا لعلاقات شديدة التعقيد من الأقارب والطائفة. حتى إن العريس والعروس يتبادلان كلماتهما الأولى معًا يوم الزفاف. ولكن، بعد اختراع الكهرباء، وانتشار علاقات الحب الهندية في قاعات عرض الأفلام، ومع التعليم، ومعرفة القراءة والكتابة، ظهر تقليدٌ جديد: رسائل الحب. ومنذ ١٩٩٣م، كان ٩٠٪ من بين كل الذين تزوجوا قد هربوا مع شخص يحبونه.

وفيما بدأت التجارة، الصناعة، الاتصالات، والتعليم في الانتشار حول العالم، بدأ الرجال والنساء في تطوير طرائق ترتيب زيجاتهم من أجل اختيار آباء وأمهات لأطفالهم ممن يحبون.^٢ كما قد تذكرون، في دراسة حديثة تمت على سبعة وثلاثين مجتمعًا، من البرازيل وحتى نيجيريا إلى إندونيسيا، صنّف الرجال والنساء الحبّ، والانجذاب المتبادل باعتباره المعيار الأول لاختيار شريك الزواج.^٣ فقط في الهند، وباكستان، وبعض البلاد الإسلامية الأخرى، وبعض من صحراء أفريقيا، وأماكن قليلة أخرى؛ حيث الفقر منتشر والعائلات الممتدة حريصة على الحياة، يظل أكثر من ٥٠٪ من الرجال والنساء يتزوجون ممن يأمر بهم آباؤهم.^٤ وحتى في تلك الأماكن، يذهب الآباء الذين يخطبون لأولادهم للقاء آباء الأسر الأخرى ليقروا قبولَ الزيجات أو رفضها.^٥ ليس كل تلك الزيجات ناقصة الحب.

على العكس، في الهند، يقول الناس عادة: «بمجرد زواجنا، وقعنا في الحب.»^٦ ولكن معظم الرجال والنساء حول العالم اليوم يختارون شركاءهم بأنفسهم، وهو ما يسميه الصينيون: «الحب الحر.»

(١) إعادة انبعاث الحب الرومانتيكي

ازدهار الحب الرومانتيكي في الزواج، الاحتفال الوجودي بهذه العاطفة في الأفلام، والمسرحيات، والقصائد، والأغاني، والكتب، وشلال المناقشات حول العالم حول الرومانسية في التليفزيون والراديو، والإيمان بأن الحب هو حجر الأساس في شراكة الرجل-المرأة، كل هذا نتيجة العديد من التوجهات الاجتماعية. ولكن القليل منها مهمٌ على وجه الخصوص. أحدها هو ارتفاع درجة الاستقلالية الفردانية والموجات المصاحبة لذلك من نزول المرأة لسوق العمل مدفوع الأجر.

على مدى ملايين السنين ظل أسلافنا يعيشون على القنص الصغير وتجميع العصبيات. كان كلا الجنسين يعملان. بينما كان الرجال يتنقلون من مكان إلى مكان من

أجل القنص، كانت النساء يُقمن بجولات طويلة على الأقدام من أجل تجميع الخضراوات والفاكهة، وكانت النساء يوفرن حوالي من ٦٠٪ إلى ٨٠٪ من الاحتياجات اليومية. كان الرجال المميزون من ذوي الشعبية، وربما بعض النساء الكبيرات القويات، يقودون العُصبة. التقاليد تربط الجميع بالقواعد الاجتماعية كافة المتألفة المتعارف عليها بين أفراد القبيلة. ولكن الرجال والنساء كانوا أحرارًا لكي يصنعوا قراراتهم الشخصية كافة، وكان الأفراد مستقلين نسبيًا ويمتلكون حرية التعبير.

الحياة في مجتمعات القنص/التجميع المعاصرة تُوحى بأن آباءنا الأسلاف (لكي يخدموا أغراضهم الاجتماعية) كانوا يختارون أول أزواج بناتهم.^٧ كانت التزاماتهم تتلاقى، على كل حال، فكانوا يُلقون ببعض الأعباء الصغيرة على الصغار لكي يحافظوا على الأداء. لهذا كانت معظم الخطوبات تُخفق. وكان المطلقون يلتقون الرفيق الثاني وربما الثالث لأنفسهم حين يقدرون. النساء كنَّ قويات، اقتصاديًا، جنسيًا، واجتماعيًا. وحينما كان الأزواج يجدون أن ليس بوسعهم العيش معًا في تناغم، بوسع كلٍّ منهما أن يعرض الانفصال. على مدى ملايين السنين كان أجدادنا يتزوجون غالبًا من أجل الحب.

منذ بضع عشرات الآلاف من السنين تحوّلت حياة الإنسان على نحو مثير. بينما استقر أسلافنا في الحقول، بدأت تتآكل بالتدريج الاستقلالية الفردانية والاتزان الاقتصادي في السلطة بين الجنسين. وارتفعت التراتبية الاجتماعية والسياسية المقننة. وما إن بدأ الرجال من إنجلترا إلى الصين ينقون الحقول ويُفلقونها، ويأتون بإنتاجهم للسوق المحلية، سرعان ما امتلك الرجال الأراضي، والمواشي، ومعظم ثروات العائلة الأخرى. لم يعودوا قادرين على التجوال وجمّع طعام المساء، بل ارتبطوا بمهام الدرجة الثانية في الزراعة والبقاء في المنزل، مفتقدين الملكية والتواصل مع التعليم، وفقدت النساء مكانتهن القديمة في كل الثقافات حول العالم.^٨ والأكثر من ذلك، أصبح الزواج مشروع عمل، تبادل ملكيات، روابط سياسية، ووثاقًا اجتماعيًا.^٩ لا الولد ولا البنت بوسعهما الزواج من أجل الحب.

الحب الرومانتيكي لا يمكن خنقه. الغني يتخذ الخليلات أو الزوجة الثانية؛ بينما الفقير غير مالك الأرض يتزوج من أجل الحب.^{١٠} ودون شك، كان الكثير من الرجال والنساء المرتبطين بوثاق الخطوبة يقعون في الحب فيما بينهم. احتفت الشعوب أيضًا بالحب في الأساطير والحكايا الخرافية، وفي المسرح، والأغاني، والقصائد، واللوحات التشكيلية. ولكن قدماء المصريين، والإغريق، والرومان، والمسيحيين الأوائل، والمسلمين، والهنود، والصينيين، واليابانيين، وغيرهم الكثير من العالم التاريخي عادة ما كانوا يتزوجون للواجب، للمال،

للترابط وبناء الجماعة، وليس من أجل الحب. بالفعل، كان الحب الرومانتيكي متخوفاً منه في معظم مناطق آسيا وأجزاء من أفريقيا. تلك القوة السحرية التي بوسعها دفع الإنسان للقتل أو للانتحار، وربما ما هو أسوأ، بوسعها أن تُربك الشبكة الرقيقة للروابط الاجتماعية.

مع تزايد التجارة والمدن، ثم بعد ذلك مع الثورة الصناعية، بدأ العديد والعديد من الأوروبيين والأمريكان رجالاً ونساء يهربون من حياة الحقول. بدءوا يتحررون من شبكة علاقات الدم البدائية المحلية، وعاش المزيد والمزيد من الرجال والنساء وحدهم.^{١١} ومع القرن التاسع عشر، بدأ الرجال والنساء يتزوجون من أجل الحب — بفرض أن آباءهم موافقون على ذلك.^{١٢} «سهم كيوييد المشتعل»، كما يُطلق شكسبير على الحب الرومانتيكي، اخترق قلب شعوب الغرب.

دخول النساء المنتظم لساحة العمل مدفوع الأجر خلال القرن العشرين وفي عمق القرن الواحد والعشرين نشر الرغبة في الزواج عن حب على نحو أبعد وأوسع. امتداد الوظائف الكتابية، وازدهار التخصصات القانونية، وارتفاع الوعي وصناعة الرعاية الصحية، وانتعاش الخدمات الاقتصادية العالمية، وانبعث المنظمات غير الربحية، وطفرة عصر الاتصالات جميعها جذبت المرأة إلى سوق العمل.^{١٣} وكنتيجة لهذا، استعادت المرأة سلطانها الاقتصادي، مثلما استعادت الصحة والتعليم، تقريباً في كل مكان.^{١٤} وما إن أصبحت مستقلة اقتصادياً، أصبحت تلك النساء راغبات في الحياة مع شركاء يحبنهم. «أنا أحبك». في استطلاع الرأي عام ١٩٩١م، سجل ٨٦٪ من الرجال و ٩١٪ من النساء أنهم لن يقولوا هاتين الكلمتين لشخص لا يحبونه، حتى ولو امتلك هذا الشخص كلّ المزايا التي كانوا يبحثون عنها في شريك الحياة.^{١٥} الصينيون في هونج كونج متساوون في تقرير الزواج عن حب. في استطلاع أُجري في التسعينيات، قال فقط ٨,٥٪ من أولئك الرجال والنساء أنهم قد يتزوجون شخصاً لا يحبونه.^{١٦} والأكثر إثارة، أن حوالي ٥٠٪ من الرجال والنساء الأمريكيان الآن يؤمنون أن من حقهم الحصول على الطلاق لو خفّت عاطفة الحب.^{١٧}

النساء أيضاً يرفضن تعدد الزوجات أو تعدد العلاقات. حوالي ٨٤٪ من المجتمعات حول العالم تسمح للرجل أن يكون له أكثر من زوجة في الوقت نفسه. تقليدياً فقط نجد ٥٪ إلى ٢٠٪ من الرجال بالفعل يملكون ما يكفي من الثروة والمكانة لاجتذاب زوجات عديدات. لكن النساء ممن يتحملن تلك الروابط: غالباً يرين أنها من الأفضل أن

تكون الزوجة الثانية لرجل ثري عن أن تكون الزوجة الأولى لرجل فقير. ولكن بينما استعادت المزيد من النساء سلطانهن الاقتصادي خلال العقود الحديثة، القليل منهن يتحملن التفضيلية، الغيرة، الشجار الناجم عن التشارك في زوج واحد. وكما تقول فاطمة سناطي من طهران، إيران: «ليس بوسع المرأة تحمّل تلك الأمور»^{١٨} ليس فقط الجنس البشري الذي استعاد الاستقلال الشخصي والاجتماعي والسياسي، والمساواة الجنسية؛ نحن كذلك لدينا المزيد من الوقت.

(٢) وقت من أجل الحب

الرجال والنساء يعيشون عمراً أطول. يعتقد الأنثروبولوجيون أن المدى العمري الطبيعي للإنسان لم يتغير على الأقل خلال مليون سنة. لكنّ اليوم أعداداً كثيرة من البشر يعيشون ويتجاوزون مخاطر الطفولة، وعدوى أمراض الطفولة، والحوادث، وموت الولادة، والعنف الذكري-ذكوري، فيصل الكثير والكثير إلى الأعمار المتقدمة. عام ١٩٠٠م، كان ٤٪ فقط من الأمريكيين يتجاوزون عمر الـ ٦٥ عاماً، اليوم ١١٪ يصلون إلى هذه السن؛ ومع عام ٢٠٣٠م سيصل حوالي ٢٠٪ من الأمريكيين إلى عمر أكبر من الخامسة والستين، ومع عام ٢٠٥٠م، سيكون حوالي ١٥ إلى ١٩٪ من إجمالي تعداد العالم إلى أكثر من ٦٥ عاماً كذلك.^{١٩}

الكثير من المسنّين الآن يعيشون وحيدين، أيضاً، أكثر مما يعيشون مع أولادهم. وهم بصحة جيدة. في الحقيقة يقول بعض الديموغرافيين إن علينا أن نبدأ في التفكير في أن منتصف العمر يمتد ليصل إلى سنّ الخامسة والثمانين، لأن ٤٠٪ من الرجال والنساء في هذا العمر يكونون بكامل طاقاتهم الوظيفية.^{٢٠} إن البشرية تكتسب مزيداً من الوقت من أجل الحب.

التكنولوجيا تمدّد يد المساعدة. مراهم ولصقات هرمون الذكورة، التستوستيرون، الآن تحافظ على الدافع الجنسي نشطاً. وتمكن الفياجرا والعقاقير الأخرى كبار السن من الرجال من تحسين الأداء في الفراش. ونظام العلاج بالأستروجين يحافظ على انتعاش ميكانيزمات المرأة. ومع الابتكارات الجديدة في الجراحات التكميلية والمراهم والملابس بكل درجات اللمس، والشكل، والموديل، أصبح الرجال والنساء قادرين على التعبير عن مشاعرهم الجنسية تقريباً حتى لحظة الموت.

لقد بدأنا مبكراً أيضاً. في مجتمعات القنص/التجميع يبدأ الأطفال في اللعب لعبة الجنس والحب مبكراً عند الخامسة من العمر أو السادسة. ولكن لأن البنات نحيلات

لماذا نحب؟

ويؤدين قدرًا هائلًا من التمارين، تصل البنت للبلوغ بوجه عام عند السادسة عشرة أو السابعة عشرة، وتحمل طفلها الأول في العشرين من عمرها. الأطفال في عالمنا الحديث أيضًا يلعبون لعبة «البيت» و«الطبيب» في أعمار صغيرة. ولكن مع أسلوب حياتنا ذي طبيعة الجلوس الطويل والطعام الغني بالدهون، تصل البنات في المجتمعات الصناعية المتقدمة إلى سنُّ البلوغ حول سن الثانية عشرة والنصف. الكثرات والكثيرات يُصبحن حوامل مبكرًا فور بداية دورة البلوغ ودورة مشاعر الرومانسية قبل المتوقع بمدة طويلة.

(٣) الحب لا عمر له

لكن الطبيعة تنحت الفرصة. بالفعل، نحن مبنون لكي نحبَّ في أي عمر. الأطفال يقعون في الحب. في إحدى الدراسات المهمة عن رومانسية الطفولة، سجَّل حوالي خمسة من الصغار فقط أنهم أحبوا مثل أولئك في عمر الثامنة عشرة. ٢١ ولاحظتُ هذا بنفسني. استمعتُ مؤخرًا إلى ولد في الثامنة من عمره يحكي عن بنت يعبدها في الثامنة من عمرها. لا يقدر على التوقف عن التفكير فيها. كان يستدعي تفاصيل أسلوبها في كل شيء خلال أوقاتها معًا. وكان يشعر بالزهو حينما تُكلِّمه في المدرسة. الرجال والنساء في عمر السبعين والثمانين، وحتى التسعين، أيضًا يشعرون بسحر الحب. ٢٢ وقع أحد أصدقائي في الحب في سن الثانية والتسعين. كانت زوجته قد ماتت منذ خمس سنوات، وارتبط بصديقة قديمة لعائلته. همُّ الوحيد كان أنها تصغره بكثير. كانت في السادسة والسبعين. على نحو مثير، في دراسة حول ٢٥٥ من المراهقين، والشباب، ومنتصفي العمر من الرجال والنساء، ومواطنين مسنِّين، وجد العلماء أنه لا توجد فروق حادة في مشاعر الهوى بينهم؛ الرجال والنساء يحبون بالقوة نفسها وهم في الستين من عمرهم تمامًا كما كانوا في السادسة عشرة. ٢٣ يفعل المسنون معًا أشياء خيالية ومتنوعة أكثر. ٢٤ ولكن العمر لا يصنع أيَّ اختلاف في المشاعر الرومانتيكية.

(٤) لماذا نحب

أطلق الإغريق القدامى على الحب: «جنون الآلهة». لماذا لهذه العاطفة أن تنفجر في أي عمر؟ لأن الدافع للحب إنما هو ميكانيزم متعدد الوظائف.

حينما يقع الأطفال في الحب، فإنهم يقومون بتكتيكات مغازلة، مبدئين كيف ومتى وأين يقومون بالغزل. الأولاد والبنات يتعلمون ماذا يجذب الرفيق، وماذا يؤدي للعكس، كيف يقولون نعم وكيف يقولون لا، كما يتعرفون على المشاعر التي ترافق الرقص. إنهم يتحضرون للفصل الدرامي الأهم في الحياة: مطاردة رفيق يستحق المطاردة. للمراهقين مهمة أكثر صعوبة. وقت الغزل يُداهمهم. يتخذون أشكالاً بدائية للتودد. بينما يفحصون باندفاع فرص مواعيدهم الغرامية، يلزم ذلك القبض على المعرفة بأنفسهم وبالآخر لكي يطوروا مداركهم حول ما يفضلون وما لا يحبون من خصال.^{٢٥}

معظم الرجال والنساء حول العالم يتزوجون في عشرينياتهم.^{٢٦} الحب الرومانتيكي الآن يقوم بخدمة هدفه الأبدي في التخلص من الشركاء غير المناسبين، انتصاراً للتركيز بكامل الانتباه على الآخر «المخصوص»، من أجل تشكيل رباط-زوجي اجتماعي مشهود مع هذا المحبوب، والبقاء مخلصاً له أو لها جسدياً، على الأقل بما يكفي لِيُنتج طفلاً معاً. في بعض تلك التزاوجات، تدمر تلك العاطفة هذه الرابطة بعد برهة، حينما يقع أحد الطرفين في غرام رفيق آخر ليكون رباطاً جديداً (دون وعي) لكي يُنتج صغاراً جديداً. في تزاوجيات أخرى، يعمل الحب الرومانتيكي على أن يلتصق الزوجان ببعضهما ببعض ومن ثم يدعم ذريتهما معاً لسنوات عديدة.

تُعرف تلك الاتحادات الزوجية الطويلة الأمد بـ «الزواج المتناغم» أو «زواج الأنداد النبيل»، وهو الزواج بين ندين حيث يعمل الزوجان ويتشاركان ويتقسامان الودَّ والحب والواجبات المنزلية.^{٢٧} لأن النساء دخلن قوة سوق العمل المدفوع الأجر، تكهن علماء الاجتماع بأن الزواج الندي المتناغم سوف يكون الصورة الأكثر شيوعاً للقرن الواحد والعشرين.^{٢٨} ولأن تعداد السكان يصل إلى أعمار أكبر، ربما ستظل معدلات الطلاق ثابتة لسنوات قادمة.^{٢٩} إيجاد الخليط المناسب من الاستقلالية الذاتية والتقارب ربما سيكون الموضوع المركزي بين الكثيرين في تلك العلاقات الندية المتناغمة.

لماذا يقع المسنون القدامى في الحب؟ الرومانسية بين كبار السن ربما كان لها أيضاً وظائف متبناة بين أسلافنا القدامى في العصور السحيقة. تلك العاطفة كانت تعطي الرجال والنساء المسنين الطاقة، وجنس الخريف الذي يجعل الجسد ليئناً، ويكون سبباً ليحافظ عليهم أعضاء ذوي حيوية في الجماعة، ويقدم للمسِنَّ شريكاً بوسعه أن يمنحه الدعم الجسدي والعاطفي. لا تزال الرومانسية بين العجائز تخدم تلك الأهداف الأبديّة. حتى وقت قريب كان الرجال المسنون حول العالم يبحثون عن نساء أصغر عمراً. لهذا يتوقع الناس أن فرصة النساء المسنَّات في الحب أقل. لكن الذائقة الذكورية تلك

قد تتبدل-جزئياً بسبب تكاليف تنشئة أطفال. اليوم تُنفق الأسرة الأمريكية من الطبقة العاملة على الأقل ٢٣١٠٠٠ دولار على الطفل قبل أن يصلَ إلى عمر الثامنة عشرة، وتُنفق الأسرة من الطبقة المتوسطة أكثر من هذا، قبل أن يدفعوا مصاريف الجامعة.^{٣٠} لهذا يصبح الرجال المسنون أكثر حذرًا من النساء اللواتي يردن أن يحملن وينجبن.^{٣١} الرجال الشواذ والسحاقيات في كل الثقافات يشعرون أيضاً بالحب الرومانتيكي. كما قد تتذكرون من الفصل الأول، أظهر استطلاعي حول الحب الرومانتيكي أن الشواذ من الرجال يعانون من «متلازمة تعرُّق كف اليد» أكثر من بقية المشاركين. أشعر أن أولئك الرجال والنساء يحملون في أمخاخهم بالضبط الدوائر الكهربائية البشرية نفسها والكيمياء الخاصة بالحب الرومانتيكي مثلهم مثل أي أحد آخر. أثناء تطورات الرحم أو أثناء الطفولة، يتطلب أولئك البشر على كل حال تركيزًا أكبر على عواطفهم.

(٥) الاندفاع نحو الحب

مرحبًا بصحوة الحب الرومانتيكي-بكل أحلامه وأحزانه. تلك العاطفة أصبحت عزيزة في عالمنا الحديث. الملايين اليوم يبحثون عنه. في أمريكا ثمة حوالي ٤٦ مليون امرأة عذباء و٣٨ مليون رجل أعزب فوق سن الثامنة عشرة.^{٣٢} ٢٥٪ انضموا لخدمة التواعد طلبًا للحب الحقيقي، وأكثر من هذه الأعداد يُرسلون للإعلانات الشخصية في الصحف والمجلات.^{٣٣} عام ٢٠٠٢م حققت إعلانات التواعد على الإنترنت في أمريكا أكثر من ٩١٧ مليون دولار.^{٣٤}

ولكن بكل السبل في رحلة البحث عن الحب الرومانتيكي، كان الأكثر لفتًا للانتباه بالنسبة لي هو تعدد الحب، أي اتخاذ أكثر من حبيب. الرجال والنساء متعدّدو الأحبة يصنعون علاقات مع أكثر من شخص في الوقت نفسه. هم يؤمنون أن شخصًا واحدًا لا يفي بكل احتياجات المرء، لكن أحدًا منهم لا ترقى علاقته إلى زواج مستقر مُرَضٍ طويل الأمد. لهذا يتفق الزوجان على أن يُخلصا لبعضهما البعض، وعلى وضع عدة قواعد للحذر، ليبدأ رحلة الرومانسية. بهذه الطريقة، فإنهم يقتنعان بأن كلاً منهما بوسعه أن يستمتع بمشاعر الاتصال بشريكه في علاقة حب رومانتيكي.^{٣٥} وجليُّ أن تكون مجلتهم البارزة بعنوان «الحبُّ أكثر».

