



v|b|z

biblioteka
**STRUČNO
POPULARNA**

glavni urednik
Nenad Rizvanović

Helen Fisher
Zašto volimo

copyright © za hrvatsko izdanje
V.B.Z. d.o.o.
10010 Zagreb, Dračevička 12
tel: 6235-419, fax: 6235-418
e-mail: info@vbz.hr
www.vbz.hr

za nakladnika:
Boško Zatezalo

urednik:
Bruno Šimleša

lektura i korektura:
Iva Ušćumlić-Gretić

grafička priprema:
V.B.Z. studio, Zagreb

tisak:
Tiskarna Ljubljana, Ljubljana, 2005.

Helen Fisher **Zašto volimo**

s engleskoga prevela:
Radna Rojc-Belčec



v|b|z

biblioteka
**STRUČNO
POPULARNA**

naslov izvornika:

**Helen Fisher
WHY WE LOVE**

copyright © 2004 Helen E. Fisher

copyright © 2005. za hrvatsko izdanje:
V.B.Z. d.o.o.
Zagreb

CIP – Katalogizacija u publikaciji
nacionalna i sveučilišna knjižnica – Zagreb

UDK 159.942:612.8

FISHER, Helen
 Zašto volimo / Helen Fisher ;
s engleskoga preveta Radha Rojc Belčec -
Zagreb ; V.B.Z., 2005. - (Stručno-popularna
biblioteka)

Prijevod djela: Why we love. -
Bibliografija. - Kazalo.

ISBN: 953-201-503-5

I. Ljubav – Fiziološko gledište

450914097

ISBN: 953-201-503-5

sadržaj:

11	Čitatelju
17	1 »Kakav divlji zanos«: Zaljubljenost
36	2 Životinjska privlačnost: Ljubav među životinjama
55	3 Kemija ljubavi: Pregled »zaljubljenog« mozga
76	4 Ljubavna mreža: Pohota, romantika i privrženost
93	5 »Onaj prvi ljupki bezbrižni zanos«: Koga odabiremo
114	6 Zašto volimo: Evolucija romantične ljubavi
135	7 Izgubljena ljubav: Odbačenost, očajanje i bijes
157	8 Preuzimanje kontrole nad strašću: Kako produžiti romantičnu ljubav
180	9 »Ludost Bogova«: Trijumf ljubavi
189	Dodatak
203	Bilješke
224	Bibliografija
255	Zahvale
253	Kazalo

Čitatelju

»Što je ljubav?« zamišljeno se pitao Shakespeare. Veliki pjesnik nije prvi koji je postavio to pitanje. Pretpostavljam da su naši preci i prije milijun godina dok su sjedili oko svojih logorskih vatri ili ležali promatrajući zvijezde razbijali glavu nad tim pitanjem.

U ovoj sam knjizi pokušala dati odgovor na to, naizgled, nemoguće pitanje. Potaklo me nekoliko stvari. Voljela sam i osvojila; voljela sam i izgubila. Iskusila sam radost i tugu romantične ljubavi. Štoviše, uvjerenam sam da je ta strast kamen temeljac ljudskoga društvenog života, da je svako ljudsko biće koje je ikada živjelo osjetilo zanos i očaj romantične ljubavi. Što je možda najvažnije, bolje razumijevanje toga uragana može pomoći ljudima da otkriju i održe tu veličanstvenu strast.

Tako sam 1996. godine započela mnogostruko istraživanje s namjerom da razotkrijem iskustvo zaljubljenosti, tu tajnu nad tajnama. Zašto volimo? Zašto odaberemo određene ljude? Na koji se način muškarci i žene razlikuju po svojim ljubavnim osjećajima? Ljubav na prvi pogled. Ljubav i požuda. Ljubav i brak. Životinjska ljubav. Kako se razvijala ljubav? Ljubav i mržnja. Zaljubljeni mozak. To su glavne teme ove knjige. Također sam se nadala da ću dobiti uvid u to na koji bismo način mogli upravljati tim nepredvidljivim i nerijetko opasnim plamenom srca.

Vjerujem da je romantična ljubav jedna od tri prvobitne moždane mreže koje su evoluirale prve te počele upravljati parenjem i reprodukcijom. Pojavila se *pohlepa*, žudnja za seksualnim ispunjenjem, kako bi motivirala naše pretke da bez gotovo ikakve mogućnosti izbora tragaju za seksualnim sjedinjenjem s partnerom. *Romantična ljubav*, oduševljenje i opsjednutost zaljubljenosti omogućila im je da svoje udvaranje usredotoče na jednu osobu, čuvajući time dragocjeno vrijeme za parenje i energiju. A muško-ženska *privrženost*, osjećaj spokoja, mira i sigurnosti koju nerijetko osjećamo prema dugogodišnjem partneru, razvila se kako bi potakla naše pretke da dovoljno dugo vole partnera kako bi zajedno odgojili djecu.

