**Как и почему мы любим: взгляды ученых**

Что такое любовь? Что заставляет человека забывать обо всем на свете, кроме любимого? На чем основан выбор, который рано или поздно делает каждый из нас? Эти проблемы волнуют людей столько же лет, сколько существует человек. Но до сих ответы на них давали только поэты и писатели. И только сейчас, в XXI веке, многие из этих загадок были разгаданы и учеными.

Что может рассказать современная наука о любви? И что такое любовь с точки зрения биохимиков и физиологов?

Оказывается, в головном мозге каждого человека (да и, впрочем, любого другого живого существа, ведущего относительно "моногамный" образ жизни) есть специальная зона, ответственная за чувство влюбленности. Как обнаружили в 2000 году английские ученые, именно эта зона активируется у влюбленных при мысли об объекте своей любви. Если же они думают о своих друзьях и подругах, даже очень близких, эта зона ничем не проявляет себя. Ее активация вызывает цепь нейрофизиологических реакций, похожих на ту, которая возникает в организме наркомана, употребляющего алкоголь или даже кокаин. Иначе говоря, влюбленный человек действительно пьянеет и теряет голову от любви - не только в поэтическом, но и в биохимическом и физиологическом смыслах.

Кстати, активность этой зоны у разных людей может отличаться на несколько порядков. Те, у кого она "зашкаливают", обычно становятся однолюбами. Влюбившись один раз, они уже никогда не изменяют своих пристрастий. А вот для тех, у кого эта зона редко "проявляет себя", характерно более "вольное" отношение к своим чувствам. Они практически не могут выбрать себе постоянного партнера, предпочитая довольствоваться кратковременными связями.

Что касается самой любви, то она, оказывается, с точки зрения физиологии бывает очень разной. Ученые выделяют три ее основные формы - сексуальное влечение, романтическую любовь и долговременные супружеские отношения. Для каждой из этих форм характерны свои физиологические и биохимические реакции.

Сексуальное влечение представляет собой самую "простую" форму любви. В головном мозге испытывающего его человека повышается содержание нейромедиаторов (веществ, обеспечивающих передачу информации между нервными клетками), вызывающих ощущение эйфории, расслабленности и удовольствия. Увеличивается выброс в ткани мозга серотонина, окситоцина, вазопрессина и эндогенных опиоидов. Человек, испытывающий эту форму любви, весьма похож на наркомана - характерный для него комплекс нейрофизиологических процессов практически полностью аналогичен тому, который наблюдается при героиновой наркомании или морфинизме. Он буквально "пристращается" к объекту своей любви.

Романтическая любовь представляет собой более сложную головоломку. По мнению ученых, по своему физиологическому механизму она очень похожа на так называемый обсессионно-компульсивный синдром - специфическое состояние психики человека, при котором он испытывает постоянное влечение к чему-либо. В головном мозге влюбленного резко снижается содержание серотонина - нейромедиатора, вызывающего ощущение удовольствия и спокойствия. В результате влюбленный, особенно лишенный возможности видеть объект своей любви, постоянно испытывает беспокойство и тревогу, которые проходят лишь тогда, когда он оказывается рядом с любимым или любимой.

О том, что именно заставляет супругов оставаться друг рядом с другом, известно очень мало. Известно лишь, что них характерны довольно стабильные показатели гормонального баланса, свидетельствующие о "медиаторном равновесии" в головном мозге. Именно поэтому нормальная супружеская жизнь - это в первую очередь спокойствие, комфорт и ощущение безопасности.

Кстати, ученые отмечают, что в головном мозге одного и того же человека могут одновременно наблюдаться "физиологические признаки" всех трех видов любви - ведь характерные для каждого из них изменения практически не связаны друг с другом. Именно так происходит в том случае, если, например, мужчина женат, у него есть ребенок или дети, но при этом он влюблен во вторую женщину и испытывает сексуальное влечение к третьей.

Нельзя обойти стороной и еще один немаловажный аспект любви. От чего зависит выбор возлюбленного или возлюбленной? Почему мы совершенно спокойно проходим мимо сотен тысяч людей и выбираем единственного человека, к которому стремимся всем сердцем?

Оказывается, этот выбор тоже объясняется особенностями биохимии и физиологии человека. В головном мозге каждого из нас существует определенный "шаблон любви", с которым сравнивается каждый человек. Этот шаблон формируется в возрасте 12-13 лет, когда ребенок начинает стремительно взрослеть. Он включает в себя не только внешние признаки, но и определенные черты характера, манеру поведения, особенности эмоциональных реакций - иначе говоря, абсолютно все то, чем один человек может отличаться от другого. Как только человек встречает кого-то, соответствующего этому шаблону - его мозг выбрасывает огромное количество разнообразных медиаторов, вызывающих сложный комплекс эмоциональных реакций. Иначе говоря, человек влюбляется с первого взгляда. А если соответствие шаблону оказывается неполным, любовь развивается постепенно - "центру любви" требуется некоторое время, чтобы "совместить" реального человека и идеализированный "шаблон".

Так или иначе, перед современной наукой отступает даже такое таинство, как любовь. Да, сейчас ученые могут только строить гипотезы о том, что происходит с влюбленным человеком - для чего-то более серьезного им не хватает фактов. Но пройдет еще 10-20 лет - и любовь станет всего лишь еще одним физиологическим процессом, механизм которого будет изучен до мельчайших подробностей.

Впрочем, нужно ли это нам?