تعدُّد الحب أمرٌ طوباوي، وغير عملي. كما تعلمون، الحب الرومانتيكي متشابكٌ في جدلية مع شبكة دوائر الدوافع/العواطف في المخ، بما فيها دوافع التزاوج البدائية، الشهوة

والتجاذب الذكري-الأنثوي. ذكرتُ من قبل أنه على الرغم من أن تلك الأنظمة المخية تتفاعل على نحو منظم، إلا أن بوسع كلٍّ منها أن يعمل باستقلالية. بالفعل، بوسعك أن تشعر بالاتصال العميق مع رفيق الأمد الطويل، بينما تشعر بالحب الرومانتيكي مع شخص آخر، بينما تمتلك الدافع الجنسية حينما تقرأ كتابًا، أو تشاهد فيلمًا، أو تستدعي صورة جنسية في ذهنك. هذه الشبكة المخية ربما تطورت، جزئيًا، لكي تساعد الأسلاف من الرجال والنساء على أن يصونوا الرباط الطويل الأمد، بينما يجربون اقتناص مزيد من فرص التزاوج (غالبًا ما تكون سرية). الرجال والنساء من ذوي العلاقات المتعددة في أن يهدفون إلى عمل هذا عملًا.

لكن الجنس البشري لا يشارك الحب على نحوٍ رشيق. كما كتب المواطن الأسترالي: «نحن شعب غيور». ليس من المدهش أن يمضي متعدو العلاقات الغرامية عدة ساعات كل أسبوع لكي يعالجوا ويسوّوا مشاعر الامتلاكية والغيرة لديهم.

استقلالية تلك الدوافع التزاوجية الثلاثة تسبّب لنا الاضطرابات في لحظات من حياتنا. المعدلات العالية في الزنا والطلاق، انتشار حالات المطاردات وضرب الأزواج، والانتشار الواسع لحالات القتل بدوافع الحب، والانتحار، والاكنتاب المرضي، جميعها ليست إلا التداعيات الناجمة عن اندفاعنا للحب ثم الحب من جديد.

ولكن مع تلك الدموع ونوبات الغضب الناجمة عن خيبات الأمل في الحب، يتعافى معظمنا ويعاود الحب من جديد. فالحب منح الجنس البشري بهجة هائلة. وساهم بالكثير في المجتمع بوجه عام. فكرة وصورة الزوج، الزوجة، الأب، ونواة الأسرة، عاداتنا وتقاليدنا في التودد والزواج؛ المشاهد العظمية في الأوبرا، الروايات، المسرحيات، الأفلام، الأغاني، والقصائد؛ لوحاتنا التشكيلية وقطعنا النحتية؛ العديد من تقاليدنا، وحتى بعض إجازاتنا، بلايين من جذور وأصول صناعاتنا الثقافية إنما هي، بشكل جزئي، نابعة من الدافع القديم للحب.

على أننا ما زلنا لا نعرف إلا القليل جدًّا عن هذا الجنون، جنون الآلهة. على سبيل المثال، بعض عمليات المخ، ما زالت غير محددة، يجب أن تُنتج الإحساس بالانصهار مع الحبيب مما يشعر به المحب. بدأ العلماء في تحديد مناطق المخ التي تصبح نشطة حينما يشعر العاشق بالانصهار بـ «طاقة عالية»، مثل الرب.^{٣٦} ربما تكون المنطقة المخية تلك متورطة أيضًا في الحب. نحن لا نعرف ما الذي يخلق لدى العاشق التوق للجنس حصريًا مع الحبيب. لا بد أن هذا مرتبط أيضًا بتشريح المخ ووظائفه.

كما أن الأبحاث المجراة على دوائر المخ الكهربية المسئولة عن الحب الرومانتيكي خلقت تساؤلات أوسع. هل يجب على الأطباء مداواة حالات المطاردة والعنف الزوجي بالعقاقير التي تُغيّر وظائف المخ؟ هل على المحامين والقضاة ورجال القانون أن ينظروا بعين الاعتبار لأولئك الذين يرتكبون جرائم العشق نتيجة الخلل الكيميائي؟ هل قوانين الطلاق بوسعها أن تتكيف مع ميلنا لأن نتخلص من الوشائج غير السعيدة؟ كلما عرفنا أكثر عن بيولوجيا الرومانسية (وعن الشبق وعن الاتصال)، كلما زاد اعتقادي بأننا سوف نقدّر دور الثقافة والخبرة في توجيه سلوك الإنسان، وأنا بحاجة أكثر إلى تعريف تلك الأمور وغيرها الكثير من الموضوعات المعقدة عن الأخلاقيات والمسئولية.

على أنني واثقة من أمر واحد: مهما رسم لنا العلماء على نحو جيد خريطة المخ، وكشفوا لنا بيولوجية الحب الرومانسي، إلا أنهم لن يستطيعوا أبدًا أن يدمروا أسطورة النشوة التي تولدها تلك العاطفة والبهجة الناجمة. أقول هذا من واقع تجربتي الشخصية. يسألني الناس كيف أثرت معرفتي بالحب الرومانتيكي على حياتي الشخصية. حسنًا، أصبحت على دراية أكبر. والسبب لا أقدر أن أعلّنه، أصبحت أكثر أمنًا. عرفت أكثر «لماذا» تتباين مشاعري كما أفعل. بوسعي أن أتوقع ببعض التصرفات من الناس المحيطين بي. وأصبح لديّ بعض الأدوات التي أتعامل بها مع نفسي ومع الآخرين. ولكن فهمي لهذا الموضوع لم يغيّر «كيف» أشعر على الإطلاق. بوسعك أن تعرف كل نغمة موسيقية في سيمفونية بيتهوفن التاسعة، ولكنه ستظل تتمايل طرفًا معها كلما سمعتها. وبوسعك أن تعرف كيف كان رمبرانت يخلط ألوانه ويرسم لوحته، ولكن انظر إلى واحدة من بورتريهاته ودع نفسك تُغمّر بالنشوة مع كل هذا التناغم الإنساني الأسر. بغضّ النظر عن ماذا يعرف المرء عن هذا الموضوع، جميعنا نشعر بهذا السحر.

البشريّة تُكمل الدائرة الكاملة، راسمة أشكال الرومانسية والزواج التي عبّر عنها أسلافنا منذ ملايين السنين. افتتان الطفولة، سلسلة رومانتيكيات المراهقة، الزواج في سن العشرينيات، وأحيانًا علاقة حب أخرى أو زواج آخر في منتصف العمر، والرومانسية في سنوات الإنسان الذهبية. الحب الرومانتيكي مضمفون في أرواحنا البشرية. إذا عاشت البشرية فوق هذا الكوكب مليون مليون آخر من السنين، ستظل قوة التزاوج تلك حيّة لا تموت.

ملحق

استبيان: أن تكون في الحب

مقدمة

هذا الاستبيان، «أن تكون في الحب»، عن المشاعر في حالة أن تكون مغرماً، هيماً، أو منجذباً بقوة لأحد ما.

إذا لم تكن حالياً في «حالة حب» مع شخص آخر، لكن شعرت بغرام شديد، لشخص ما في الماضي، من فضلك، أجب على الأسئلة، على أن يكون هذا الشخص في ذهنك. أنت لا تحتاج على الإطلاق، أن تكون هناك علاقة مع هذا الشخص، الذي أحسست بالغرام نحوه.

لا توجد إجابات صحيحة للأسئلة التالية.
ضع دائرة على إجابة واحدة فقط، لكل سؤال.
إجاباتك سوف تكون سرية تماماً.
لذا من فضلك، كُنْ أميناً في إجاباتك.

أسئلة تمهيدية: أجب كل ما ينطبق عليك

تاريخ الميلاد:

الجنس:

(١) ذكر.

(٢) أنثى.

لماذا نحب؟

(س ١) هل أحببت يوماً ما؟

(١) نعم.

(٢) لا.

(س ٢) هل أنت حالياً «في حالة حب»، أو هل تُجيب هذا الاستبيان، عن مشاعرك

لشخص ما، في ماضيك؟

(١) غرام حالي.

(٢) غرام سابق.

(س ٣) حينما تكون في حالة حب مع شخص ما، كم النسبة المئوية في يوم متوسط،

يأتي هذا الشخص في تفكيرك؟

... .. %/.

(س ٤) حينما تكون في حالة حب، هل تشعر أحياناً كأن مشاعرك خارج نطاق

تحكمك؟

(١) أشعر بالتحكم في مشاعري.

(٢) أشعر بعدم التحكم في مشاعري.

(س ٥) إذا كنت حالياً في حالة حب، كم مضى من الوقت في هذه الحالة؟

... سنوات ... أشهر ... أيام.

(س ٦) هل صرحت بحبك له/لها؟

(١) نعم.

(٢) لا.

(س ٧) هل هذا الشخص، أشار أنه/أنها، في حالة حب معك؟

(١) نعم هو/هي أخبرني بذلك.

(٢) نعم، لكن بشكل غير مباشر.

(٣) لا.

(س٨) هل تعتقد أن الشخص الذي تحبه، أو «أحبيته»، مغرم بك بالقدر نفسه، الذي تغرم به؟

- (١) مغرم أكثر مني.
- (٢) مثل غرامي تمامًا.
- (٣) أقل من غرامي.
- (٤) لا أعرف شعور محبوبتي.

(س٩) هل أنت حاليًا مفتون بأكثر من شخص؟

- (١) نعم.
- (٢) لا.

(س١٠) هل أنت متزوج، أو «تعيش مع شريك؟»

- (١) متزوج.
- (٢) أعيش مع شريك.
- (٣) لا هذا ولا ذاك.

(س١١) إذا كنت متزوجًا، كم مدة زواجك؟

... سنوات ... أشهر ... أيام.

(س١٢) إذا كنت تعيش مع شريك، كم المدة التي عشتها مع هذا الشخص؟

... سنوات ... أشهر ... أيام.

(س١٣) إذا كنت متزوجًا، أو تعيش مع شريك، في وقت الافتتان نفسه، هل أنت

مفتون بشريك حياتك، أم شخص آخر؟

- (١) مع شريك حياتي.
- (٢) مع آخر.

أن تكون في الحب: المقابلة الرئيسية.

من فضلك فكر في الشخص الذي تقع في غرامه عاطفيًا، ووضّع دائرة على إجابة واحدة فقط، لكل سؤال:

لماذا نحب؟

(١) عندما أكون في الحب يكون لديّ أوقاتٌ صعبةٌ للنوم، لأنني أفكر في

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٢) حينما يُخبرني شخص ما بشيء مضحك، فإنني أرغب في أن أشارك

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٣) لديه بعضُ السلبيات، ولكن هذا لا يعنيني حقاً.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٤) شيء حسن أن تبتعدَ لعدة أيام عن ... فإن التوقع، يمكن بناؤه مرة أخرى.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٥) لديه صوت مميز.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٦) حينما تتراجع علاقتي مع خطوة للوراء، فإنني أحاول بشدة أن أعيد

الأمور إلى نصابها.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٧) أحاول أن أبدو في أبهى صورة لـ... ..

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

ملحق

(٨) حينما أكون مع يهيم عقلي مع أشخاص آخرين، كنت أحبُّهم.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

غير موافق بشدة أوافق بشدة

(٩) تتسارع دقات قلبي، حينما أسمع صوت على الهاتف.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

غير موافق بشدة أوافق بشدة

(١٠) أحب كل شيء متعلق بـ...

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

غير موافق بشدة أوافق بشدة

(١١) أشعر بالسعادة، حينما يشعر بالسعادة، وأشعر بالحزن، حينما يكون

هو/أو هي حزيناً.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

غير موافق بشدة أوافق بشدة

(١٢) أشعر بأنني مشغول بمشاعري تجاه

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

غير موافق بشدة أوافق بشدة

(١٣) حينما أتحدث إلى غالباً ما أخاف أن أقول الشيء الخاطيء.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

غير موافق بشدة أوافق بشدة

(١٤) آخر شخص أفكّر فيه، كلّ يوم، قبل أن أنام هو

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

غير موافق بشدة أوافق بشدة

لماذا نحب؟

(١٥) الجنس هو أهم جزء في علاقتي مع

١ ٢ ٣ ٤ ٥ ٦ ٧

غير موافق بشدة موافق بشدة

(١٦) يزعجني أن يُعامل بشكل غير عادل.

١ ٢ ٣ ٤ ٥ ٦ ٧

غير موافق بشدة موافق بشدة

(١٧) يكون لديّ طاقة أكبر، حينما أكون مع

١ ٢ ٣ ٤ ٥ ٦ ٧

غير موافق بشدة موافق بشدة

(١٨) إنه شيء لا يُزعجني كثيراً، حينما يكون لديّ يوم سيئ.

١ ٢ ٣ ٤ ٥ ٦ ٧

غير موافق بشدة موافق بشدة

(١٩) إذا لم يكن متاحاً، فأنا أفضل أن أخرج في ميعاد غرامي، مع رجل/امرأة

أخرى.

١ ٢ ٣ ٤ ٥ ٦ ٧

غير موافق بشدة موافق بشدة

(٢٠) الشخص المغرم به، هو محور حياتي.

١ ٢ ٣ ٤ ٥ ٦ ٧

غير موافق بشدة موافق بشدة

(٢١) حينما أنجذب بشدة لشخص ما، فأنا أفسّر أفعاله، باحثاً عن إشارات، تُفصح

عن مشاعره تجاهي.

١ ٢ ٣ ٤ ٥ ٦ ٧

غير موافق بشدة موافق بشدة

ملحق

(٢٢) أحياناً، مشاعري تجاه تُظالُّها مشاعري العاطفية تجاه شخص آخر.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٢٣) لن أنسى أبداً قُبَلتتنا الأولى.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٢٤) حينما أكون في الفصل/العمل، فإن عقلي يهيم بـ... ..

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٢٥) أفضل شيء في الحب هو الجنس.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٢٦) لن أتوقف أبداً عن حب حتى إذا سارت الأمور بشكل سيئ.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٢٧) دائماً ما أتساءل، إذا ما كان مغرماً بي كغرامي به.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٢٨) أحياناً أبحث عن معانٍ بديلة للكلمات وإيماءاته.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

لماذا نحب؟

(٢٩) أحياناً أشعر بأنني أخرج، خجول، ومكبول، حين أكون بصحبة ...

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٣٠) أملُ بشدة أن يكون منجذباً إليّ مثل انجذابي إليه.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٣١) أكل بشكل أكثر حين أكون مغرماً.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٣٢) حينما أكون متأكدًا أن مغرماً بي، أشعر بأنني خفيف كالهواء.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٣٣) أن يكون لديّ علاقة جيدة مع أهم لديّ من أن تكون علاقتي جيدة مع

أسرتي.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٣٤) أحلام يقظتي عن تشمل أن نلتقي جنسياً.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٣٥) أشعر بثقة شديدة بالنفس حين أكون بصحبة

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

ملحق

(٣٦) أينما بدأ التفكير، فإن ذهني يُنهي هذا بالتفكير في ...

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٣٧) تعتمد حالتي العاطفية، على كيف يشعر ... بي.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٣٨) علاقتي مع أصدقائي الحميمين، أهم لدي من علاقتي مع ...

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٣٩) يملك ... رائحة مميزة تجعلني أتعرف عليه في أي مكان.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٤٠) أحتفظ بالكروت والخطابات، التي أرسلها ... إليّ.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٤١) سلوكيات ... لا تأثير لها على صحتي العاطفية.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٤٢) شيء مهم حينما تحب أن تكون مخلصًا جنسيًا له.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

لماذا نحب؟

(٤٣) أشعر بسعادة غامرة، حينما يُنجز ... عمله بنجاح.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٤٤) أن أكون في حالة هيام، فهذا يساعدني أن أركز في عملي.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٤٥) حينما أفكر في أشعر بالهدوء والسكينة.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٤٦) أتذكر الأشياء البسيطة، التي يقولها ويفعلها.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٤٧) أفضل أن أحتفظ بجدول مواعيدي مفتوحًا، حتى إذا كان ... غير مشغول،
استطعنا رؤية بعضنا بسهولة.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٤٨) عيون مجرد عيون عادية.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٤٩) الوقوع في الحب، ليس حقًا اختياريًا، إنه فاجأني

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١

أوافق بشدة غير موافق بشدة

ملحق

(٥٠) أن أعرف أن يحبني، فهذا لي شيء مهم، أفضل من أن تكون لي علاقة جنسية معه /معها.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١
أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٥١) غرامي ل... .. يمكن له أن تتخطى كل العقبات.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١
أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٥٢) أفضل أن أفكر في اللحظات الدقيقة التي كنت فيها مع

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١
أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٥٣) أمرٌ بأوقاتٍ من اليأس، حينما أفكر أن ... ربما لا يحبُّني.

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١
أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٥٤) أقضي ساعات في تحيُّل أوقات رومانسية مع

٧ ٦ ٥ ٤ ٣ ٢ ١
أوافق بشدة غير موافق بشدة

(٥٥) من فضلك اشرح باختصار العلاقة التي لديك الآن، أو كانت لديك، مع هذا الشخص: هل العلاقة مؤلمة أم مبهجة؟

ما هي التفاصيل الأخرى لغرامك وهيامك لنعرفها ونتفهمها؟

شكرًا لك. والآن من فضلك أجب على أسئلة قليلة، عن نفسك.

(س١٤) ما هي وظيفتك؟

(١) طالب

(٢) أخرى

لماذا نحب؟

(س١٥) إذا كنت طالبًا ما هو الرقم الذي يصف بشكل مناسب الدخل السنوي لعائلتك، حيث نشأت؟

- (١) أقل من ١٥٠٠٠ خمسة عشر ألفًا.
- (٢) من ١٥٠٠٠ إلى ٣٤٩٩٩.
- (٣) من ٣٥٠٠٠ إلى ٥٤٠٠٠.
- (٤) من ٥٥٠٠٠ إلى ٧٤٩٩٩.
- (٥) من ٧٥٠٠٠ أو أعلى.

(س١٦) إذا لم تكن طالبًا، فأَي رقم يصف الدخل السنوي الذي يربحه كلُّ البالغين بالأسرة؟

- (١) أقل من ١٥٠٠٠ خمسة عشر ألفًا.
- (٢) من ١٥٠٠٠ إلى ٣٤٩٩٩.
- (٣) من ٣٥٠٠٠ إلى ٥٤٠٠٠.
- (٤) من ٥٥٠٠٠ إلى ٧٤٩٩٩.
- (٥) من ٧٥٠٠٠ أو أعلى.

(س١٧) هل وُلدت في الولايات المتحدة؟

- (١) نعم.
- (٢) لا.

(س١٨) إذا لم تكن قد وُلدت في الولايات المتحدة الأمريكية، فأين وُلدت؟

... ..

(س١٩) إذا لم تكن وُلدت في الولايات المتحدة الأمريكية، فكم عشتَ بها؟

... أشهر ... سنوات

(س٢٠) أين وُلد والداك؟

... الأب ...

(س ٢١) أين وُلد أجدادك؟

أم الأم ... الوالد ...

أم الأب ... الوالد ...

(س ٢٢) الديانة:

(١) بروتستانت.

(٢) كاثوليك.

(٣) يهودي.

(٤) مسلم.

(٥) أخرى.

(س ٢٣) العرق:

(١) أبيض.

(٢) أسود.

(٣) لاتيني/إسباني.

(٤) متعدد الأعراق.

(٥) أخرى.

تاريخ اليوم:

اليوم ... / الشهر ... / السنة ...

الهوامش

الأرقام المستشهد بها في كل فصل تُشير إلى مصدر محدّد، أو مجموعة من المصادر، أو فقرات في كتاب أو نص، هذه الأرقام تظهر في نهاية الفقرات، لكي تجدّ المستند العلمي، وتثبت المراجع لأي مصدر.

الفصل الأول: شهوة الحب الجامحة

(١) Hamill 1996.

(٢) Wolkstein 1991, p. 51.

(٣) Wolkstein 1991, p. 84.

(٤) Wolkstein 1991, p. 150.

(٥) Yutang 1954, p. 73.

(٦) Jankowiak and Fischer 1992.

(٧) فرّق علماء الأعصاب، بشكل تقني، بين «العاطفة Emotion»، و«المشاعر Feeling». فقد اعتبروا أن العاطفة نظام عصبي (Neural) محدّد، يُنتج سلوكًا يدعم الحياة. بينما قالوا إن المشاعر هي الإدراك الواعي لهذه العواطف. (Damasio 1999; LeDoux 1996, p. 125)، ولكنني سوف أستعمل هذين المصطلحين، بشكل متبادل بينهما.

(٨) Tenov 1979; Hatfield and Sprecher 1986b; Harris 1995; H. E.

Fisher 1998; Fehr 1988.

(٩) Jankowiak and Fischer 1992; Goode 1959.

(١٠) Tenov 1979, p. 18.

- .Hamill 1996, p. 51 (١١)
.Hopkins 1994, p. 41 (١٢)
Tesser and Reardon 1981; Murray and Holmes 1997; Viederman (١٣)
.1988
.Hamill 1996, p. 34 (١٤)
.Hopkins 1994, p. 26 (١٥)
.Ibid., p. 40 (١٦)
.Beach and Tesser 1988; Hatfield and Walster 1978 (١٧)
.Hamill 1996, p. 25 (١٨)
.Ibid., p. 61 (١٩)
.Wolkstein 1991 (٢٠)
.Lahr and Tabori 1982, p. 110 (٢١)
.Harris 1995, p. 113 (٢٢)
.Hopkins 1994, pp. i-ii (٢٣)
.Ibid., p. 24 (٢٤)
.Ibid., p. i (٢٥)
.Hamill 1996, p. 44 (٢٦)
.Random House Treasury, p. 362 (٢٧)
.Hatfield and Rapson 1996; Tennov 1979; Beach and Tesser 1988 (٢٨)
.Plato 1999, p. 40 (٢٩)
.Hamill 1996, p. 38 (٣٠)
.Whittier 1988, p. 46 (٣١)
.Solomon 1990 (٣٢)
.Hopkins 1994, p. 42 (٣٣)
.Tennov 1979, p. 31 (٣٤)
.Fowler 1994 (٣٥)
.Hopkins 1994, p. 22 (٣٦)
.Hamill 1996, p. 59 (٣٧)
.Milton 1949 (٣٨)

- .Tesser and Reardon 1981 (٣٩)
.Rocamora 1998, pp. 84, 87, 94 (٤٠)
.Shakespeare 1936, Romeo and Juliet, act 1, scene iv, lines 41–50 (٤١)
.Ibid., act I, scene v (٤٢)
.Whittier 1988, p. 30 (٤٣)
.Wolkstein 1991 (٤٤)
.Ibid., p. 129 (٤٥)
.Ibid., p. 101 (٤٦)
.Ibid., p. 48 (٤٧)
.Harris 1995, p. 110 (٤٨)
.Hopkins 1994, p. 87 (٤٩)
.Buss 1994; Buunk and Hupka 1987 (٥٠)
.Collins and Gregor 1995 (٥١)
.Cancian 1987 (٥٢)
.Yutang 1954, p. 73 (٥٣)
.Hopkins 1994, p. 18 (٥٤)
.Tennov 1979 (٥٥)
.Flexnor 1965 (٥٦)
.Plato 1999, p. 40 (٥٧)
.Marazziti et al. 1999 (٥٨)
.Tesser and Reardon 1981 (٥٩)
.Random House Treasury, p. 321 (٦٠)
.Hatfield and Walster 1978 (٦١)
.Darwin 1872/1965 (٦٢)

الفصل الثاني: المغناطيسية الحيوانية

- .Darwin 1871/n. d., p. 745 (١)
.Ibid., p. 744 (٢)

- .Moss 1988, p. 118 (٣)
.Ryden 1989, p. 147 (٤)
.King 1990, p. 127 (٥)
.Penny 1988, p. 28 (٦)
.Harrington and Paquet 1982, p. v (٧)
.Mech 1970, p. 112 (٨)
.Darwin 1871/n. d., p. 674 (٩)
.Smuts 1985. pp. 4-5 (١٠)
.Tinbergen 1959, p. 29 (١١)
.Dagg and Foster 1976, p. 129 (١٢)
.Schaller 1973, p. 78 (١٣)
.Moss 1988, p. 115 (١٤)
.Galdikas 1995, pp. 144-45 (١٥)
.Schaller 1973, p. 79 (١٦)
.Sankhala 1977, p. 67 (١٧)
.Churchfield 1991, p. 27 (١٨)
.Darwin 1871/n. d., p. 653 (١٩)
.Ryden 1989, p. 51 (٢٠)
.Thomas 1993, pp. 54-55 (٢١)
.Thomas 1993, p. 72 (٢٢)
.Hill and Smith 1984 (٢٣)
.Goodall 1986, p. 446 (٢٤)
.Ibid (٢٥)
.Beach 1976, p. 131 (٢٦)
.Darwin 1871/n. d., p. 704 (٢٧)
.Wilson and Daly 1992 (٢٨)
.Goodall 1986, p. 446 (٢٩)
.Thomas 1993, p. 46 (٣٠)
.Pines 1999; Kanin et al. 1970 (٣١)

- .Brodie 1998, p. 257 (٣٢)
.Rebhun 1995, p. 245 (٣٣)
.Harris 1995, p. 122 (٣٤)
.McNamee 1984, p. 19 (٣٥)
.Barash and Lipton 2001 (٣٦)
.Thomas 1993, p. 49 (٣٧)
.Goodall 1986, p. 459 (٣٨)
.Wilson and Daly 1992 (٣٩)
.Schmitt and Buss 2001 (٤٠)
.Schmitt 2001 (٤١)
Melis and Argiolas 1995; Dluzen et al. 1981; Herbert 1996; Etgen (٤٢)
.et al. 1999; Etgen and Morales 2002
.Herbert 1996 (٤٣)
.Gingrich et al. 2000; Young et al. 1998 (٤٤)
.Insel and Carter 1995 (٤٥)
.Want et al. 1999; Gingrich et al. 2000 (٤٦)
.Gingrich et al. 2000 (٤٧)
.Dluzen et al. 1981 (٤٨)
.Fabre-Nys et al. 1997 (٤٩)
.Etgen et al. 1999 (٥٠)
.Wolkstein 1991, p. 79 (٥١)
(٥٢) يؤمن بعض العلماء أن الحيوانات ينقصها تطوُّر، في مناطق القشرة المخية، وأنظمة المخ الأخرى، التي تُنتج الوعي، والوعي بالذات. وهي الميكانيزمات الضرورية، لأن تكون مدرِّكًا بوعي، مشاعرك الشخصية. بينما يؤمن البعض الآخر أن الثدييات العليا، تُدرك مشاعرها كهمفري (Humphrey 2002; De Waal 1996) أما أنا فاعتبرت أن الإدراك الواعي للذات والمشاعر، والعالم الخارجي، يتباين بين الإدراك البسيط، لـ «هنا» و«الآن»، إلى الوعي الممتد، للماضي والمستقبل (Damasio 1994). إن الثدييات تتوزَّع عبر هذا المدى المتواصل؛ فالعديد منهم مدرِّكٌ لمشاعره، ويشمل ذلك انجذابهم، للآخر المحدد. ولكنهم لا يفكرون، في هذه المشاعر، بشكل تحليلي مفصل.

الفصل الثالث: كيمياء الحب

- .Homer 1990, p. 376 (١)
.Horvitz et al. 1997; Schultz et al. 1997; Schultz 2000 (٢)
Kiyatkin 1995; Salamone 1996; Robbins and Everitt 1996; Wise (٣)
.1996; Luciana et al. 1998
.Murray and Holmes 1997 (٤)
.Horvitz et al. 1997; Schultz et al. 1997; Schultz 2000 (٥)
.Pfaff 1999; Panksepp 1998 (٦)
Wise 1988; Colle and Wise 1988; Post, Weiss, Pert 1988; Kruk and (٧)
.Pycock 1991; Volkow et al. 1997
Abbott 2002; Schultz et al. 1997; Wise 1989, 1996, 1988; Robbins (٨)
.and Everitt 1996
.Schultz 2000; Martin-Soelch et al. 2001 (٩)
.Griffin and Taylor 1995 (١٠)
.Flament et al. 1985; Hollander et al. 1988; Thoren et al. 1980 (١١)
.H. Fisher 1998 (١٢)
.Marazziti et al. 1999 (١٣)
.Luciana, Collins, and Depue 1998 (١٤)
.Whittier 1988 (١٥)
.Mashek, Aron, and Fisher 2000 (١٦)
Hatfield and Sprecher 1986a; Berscheid and Reis 1998; Walster (١٧)
.et al. 1966
.Whittier 1998, «The Sun Rising,» p. 25 (١٨)
.Aron, Aron, and Allen 1998 (١٩)
.Hatfield and Sprecher 1986a (٢٠)
.Plato 1999, p. 23 (٢١)
.Ibid., p. 24 (٢٢)
.Flexnor 1965, p. 200 (٢٣)

- (٢٤) H. Fisher et al. 2003; Aron et al. (in preparation)
- (٢٥) ينقسم المخ إلى نصفين؛ لهذا فأنت لك نواتان مذنبتان، واحدة في المخ الأيمن، والأخرى في مخك الأيسر. في تجربتنا، وجدنا فقط نشاطاً، في النواة المذنبية اليمنى (بالذيل والجسم بها)، وكذلك في المنطقة السقيفة الباطنية اليمنى Right Ventral Tegmental Area. إن العديد من علماء المخ والأعصاب، يؤمنون حالياً أن المشاعر الإيجابية، تنبثق بشكل واسع، من الفص الأيسر للمخ. بينما المشاعر السلبية، تنبعث بشكل أساسي، من التراكيب، بالفص الأيمن للمخ. لكن تجارب عديدة، عارضت هذا التعميم، وأقرت بمشاعر إيجابية، تنبع من مناطق الفص الأيمن للمخ. ونحن لا نعرف، لماذا كان الأفراد المصابون بالحب يُظهرون نشاطاً، في النواة المذنبية اليمنى، وVTA، بدلاً من المذنبية اليسرى، أو في كلتا النواتين (اليمنى واليسرى). تخميني أن المرحلة المبكرة للحب الرومانسي، يصاحبها مشاعر داخلية، من القلق والاشتياق، وهي حالة عدم ارتياح للعقل.
- (٢٦) Schultz 2000; Delgado et al. 2000; Elliott et al. 2003; Gold 2003
- (٢٧) Saint-Cyr 2003; Knowlton et al. 1996
- (٢٨) Small et al. 2001
- (٢٩) Wise 1996; Volkow et al. 1997; Schultz, Dayan, and Montague 1997; Schultz 2000; Fiorillo, Tobler, and Schultz 2003; Martin-Soelch et al. 2001; Breiter et al. 2001
- (٣٠) H. Fisher 1998; H. Fisher et al. 2002a; H. Fisher et al. 2002b
- (٣١) Schultz 2000
- (٣٢) Horvitz et al. 1997; Wickelgren 1997
- (٣٣) Damasio 1994
- (٣٤) Bartels and Zeki 2000
- (٣٥) Damasio 1994
- (٣٦) Bartels and Zeki 2000; Gehring and Willoughby 2002; Luu and Posner 2003; Richmond et al. 2003
- (٣٧) Brown, personal communication
- (٣٨) Aron and Aron 1991; Aron et al. 1995; Aron and Aron 1996
- (٣٩) يزعم عالم الأعصاب «دونالد بفاف Donald Pfaff»، أن كلِّ الدوافع، لها مكونان: (أ) نظام التنبيه العام (Generalized arousal system) في المخ، يُنتج الطاقة

والرغبة، في اكتساب كل الاحتياجات الحيوية (البيولوجية) (ب) مجموعة محددة، A specific constellation of brain systems من أنظمة المخ، تُنتج المشاعر، والأفكار، والسلوك، المصاحبة لكل احتياج، حيوى محدد. وقرر بفاف، أن المكون لنظام التنبيه العام، لكل الدوافع، يتصاحب مع حركة الدوبامين، والنوريبينفرانين، والسيروتونين، والاستيلكولين، والهستامين، وأوريكسين، بروستاغلاندين دي ساينثيز prostaglandin D synthase، وربما كيمياء المخ الأخرى. أما المجموعة المحددة لمناطق المخ والأنظمة، تتصاحب مع كل رغبة محددة، فتتباين بشكل معتبر. ودراستنا بالمرنان الوظيفي، كشفت الغطاء، عن مكون المنبه العام، للحب الرومانسي، المصاحبة مع المنطقة الثقيفة الباطنية، وكذلك توزيع الدوبامين المركزي. وعلى الرغم من هذا، فلقد وجدنا أيضاً نشاطاً في جسم وذيل النواة المذنبة، ومنطقة الحاجز، والمادة البيضاء للمنطقة الحزامية الظهرية، كذلك عدم نشاط، في مناطق أخرى عديدة بالمخ; (H. Fisher et al. 2003; preparation (Aron et al., in) ربما تشكل هذه جزءاً من نظام محدد، لمرحلة مبكرة، وكثيفة، من الحب الرومانسي. ولسوف نحتاج حتماً لبروتوكول مختلف، و/أو تكنولوجية أخرى، أكثر تقدماً وتعقيداً، لترسيخ الشكل الكامل لشبكة الأعصاب، لربط العلاقة المتبادلة، لدوافع الحب. على أن هذه، المشاعر والأفكار، والدوافع، والسلوكيات، التي تتصاحب مع الغرام الرومانسي، ربما تكون مختلفة، بتباين الأفراد، كذلك، فإنها تتباين عبر الوقت، بداخل كل شخص. إن فهم الوضع الكامل، للنظام الأساسي، لكل شخص، يصبح مستحيلاً، أن يسجل بالتحليل الجماعي!

(٤٠) Pfaff 1999.

(٤١) Plato 1999, p. 40.

(٤٢) النواة المذنبة لها العديد من أماكن المستقبلات العصبية، للنوريبينفرانين والسيروتونين (عفيفي وبيرجمان 1998). Afifi and Bergman. لكن أبحاثاً أخرى ستكون ضرورية، لكي تقرر هل تنشط هذه النواة، و/أو أن هناك أماكن أخرى، تنشط حين يشعر الشخص بالحب الرومانسي؟

(٤٣) مناطق أخرى، للقشرة المخية ما قبل الجبهية، تتصاحب مع تسجيل المكافآت. فالقشرة العينية الجبهية Orbitofrontal cortex، بالتحديد، تنخرط في تحديد، وإدراك، وتوقع المكافآت (Schultz 2000)، كذلك التمييز بين المكافآت، وصناعة الأفضلية (Schultz 2000; Martin-Soelch et al. 2001; Rolls 2000)، والقشرة ما قبل الجبهية الداخلية Medial prefrontal cortex، تدرك مشاعرنا، وتمنحنا معاني لمدركاتنا (Carter 1998).

(Ongur and price 2000)، وتقود سلوكنا المرتبط بالمكافآت (Teasdal et al. 1999) وتخلق مزاجنا (Ongur and price 2000, p. 216)، وكذلك صناعة الأفضليات (Ongur and price 2000, p. 215). إن النواة المذنبة، لها حبلٌ عصبي واسع، ما يمكنه من أن يصبَّ مباشرة، من وإلى مناطق القشرة المخية، المعروفة بما قبل الجبهية الداخلية، والعينية الجبهية (Ongur and price 2000). هذه المناطق المخية، تُصبح نشطة في بعض الأشخاص، ممن خاضوا تجربتنا، لكن ليس كلهم. هذا التباين، ربما يرجع، إلى الصعوبات المصاحبة، لتكنولوجيا المرنان الوظيفي، أو لأنَّ أشخاصَ عيَّنتنا، كانوا من أمزجة مختلفة قليلاً، والتي تنشط إلى حد ما، مناطق مختلفة من المخ. إن تحليلًا جماعياً لهم، لن يكشف الغطاء عن هذه الاختلافات الفردية الدقيقة.
Dickinson 1955, #632 (٤٤).

الفصل الرابع: نسيج الحب

(١) Shakespeare 1936, Love's Labors Lost, act IV, scene iii, line 341.
(٢) H. Fisher 1998; H. Fisher et al. 2002a; H. Fisher et al. 2002b
(٣) H. Fisher 1989, 1992, 1998, 1999
(٤) Hamill 1996, p. 32
(٥) Tenno 1979; Hatfield and Rapson 1996
(٦) Jankowiak 1995
(٧) Bell 1995
(٨) Rebhun 1995, p. 253
(٩) Rebhun 1995, p. 254
(١٠) تُشير دراسات الحيوانات، إلى أن تركيبات عديدة للمخ، تتصاحب مع الدوافع الجنسية، والتعبير الجنسي، بما فيها الأميجدالا الداخلية Medial Amygdala، والمنطقة ما قبل العينية Medial periorbital area، النويات حول البطين Paraventricular nucleus، والمنطقة السنجابية المحيطة بالمسال (Heaton 2000) Periaqueductal gray، باستعمال المرنان الوظيفي، فإن «أرناو» وزملاءه Arnow and colleagues، قرروا أن عينة من الرجال، الذين شاهدوا مادة فيلمية إباحية، أظهروا نشاطاً قوياً، في المنطقة، ما تحت الانعزالية اليمنى Right subinsular region، مشتملاً على، النواة المذنبة اليسرى،

وكذلك البوتامين Putamin، المنطقة القذالية المتوسطة اليمنى Right middle occipital واللفيفة الصدغية Temporal gyri، واللفافات الحزامية، في كلا الجانبين، المنطقة الحسية الحركية اليمنى، والمناطق ما قبل الحركية، على حين يصبح النشاط الأقل في منطقة ما تحت المهاد الأيمن (Hypothalamus). (Arnow et al. 2002) «بيرجارد» وزملاؤه Beauregard and colleagues، قاسوا أيضاً نشاط المخ «باستعمال المرنان المغناطيسي»، في الرجال، وهم يشاهدون مقتطفات من أفلام جنسية (2001 Beauregard)، وتبين حدوث نشاط في الجهاز الحوفي Limbic system، والتركيب الجنب حوفي. ويشمل الأميجدالا اليمنى، القطب الصدغى الأمامى الأيمن، وتحت المهاد. وباستعمال المرنان الوظيفي، سجلت كارما، وزملاؤها، نشاطاً بالمخ، بينما يشاهد الرجال والنساء مقتطفات من أفلام جنسية (Karma et al. 2002) فإن إشارة اعتماد مستوى الأكسجين بالدم (BOLD)، زادت في المنطقة الحزامية الأمامية، والقشرة ما قبل الجبهية الداخلية. القشرة العينية الجبهية، والقشور القذالية الصدغية. كذلك بالأميجدالا، والمنطقة المخططة الباطنية Striatum. كما أظهر الرجال نشاطاً في المهاد، ونشاطاً كبيراً، وذا دلالة عن النساء، في منطقة ما تحت المهاد، بالتحديد في المنطقة الثنائية الشكل الجنسي sexually dimorphic area، المصاحبة في التنبيه والسلوك الجنسي. في تجربة أخرى، قاس الباحثون نشاط المخ بين ثمانية رجال؛ حيث مروا بتجربة القذف، وهزة الجماع، فوجدوا انخفاضاً في تدفق الدم، في كل مناطق القشرة المخية، ما عدا منطقة واحدة، هي المنطقة ما قبل الجبهية، حيث زادت بشكل دراماتيكي Tiihonen et al. 1994، وربما هذا الانخفاض في النشاط، يفسر لماذا يصبح الشخص تقريباً، غير واع للعالم، بشكل واسع، أثناء هزة الجماع. Arnow et al. 2002.

.Arnow et al. 2002 (١١)

.Farb 1983 (١٢)

.Edwards and Booth 1994; Sherwin 1994 (١٣)

.Van Goozen et al. 1997 (١٤)

.Edwards and Booth 1994 (١٥)

.Hallstrom and Samuelsson 1990 (١٦)

.Travis and Sadd 1977 (١٧)

.Meikle et al. 1988 (١٨)

.Nyborg 1994 (١٩)

- .Hoagland 1998 (٢٠)
- .Ellis and Symons 1990 (٢١)
- .Blum 1997 (٢٢)
- .Ellis and Symons 1990 (٢٣)
- .Reinisch and Beasley 1990, p. 92 (٢٤)
- .Laumann et al. 1994; Ellis and Symon 1990 (٢٥) لوجود هذا الاختلاف بين الجنسين في اليابان وبريطانيا (Barash and Lipton 1997; Wilson and Land 1981) فإن بعض العلماء يؤمنون بأن هذا التنوع ربما يكون متوارثاً. وهذا الأمر مقبول إلى حدٍ كبير؛ حيث إن الإناث لدى الطيور والثدييات يجب أن تكون مستعدة كي يحدث التزاوج، ويجب على الذكور استعراض ذواتهم بقوة كي يتم التزاوج بنجاح. ولهذا فإن علامات الخضوع لدى الإناث بالتبادل مع إشارات السيطرة للذكور تصبح مهمة جداً للتزاوج (Eibl-Eibesfeldt 1989). افترضت عالمة الإنثربولوجي، إيرينيس إيبيل إيبيسفيلدت أن موتيفات، الجنس الإنساني، أي سيطرة الذكور وتسليم الإناث، تنبع من مناطق المخ البدائية؛ حيث تطورت كي تضمن نجاح التزاوج، في كل من الزواحف، والطيور، والثدييات.
- .Laumann et al. 1994 (٢٦)
- .Ellis and Symons 1990; Barash and Lipton 1997 (٢٧)
- .Hull et al. 1995; Hull et al. 1997; Kawashima and Takagi 1994 (٢٨)
- .Liu et al. 1998; Herbert 1996 (٢٩)
- .Ferrari and Giuliani 1995 (٣٠)
- .Hull et al. 1995; Wenkster et al. 1993; West et al. 1992 (٣١)
- .Hull et al. 1995 (٣٢)
- .Clayton et al. 2000; Walker et al. 1993; Heaten 2000 (٣٣)
- .Walker et al. 1993; Coleman et al. 1999; Ascher et al. 1995 (٣٤)
- .Mayerhofer et al. 1992; Fernandez et al. 1975; Cadinali et al. 1975 (٣٥)
- .Fabre-Nys 1998 (٣٦)
- .Hopkins 1994, p. 14 (٣٧)
- .Sherwin et al. 1985; Sherwin and Gelfand 1987 (٣٨)
- .Ahearn 1998 (٣٩)

- .Damsma et al. 1992; Pleim et al. 1990; Yang et al. 1996 (٤٠)
.Hull et al. 1999 (٤١)
.T. J. Jones et al. 1998 (٤٢)
Netter et al. 1998; Sunblad and Eriksson 1997; Gonzalez et al. (٤٣)
.1994
.Matthew Arnold, "To Marguerite" In Quiller-Couch 1919 (٤٤)
.Hatfield 1988, p. 191 (٤٥)
.Shostak 1981 p. 268 (٤٦)
.Bell 1995, p. 158 (٤٧)
.Rebhun 1995, p. 252 (٤٨)
.McCullough 2001 (٤٩)
.Bowlby 1969, 1973, 1980 (٥٠)
Carter et al. 1997; Young, Wang, and Insel 1998; Young et al. (٥١)
.1999; Wang, Ferris, and DeVries 1994; Pitkow et al. 2001
.Wang, Ferris, and DeVries 1994 (٥٢)
Shakespeare 1936, A Midsummer Night's Dream, act III, scene iii, (٥٣)
.lines 217-20
.Pedersen et al. 1992; Carter, DeVries, and Getz 1995 (٥٤)
.Pedersen et al. 1992 (٥٥)
.Young, Wang, Insel 1998; Williams et al. 1994 (٥٦)
.Damasio 1994, p. 122 (٥٧)
.Young, Wang, and Insel 1998; Charmichael et al. 1987 (٥٨)
Villalba, Auger, and DeVries 1999; Delville, Mansour, and Ferris (٥٩)
.1996; Wang and DeVries 1995; Wang et al. 1994
.Arsenijevic and Tribollet 1998; Charmichael et al. 1987 (٦٠)
.Winslow and Insel 1991a; Winslow and Insel 1991b (٦١)
حين Sirotkin and Nitray 1992; Homeida and Khalafalla 1990 (٦٢)
يتوافق ذكور فئران البراري، مع أنثى للتزاوج، فإن مستويات هرمون الفازوبرسين،
وهرمون التيسيتستيون، تتزايد (Wang et al. 1994)، إن هرمون الفازوبرسين، هو المعنيُّ

بالترايط، والعلامات بالروائح، وكذلك سلوكيات العرس، بينما هرمون التيستستيرون يساعد الذكور أساسًا، على الدفاع بعنف، عن عشها من المتطفلين.

- .Thomas, Kim, and Amico 1996a; Thomas, Kim, and Amico 1996b (٦٣)
.Denville and Ferris 1995 (٦٤)
.Booth and Dabbs 1993 (٦٥)
.Berg and Wynne-Edwards 2001 (٦٦)
.De Ridder, Pinxten, and Eens 2000; Raouf et al. 1997 (٦٧)
.Wingfield 1994 (٦٨)
.Galfi et al. 2001; Ginsberg et al. 1994 (٦٩)
Kovacs et al. 1990; Schwarzberg et al. 1981; Van de Kar et al. (٧٠)
.1998
.Reik 1964 (٧١)
.Lee 1973, 1988 (٧٢)
Fehr 1988; Aron and Westbray 1996; Hatfield and Sprecher (٧٣)
1986a; Critelli, Myers, and Loos 1986; Hendrick and Hendrick 1986a; Hendrick Hendrick 1986b; Zick 1970; Hazan and Shaver 1987
.Sternberg 1986 (٧٤)
.Finck 1981, p. 224 (٧٥)
.Ekman 2003 (٧٦)
.Evans 2001 (٧٧)
.Damasio 1994, p. 152 (٧٨)

الفصل الخامس: الفرحة الغامرة الأولى

- .Random House Treasury (١)
.Hatfield 1988, p. 204 (٢)
Walster and Berscheid 1971; Dutton and Aron 1974; Hatfield and (٣)
.Sprecher 1986b; Aron et al. 1989.
.Pines 1999 (٤)

- .Shepher 1971 (٥)
.Galton 1884; Rushton 1989; Laumann et al. 1994; Pines 1999 (٦)
.Buston and Emlen 2003 (٧)
.Byrne, Clore, and Smeaton 1986; Cappella and Palmer 1990. (٨)
.Waller and Shaver 1994 (٩)
.Laumann et al. 1994 (١٠)
.Lampert et al. 1997 (١١)
.Wedekind et al. 1995 (١٢)
.Gangestad and Thornhill 1997 (١٣)
.Gangestad, Thornhill, and Yeo 1994; Jones and Hill 1993 (١٤)
.Langlois and Roggman 1990 (١٥)
.Langlois et al. 1987 (١٦)
.Hamilton and Zuk 1982; Thornhill and Gangestad 1993 (١٧)
.Gangestad and Thornhill 1997 (١٨)
.Aharon et al. 2001 (١٩)
.Buss 1994 (٢٠)
.Gangestad and Thornhill 1997 (٢١)
.Thornhill, Gangestad, and Comer 1995 (٢٢)
.Ibid (٢٣)
.Manning and Scutt 1996 (٢٤)
.Manning et al. 1996 (٢٥)
.Singh 1993 (٢٦)
.Singh 2002 (٢٧)
.Singh 1993, 2002 (٢٨)
.Buss et al. 1990 (٢٩)
.Ford and Beach 1951; Ellis 1992 (٣٠)
.Wolkstein 1991, pp. 6-7 (٣١)
.Jankowiak 1995, p. 10 (٣٢)
.Harrison and Saeed 1977 (٣٣)

- .Buss 1994 (٣٤)
.Guttentag and Secord 1983; Low 1991 (٣٥)
.Dion, Berscheid, and Walster 1972 (٣٦)
.Johnston 1999 (٣٧)
.Buss 1994 (٣٨)
.H. Fisher et al. 2003; Aron et al., in preparation (٣٩)
Kanin, Davidson, and Scheck 1970; Dion and Dion 1985; Peplau (٤٠)
.and Gordon 1985
.Berscheid et al. 1971; Lerner and Karabenick 1974 (٤١)
.Tannen 1990; Tavris 1992 (٤٢)
.Tannen 1990; Tavris 1992 (٤٣)
.Baron-Cohen 2003 (٤٤)
.Hatfield and Rapson 1996; Tennov 1979 (٤٥)
.H. Fisher et al. 2003; Aron et al., in preparation (٤٦)
.Damasio 1999 (٤٧)
.Harrison and Saeed 1977 (٤٨)
.Ellis 1992; Buss 1994 (٤٩)
.Ellis 1992; Buss 1994 (٥٠)
.Kenrick et al. 1990 (٥١)
.Wolkstein 1991, p. 52 (٥٢)
.Ibid., p. 103 (٥٣)
.Lerner and Karabenick 1974 (٥٤)
.Buss 2003, p. 242 (٥٥)
.Johnston 1999 (٥٦)
Dion and Dion 1988; Hendrick and Hendrick 1986b; Sprecher (٥٧)
.et al. 1994
.Buss 1994 (٥٨)
Buss and Schmitt 1993; Kenrick et al. 1993; Gangestad and (٥٩)
.Thornhill 1997

.Buss 2003; Cristiani 2003 (٦٠)

.Buss 2003 (٦١)

.Kenrick et al. 1990 (٦٢)

.Buss 1994 (٦٣)

Shakespeare 1936, *The Merchant of Venice*, act III, scene ii, line (٦٤)

.63

.Waller and Shaver 1994 (٦٥)

Shakespeare 1936, *A Midsummer Night's Dream*, act I, scene i, (٦٦)

.lines 241-42

.Hatfield and Rapson 1996 (٦٧)

.Pines 1999 (٦٨)

.Hendrix 1992, 1988 (٦٩)

.Bowen 1978 (٧٠)

.Hazan and Shaver 1987 (٧١)

.Bowlby 1969 (٧٢)

.Ainsworth et al. 1978 (٧٣)

.Aronson 1998 (٧٤)

.Roethke, "The Motion" (٧٥)

.Reik 1964 (٧٦)

Darwin (1859/1978, 1871/n. d.) (٧٧) فرَّق داروين بين نوعين من الاختيار

الجنسي: الاختيار الجنسي الداخلي، وفيه فإن أعضاء الجنس نفسه تطور سمات تساعدهم، ليُكملوا مباشرة، كلُّ مع الآخر، كي يفوزَ بفرص التزاوج، والاختيار بين الجنسين، أو «اختيار الرفيق»، والذي فيه، فإن الكائنات من الجنس الواحد، تطور سمات، لأن الجنس الآخر يفضلها. قرون الوعل، في ذكور الموس، (المترجم: هو حيوان ضخّم من حيوانات أمريكا الشمالية، شبيهه بالأيل) لهو مثل جيد لنظرية داروين الأولى. فهذه الزائدة تطورت كي تمكّن مرتديها من تخويف الذكور الأخرى أثناء موسم التزاوج. هذا الشكل الثاني للاختيار الجنسي لدى داروين، وهو شيء مركزي، في هذا الكتاب: اختيار الرفيق. وتُعد أذداء الأنثى لدى الإنسان مثلاً جيداً على ذلك، بخلاف حلّيمات النساء، فإن هذه الزوائد اللحمية البضة، ليس لها دور في التكاثر، لكن لا بد، وأنها تطورت بشكل أولي، لأن

ذكور الأسلاف أعجبوا بها. في الحقيقة، فإن العلماء يطلقون اليوم، على هذه الزينات الجميلة، التي تطورت باختيار الرفيق «مؤشرات الصحة». وبشكل أدق لأنها متطرفة، صادمة، وثمانية أيضاً (من الأيض = البناء والهدم الخلوي، الموجود بأجسامنا. المترجم)، حيث يصعب تزييفها، وبلا قيمة في الكفاح اليومي، من أجل الحياة (Fisher 1915; Zahavi 1975; Miller 2000). ولأن هذه السمات «معوقة»، فإن الأصحاء فقط، هم من يستطيعون أن يبنوها، ويحافظوا عليها (Zahavi 1975)، ولهذا السبب فقط، فإن هذه السمات، تُدهش وتترك انطباعاً قوياً.

.Miller 2000, p. 35 (٧٨)

.Miller 2000 (٧٩)

.Ibid., pp. 3, 29 (٨٠)

.Ibid., p. 7 (٨١)

.Darwin 1871/n. d., p. 743 (٨٢)

الفصل السادس: لماذا نحبُّ

.Brunet et al. 2002 (١)

.H. Fisher 1989, 1992, 1999 (٢)

.Reno et al. 2003 (٣)

.Young, Wang, and Insel 1998; Young et al. 1999, p. 768; Insel 2000 (٤)

.Rosenthal 2002, p. 280 (٥)

.Holy Bible 2000, Ecclesiastes I:9–12 (٦)

.H. Fisher 1992 (٧)

.Lancaster and Lancaster 1983 (٨)

.H. Fisher 1992 (٩)

.Potts 1988 (١٠)

.Walker and Leaky 1993 (١١)

.Allman 1999 (١٢)

.Ibid (١٣)

.Ibid (١٤)

(١٥) لدى علماء الأثنروبولوجي افتراض قديم، وهو أن تأخير النضج، قد تطور كي يعطي الصغار الوقت، حتى يتمكنوا من المهارات التي يحتاجونها باعتبارهم بالغين. بينما توفرت نظريات حديثة متعددة، يرى البعض منها أن طفولة الإنسان الطويلة قد تطورت، عبر تطور مخنا الكبير؛ لأن المخ المعقد يحتاج إلى وقت كي ينمو. ويجادل آخرون بأن جينات مرحلة الطفولة الطويلة ظهرت جنباً إلى جنب مع تلك التي تطورت من أجل مرحلة البلوغ الموسعة التي عاشها الإنسان. لقد بقي أجدادنا معتمدين، لحوالي ثمانية عشر عاماً، كي يحافظوا على الطاقة حتى منتصف العمر؛ حيث يصطادون ويجمعون؛ لذا فحين ينضج الصغار، فإنهم يعيلون كبار العمر. والعكس قد يحدث، أن يطور الآباء جينات قادرة على العيش أطول، من أجل توفير رعاية لأبنائهم، الذين يأخذون من ثم وقتاً طويلاً للنضج. نظرية أخرى، تقول إن الأنواع التي تعيش طويلاً تميل إلى تأجيل التكاثر، لكي تنتج صغاراً، لديهم نوعية أعلى، ومثل كل تغير تطوري دراماتيكي فجائي، فإن تأخر النضج تطور نتيجة أسباب عدة. وأنا سوف أضيف أخرى، ربما أن هذه السمات البيولوجية، تطورت جزئياً، كي تعطي الأسلاف وقتاً أطول، كي يحصلوا على التجارب العاطفية الكافية عن الحب والجنس.

.Ryan 1998 (١٦)

.Miller 2000 (١٧)

.Henderson 2003 (١٨)

.Povinellia and Preussc 1995 (١٩)

.Kohn 2000 (٢٠)

Falk 2000; Rilling and Insel 1999b; Stephan, Baron, and Frahm (٢١)

.1988; Deacon 1988

.Stephan, Frahm, and Baron 1981 (٢٢)

.Wade 2001 (٢٣)

.Rilling and Insel 1999a; Rilling and Insel 1999b (٢٤)

.Bower 2002 (٢٥)

.Turner 2000; Stephan 1983; Deacon 1988 (٢٦)

.Rilling and Insel 1999b (٢٧)

Duncan et al. 2000 (٢٨). لدينا العديد من أنواع الذكاء، «الذكاء العام»، يشير إلى

جمهرة من القدرات، وتشمل قدرتنا على تركيب الحقائق، التعليل، اختيارات التفكير،

توظيف التخطيط الحكيم للمستقبل، الاستبصار، صناعة القرارات، حل المشكلات، التفكير بتجريد، فهم الأفكار المعقدة، التعلم بسرعة، التعلم من الخبرات، رسم الخطط (Spearman 1904; Carroll 1997). الإبداع والبرجماتية، هما شكلان من أشكال توقُّدُ الذهن (Sternberg 1985) ولدى الرجل والمرأة كذلك مهارات محدودة، من بينها العبقريّة الموسيقية، الذكاء، الهندسة الفراغية، البراعة اللغوية، القدرة على اختيار الكلمة المناسبة بسرعة (Gardner 1983) «الذكاء العاطفي»، الوعي بالذات، التحكم بالاندفاعات، والعمل بمهارة، في ظروف اجتماعية صعبة، هي خصائص إنسانية. وأنا أعتقد، أن «روح المرح والفاكاهة» واحدة من أنواع الذكاء. ولقد صغت مصطلح «الذكاء الجنسي»، لشرح القدرة، على أن تكون لديك الحساسية، لاحتياجات الشريك، التعبير عما نريده بحذق، والفعل المناسب أثناء الجماع.

.Stephan, Frahm, Baron 1981 (٢٩)

.Ibid (٣٠)

.Ibid (٣١)

.Semendeferi et al. 1997; Finlay and Darlington 1995 (٣٢)

.Whittier 1988 (٣٣)

.Laumann et al. 1994 (٣٤)

.DeLamater 1995; Cherlin 1995 (٣٥)

.Morell 1998 (٣٦)

.Daly, Wilson, and Weghorst 1982; Wilson and Daly 1992 (٣٧)

.Black 1996; Mock and Fujioka 1990 (٣٨)

.Morell 1998 (٣٩)

الفصل السابع: الحب الضائع

.Stallworthy 1973, p. 293 (١)

.Hamill 1996, p. 133 (٢)

.Baumeister, Wotman, and Stillwell 1993 (٣)

.Baumeister and Dhavate 2001 (٤)

.Evans 2001, p. 52 (٥)

- .Meloy 1998 (٦)
.Stallworthy 1973, p. 297 (٧)
.Ibid., p. 275 (٨)
.Alarcon 1992, p. 110 (٩)
.Stallworthy 1973, p. 260 (١٠)
.Millay 1988, p. 86 (١١)
.Jankowiak 1995, p. 179 (١٢)
.Harris 1995, p. 113 (١٣)
.Harrison 1986 (١٤)
.Jankowiak 1995 (١٥)
.Bowlby 1973; Panksepp 1998; Lewis, Amini, and Lannon 2000 (١٦)
.Whittier 1988, p. 82 (١٧)
.Schultz 2000 (١٨)
.Panksepp 1998 (١٩)
.Lewis, Amini, and Lannon 2000; Panksepp 1998 (٢٠)
.Panksepp 1998 (٢١)
.Baumeister and Dhavale 2001 (٢٢)
.Bowlby 1973; Panksepp 1998 (٢٣)
.Lewis, Amini, and Lannon 2000 (٢٤)
(٢٥) يشمل الهلع منطقة في المخ المتوسط Midbrain، المنطقة السنجابية حول السيق The periaqueductal gray وهي المنطقة الواقعة قريبًا جدًا من تلك المسئولة عن الألم، هذه المنطقة تُرسل إشارات لمناطق أخرى لجهاز الهلع. ولا أحد يدري على وجه الدقة أي كيميائيات المخ هي المسئولة عن قلق الانفصال، والهلع (Panksepp 1998). الجلوتامات، وهي الناقلات العصبية الأكثر تهيبًا، غالبًا ما ستكون مسؤولة، يعزو إليها كل شيء نفعله. وكلما زادت هذه الناقلات، فإن الحيوانات تُظهر نداءات الاستغاثة وخاصة مع الامتعاض والقلق. يعرف العلماء الكثير عما يُطفئ القلق والهلع أكثر مما يعرفون عن الحالة المرضية نفسها. الأميونات، مثل المورفين، سريعًا ما تستطيع تهدئة استغاثات القلق والامتعض لدى الحيوان. الأوكسيتوسين، هرمون ينطلق مع التواصل الاجتماعي،

هو أيضًا لديه القدرة على خفض قلق الانفصال. وهذا يفسر لماذا تتوقف الحيوانات عن البكاء إذا لامستها، فالرسالة التي تصلها باللمس تُنشط مستقبلات الأوكسيتوسين والأفيونات.

.Smith and Hoklund 1988; Campbell, Sedikides, and Bossom 1994 (٢٦)

.Kapit, Macey, and Meisami 2000; Nemeroff 1998 (٢٧)

.Panksepp 1998 (٢٨)

(٢٩) لا يزال العلماء لا يعرفون تمامًا أي كيميائيات المخ تنخرط في فورة الغضب، ولكن العديد منها سيكون متورطًا في الأمر (Panksepp 1998). مادة ب Substance P، وهي محفز عصبي، يمكنها حث الغضب. الجلوتومات والأسيتيل كولين تطيل الحنق. كما أن ارتفاع مستويات النوريبينفراين وانخفاض مستويات السيروتونين تُؤد الغضب. كذلك انخفاض مستويات السيروتونين يعزو إليه الاندفاعية التي تصاحب الحنق (Panksepp 1997; Tiuhonen et al. 1998).

.Panksepp 1998 (٣٠)

.Ibid (٣١)

.Ibid., p. 196 (٣٢)

.Dozier 2002 (٣٣)

.Darwin 1971/n. d., p. 703 (٣٤)

.Panksepp 1998 (٣٥)

.Bowlby 1973; Shaver, Hazan, and Bradshaw 1988 (٣٦)

.Dozier 2002 (٣٧)

.Ellis and Malamuth 2000 (٣٨)

.Bowlby 1960, 1973; 1998 (٣٩)

.Mearns 1991 (٤٠)

.Rosenthal 2002; Nemeroff 1998 (٤١)

.Baumeister, Wotman, and Stillwell 1993; Buss 1994 (٤٢)

.Hatfield and Rapson 1996 (٤٣)

.Taffel 1990 (٤٤)

.Tavris 1992 (٤٥)

.Hatfield and Rapson 1993 (٤٦)

- .Ibid (٤٧)
.Whittier 1988 (٤٨)
.Ustun and Sartorius 1995 (٤٩)
.Mearns 1991 (٥٠)
.Hatfield and Rapson 1996 (٥١)
.Harlow, Harlow, and Suomi 1971 (٥٢)
.Panksepp 1998 (٥٣)
.Schultz 2000 (٥٤)
.Panksepp 1998 (٥٥)
.Kapit, Macey, and Meisami 2000; Panksepp 1998; Nemeroff 1998 (٥٦)
Beck 1996; Niculescu and Akishal 2001; Price et al. 1994; Nesse (٥٧)
.1990, 1991; Panksepp 1998; McGuire and Troisi 1998
.Troisi and McGuire 2002; McGuire and Troisi 1998 (٥٨)
.Hagen, Watson, and Thomson, in preparation (٥٩)
.Watson and Andrews 2002 (٦٠)
Nesse 1991; Hagen, Watson, and Thomson, in preparation; (٦١)
.Rosenthal 2002
Bowlby 1969; Ainsworth et al. 1978; Hazan and Shaver 1987; (٦٢)
.Chisholm 1995
.Leary 2001 (٦٣)
.Baumeister and Dhavale 2001 (٦٤)
.Stallworthy 1973, p. 266 (٦٥)
.Buss 1994; Buunk and Hupka 1987 (٦٦)
.Buunk and Hupka 1987 (٦٧)
.Voracek 2001 (٦٨)
.Buss 2000 (٦٩)
.Ibid (٧٠)
.Stallworthy 1973, p. 282 (٧١)
.Sheets et al. 1997; Mathes 1986 (٧٢)

- .Meloy and Gothard 1995 (٧٣)
.Fremouw et al. 1997 (٧٤)
.Gugliotta 1997; Meloy 1998 (٧٥)
.Gugliotta 1997; Meloy 1998; Jason et al. 1984; Hall 1998 (٧٦)
.Meloy, in press (٧٧)
.Dozier 2002 (٧٨)
.Ibid (٧٩)
Buss 1994; United Nations Development Programme 1995a; Wil- (٨٠)
son and Daly 1992
.E. Goode 2000 (٨١)
.Ibid (٨٢)
Wilson and Daly 1992; United Nations Development Programme (٨٣)
.1995a; Wilson and Daly 1992
.Shakespeare 1936, Othello, act III, scene iii, lines 304–7 (٨٤)
.Wilson and Daly 1992 (٨٥)
.Daly and Wilson 1988 (٨٦)
.Wilson and Daly 1992 (٨٧)
.Dozier 2002 (٨٨)
.Nadler and Dotan 1992; Shettel–Neuber, Bryson, and Younf 1978 (٨٩)
.Gugliotta 1997 (٩٠)
.E. Goode 2000 (٩١)
.Euripides 1963, p. 17 (٩٢)
.Ibid (٩٣)
.Tiihoonen et al. 1997; Panksepp 1998 (٩٤)
.Ibid (٩٥)
.Mace and Mace 1980 (٩٦)
.Hagen, Watson, and Thomson, in preparation (٩٧)

الفصل الثامن: السيطرة على العاطفة

(١) Holmes 1997

(٢) Whittier 1988, p. 41

(٣) Hamill 1996, p. 13

(٤) Yutang 1954, p. 72

(٥) Wolkstein 1991, p. 153. Peele 1975,1988; Carnes 1983; Halpern 1982; Hunter et al. 1981; Liebowitz 1983; Mellody et al. 1992; Griffin-Schaef 1991; Schaef 1989; Findling 1999

حيث أقر العلماء بأن العديد من الجوانب الشخصية، لها أساس وراثي؛ فأنا اقترحت وجود بصمة جينية لمشاعر الحب الرومانسي، باختصار، مختلف الناس يشعرون بهذا الغرام، بدرجات مختلفة، ويمدد وقوة مختلفة. وتدعيماً لهذا المقترح، فإن هناك العديد من اضطرابات الحب. القليل من الناس، ليس لديهم القدرة، على الوقوع في الحب (Tennov 1997). إنهم يتزوجون، ويبنون علاقات شراكة سعيدة، وطويلة العمر، لكنهم يعترفون، بأنهم لم يشعروا بشغف الحب الرومانسي. الآخرون «مدمنو الحب»؛ حيث يبدو أنهم مدمنون جداً لهذه الإثارة، بينما هم غير قادرين على استمرار علاقة طويلة الأجل؛ حيث يضمحل الشغف وينقص مع مرور الوقت، فإنهم يبحثون عن «إثارة» الحب القادم (Liebowitz 1983). لقد صاغ الطبيب النفسي «دونالد كلاين Donald Klein» شكلاً من الاكتئاب المتكرر، والذي يشعر به هؤلاء الفئة من الناس، وأطلق عليه: عسر المزاج الهستيري (Hysteroid dysphoria). ولأن علاقات الحب الكارثية هذه تأخذ مجراها، فإن المحب يعاني من تقلبات المزاج الحادة (Liebowitz 1983). البعض الآخر يعاني، مما يُطلق عليه الأخصائيون النفسيون، متلازمة «كليمبوت-كاندينسكي» Clerambault- or erotomania (CKS) أو «هوس المحب». وفي هذه الحالة، فإن المحب المهووس، قد لا يعرف حتى هذا المحبوب جيداً؛ حيث إن بعضهم يكون شهيراً أو شخصية اجتماعية لامعة، والمهووس هنا لديه ضلالة أن المحبوب يحبه كذلك.

(Zona et al. 1993; Rosenthal 2002).

(٦) Leshner 1997; Rosenthal 2002

(٧) Bartels and Zeki 2002

- .Regis 1995 (٨)
.Alarcon 1992, p. 85 (٩)
.Thayer 1996; Rosenthal 2002 (١٠)
.Rosenthal 2002 (١١)
.Kolata 2002 (١٢)
.Rosenthal 2002 (١٣)
تشير معلومات جديدة، إلى أن حين يؤخذ الفأر بعيداً، من روتينه اليومي من رياضة الجري، فإن مناطق المخ التي تتوافق مع الاشتياق للغذاء، الجنس، أو الأدوية المخدرة، تصبح نشطة ... للبحث عن كتاب رائع في كيف تعالج الاكتئاب، اختر «ثورة العاطفة» الذي ألفه الطبيب النفسي «نورمان روزينثال».
.Rosenthal 2002 (١٤)
.Carter 1998 (١٥)
.Stallworthy 1973, p. 279 (١٦)
.Baumeister, Wotman, and Stillwell 1993 (١٧)
.Baumeister and Dhavale 2001 (١٨)
.Stallworthy 1973, p 253 (١٩)
.E. Goode, Petersen, and Pollack 2002 (٢٠)
.E. Goode, Petersen, and Pollack 2002; Stahl 2000 (٢١)
.Frohlich and Meston 2000; Rosenthal 2002 (٢٢)
.Rosenthal 2002 (٢٣)
Ashton and Rosen 1998; Labbate et al. 1997; Walker et al. 1993; (٢٤)
.Clayton et al. 2000, Gitan et al. 2000; Ascher et al. 1995; Rosenthal 2002
.Rosenthal 2002 (٢٥)
.Brody et al. 2001; Goleman 1996 (٢٦)
.Brody et al. 2001; Goleman 1996; Rosenthal 2002 (٢٧)
.Brody et al. 2001 (٢٨)
.Ibid (٢٩)

لماذا نحب؟

- (٣٠) للاطلاع على كتاب قيّم في كيفية علاج الاكتئاب، اختر كتاب ثورة العاطفة للطبيب النفسي نورمان روزينثال (Rosenthal 2002).
- (٣١) Flexnor 1965, p. 294
- (٣٢) Hamill 1996, p. 70
- (٣٣) Shakespeare 1936, All's Well that Ends Well, act V, scene iii, line
- .41
- (٣٤) Dutton and Aron 1974
- (٣٥) Hatfield 1988, p. 204
- (٣٦) Dutton and Aron 1974; Berscheid and Walster 1974; Aron and
- (٣٧) Aron 1986; Reissman et al. 1993; Aron and Aron 1996; Aron et al. 2000
- (٣٨) Norman and Aron 1995; Aron and Aron 1996; Aron et al. 2000
- (٣٩) Wolkstein 1991, p. 44
- (٤٠) Panksepp 1998
- (٤١) Gallup 2003, personal communication
- (٤٢) Gallup et al. 2002
- (٤٣) Carter 1998
- (٤٤) H. Fisher and J. A. Thomson, in preparation
- (٤٥) Ibid
- (٤٦) M. Fisher, in preparation
- (٤٧) Ashton and Rosen 1998; Labbate et al. 1997; Walker et al. 1993;
- (٤٨) Gitlan et al. 2000
- (٤٩) Sternberg 1986; Cancian 1987; Hatfield and Rapson 1996
- (٥٠) Helgeson, Shaver, and Dyer 1987
- (٥١) Brod 1987; Fowlkes 1994; Tavis 1992
- (٥٢) Tannen 1990
- (٥٣) Fisher 1999
- (٥٤) Hatfield and Rapson 1996
- (٥٥) Brod 1987; Fowlkes 1994; Tavis 1992
- (٥٦) Tannen 1994

- .H. Fisher 1999 (٥٥)
.Ibid (٥٦)
.Rubin et al. 1980; Cancian 1987; Tavris 1992 (٥٧)
.Tornstam 1992 (٥٨)
.Fisher 1999 (٥٩)
.Buss 1988 (٦٠)
.Cancian 1987; Tavris 1992 (٦١)
.Rubin et al. 1980; Tavris 1992 (٦٢)
.Gottman 1994 (٦٣)
.Schultz 2000 (٦٤)
.Hopkins 1994, p. 55 (٦٥)
.Epstein 2002 (٦٦)
Tucker and Aron 1993; Traupmann and Hatfield 1981; Mathes (٦٧)
.and Wise 1983
.Liebowitz 1983 (٦٨)
.Tucker and Aron 1993; Mathes and Wise 1983; Schnarch 1997 (٦٩)
.Tucker and Aron 1993 (٧٠)
.Knox 1970 (٧١)
.Ibid (٧٢)
.Schultz et al. 2000 (٧٣)
.Norman and Aron 1995; Aron and Aron 1996 (٧٤)
.Schultz et al. 2000 (٧٥)
.LeDoux 1996 (٧٦)
.Damasio 1994; LeDoux 1996 (٧٧)
.Damasio 1994 (٧٨)
.LeDoux 1996 (٧٩)
.Ibid (٨٠)
.Ibid (٨١)

الفصل التاسع: جنون الآلهة

- .Ahearn 2001 (١)
.Hatfield and Rapson 1996 (٢)
.Buss 1994 (٣)
Rosenblatt and Anderson 1981; Broude and Green 1983; Prakasa (٤)
.and Rao 1979
.Rosenblatt and Anderson 1981; Prakasa and Rao 1979 (٥)
.Mace and Mace 1980 (٦)
.Friedl 1975 (٧)
.H. Fisher 1992; H. Fisher 1999 (٨)
.W.J. Goode 1959; Frayser 1985 (٩)
.H. Fisher 1999, 1992; Stone 1988 (١٠)
.Bruce et al. 1995; W. J. Goode 1982 (١١)
.Stone 1988; Stone 1990; W. J. Goode 1982 (١٢)
.Fisher 1999 (١٣)
.United Nations 1995b; United Nations 1995c (١٤)
.Allgerier and Wiederman 1991; Hatfield and Rapson 1996 (١٥)
.Hatfield and Rapson 1987 (١٦)
.Cancian 1987 (١٧)
.Jehl 1997, p. A4 (١٨)
.Wattenberg 1997 (١٩)
.Rowe 1997 (٢٠)
.Hatfield and Rapson 1987 (٢١)
.Purdy 1995 (٢٢)
Wang and Nguyen 1995; Hatfield and Rapson 1987; Butler et al. (٢٣)
.1995
.Bulcroft and O'Connor-Roden 1986 (٢٤)
.Cristiani 2003 (٢٥)

- .H. Fisher 1992 (٢٦)
.Stone 1990; Furstenburg 1996; Posner 1992 (٢٧)
.Ibid (٢٨)
.Holmes 1996; H. Fisher 1999 (٢٩)
.Espenshade 1984 (٣٠)
.Lancaster 1994 (٣١)
.Arnst 1998 (٣٢)
.Orr 2003 (٣٣)
.Ibid (٣٤)
.Hines 1998 (٣٥)
.Newberg et al. 2001 (٣٦)

المراجع

- Abbott, A. 2002. Addicted. *Nature* 419(6910):872–74.
- Afifi, A. K., and R. A. Bergman. 1998. *Functional Neuroanatomy: Text and Atlas*. New York: McGraw-Hill.
- Aharon et al. 2001. Beautiful faces have variable reward value: fMRI and behavioral evidence. *Neuron* 32(3):537–51.
- Ahearn, L. M. 1998. “Love keeps afflicting me”: Agentive discourse in Nepali love letters. Paper presented at the annual meeting of the American Anthropological Association, Washington, D.C.
- _____, 2001. *Invitations to Love: Literacy, Love Letters and Social Change in Nepal*. Ann Arbor, Mich.: The University of Michigan Press.
- Ainsworth, M. D. S., M. C. Blehar, E. Waters, and S. Wall. 1978. *Patterns of Attachment: A Psychological Study of the Strange Situation*. Hillsdale, N. J.: Erlbaum.
- Alarcon, Francisco X. 1992. *Snake Poems: An Aztec Invocation*. San Francisco: Chronicle Books.
- Allgeier, E. R., and M. W. Wiederman. 1991. Love and mate selection in the 1990s. *Free Inquiry* 11:25–27.
- Allman, J. 1999. *Evolving Brains*. New York: Scientific American Library.

- Arnow, B. A., J. E. Desmond, L. L. Banner, G. H. Glover, A. Solomon, M. L. Polan, T. F. Lue, S. W. Atlas. 2002. Brain activation and sexual arousal in healthy, heterosexual males. *Brain* 125 (pt 5):1014–23.
- Arnst, C. 1998. Single women in a hostile world. *Business Week*: 27+.
- Aron, A. 2000. Love: An overview. In *Encyclopedia of Psychology*, ed. A. E. Kazdin. Vol. 5:82–85. Washington, D.C.: American Psychological Association.
- Aron, A., and E. Aron. 1991. Love and sexuality. In *Sexuality in Close Relationships*, ed. K. McKinney and S. Sprecher. Hillsdale, N. j.: Lawrence Erlbaum Associates.
- Aron, A., and E. Aron. 1986. *Love and the Expansion of Self. Understanding Attraction and Satisfaction*. New York: Hemisphere.
- Aron, A., and I. Westbay. 1996. Dimensions of the prototype of love. *Journal of Personality and Social Psychology* 70:535–51.
- Aron, A., E. N. Aron, and j. Allen. 1998. Motivations for unreciprocated love. *Personality and Social Psychology Bulletin* 24:787–96.
- Aron, A., M. Paris, and E. N. Aron. 1995. Falling in love: Prospective studies of self-concept change. *Journal of Personality and Social Psychology* 69:1102–12.
- Aron, A., D. G. Dutton, E. N. Aron, and A. Iverson. 1989. Experiences of falling in love. *Journal of Social and Personal Relationships* 6:243–57.
- Aron, A., C. C. Norman, E. N. Aron. C. McKenna, and R. E. Heyman. 2000 couples' shared participation in novel and arousing activities and experienced relationship quality. *Journal of Personality and Social Psychology* 78(2): 273–84.
- Aron, A., H. Fisher, D. Mashek, G. Strong, H. Li, and L. L. Brown. In preparation. Early stage intense romantic love activates cortical-basal-ganglia reward/motivation, emotion and attention systems: An fMRI study of

- a dynamic network that varies with relationship length, passion intensity and gender.
- Aron, E. N., and A. Aron. 1996. Love and expansion of the self: The state of the model. *Personal Relationships* 3:45–58.
- Aronson, F. 1998. *The Social Animal*, 7th ed. San Francisco: Freeman.
- Arsenijevic, Y., and E. Tribollet. 1998. Region-specific effect of testosterone on oxytocin receptor binding in the brain of the aged rat. *Brain Research* 785(1):167–70.
- Ascher, J. A., J. O. Cole, N. Colin, J. P. Feighner, R. M. Ferris, H. C. Fibiger, R. N. Golden, P. Marcin, W. Z. Porter, E. Richelson, and F. Sulscr. 1995. Bupropion: A review of its mechanism of antidepressant activity. *Journal of Clinical Psychiatry* 56(9):396–402.
- Ashton, A. D., and R. C. Rosen, 1998. Bupropion as an antidote for serotonin reuptake inhibitor-induced sexual dysfunction. *Journal of Clinical Psychiatry* 59:112–15.
- Barash, D. P., and J. E. Lipron. 1997. *Making Sense of Sex: How Genes and Gender Influence Our Relationships*. Washington, D.C.: Island Press.
- Barash, D. P., and J. E. Lipton. 2001. *The Myth of Monogamy: Fidelity and Infidelity in Animals and People*. New York: W. H. Freeman and Co.
- Baron-Cohen, S. 2003. *The Essential Difference: The Truth about the Male and Female Brain*. New York: Basic Books.
- Bartels, A., and S. Zeki, 2000. The neural basis of romantic love. *NeuroReport* 2(17):12–15.
- Baumeister, R. F., and D. Dholakia. 2001. Two sides of romantic rejection. In *Interpersonal Rejection*, ed. M. R Leary. New York: Oxford University Press.
- Baumeister, R. F., S. R. Wotman, and A. M. Stillwell. 1993. Unrequited love: on heartbreak, anger, guilt, scriptlessness and humiliation. *Journal of Personality and Social Psychology* 64:377–94.

- Beach, F. A. 1976. Sexual attractivity, proceptivity, and receptivity in female mammals. *Hormones and Behavior* 7:105–38.
- Beach; S. R. H., and A. Tasset, 1988. Love in marriage; a cognitive account. In *The Psychology of Love*, ed. R. J. Sternberg and M. I. Barnes. New Haven, Conn.: Yale University Press.
- Beauregard, M., J. Levesque, and P. Bourgouin. 2001. Neural correlates of conscious self-regulation of emotion. *Journal of Neuroscience* 21(18):RC165.
- Beck, A. T. 1996. Depression as an evolutionary strategy. Paper presented at the annual meeting of the Human Behavior and Evolution Society, June 27.
- Bell, J. 1995. Notions of love and romance among the Taita of Kenya. In *Romantic Passion: A Universal Experience?*, ed. W. Jankowiak. New York: Columbia University Press.
- Berg, S. J., and K. E. Wynne-Edwards. 2001. Changes in testosterone, cortisol, and estradiol levels in men becoming fathers. *Mayo Clinic Proceedings* 76(6):582–92.
- Berns, G. S., S. M. McClure, G. Pagnoni, and P. R. Montague. 2001. Predictability modulates human brain response to reward. *Journal of Neuroscience* 21(8):2793–98.
- Berscheid, E., and H. T. Reis. 1998. Attraction and close relationships. In *The Handbook of Social Psychology*, ed. D. T. Gilbert and S. T. Fiske. Boston: McGraw-Hill.
- Berscheid, E., and E. Walster. 1974. A little bit about love. In *Foundations of Interpersonal Attraction*, ed. T. L. Huston. New York: Academic Press.
- Berscheid, E., K. K. Dion, E. Walster, and G. W. Walster. 1971. Physical attractiveness and dating choice: a test of the matching hypothesis. *Journal of Experimental Social Psychology* 7:173–89.

- Black, J. M., ed. 1996. *Partnerships in Birds: The Study of Monogamy*. New York: Oxford University Press.
- Blum, D. 1997. *Sex on the Brain: The Biological Differences between Men and Women*. New York: Viking.
- Booth, A., and J. M. Dabbs. 1993. Testosterone and men's marriages. *Social Forces* 72(2):463–77.
- Bowen, M. 1978. *Family Therapy in Clinical Practice*. New York: Jason Aronson.
- Bower, B. 2001. Depression therapies converge in brain. *Science News* 160:39.
- _____, 2002. The DNA divide: chimps, people differ in brain's gene activity. *Science News* 161:227–28.
- Bowlby, J. 1960. Grief and mourning in infancy and early childhood. *Psychoanalytic Study of the Child* 15:9–52.
- _____, 1969. *Attachment and Loss: Attachment* (vol. 1). New York: Basic Books.
- _____, 1973. *Attachment and Loss: Separation* (vol. 2). New York: Basic Books Scores. *International Journal of Aging and Human Development* 40(4): 281–96.
- Buunk, B. P., and R. B. Hupka. 1987. Cross-cultural differences in the elicitation of sexual jealousy. *Journal of Sex Research* 23:12–22.
- Byrne, D., G. L. Clore, and G. Smeaton. 1986. The attraction hypothesis: do similar attitudes affect anything? *Journal of Personality and Social Psychology* 51:1167–70.
- Campbell, W. K., C. Sedikides, and J. Bossom. 1994. Romantic involvement, self-discrepancy, and psychological well-being: a preliminary investigation. *Personal Relationships* 1:399–404.
- Cancian, Francesca M. 1987. *Love in America: Gender and Self-Development*. Cambridge, Eng.: Cambridge University Press.

- Cappella, J. N., and M. T. Palmer. 1990. Attitude similarity, relational history, and attraction: the mediating effects of kinesic and vocal behaviors. *Communication Monographs* 57:161–83.
- Cardinali, D. P., C. A. Nagle, E. Gomez, and J. M. Rosner. 1975. Norepinephrine turnover in the rat pineal gland. Acceleration by estradiol and testosterone. *Life Science* 16(11):1717–24.
- Carmichael, M. S., R. Humbert, J. Dixen, G. Palmisano, W. Greenleaf, and J. M. Davidson. 1987. Plasma oxytocin increases in the human sexual response. *Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism* 64(1):27–31.
- Carnes, P. 1983. *Out of the Shadows: Understanding Sexual Addiction*. Minneapolis: CompCare.
- Carroll, J. B. 1997. Theoretical and technical issues in identifying a factor of general intelligence. In *Intelligence, Genes, and Success: Scientists Respond to The Bell Curve*, eds. B. Devlin, S. E. Fienberg, D. P. Resnick, and K. Roeder, New York: Springer-Verlag.
- Carter, C. S., A. C. DeVries, and L. L. Getz. 1995. Physiological substrates of mammalian monogamy: the prairie vole model. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews* 19(2):303–14.
- Carter, C. S., A. DeVries, S. E. Taymans, R. L. Ronerts, J. R. Williams, and L. L. Getz. 1997. Peptides, Steroids, and Pair Bonding. In *The Integrative Neurobiology of Affiliation*, ed. C. S. Carter, I. I. Lederhendler, and B. Kirkpatrick. Annals of the New York Academy of Sciences, 807:260–72. New York: The New York Academy of Sciences.
- Carter, R. 1998. *Mapping the Mind*. Los Angeles, Calif.: University of California Press.
- Chase, P. G., and H. L. Dibble. 1987. Middle paleolithic symbolism: a review of current evidence and interpretations. *Journal of Anthropological Archaeology* 6:263–96.

- Cherlin, A. J. 1995. Social organization and sexual choices. *Contemporary Sociology* 24(4):293–96.
- Chisholm, J. S. 1995. Love's contingencies: the developmental socioecology of romantic passion. In *Romantic Passion: A Universal Experience*, ed. W. Jankowiak. New York: Columbia University Press.
- Churchfield, S. 1991. *The Natural History of Shrews*. Ithaca, N.Y.: Comstock Publishing Associates, a division of Cornell University Press.
- Clayton, A. H., E. D. McGarvey, J. Warnock, et al. 2000. Bupropion as an antidote to SSRI-induced sexual dysfunction. Poster presented at the New Clinical Drug Evaluation Unit Program (NCDEU), Boca Raton, Fla.
- Coleman, C. C., L. A. Cunningham, V. J. Foster, S. R. Batey, R. M. J. Donahue, T. L. Houser, and J. A. Ascher. 1999. Sexual dysfunction associated with the treatment of depression: a placebo-controlled comparison of bupropion sustained release and sertraline treatment. *Annals of Clinical Psychiatry* 11(4):205–15.
- Colle, L. M., and R. A. Wise. 1988. Facilitory and inhibitory effects of nucleus accumbens amphetamine on feeding. In the *Mesocorticolimbic Dopamine System*. ed. P. W. Kalivas and C. B. Nemeroff. New York: The New York Academy of Science, pp. 491–92.
- Collins, J., and T. Gregor. 1995. Boundaries of Love. In *Romantic Passion: A Universal Experience?* ed. W. Jankowiak. New York: Columbia University Press.
- Cosmides, L., and J. Tooby. 1992. Cognitive adaptations for social exchange. In *The Adapted Mind: Evolutionary Psychology and the Generation of Culture*, ed. J. H. Barkow, L. Cosmides, and J. Tooby. New York: Oxford University Press.
- Cristiani, M. 2003. A life history perspective on dating and courtship among Albuquerque adolescents. Ph.D. dissertation, Dept. of Anthropology, University of New Mexico.

- Critelli, J. W., F. j. Myers, and V. E. Loos. 1986. The components of love: romantic attraction and sex role orientation. *Journal of Personality* 54(2): 354–70.
- Cummings, C. C. 1972. *Complete Poems: 1913–1962*. New York: Harcourt, Brace, Jovanovich.
- Dagg, A. I., and J. B. Foster. 1976. *The Giraffe: Its Biology, Behavior, and Ecology*. New York: Van Nostrand Reinhold Co.
- Dai, W. J., L. M. Lu, and T. Yao. 1996. Effects of gonadal steroid hormones on hypothalamic vasopressin mRNA level in male and female rats. *Sheng Li Xue Bao* 48(6):557–63.
- Daly, M., and M. Wilson. 1988. *Homicide*. New York: Aldine de Gruyter.
- Daly, M., M. Wilson, and S. J. Weghorst. 1982. Male sexual jealousy. *Ethology and Sociobiology* 3:11–27.
- Damasio, A. R. 1994. *Descartes' Error: Emotion, Reason, and the Human Brain*. New York: G. P. Putnam's Sons.
- _____, 1999. *The Feeling of What Happens: Body and Emotion in the Making of Consciousness*. New York: Harcourt Brace and Co.
- Damsma, G., J. G. Pfaus, D. G. Wenkstern, A. G. Phillips, and H. C. Fibiger. 1992. Sexual behavior increased dopaminic transmission in the nucleus accumbens and striatum of male rats: Comparison with novelty and locomotion. *Behavioral Neuroscience* 106:181–91.
- Darwin, C. 1859/1978. *The Origins of Species by Means of Natural Selection*. Franklin Center, Pa.: Franklin Library.
- _____, 1871/n.d. *The Descent of Man and Selection in Relation to Sex*. New York: The Modern Library/Random House.
- _____, 1872/1965. *The Expression of the Emotions in Man and Animals*. Chicago: The University of Chicago Press.

- Davics, D. C., G. Horn, and B. J. McCabe. 1985. Noradrenaline and learning: effects of the noradrenergic neurotoxin DSP4 on imprinting in the domestic chick. *Behavioral Neuroscience* 99(4):652–60.
- Deacon, T. W. 1988. Human brain evolution: 11. Embryology and brain allometry. In *Intelligence and Evolutionary Biology*, ed. H. J. Jerison and I. Jerison. New York: Springer-Verlag.
- DeLamater, J. 1995. The NORC sex survey. *Science* 270:501–03.
- Delgado, M. R., L. E. Nystrom, C. Fissel, D. C. Noll, and J. A. Fiez. 2000. Tracking the hemodynamic responses to reward and punishment in the striatum. *Journal of Neurophysiology* 84:3072–77.
- Delville, Y., and C. F. Ferris. 1995. Sexual differences in vasopressin receptor binding within the ventrolateral hypothalamus in golden hamsters. *Brain Research* 68(1):91–96.
- Delville, Y., K. M. Mansour, and C. F. Ferris, 1996. Testosterone facilitates aggression by modulating vasopressin receptors in the hypothalamus. *Physiology and Behavior* 60(1):25–29.
- De Ridder, E., R. Pinxten, and M. Ecnis. 2000. Experimental evidence of a testosterone-induced shift from paternal to mating behavior in a facultatively polygynous songbird. *Behavioral Ecology and Sociobiology* 49(1):24–30.
- De Waal, F. 1996. Good Natured: *The Origins of Right and Wrong in Humans and Other Animals*. Cambridge, Mass.: Harvard University Press.
- Dickinson, E. 1955. The brain (#632). In *The Poems of Emily Dickinson*, ed. T. H. Johnson. Cambridge, Mass.: Belknap.
- Dion, K. K. 1981. Physical attractiveness, sex roles and heterosexual attraction. In *The Bases of Human Sexual Attraction*, ed. M. Cook. New York: Academic Press.

- Dion, K. K., and K. L. Dion. 1985. Personality, gender and the phenomenology of romantic love. In *Review of Personality and Social Psychology* ed. P. Shaver. Vol 6. Beverly Hills, Calif.: Sage.
- Dion K. K., E. Berscheid, and E. Walster. 1972. What is beautiful is good. *Journal of Personality and Social Psychology* 24:285–90.
- Dion, K. L., and K. K. Dion. 1988. Romantic love: Individual and cultural perspectives. In *The Psychology of Love*, ed. R. J. Sternberg and M. L. Barnes. New Haven: Yale University Press.
- Dluzen, D. E., V. D. Ramirez, C. S. Carter, and L. L. Getz. 1981. Male vole urine changes luteinizing hormone-releasing hormone and norepinephrine in female olfactory bulb. *Science* 212:573–75.
- Dozier, R. W. 2002. *Why We Hate: Understanding, Curbing, and Eliminating Hate in Ourselves and Our World*. New York: Contemporary Books.
- Duncan, J., R. J. Seitz, J. Kolodny, D. Bor, H. Herzog, A. Ahmed, F. N. Newell, and H. Emslie. 2000. A neural basis of general intelligence. *Science* 289: 457–60.
- Dutton, D. G., and A. P. Aron. 1974. Some evidence of heightened sexual attraction under conditions of high anxiety. *Journal of Personality and Social Psychology* 30(4):510–17.
- Eblen, F., and A. M. Graybiel. 1995. Highly restricted origin of prefrontal cortical inputs to striosomes in the macaque monkey. *Journal of Neuroscience* 15:5999–6013.
- Edwards, J. N., and A. Booth. 1994. Sexuality, Marriage; and Well-Being: The Middle Years. In *Sexuality across the Life Course*, ed. A. S. Rossi. Chicago: University of Chicago Press.
- Eibl-Eibesfeldt, I. 1989. *Human Ethology*. New York: Aldine de Gruyter.
- Ekman, P. 2003. *Emotions Revealed: Recognizing Faces and Feelings to Improve Communication and Emotional Life*. New York: Henry Holt and Co.

- Elliott, R., J. L. Newman, O. A. Longe, and J. F. W. Deakin. 2003. Differential response patterns in the striatum and orbitofrontal cortex to financial reward in humans: a parametric functional magnetic resonance imaging study. *Journal of Neuroscience* 23(1):303–07.
- Ellis, B. J. 1992. The Evolution of Sexual Attraction: Evaluative Mechanisms in Women. In *The Adapted Mind: Evolutionary Psychology and the Generation of Culture*, ed. J. H. Barkow, L. Cosmides, and J. Tooby. New York: Oxford University Press.
- Ellis, B. J., and N. M. Malamuth. 2000. Love and anger in romantic relationships: A discrete systems model. *Journal of Personality* 68(3):525–56.
- Ellis, B. J., and D. Symons. 1990. Sex differences in sexual fantasy: An evolutionary psychological approach. *Journal of Sex Research* 27:527–55.
- Enard, W., P. Khaitovich, J. Klose, S. Zollner, F. Heissig, P. Giavalisco, K. Nieselt-Struwe, E. Muchmore, A. Varki, R. Ravid, G. M. Doxiadis, R. E. Bontrop, and S. Paabo. 2002. Intra- and interspecific variation in primate gene expression patterns. *Science* 296:340–43.
- Epstein, R. 2002. Editor as guinea pig. *Psychology Today*, June 2.
- Erikson, E. H. 1959. Identity and the life cycle. *Psychological Issues* 1(1).
- Espenshade, T. J. 1984. Investing in Children: New Estimates of Parental Expenditures. Washington, D.C.: Urban Institute Press.
- Ergen, A. M., and J. C. Morales. 2002. Somatosensory stimuli evoke norepinephrine release in the anterior ventromedial hypothalamus of sexually receptive female rats. *Journal of Neuroendocrinology* 14(3):213–18.
- Ergen, A. M., H. P. Chu, J. M. Fiber, G. B. Karkanias, and J. M. Morales. 1999. Hormonal integration of neurochemical and sensory signals governing female reproductive behavior. *Behavioural Brain Research* 105(1): 93–103.

- Euripides. 1963. *Euripides: Medea and Other Plays*, trans. P. Vellacott. New York: Penguin Books.
- Evans, D. 2001. *Emotion: The Science of Sentiment*. New York: Oxford University Press.
- Fabre-Nys, C. 1998. Steroid control of monoamines in relation to sexual behavior. *Reviews of Reproduction* 3(1):31–41.
- Fabre-Nys, C., et al. 1997. Male faces and odors evoke differential patterns of neurochemical release in the mediobasal hypothalamus of the ewe during estrus: An insight into sexual motivation. *European Journal of Neuroscience* 9:1666–77.
- Falk, D. 2000. *Primate Diversity*. New York: W. W. Norton.
- Farb, P., and G. Armelagos. 1983. *Consuming Passion: The Anthropology of Eating*. New York: Pocket Books.
- Fehr, B. 1988. Prototype analysis of the concepts of love and commitment. *Journal of Personality and Social Psychology* 55(4):557–79.
- Ferkin, M. H., E. S. Sorokin, M. W. Renfroe, and R. E. Johnston. 1994. Attractiveness of male odors to females varies directly with plasma testosterone concentration in meadow voles. *Physiology and Behavior* 55(2):347–53.
- Fernandez, B. E., N. A. Vidal, and A. E. Dominguez. 1975. Action of the sexual hormones on the endogenous norepinephrine of the central nervous system. *Revista Española de Fisiología* 31(4):305–7.
- Ferrari, F., and D. Giuliani. 1995. Sexual attraction and copulation in male rats: Effects of the dopamine agonist SND 919. *Pharmacology Biochemistry and Behavior* 50(1):29–34.
- Ferris, C. F., and Y. Delville. 1994. Vasopressin and serotonin interactions in the control of agonistic behavior. *Psychoneuroendocrinology* 19(7):593–601.

- Finck, H. T. 1891. *Romantic Love and Personal Beauty: Their Development, Causal Relations, Historic and National Peculiarities*. London: Macmillan.
- Findling, R. 1999. *Don't Call That Man!: A Survival Guide to Letting Go*. New York: Hyperion.
- Finlay, B. L., and R. B. Darlington, 1995. Linked regularities in the development and evolution of mammalian brains. *Science* 268:1578–83.
- Florillo, C. D., P. N. Tobler, and W. Schultz. 2003. Discrete coding of reward probability and uncertainty by dopamine neurons. *Science* 299:1898–1901.
- Fisher, H. 1989. Evolution of serial pairbonding. *American Journal of Physical Anthropology* 78:331–54.
- _____, 1992. *Anatomy of Love: A Natural History of Mating, Marriage, and Why We Stray*. New York: W. W. Norton.
- _____, 1998. Lust, attraction, and attachment in mammalian reproduction. *Human Nature* 9(1):23–52.
- _____, 1999. *The first Sex: The Natural Talents of Women and How They Are Changing the World*. New York: Random House.
- Fisher, H., A. Aron, D. Mashek, G. Strong, H. Li, and L. L., Brown. 2003. Early stage intense romantic love activates cortical–basal–ganglia reward/motivation, emotion and attention systems: An fMRI study of a dynamic network that varies with relationship length, passion intensity and gender. Poster presented at the Annual Meeting of the Society for Neuroscience, New Orleans, November 11.
- _____, 2002a. Defining the brain systems of lust, romantic attraction and attachment. *Archives of Sexual Behavior* 31(5):413–9.
- _____, 2002b. The neural mechanisms of mate choice: A hypothesis. *Neuroendocrinology Letters* 23 (suppl 1):92–97.

- Fisher, H., and J. A. Thomson. In preparation. Do the sexual side effects of antidepressants jeopardize romantic love and marriage?
- Fisher, M. In preparation. Female intrasexual competition decreases female facial attractiveness.
- Fisher, R. A. 1915. The evolution of sexual preference. *Eugenics Review* 7:184–92.
- Flament, M. F., J. L. Rapoport, and C. L. Bert. 1985. Clomipramine treatment of childhood obsessive-compulsive disorder: A double-blind controlled study. *Archives of General Psychiatry* 42:977–86.
- Flexnor, J. T. 1965. *George Washington: The Forge of Experience* (1732–1775). Boston: Little, Brown and Co.
- Ford, C. S., and F. A. Beach. 1951. *Patterns of Sexual Behavior*. New York: Harper and Row.
- Fowler, B. H. 1994. *Love Lyrics of Ancient Egypt*. Chapel Hill: The University of North Carolina Press.
- Fowlkes, M. R. 1994. Single worlds and homosexual lifestyles: Patterns of sexuality and intimacy. In *Sexuality across the Life Course*, ed. A. S. Rossi. Chicago: University of Chicago Press.
- Fox, R. 1980. *The Red Lamp of Incest*. New York: E. P. Dutton.
- Frayser, S. 1985. *Varieties of Sexual Experience: An Anthropological Perspective on Human Sexuality*. New Haven: HRAF Press.
- Fremouw, W. J., D. Westrup, and J. Pennypacker. 1997. Stalking on campus: the prevalence and strategies for coping with stalking. *Journal of Forensic Sciences* 42:664–67.
- Freud, S. 1917. Mourning and Melancholia. In *The Freud Reader*, ed. P. Gay. New York: W. W Norton and Co.
- Friedl, E. 1975. *Women and Men: An Anthropologist's View*. New York: Holt, Rinehart and Winston.

- Frohlich, P. F., and C. M. Meston. 2000. Evidence that serotonin affects female sexual functioning via peripheral mechanisms. *Physiology and Behavior* 71:383–93.
- Furstenberg, F. F., Jr. 1996. The future of marriage. *American Demographics* 6:34+
- Galdikas, B. M. F. 1995. *Reflections of Eden: My Years with the Orangutans of Borneo*. Boston: Little, Brown and Co.
- Galfi, M., T. Janaky, R. Toth, G. Prohaszka, A. Juhasz, C. Varga, and F. A. Laszlo. 2001. Effects of dopamine and dopaminic-active compounds on oxytocin and vasopressin production in rat neurohypophyseal tissue cultures. *Regulatory Peptides* 98(1–2):49–54.,
- Gallup, G. G., Jr. 2003. Department of Psychology. State University of New York at Albany, personal communication.
- Gallup, G. G., Jr., R. L. Burch, and S. M. Platek. 2002. Does semen have antidepressant properties? *Archives of Sexual Behavior* 13(26):289–93.
- Galton, F. 1884. The measurement of character. *Fortnightly Review* 36:179–85.
- Gangestad, S. W., and R. Thornhill. 1997. The evolutionary psychology of extrapair sex: the role of fluctuating asymmetry. *Evolution and Human Behavior* 18(2):69–88.
- Gangestad, S. W., R. Thornhill, and R. A. Yeo. 1994. Facial attractiveness, developmental stability, and fluctuating asymmetry. *Ethology and Sociobiology* 15:73–85.
- Gardner, H. 1983. *Frames of Mind: The Theory of Multiple Intelligences*. New York: Basic Books.
- Gehring, W. J., and A. R. Willoughby. 2002. The medial frontal cortex and the rapid processing of monetary gains and losses. *Science* 295 (5563):2279.

- Gingrich, B., Y. Liu, C. Cascio, Z. Wang, and T. R. Insel. 2000. D2 receptors in the nucleus accumbens are important for social attachment in female prairie voles (*Microtus ochrogaster*). *Behavioral Neuroscience* 114(1):173–83.
- Ginsberg, S. D., P. R. Hof, W. G. Young, and J. H. Morrison: 1994. Noradrenergic innervation of vasopressin- and oxytocin-containing neurons in the hypothalamic paraventricular nucleus of the macaque monkey: Quantitative analysis using double-label immunohistochemistry and confocal laser microscopy. *Journal of Comparative Neurology* 341(4):476–91.
- Gitlan, M., R. Suri, J. Zuckerbrow-Miller, et al. 2000. Bupropion sustained release as a treatment of SRI-induced sexual side effects. Poster presented at the 153rd annual meeting of the American Psychiatric Association, Chicago, Illinois.
- Gold, J. I. 2003. Linking reward expectation to behavior in the basal ganglia. *Trends in Neuroscience* 26(1):12–14.
- Goleman, D. 1996. Psychotherapy found to produce changes in brain function similar to drugs. *New York Times*, Feb. 15:B12.
- Goleman, D. 1995. *Emotional Intelligence*. New York: Bantam Books.
- Gonzalez., M, I., F. Farabollini, E. Albonetti, and C. A. Wilson. 1994. Interactions between 5-hydroxytryptamine (5-HT) and testosterone in the control of sexual and nonsexual behaviour in male and female rats. *Pharmacology Biochemistry and Behavior* 47(3):591–601.
- Goodall, J. 1986. *The Chimpanzees of Gombe: Patterns of Behavior*. Cambridge, Mass.: The Belknap Press, Harvard University Press.
- Goode, E. 2000. When women find love is fatal. *New York Times*, February 15.
- Goode, E., M. Petersen, and A. Pollack. 2002. Antidepressants lift clouds, but lose “miracle drug” label. *New York Times*, June 30, section A, 1,16.

- Goode, W. J. 1959. The theoretical importance of love. *American Sociological Review* 24(1):38–47.
- _____. 1982. *The Family*. Englewood Cliffs, N. J.: Prentice-Hall.
- Gottreich, A., I. Zuri, S. Barel, I. Hammer, and J. Terkel. 2000. Urinary testosterone levels in the male blind mole rat (*Spalax ehrenbergi*) affect female preference. *Physiology and Behavior* 69(3):309–15.
- Gottman, J. 1994. *What Predicts Divorce: The Relationship between Marital Processes and Marital Outcomes*. Hillsdale, N. J.: Lawrence Erlbaum Assoc., Inc.
- Gregersen, E. 1982. *Sexual Practices: The Story of Human Sexuality*. London: Mitchell Beazley.
- Griffin, M. G., and G. T. Taylor. 1995. Norepinephrine modulation of social memory: Evidence for a time-dependent functional recovery of behavior. *Behavioral Neuroscience* 109(3):466–73.
- Griffin-Shelley, E. 1991. *Sex and Love: Addiction, Treatment and Recovery*. Westport, Conn.: Praeger.
- Gugliotta, G. 1997. “The Stalkers Are Out” There. *The Washington Post Weekly Edition*, Dec. 8:35.
- Guttentag, M., and P. F. Secord. 1983. *Too Many Women: The Sex Ratio Question*. Beverly Hills, Calif.: Sage Publications.
- Hagen, E. H., P. J. Watson, and J. A. Thomson. In preparation. Love’s Labours Lost: Major depression as an evolutionary adaptation to obtain help from those with whom one is in conflict.
- Hall, D. M. 1998. The victims of stalking. In *The Psychology of Stalking: Clinical and Forensic Perspectives*, ed. J. R. Meloy. New York: Academic Press.
- Hållström, T., and S. Samuelsson. 1990. Changes in women’s sexual desire in middle life: the longitudinal study of women in Gothenburg. *Archives of Sexual Behavior* 19(3):259–68.

- Halpern, H. M. 1982. *How to Break Your Addiction to a Person*. New York: McGraw-Hill.
- Hamill, S. 1996. *The Erotic Spirit: An Anthology of Poems of Sensuality, love and Longing*. Boston: Shambhala.
- Hamilton, W. D., and M. Zuk. 1982. Heritable true fitness and bright birds: A role for parasites? *Science* 218:384–87.
- Harlow, H. F., M. K. Harlow, and S. J. Suomi. 1971. From thought to therapy: Lessons from a primate laboratory. *American Scientist* 59:538–49.
- Harrington, F. H., and P. C. Paquet. 1982. *Wolves of the World: Perspectives of Behavior, Ecology and Conservation*. Park Ridge, N. J.: Noyes Publications.
- Harris, H. 1995. Rethinking heterosexual relationships in Polynesia: A case study of Mangaia, Cook Island. In *Romantic Passion: A Universal Experience?*, ed. W. Jankowiak. New York: Columbia University Press.
- Harrison, A. A., and L. Saeed. 1977. Let's make a deal: An analysis of revelations and stipulations in lonely hearts advertisements. *Journal of Personality and Social Psychology* 35:257–64.
- Harrison, S. 1986. Laments for foiled marriages: Love-songs from a Sepik River village. *Oceania* 56:275–88.
- Hatfield, E. 1988. Passionate and companionate love. In *The Psychology of Love*, ed. R. J. Sternberg and M. L. Barnes. New Haven: Yale University Press.
- Hatfield, E., and R. Rapson. 1987. Passionate love/Sexual desire: Can the same paradigm explain both? *Archives of Sexual Behavior* 16:259–78.
- _____. 1993. Historical and cross-cultural perspectives on passionate love and sexual desire. *Annual Review of Sex Research* 4:67–98.
- _____. 1996. *Love and Sex: Cross-Cultural Perspectives*. Needham Heights, Mass.: Allyn and Bacon.

- Hatfield, E., and S. Sprecher. 1986a. Measuring passionate love in intimate relationships. *Journal of Adolescence* 9:383–410.
- _____. 1986b. *Mirror, Mirror: The Importance of Looks in Everyday Life*. Albany, N. Y.: State University of New York Press.
- Hatfield, E., and G. W. Walster. 1978. *A New Look at Love*. Lanham, Md.: University Press of America.
- Hazan, C., and P. Shaver. 1987. Romantic love conceptualized as an attachment process. *Journal of Personality and Social Psychology* 52:511–24.
- Heaton, J. P. 2000. Central neuropharmacological agents and mechanisms in erectile dysfunction: the role of dopamine. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews*. 24(5):561–69.
- Helgeson, V., P. Shaver, and M. Dyer. 1987. Prototypes of intimacy and distance in same-sex and opposite-sex relationships. *Journal of Social and Personal Relationships* 4:195–233.
- Helmuth, L. 2001. New route to big brains. *Science* 293:1746–47.
- Henderson, M. 2003. Secret of genius is sexual chemistry. *The New York Times*, July 10.
- Hendrick, C., and S. Hendrick. 1986a. Research on love: does it measure up? *Journal of Personality and Social Psychology* 56(3):784–94.
- _____. 1986b. A theory and method of love. *Journal of Personality and Social Psychology* 50(2):392–402.
- Hendrix, H. 1988. *Getting the Love You Want*. New York: Henry Holt.
- _____. 1992. *Keeping the Love You Find*. New York: Pocket Books.
- Henry, J. 1986. *Red Fox: The Catlike Canine*. Washington, D.C.: Smithsonian Institution Press.
- Herbert, J. 1996. Sexuality, stress, and the chemical architecture of the brain. *Annual Review of Sex Research* 7:1–44.
- Hill, J. E., and J. D. Smith. 1984. *BATS: A Natural History*. Austin, Tex.: University of Texas Press.

- Hines, E. 1998. Menage à... lot. *Jane* August: 119–21.
- Hoagland, T. 1998. *Donkey Gospel: Poems*. St. Paul, Minn.: Graywolf Press.
- Hollander, E., M. Fay, B. Cohen, R. Campeas, J. M. Gorman, and M. R. Liebowitz. 1988. Serotonergic and noradrenergic sensitivity in obsessive-compulsive disorder: Behavioral findings. *American Journal of Psychiatry* 145:1015–17.
- Holmes, R. 1997. *Character Sketches: The Romantic Poets and Their Circle*. London: National Portrait Gallery Publications.
- Holmes, S. A. 1996. Traditional family stabilized in the 1990s, study suggests. *New York Times*, Mar. 7:B12.
- Holy Bible, King James Version, 2000. San Diego, Calif.: Thunder Bay Press.
- Homeida, A. M., and A. E. Khalafalla. 1990. Effects of oxytocin and an oxytocin antagonist on testosterone secretion during the oestrous cycle of the goat (*Capra hircus*). *Journal of Reproduction and Fertility* 89(1):347–50.
- Homer. 1990. *Homer: The Iliad*, trans. R. Fagles. New York: Penguin Books.
- Hopkins, A. 1994. *The Book of Courtly Love: The Passionate Code of the Troubadours*. San Francisco: HarperSanFrancisco.
- Horvitz, J. C., et al. 1997. Burst activity of ventral tegmental dopamine neurons is elicited by sensory stimuli in the awake cat. *Brain Research* 759:251.
- Hull, E. M., J. Du, D. S. Lorrain, and L. Matuszewich. 1995. Extracellular dopamine in the medial preoptic area: Implications for sexual motivation and hormonal control of copulation. *Journal of Neuroscience* 15 (11):7465–71.
- _____. 1997. Testosterone, preoptic dopamine, and copulation in male rats. *Brain Research Bulletin* 44(4):327–33.

- Hull, E. M., D. S. Lorrain, J. Du, L. Matuszewich, L. A. Lumley, S. K. Putnam, and J. Moses. 1999. Hormone–neurotransmitter interactions in the control of sexual behavior. *Behavioural Brain Research* 105(1):105–16.
- Humphrey, N. 2002. *The Inner Eye*. New York: Oxford University Press.
- Hunter, M. S., C. Nitschke, and L. Hogan. 1981. A scale to measure love addiction. *Psychological Reports* 48:582.
- Insel, T. R. 2000. Lecture to the 6th annual Wisconsin Symposium on Emotion. The neurobiology of positive emotion. HealthEmotions, Research Institute, University of Wisconsin, April 13.
- Insel, T. R., and C. S. Carter. 1995. The monogamous brain. *Natural History* 104(8):12–14.
- Insel, T. R., and T. J. Hulihan. 1995. A gender–specific mechanism for pair bonding: Oxytocin and partner preference formation in monogamous voles. *Behavioral Neuroscience* 109(4):782–89.
- James, W. 1884. What is an emotion? *Mind* 9:188–205.
- Jankowiak, W. 1995. Introduction. In *Romantic Passion: A Universal Experience?*, ed. W. Jankowiak. New York: Columbia University Press.
- Jankowiak, W. R., and E. F. Fischer. 1992. A cross–cultural perspective on romantic love. *Ethnology* 31(2):149.
- Jason, L. A., A. Reichler, J. Easton, A. Neal, and M. Wilson. 1984. Female harassment after ending a relationship: A preliminary study. *Alternative Lifestyles* 6:259–69.
- Jehl, D. 1997. One wife is not enough: A film to provoke Iran. *New York Times*, Dec. 24:A4.
- Johnson, A. E., H. Coirine, T. R. Insel, and B. S. McEwen. 1991. The regulation of oxytocin receptor binding in the ventromedial hypothalamic nucleus by testosterone and its metabolites. *Endocrinology* 128(2):891–96.

- Johnson, T. H. 1960. *The Complete Poems of Emily Dickinson*. Boston: Little, Brown and Co.
- Johnston, V. S. 1999. *Why We Feel: The Science of Human Emotions*. Cambridge, Mass.: Perseus Books.
- Jones, E., and K. Hill. 1993. Criteria of facial attractiveness in five populations. *Human Nature* 4:271–96.
- Jones, T. J., G. Dunphy, A. Milsted, and D. Ely. 1998. Testosterone effects on: renal norepinephrine content and release in rats with different Y chromosomes. *Hypertension* 32(5):880–85.
- Kanin, E. J., K. R. Davidson, and S. R. Scheck. 1970. A research note on male female differentials in the experience of heterosexual love. *Journal of Sex Research* 6(1):64–72.
- Kano, T. 1992. *The Last Ape: Pygmy Chimpanzee Behavior and Ecology*. Stanford, Calif.: Stanford University Press.
- Kapit, W., R. I. Macey, and E. Meisami. 2000. *The Physiology Coloring Book*. New York: Addison Wesley Longman.
- Karama, S., A. R. Lecours, J. M. Leroux, P. Bourgouin, G. Beaudoin, S. Joubert, and M. Beauregard. 2002. Areas of brain activation in males and females during viewing of erotic film excerpts. *Human Brain Mapping* 16(1):1–13.
- Kawashima, S., and K. Takagi. 1994. Role of sex steroids on the survival, neuritic outgrowth of neurons, and dopamine neurons in cultured preoptic area and hypothalamus. *Hormones and Behavior* 28(4):305–12.
- Kenrick, D. T., G. E. Groth, M. R. Trost, and E. K. Sadalla. 1993. Integrating evolutionary and social exchange perspectives on relationships: Effects of gender, self-appraisal, and involvement level on mate selection. *Journal of Personality and Social Psychology* 64:951–69.

- Kenrick, D. T., E. K. Sadalla, G. E. Groth, and M. R. Trost. 1990. Evolution, traits and the states of human courtship: Qualifying the parental investment model. *Journal of Personality* 58(1):97–116.
- Kernberg, O. 1974. Barriers to falling and remaining in love. *Journal of the American Psychoanalytic Association* 22:486–511.
- King, C. 1990. *The Natural History of Weasels and Stoats*. Ithaca, N.Y.: Comstock Publishing Association, a division of Cornell University Press.
- Kiyatkin, E. A. 1995. Functional significance of mesolimbic dopamine. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews* 19(4):573–98.
- Knowlton, B. J., J. A. Mangels, L. R. Squire. 1996. A neostriatal habit learning system in humans. *Science* 273:1399.
- Knox, D. H. 1970. Conceptions of love at three developmental levels. 19:151–57.
- Kohn, M. 2000. Handaxes and hominid mate choice. Paper presented at the annual meeting of the Human Behavior and Evolution Society, London.
- Kolata, G. 2002. Runner's High? Endorphins? Fiction, some scientists say. *The Science Times, New York Times*, May 21, F1 and F6.
- Kovacs, G. L., Z. Sarnyai, E. Barbarczi, G. Szabo, and G. Telegdy. 1990. The role of oxytocin–dopamine interactions in cocaine–induced locomotor hyper activity. *Neuropharmacology* 29(4):365–68.
- Kruk, A. L., and C. J. Pycock. 1991. *Neurotransmitters and Drugs*. New York: Chapman and Hall.
- Kummer, H. 1995. *In Quest of the Sacred Baboon*. Princeton, N. J.: Princeton University Press.
- Labbate, L. A., J. B. Grimes, A. Himes, et al. 1997. Bupropion treatment of serotonin reuptake antidepressant–associated sexual dysfunction. *Annals of Clinical Psychiatry* 9(4):241–45.
- Lahr, J., and L. Tabori. 1982. *Love: A Celebration in Art and Literature*. New York: Stewart, Tabori & Chang.

- Lampert, A. 1997. *The Evolution of Love*. Westport, Conn.: Praeger.
- Lancaster, J. B. 1994. Human sexuality, life histories, and evolutionary ecology. In *Sexuality across the Life Course*, ed. A. S. Rossi. Chicago: University of Chicago Press.
- Lancaster, J. B., and C. S. Lancaster. 1983. Parental investment: The hominid adaptation. In *How Humans Adapt: A Biocultural Odyssey* ed. D. J. Ortner. Washington, D.C.: Smithsonian Institution Press.
- Langlois, J. H., and L. A. Roggman. 1990. Attractive faces are only average. *Psychological Science* 1:115–21.
- Langlois, J. H., L. A. Roggman, R. J. Casey, J. M. Ritter, L. A. Rieser-Danner, and V. Y. Jenkins. 1987. Infant preferences for attractive faces: Rudiments of a stereotype. *Developmental Psychology* 23:363–69.
- Laumann, E. O. J. H. Gagnon, R. T. Michael, and S. Michaels. 1994. *The Social Organization of Sexuality: Sexual Practices in the United States*. Chicago: University of Chicago Press.
- Leary, M. R. ed. 2001. *Interpersonal Rejection*. New York: Oxford University Press.
- LeDoux, J. 1996. *The Emotional Brain*. New York: Simon & Schuster.
- Lee, J. A. 1973. *Colours of Love*. Toronto: New Press.
- _____. 1988. Love-styles. In *The Psychology of Love*, ed. R. J. Sternberg and M. L. Barnes. New Haven: Yale University Press.
- Lerner, R. M., and S. A. Karabenick. 1974. Physical attractiveness, body attitudes, and self-concept in late adolescents. *Journal of Youth and Adolescence* 3:307–16.
- Leshner, A. I. 1997. Addiction is a brain disease, and it matters. *Science* 278(5335):45–47.
- Lewis, T., F. Amini, and R. Lannon. 2000. *A General Theory of Love*. New York: Random House.
- Liebowitz, M. R. 1983. *The Chemistry of Love*. Boston: Little, Brown.

- Liu, Y. C., B. D. Sachs, and J. D. Salamone. 1998. Sexual behavior in male rats after radiofrequency or dopamine-depleting lesions in nucleus accumbens. *Pharmacology Biochemistry and Behavior* 60(1):585–92.
- Low, B. S. 1991. Reproductive life in nineteenth-century Sweden: An evolutionary perspective on demographic phenomena. *Ethology and Sociobiology* 12:411–48.
- _____. 2000. *Why Sex Matters*. Princeton, N. J.: Princeton University Press.
- Luciana, M., P. F. Collins, and R. A. Depue. 1998. Opposing roles for dopamine and serotonin in the modulation of human spatial working memory functions. *Cerebral Cortex* 8(3):218–26.
- Luu, P., and M. I. Posner. 2003. Anterior cingulate cortex regulation of sympathetic activity. *Brain* 126(10):2119–20.
- Mace, D., and V. Mace. 1980. *Marriage East and West*. New York: Dolphin Books.
- Manning, J. T., and D. Scutt. 1996. Symmetry and ovulation in women. *Human Reproduction* 11:2477–80.
- Manning, J. T., D. Scutt, G. H. Whitehouse, S. J. Leinster, and J. H. Walton. 1996. Asymmetry and menstrual cycle in women. *Ethology and Sociobiology* 17:129–43.
- Marazziti, D., H. S. Akiskal, A. Rossi, and G. B. Cassano, 1999. Alteration of the platelet serotonin transporter in romantic love. *Psychological Medicine* 29:741–45.
- Martin-Soelch, C., K. L. Leenders, A. F. Chevalley, J. Missimer, G. Kunig, S. Magyar, A. Mino, and W. Schultz. 2001. Reward mechanisms in the brain and their role in dependence: Evidence from neurophysiological and neuroimaging studies. *Brain Research Reviews* 36:139–49.
- Mashck, D., A. Aron, and H. Fisher. 2000. Identifying, evoking, and measuring intense feelings of romantic love. *Representative Research in Social Psychology* 24:48–55.

- Maslow, A. 1970. *Motivation and Personality*. New York: Harper and Row.
- Mathes, E. W. 1986. Jealousy and romantic love: A longitudinal study. *Psychological Reports* 58:885–86.
- Mathes, E. W., and P. S. Wise. 1983. Romantic love and the ravages of time. *Psychological Reports* 53:839–46.
- Mayerhofer, A., R. W. Steger, G. Gow, and A. Bartke. 1992. Catecholamines stimulate testicular testosterone release of the immature golden hamster via interaction with alpha- and beta-adrenergic receptors. *Acta Endocrinologia* 127(6):526–30.
- McCullough, D. 2001. *John Adams*. New York: Simon and Schuster.
- McGuire, M. T., and A. Troisi. 1998. Prevalence differences in depression among males and females: Are there evolutionary explanations? *Journal of Medical Psychology* 71:479–91.
- McNamee, T. 1984. *The Grizzly Bear*. New York: Alfred A. Knopf.
- Mearns, J. 1991. Coping with a breakup: Negative mood regulation expectancies and depression following the end of a romantic relationship. *Journal of Personality and Social Psychology* 60:327–34.
- Mech, D. L. 1970. *The Wolf: The Ecology and Behavior of an Endangered Species*. New York: The American Museum of Natural History.
- Meikle, A., J. Stringham, D. Bishop, and D. West. 1988. Quantitating genetic and nongenetic factors influencing androgen production and clearance rates in men. *Journal of Clinical Endocrinology Metabolism* 67:104–9.
- Melis, M. R., and A. Argiolas. 1995. Dopamine and sexual behavior. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews* 19(1):19–38.
- Mellody, P., A. W. Miller, and J. K. Miller. 1992. *Facing Love Addiction*, New York: HarperCollins Publishers.
- Meloy, J. R. 1996. Stalking (obsessional following): A review of some preliminary studies. *Aggression and Violent Behavior* 1:147–62.

- _____. 1999. Stalking: An old behavior, a new crime. *Forensic Psychiatry* 22(1):85–99.
- _____, ed. 1998. *The Psychology of Stalking: Clinical and Forensic Perspective*. New York: Academic Press.
- _____, In press. When stalkers become violent: the threat to public figures and private lives. *Psychiatric Annals* 33(10):658–65.
- Meloy, J. R., and S. Gothard. 1995. A demographic and clinical comparison of obsessional followers and offenders with mental disorders. *American Journal of Psychiatry* 152:258–63.
- Millay, E. St. V. 1988. *Collected Sonnets*. New York: Harper & Row.
- Miller, G. F. 2000. *The Mating Mind: How Sexual Choice Shaped the Evolution of Human Nature*. New York: Doubleday.
- Milton, J. 1949. *Paradise Lost*. IX: 906–907. In *The Portable Milton*, ed. D. Bush. New York: Penguin Books.
- Mock, D. W., and M. Fujioka. 1990. Monogamy and long-term pair bonding in vertebrates. *Trends in Ecology and Evolution* 5(2):39–43.
- Morell, V. 1998. A new look at monogamy. *Science* 281:1982–83.
- Moss, C. 1988. *Elephant Memories: Thirteen Years in the Life of an Elephant Family*. New York: William Morrow.
- Murray, S. L., and J. G. Holmes. 1997. A leap of faith? Positive illusions in romantic relationships. *Personality and Social Psychology Bulletin* 23:586–604.
- Murstein, B. I. 1972. Physical attractiveness and marital choice. *Journal of Personality and Social Psychology* 22:8–12.
- Nadler, A.; and I. Dotan. 1992. Commitment and rival attractiveness: Their effects on male and female reactions to jealousy arousing situations. *Sex Roles* 26:293–310.
- Nemeroff, C. B. 1998. The neurobiology of depression. *Scientific American* 278(6):42–49.

- Nesse, R. 1990. Evolutionary explanations of emotions. *Human Nature* 1:261–89.
- _____. 1991. What good is feeling bad—the evolutionary benefits of psychic pain. *The Sciences: Journal of the New York Academy of Sciences* 31:30–37.
- Netter, P., J. Hennig, B. Meier, and S. Rohrmann. 1998. Testosterone as an indicator of altered 5-HT responsivity in aggressive subjects. *European Psychiatry* 13(4):1815.
- Newberg, A., E. D'Aquili, and V. Rause. 2001. *Why God Won't Go Away: Brain Science and The Biology of Belief*. New York: Ballantine Books.
- Niculescu, A. B., and H. S. Akiskal. 2001. Sex hormones, Darwinism and depression. *Archives of General Psychiatry* 58:1083–84.
- Norman, C., and A. Aron. 1995. The effect of exciting activities on relationship satisfaction: A laboratory experiment. Paper presented at the International Network Conference on Personal Relationships, Williamsburg, Virginia.
- Nyborg, H. 1994. *Hormones, Sex and Society*. Westport, Conn.: Praeger.
- Oates, J. C. 1970. *Love and Its Derangements*. Baton Rouge: Louisiana State University.
- Olds, J. 1956. Pleasure centers in the brain. *Scientific American* 195:105–16.
- Olds, J., and P. M. Milner. 1954. Positive reinforcement produced by electrical stimulation of septal area and other regions of rat brain. *Journal of Comparative and Physiological Psychology* 47:419–27.
- Öngür, D., and J. L. Price. 2000. The organization of networks within the orbital and medial prefrontal cortex of rats, monkeys and humans. *Cerebral Cortex* 10:206–19.
- Orr, A. 2003. *Meeting, Mating, and Cheating: How the Internet Is Revolutionizing Romance*. Upper Saddle River, N. J.: FT Prentice Hall.

- Ortega y Gasset, J. 1957. *On Love*. New York: Meridian Books.
- Panksepp, J. 1998. *Affective Neuroscience: The Foundations of Human and Animal Emotions*. New York: Oxford University Press.
- Pedersen, C. A., J. D. Caldwell, G. F. Jirikowsk, and T. R. Insel, eds. 1992. *Oxytocin in Maternal, Sexual and Social Behaviors*. New York: New York Academy of Sciences.
- Peele, S. 1975. *Love and Addiction*. New York: Taplinger Publishing Company.
- _____. 1988. Fools for love: The romantic ideal, psychological theory and addictive love. In *The Psychology of Love*, cd, R. J. Sternberg and M. L. Barnes. New Haven, Conn.: Yale University Press, pp. 159–90.
- Penny, M. 1988. *Rhinos: Endangered Species*. New York: Facts on File Publications.
- Peplau, L., and S. Gordon. 1985. Women and men in love: Gender differences in close heterosexual relationships. In *Women, Gender and Social Psychology*, ed. V. O’Leary, R. Unger, and B. Wallston. Hillsdale, N. J.: Erlbaum.
- Perrett, D. L., et al. 1998. Effects of sexual dimorphism on facial attractiveness. *Nature* 394:884–86.
- Pfaff, D. W. 1999. *DRIVE: Neurobiological and Molecular Mechanisms of Sexual Motivation*. Cambridge, Mass.: The MIT Press.
- Pines, A. M. 1999. *Falling in Love: Why We Choose the Lovers We Choose*. New York: Routledge.
- Pitkow, L. J., C. A. Sharer, X. Ren, T. R. Insel, E. F. Terwilliger, and L. J. Young. 2001. Facilitation of affiliation and pair-bond formation by vasopressin receptor gene transfer into the ventral forebrain of a monogamous vole. *Journal of Neuroscience* 21(18):7392–96.
- Plato. 1999. *The Symposium*, trans. C. Gill. London: Penguin Books.

- Pleim, E. T., J. A. Matochik, R. J. Barfield, and S. B. Auerbach. 1990. Correlation of dopamine release in the nucleus accumbens with masculine sexual behavior in rats. *Brain Research* 524:160–63.
- Posner, R. 1992. *Sex and Reason*. Cambridge, Mass.: Harvard University Press.
- Post, R. M., S. R. B. Weiss, and A. Pert. 1988. Cocaine-induced behavioral sensitization and kindling: Implications for the emergence of psychopathology and seizures. In *The Mesocorticolimbic Dopamine System*, ed. P. W. Kalivas and C. B. Nemeroff. New York: The New York Academy of Sciences, pp. 292–308.
- Potts, R. 1988. *Early Hominid Activities at Olduvai*. Hawthorne, N.Y.: Aldine de Gruyter.
- Povinellia, D., and T. M. Preusse. 1995. Theory of mind: Evolutionary history of a cognitive specialization. *Trends in Neuroscience* 18(9):418–24.
- Prakasa, V. V., and V. N. Rao. 1979. Arranged marriages: an assessment of the attitudes of the college students in India. In *Cross-Cultural Perspectives of Mate-Selection and Marriage*, ed. G. Kurian. Westport, Conn.: Greenwood Press, pp. 11–31.
- Price, J. S., L. Sloman, R. Gardner, P. Gilbert, and P. Rohde. 1994. The social competition hypothesis of depression. *British Journal of Psychiatry* 164: 309–15.
- Purdy, M. 1995. A sexual revolution for the elderly. *New York Times*, Nov. 6:A16.
- Quiller-Couch, Arthur, ed. 1919. *The Oxford Book of English Verse: 1250–1900*. Oxford, Eng.: Oxford University Press.
- Random House Treasury of Favorite Love Poems*. 2000. New York: Random House Inc.

- Raouf, S. A., P. G. Parker, E. D. Ketterson, V. Nolan, Jr., and C. Ziegenfus. 1997. Testosterone affects reproductive success by influencing extra-pair fertilizations in male dark-eyed juncos (*Aves: Junco hyemalis*). *Proceedings of the Royal Society of London—Series B, Biological Sciences* 264(1388):1599–1603.
- Rebhun, L. A. 1995. Language of love in northeast Brazil. In *Romantic Passion: A Universal Experience?*, ed. W. Jankowiak. New York: Columbia University Press.
- Regis, H. A. 1995. The madness of excess: Love among the Fulbe of North Cameroun. In *Romantic Passion: A Universal Experience?*, ed. W. Jankowiak. New York: Columbia University Press.
- Reik, T. 1964. *The Need to Be Loved*. New York: Bantam.
- Reinisch, J. M., and R. Beasley. 1990. *The Kinsey Institute New Report on Sex*. New York: St. Martin's Press.
- Reissman, E., A. Aron, and M. R. Bergen. 1993. Shared activities and marital satisfaction: Causal direction and self-expansion versus boredom. *Journal of Social and Personal Relationships* 10:243–54.
- Reno, P. L., R. S. Meindl, M. A. McCollum, and C. O. Lovejoy. 2003. Sexual dimorphism in *Australopithecus afarensis* was similar to that of modern humans. *Proceedings of the National Academy of Sciences* 10:1073.
- Richmond, B. J., Z., Liu, and M. Shidara, 2003. Neuroscience: Predicting future rewards. *Science* 301(5630):179–80.
- Rilling, J. K., and T. R. Insel. 1999a. Differential expansion of neural projection systems in primate brain evolution. *NeuroReport* 10:1453–59.
- _____. 1999b. The primate neocortex in comparative perspective using magnetic resonance imaging. *Journal of Human Evolution* 37:191–223.
- Robbins, T. W., and B. J. Everitt. 1996. Neurobehavioural mechanisms of reward and motivation. *Current Opinion in Neurobiology* 6:228–68.

- Rocamora, C., trans. 1998. Chekhov: "The Vaudevilles" and Other Short Works. Lyme, N. H.: Smith and Kraus, Inc.
- Roethke, T. 1975. *The Collected Poems of Theodore Roethke*. New York: Anchor.
- Rolls, E. T. 2000. The orbitofrontal cortex and reward. *Cerebral Cortex* 10(3):284–94.
- Rosenblatt, P. C., and R. M. Anderson. 1981. Human sexuality in cross-cultural perspective. In *The Bases of Human Sexual Attraction*, ed. M. Cook, New York: Academic Press, pp. 215–50.
- Rosenthal, N. E. 2002. *The Emotional Revolution: How the New Science of Feelings Can Transform Your Life*. New York: Citadel Press Books.
- Rothman, R. B., M. H. Baumann, C. M. Dersch, D. V. Romero, K. C. Rice, E. I. Carroll, and J. S. Partilla. 2001. Amphetamine-type central nervous system stimulants release norepinephrine more potently than they release dopamine and serotonin. *Synapse* 39(1):32–41.
- Rowe, J. W. 1997. Editorial: a new gerontology. *Science* 278(5337):367.
- Rubin, Z. 1970. Measurement of romantic love. *Journal of Personality and Social Psychology* 16:265–73.
- Rubin, Z., L. A. Peplau, and C. T. Hill. 1981. Loving and leaving: Sex differences in romantic attachments. *Sex Roles* 7:821–35.
- Rubin, Z., C. T. Hill, L. A. Peplau, and C. Dunke-Schetter. 1980. Self-disclosure in dating couples: Sex roles and the ethic of openness. *Journal of Marriage and the Family* 42:305–17.
- Rushton, J. P. 1989. Epigenesis and social preference. *Behavioral and Brain Sciences* 12:31–32.
- Ryan, M. J. 1998. Sexual selection, receiver biases, and the evolution of sex differences. *Science* 281:1999–2003.
- Ryden, H. 1989. *Lily Pond: Four Years with a Family of Beavers*. New York: William Morrow.

- Sadalla, E. K., D, T. Kenrick, and B. Vershure. 1987. Dominance and heterosexual attraction. *Journal of Personality and Social Psychology* 52:730–38.
- Saint-Cyr, J. A. 2003. Frontal–striatal circuit functions: Context, sequence, and consequence. *Journal of the International Neuropsychological Society* 9(1):102–27.
- Salamone, J. D. 1996. The behavioral neurochemistry of motivation: methodological and conceptual issues in studies of the dynamic activity of nucleus accumbens dopamine. *Journal of Neuroscience Methods* 64(2):137–49.
- Sankhala, K. 1977. *Tiger!: The Story of the Indian Tiger*. New York: Simon and Schuster.
- Schaef, A. W. 1989. *Escape from Intimacy: The Pseudo-Relationship Addictions*. San Francisco: Harper & Row.
- Schaller, G., B. 1973. *Golden Shadows, Flying Hooves*. New York: Alfred A. Knopf.
- Schmitt, D. P. 2001. Desire for sexual variety and mate poaching experiences across multiple languages and cultures. Paper presented at the annual meeting of the Human Behavior and Evolution Society, London.
- Schmitt, D. P., and D. M. Buss. 2001. Human mate poaching: Tactics and temptations for infiltrating existing relationships. *Journal of Personality and Social Psychology* 80:894–917.
- Schnarch, D. 1997. *Passionate Marriage*. New York: Henry Holt and Co.
- Schultz, W. 2000. Multiple reward signals in the brain. *Nature reviews. Neuroscience* 1 (December):199–207.
- Schultz, W., P. Dayan, and P. R. Montague. 1997. A neural substrate of prediction and reward. *Science* 275:1593–98.
- Schultz., W., L. Tremblay, and J. R Hollerman, 2000. Reward processing in primate orbitofrontal cortex and basal ganglia, In *The Mysterious*

- Orbitofrontal Cortex*. ed. C. Cavada and W. Schultz. New York: Oxford University Press.
- Schwarzberg, H., G. L. Kovacs, G. Szabo, and G. Telegdy. 1981. Intraventricular administration of vasopressin and oxytocin affects the steady-state levels of serotonin, dopamine and norepinephrine in rat brain. *Endocrinologia Experimentalis* 15(2):75–80.
- Semendeferi, K., H. Damasio, R. Frank, and G. W. Van Hoesen. 1997. The evolution of the frontal lobes: A volumetric analysis based on three-dimensional reconstructions of magnetic resonance scans of human and ape brains. *Journal of Human Evolution* 32:375–88.
- Seybold, V. S., J. W. Miller, and P. R. Lewis. 1978. Investigation of a dopaminergic mechanism for regulating oxytocin release. *The Journal of Pharmacology and Experimental Therapeutics* 207(2):605–10.
- Shakespeare, W. 1936. *The Complete Works of William Shakespeare: The Cambridge Edition Text*, ed. W. A. Wright. New York: Doubleday.
- Shaver, P. R., and C. Hazan. 1993. Adult romantic attachment: Theory and empirical evidence. In *Advances in Personal Relationships*, ed. D. Perlman and W. Jones. Greenwich, Conn.: JAI Press.
- Shaver, P. R., C. Hazan, and D. Bradshaw. 1988. Love as attachment: the integration of three behavioral systems. In *The Psychology of Love*, ed. R. J. Sternberg and M. Barnes. New Haven, Conn.: Yale University Press.
- Sheets, V. L., L. L. Fredendall, and H. M. Claypool. 1997. Jealousy evocation, partner reassurance and relationship stability: An exploration of the potential benefits of jealousy. *Evolution and Human Behavior* 18:387–402.
- Shepher, J. 1971. Mate selection among second-generation kibbutz adolescents and adults: Incest avoidance and negative imprinting. *Archives of Sexual Behavior* 1:293–307.
- Shepherd, G. 1983. *Neurobiology*. New York: Oxford University Press.

- Sherwin, B. B. 1994. Sex hormones and psychological functioning in postmenopausal women. *Experimental Gerontology* 29(3/4):423–30.
- Sherwin, B. B., and M. M. Gelfand. 1987. The role of androgen in the maintenance of sexual functioning in oophorectomized women. *Psychosomatic Medicine* 49:397.
- Sherwin, B. B., M. M. Gelfand, and W. Brender. 1985. Androgen enhances sexual motivation in females. *Psychosomatic Medicine* 47:339–51.
- Shettel-Neuber, J., J. B. Bryson, and C. E. Young. 1978. Physical attractiveness of the 'other person' and jealousy. *Personality and Social Psychology Bulletin* 4:612–15.
- Shostak, M. 1981. *Nisa: The Life and Words of a !Kung Woman*. Cambridge, Mass.: Harvard University Press.
- Sill, G. 2002. *The Cure of the Passions and the Origins of the English Novel*. New York: Cambridge University Press.
- Simpkins, J. W., S. P. Kalra, and P. S. Kalra. 1983. Variable effects of testosterone on dopamine activity in several microdissected regions in the preoptic area and medial basal hypothalamus. *Endocrinology* 112(2):665–69.
- Singh, D. 1993. Adaptive significance of waist-to-hip ratio and female physical attractiveness. *Journal of Personality and Social Psychology* 65:293–307.
- _____. 2002. Female mate value at a glance: Relationship of waist-to-hip ratio to health, fecundity and attractiveness. *Neuroendocrinology Letters* 23(suppl 4):81–91.
- Sirotkin, A. V., and J. Nitray. 1992. The influence of oxytocin, vasopressin and their analogues on progesterone and testosterone production by porcine granulosa cells in vitro. *Annales d'endocrinologie (Paris)* 53(1):32–36.

- Small, D. M., R. J. Zatorre, A. Dagher, A. C. Evans, and M. Jones-Gotman. 2001. Changes in brain activity related to eating chocolate: from pleasure to aversion. *Brain* 124:1720–33.
- Smith, D. E., and M. Hoklund. 1988. Love and salutogenesis in late adolescence: A preliminary investigation. *Psychology: A Journal of Human Behavior* .25:44–49.
- Smuts, B. B. 1992. Male aggression against women: An evolutionary perspective. *Human Nature* 3:1–44.
- Smuts, B. B. 1985. *Sex and Friendship in Baboons*. New York: Aldine de Gruyter.
- Solomon, R. 1990. *Love, Emotion, Myth and Metaphor*. New York: Prometheus Books.
- Solomon, Z. 1986. Self-acceptance and the selection of a marital partner: An assessment of the SVR model of Murstein. *Social Behavior and Personality* 14:1–6.
- Spearman, C. 1904. General intelligence, objectively determined and measured. *American Journal of Psychology* 15:201–93.
- Spitz., R. 1946. Anaclitic depression: An inquiry into the genesis of psychiatric conditions in early childhood. II. *Psychoanalytic Study of the Child* 2:313–42.
- Sprecher, S., A. Aron, E. Hatfield, A. Cortese, E. Potapove, and A. Levitskaya. 1994. Love: American style, Russian style, and Japanese style. *Personal Relationships* 1:349–69.
- Stahl, S. M. 2000. *Essential Psychopharmacology: Neuroscientific Basis and Practical Applications*. New York: Cambridge University Press.
- Stallworthy, J. 1973. *A Book of Love Poetry*. New York: Oxford University Press.
- Stephan, H. 1983. Evolutionary trends in limbic structures. *Neuroscience and Biobehavioral Reviews* 7:367–74.

- Stephan, H., and O. J. Andy. 1969. Quantitative comparative neuroanatomy of primates: An attempt at phylogenetic interpretation. *Annals of the New York Academy of Science* 167:370–87.
- Stephan, H., G. Baron, and H. D. Frahm. 1988. Comparative size of brain and brain components. *Comparative Primate Biology* 4:1–38.
- Stephan, H., H. D. Frahm, and G. Baron. 1981. New and revised data on volumes of brain structures in insectivores and primates. *Folia Primatologica* 35:1–29.
- Sternberg, R. J. 1985. *Beyond IQ: A Triarchic Theory of Human Intelligence*. New York: Cambridge University Press.
- _____. 1986. A triangular theory of love. *Psychological Review* 91(2):119–35.
- Stone, L. 1988. Passionate attachments in the West in historical perspective. In *Passionate Attachments: Thinking about Love*, ed. W. Gaylin and E. Person. New York: The Free Press.
- _____. 1990. *Road to Divorce: England 1530–1987*. New York: Oxford University Press.
- Sundblad, C., and F. Eriksson. 1997. Reduced extracellular levels of serotonin in the amygdala of androgenized female rats. *European Neuropsychopharmacology* 7(4):253–59.
- Szezyпка, M. S., Q. Y. Zhou, and R. D. Palmiter. 1998. Dopamine-stimulated sexual behavior is testosterone dependent in mice. *Behavioral Neuroscience* 112(5):1229–35.
- Taffel, R. 1990. The politics of mood. *The Family Therapy Networker* September/October: 49–53.
- Tan, G. J., and T. K. Kwan. 1987. Effect of oxytocin on plasma testosterone levels in the male macaques (*Macaca fascicularis*). *Contraception* 36(3): 359–67.

- Tannen, D. 1990. *You Just Don't Understand: Women and Men in Conversation*. New York: Ballantine Books.
- _____. 1994. *Talking from 9 to 5*. New York: William Morrow.
- Tavris, C. 1992. *The Mismeasure of Woman*. New York: Simon and Schuster, pp. 15–25.
- Tavris, C., and S. Sadd. 1977. *The Redbook Report on Female Sexuality*. New York: Delacorte.
- Teasdale, J. D., R. J. Howard, S. G. Cox, Y. Ha, M. J. Brammer, S. C. Williams, and S. A. Checkley. 1999. Functional MRI study of the cognitive generation of affect. *American Journal of Psychiatry* 156(2):203–15.
- Tennov, D. 1979. *Love and Limerence: The Experience of Being in Love*. New York: Stein and Day.
- Tesser, A., and R. Reardon. 1981. Perceptual and cognitive mechanisms in human sexual attraction. In *The Bases of Human Sexual Attraction*, ed. M. Cook. New York: Academic Press.
- Thayer, R. E. 1996. *The Origin of Everyday Moods: Managing Energy Tension and Stress*. New York: Oxford University Press.
- Thomas, A., N. B. Kim, and J. A. Amico. 1996a. Differential regulation of oxytocin and vasopressin messenger ribonucleic acid levels by gonadal steroids in postpartum rats. *Brain Research* 738(1):48–52.
- _____. 1996b. Sequential exposure to estrogen and testosterone (T) and subsequent withdrawal of T increases the level of arginine vasopressin messenger ribonucleic acid in the hypothalamic paraventricular nucleus of the female rat. *Journal of Neuroendocrinology* 8(10):793–800.
- Thomas, E. M. 1993. *The Hidden Life of Dogs*. New York: Houghton Mifflin.
- Thoren, P., Asberg, M., and L. Bertilsson, 1980. Clomipramine treatment of obsessive disorder: biochemical and clinical aspects. *Archives of General Psychiatry* 37:1289–1294.

- Thornhill, R. 1994. Is there psychological adaptation to rape? *Analyse und Kritik* 16:68–85.
- Thornhill, R., and S. W. Gangestad. 1993. Human facial beauty. *Human Nature* 4(3):237–69.
- Thornhill, R., S. W. Gangestad, and R. Comer, 1995. Human female orgasm and mate fluctuating asymmetry. *Animal Behavior* 50:1601–15.
- Tiihonen, J., J. T. Kuikka, K. A. Bergstrom, J. Karhu, H. Viinamiki, J. Lehtonen, T. Hallikainen, J. Yang, and P. Hakola. 1997. Single-photon emission tomography imaging of monoamine transporters in impulsive violent behaviour. *European Journal of Nuclear Medicine* 24(10):1253–60.
- Tiihonen, J., J. Kuikka, J. Kupila, K. Partanen, P. Vainio, J. Airaksinen, M. Eronen, T. Hallikainen, J. Paanila, I. Kinnunen, and J. Huttunen. 1994. Increase in cerebral blood flow of right prefrontal cortex in men during orgasm. *Neuroscience Letters* 170:241–43.
- Tinbergen, N. 1959. *Social Behaviour in Animals*. London: Methuen and Co. Ltd.
- Tornstam, L. 1992. Loneliness in marriage. *Journal of Social and Personal Relationships* 9:197–217.
- Traupmann, J., and E. Hatfield. 1981. Love and its effect on mental and physical health. In *Aging: Stability and Change in the Family*, ed. J. March, S. Kiesler, R. Fogel, E. Hatfield, and E. Shana. New York: Academic Press, pp. 253–74.
- Troisi, A., and M. McGuire. 2002. Darwinian psychiatry and the concept of mental disorder. *Neuroendocrinology Letters* 23(suppl 4) 23:31–38.
- Tucker, P., and A. Aron. 1993. Passionate love and marital satisfaction at key transition points in the family life cycle. *Journal of Social and Clinical Psychology* 12(2):135–47.

- Turner, J. H. 2000. *On the Origins of Human Emotions: A Sociological Inquiry into the Evolution of Human Affect*. Stanford, Calif.: Stanford University Press.
- United Nations Development Programme. 1995a. *Human Development Report: 1995*. New York: Oxford University Press.
- United Nations. 1995b. *Women in a Changing Global Economy: 1994 World Survey on the Role of Women in Development*. New York: United Nations.
- United Nations. 1995c. *Women: Looking beyond 2000*. New York: United Nations.
- United Nations. 1995d. *The World's Women 1995: Trends and Statistics*. New York: United Nations.
- Ustun, T. B., and N. Sartorius. 1995. *Mental Illness in General Health Care: An International Study*. New York: John Wiley on behalf of the World Health Organization.
- Van de Kar, L. D., A. D. Levy, Q. Li, and M. S. Brownfield. 1998. A comparison of the oxytocin and vasopressin responses to the 5-HT_{1A} agonist and potential anxiolytic drug alnespirone (S-20499). *Pharmacology, Biochemistry, and Behavior* 60(3):677–83.
- Van Goozen, S., V. M. Wiegant, E. Endert, F. A. Helmond, and N. E. Van de Poll. 1997. Psychoendocrinological assessment of the menstrual cycle: The relationship between hormones, sexuality, and mood. *Archives of Sexual Behavior* 26(4):359–82.
- Viederman, M. 1988. The nature of passionate love. In *Passionate Attachments: Thinking about Love*, ed. W. Gaylin and E. Person. New York: The Free Press.
- Villalba D., C. J. Auger, and G. J. De Vries. 1999. Antrostenedione effects on the vasopressin innervation of the rat brain. *Endocrinology* 140(7):3383–86.

- Vizi, E. S., and V. Volbekas. 1980. Inhibition of dopamine of oxytocin release from isolated posterior lobe of the hypophysis of the rat; disinhibitory effect of beta-endorphin/enkephalin. *Neuroendocrinology* 31(1):46–52.
- Volkow, N. D., et al. 1997. Relationship between subjective effects of cocaine and dopamine transporter occupancy. *Nature* 386:827.
- Voracek, M. 2001. Marital status as a candidate moderator variable of male–female differences in sexual jealousy: The need for representative population samples. *Psychological Reports* 88:553–66.
- Wade, N. 2001. Study finds genetic link between intelligence and size of some regions of the brain. *New York Times*, Nov. 5, A15.
- _____. 2003. Prime numbers: What science and crime have in common. *New York Times*, July 27, Week in Review, p. 3.
- Walker, A., and R. Leakey. 1993. *The Nariokotome Homo erectus Skeleton*. Cambridge, Mass.: Harvard University Press.
- Walker, L. E., and J. R. Meloy. 1998. Stalking and domestic violence. In *The Psychology of Stalking: Clinical and Forensic Perspectives*, ed. J. R. Meloy. New York: Academic Press.
- Walker, P. W., J. O. Cole, E. A. Gardner, et al. 1993. Improvement in fluoxetine-associated sexual dysfunction in patients switched to bupropion. *Journal of Clinical Psychiatry* 54:459–65.
- Waller, N., and P. Shaver. 1994. The importance of nongenetic influences on romantic love styles: a twin–family study. *Psychological Science* 5(5):268–74.
- Walster, E., and E. Berscheid. 1971. Adrenaline makes the heart grow fonder. *Psychology Today*, June, 47–62.
- Walster, E., V. Aronson, D. Abrahams, and L. Rottman. 1966. The importance of physical attractiveness in dating behavior. *Journal of Personality and Social Psychology* 4:508–16.

- Wang, A. Y., and H. T. Nguyen. 1995. Passionate love and anxiety: A cross-generational study. *The Journal of Social Psychology* 135(4):459–70.
- Wang, Z., and G. J. De Vries. 1995. Androgen and estrogen effects on vasopressin messenger RNA expression in the medial amygdaloid nucleus in male and female rats. *Journal of Neuroendocrinology* 7(1):827–31.
- Wang, Z. Z., C. F. Ferris, and G. J. De Vries. 1994. The role of septal vasopressin innervation in paternal behavior in prairie voles (*Microtus ochrogaster*). *Proceedings of the National Academy of Sciences (USA)* 91:400–404.
- Wang, Z., W. Smith, D. E. Major, and G. J. De Vries. 1994. Sex and species differences in the effects of cohabitation on vasopressin messenger RNA expression in the bed nucleus of the stria terminalis in prairie voles (*Microtus ochrogaster*) and meadow voles (*Microtus pennsylvanicus*). *Brain Research* 650(2):212–18.
- Wang, Z., G. Yu, C. Cascio, Y. Liu, B. Gingrich, and T. R. Insel. 1999. Dopamine D2 receptor-mediated regulation of partner preferences in female prairie voles (*Microtus ochrogaster*): A mechanism for pair bonding? *Behavioral Neuroscience* 113(3):602–11.
- Watson, P. J., and P. W. Andrews. 2002. Toward a revised evolutionary adaptationist analysis of depression: The social navigation hypothesis. *Journal of Affective Disorders* 72:1–14.
- Wattenberg, B. J. 1997. The population explosion is over. *New York Times Magazine*, Nov. 23:60–62.
- Wedekind, C., et al. 1995. MHC-dependent mate preferences in humans. *Proceedings of the Royal Society of London* 260:245–49.
- Wenkstern, D., J. G. Pfaus, and H. C. Fibiger. 1993. Dopamine transmission increases in the nucleus accumbens of male rats during their first exposure to sexually receptive female rats. *Brain Research* 618:41–46.

- Wersinger, S. R., and E. F. Rissman. 2000. Dopamine activates masculine sexual behavior independent of the estrogen receptor alpha. *Journal of Neuroscience* 20(11):4248–54.
- West, C. H. K., A. N. Clancy, and R. P. Michael. 1992. Enhanced responses of nucleus accumbens neurons in male rats to novel odors associated with sexually receptive females. *Brain Research* 585:49–55.
- Whittier, S. L. 1988. *One Hundred and One Classic Love Poems*. Chicago: Contemporary Books.
- Wickelgren, I. 1997. Getting the brain's attention. *Science* 278:35–37.
- Williams, J. R., T. R. Insel, C. R. Harbaugh, and C. S. Carter. 1994. Oxytocin administered centrally facilitates formation of a partner preference in female prairie voles (*Microtus ochrogaster*). *Journal of Neuroendocrinology* 6(3): 247–50.
- Wilson, C. A., I. Gonzalez, and F. Farabollini. 1992. Behavioural effects in adulthood of neonatal manipulation of brain serotonin levels in normal and androgenized females. *Pharmacology Biochemistry, and Behavior* 41(1):91–98.
- Wilson, G. D., and R. J. Land. 1981. Sex differences in sexual fantasy patterns. *Personality and Individual Differences* 2:343–46.
- Wilson, M., and M. Daly. 1992. The man who mistook his wife for a chattel. In *The Adapted Mind: Evolutionary Psychology and the Generation of Culture*, ed. J. H. Barkow, L. Cosmides, and J. Tooby. New York: Oxford University Press.
- Winch, R. 1958. *Mate Selection: A Study of Complementary Needs*. New York: Harper and Row.
- Wingfield, J. C. 1994. Hormone-behavior interactions and mating systems in male and female birds. In *The Differences Between the Sexes*, ed. R. V. Short and E. Balaban. New York: Cambridge University Press.

- Winslow, J. T., and T. R. Insel. 1991a. Social status in pairs of male squirrel monkeys determines the behavioral response to central oxytocin administration. *The Journal of Neuroscience* 11(7):203–8.
- _____. 1991b. Vasopressin modulates male squirrel monkeys' behavior during social separation. *European Journal of Pharmacology* 200(1):95–101.
- Wise, R. A. 1988. Psychomotor stimulant properties of addictive drugs. In *The Mesocorticolimbic Dopamine System*, ed. P. W. Kalivas and C. B. Nemeroff. New York: The New York Academy of Science, pp. 228–34.
- _____. 1989. Brain dopamine and reward. *Annual Review of Psychology* 40:191–225.
- _____. 1996. Neurobiology of addiction. *Current Opinion in Neurobiology* 6:243–51.
- Wolkstein, D. 1991. *The First Love Stories*. New York: HarperPerennial.
- Woolf, V. 1996. *Night and Day* New York: Penguin.
- World Health Organization. 2001. *The World Health Report 2001—Health Systems: Improving Performance*. Geneva: World Health Organization.
- Yang, S. P., K. Y. F. Pau, D. L. Hess, and H. G. Spies. 1996. Sexual dimorphism in secretion of hypothalamic gonadotropin-releasing hormone and norepinephrine after coitus in rabbits. *Endocrinology* 137(7):2683–93.
- Young, L. J., Z. Wang, and T. R. Insel. 1998. Neuroendocrine bases of monogamy. *Trends in Neurosciences* 21(2):71–75.
- Young, L. J., R. Nilsen, K. G. Waymire, G. R. MacGregor, and T. R. Insel. 1999. Increased affiliative response to vasopressin in mice expressing the Via receptor from a monogamous vole. *Nature* 400:766–68.
- Yutang, L. 1954. *Famous Chinese Short Stories*. New York: Pocket Books.
- Zahavi, A. 1975. Mate selection: A selection for a handicap. *Journal of Theoretical Biology* 53:205–14.

المراجع

- Zick, R. 1970. Measurement of romantic love. *Journal of Personality and Social Psychology* 16(2):265–73.
- Zona, M. A., K. K. Sharma, and J. A. Lane. 1993. Comparative study of erotomanic and obsessional subjects in a forensic sample. *Journal of Forensic Sciences* 38(4):896.