Ukratko, romantična ljubav duboko je ukorijenjena u ustrojstvu i kemiji ljudskoga mozga.

No, što zapravo izaziva to što zovemo ljubavlju?

Da bih to istražila, odlučila sam se poslužiti najnovijom tehnologijom za pregled mozga, poznatom pod nazivom funkcionalna magnetska rezonancija (fMRI), kako bih zabilježila moždanu aktivnost ludo zaljubljenih muškaraca i žena.

U pogledu toga važnog dijela istraživanja imala sam sreću što mi se pridružilo dvoje iznimno nadarenih kolega, dr. Lucy L. Brown, neuroznanstvenica s Medicinskog fakulteta Albert Einstein te dr. Arthur Aron, istraživački psiholog s Državnog sveučilišta New Yorka u Stony Brooksu. Važnu su ulogu imali i talentirani kolege: Debra Mashek, tada jedan od kandidata za titulu doktora psihologije u sveučilištu SUNY Stony Brook; Greg Strong, također diplomirani student psihologije sveučilišta SUNY te dr. Haifrang Li, radiolog na sveučilištu SUNY Stony Brook. Tijekom šest godina proučavali smo mozak više od četrdeset ludo zaljubljenih muškaraca i žena, prikupivši gotovo stotinu pedeset fotografija moždane aktivnosti svakoga pojedinca. Polovica sudionika istraživanja bili su muškarci i žene kojima je ljubav bila uzvraćena, a ostale su ispitanike voljene osobe nedavno odbacile. Željeli smo zabilježiti opseg osjećaja povezanih sa zaljubljenošću.

Rezultati su bili nevjerovatni. Otkrili smo razlike u spolovima koje bi mogle objasniti zašto muškarci strastveno reagiraju na vizualne podražaje te zašto žene mogu pamtit i sve detalje odnosa. Otkrili smo na koji se način mozak zaljubljene osobe postepeno mijenja. Utvrdili smo neka područja mozga koja postaju aktivna kad osjećate romantični zanos, a te informacije ukazuju na to kako bi se u dugotrajnim odnosima mogla zadržati romantična ljubav. Počela sam vjerovati da životinje međusobno osjećaju svojevrsan oblik romantične privlačnosti. Naša su otkrića bacila novo svjetlo na uhođenje i druge zločine počinjene iz strasti. Sada puno bolje razumijem zašto smo depresivni i ljuti kad nas netko odbaci. Postoji način na koji možemo potaknuti mozak da ublaži tugu.

Što je najvažnije, naši su rezultati promijenili moje razmišljanje o samoj suštini romantične ljubavi. Shvatila sam da je ta strast temeljni ljudski poriv. Poput žudnje za hranom i vodom, poput majčinskog nagona i ljubav je fiziološka *potreba*, snažan poriv, nagon za udvaranjem i osvajanjem partnera.

Nagon zaljubljenosti stvorilo je neke od najljepših opera, drama i romana čovječanstva, najdirljivije pjesme i najomiljenije melodije, najljepše kipove i slike svijeta te šarolike festivale, mitove i legende. Romantična ljubav ukrasila je svijet i mnogima pružila veliku radost. No, ako netko prezre našu ljubav, to izaziva tešku bol. U svim društvima svijeta visok je postotak uhođenja, ubojstava, samoubojstava, teške depresije zbog odbačene ljubavi te visoke stope razvoda i preljuba. Vrijeme je da ozbiljno razmotrimo Shakespeareovo pitanje: »Što je ljubav?«

Dok zajedno plešemo vječni ples s tom moćnom silom, nagonom zaljubljenosti, nadam se da će vam ova knjiga biti korisna barem onoliko koliko je pisanje te knjige koristilo meni.

1. »Kakav divlji zanos«:

Zaljubljenost

*Cijeli je za me svijet i sve ono što u svijet stane
Rukama tvojim obuhvaćeno; jer u svjetlosti i
Sjenkama tvojih očiju prebiva za me
Jedina ljepota što nikada ostarjeti neće.*

James Weldon Johnson

»Ljepota što nikada ostarjeti neće«

«Tijelo mi plamti od vatre – a to je bol zbog ljubavi prema tebi. Mojim tijelom teče bol zajedno s plamenom ljubavi. Mojim tijelom luta bolest zajedno s ljubavlju. Bol je ta poput čira koji će se rasprsnuti od ljubavi. Sagorjet će ga oganj ljubavi prema tebi. Pamtim tvoje riječi. Razmišljam o tvojoj ljubavi prema meni. Razdire me tvoja ljubav prema meni. Boli i boli. Kamo odlaziš s mojom ljubavlju? Rekli su mi da ćeš otići odavde. Rekli su mi da ćeš me ostaviti. Tijelo mi je ispunjeno bolom. Ljubavi moja, ne zaboravi što ti rekoh. Zbogom, ljubavi moja, zbogom!». Takvu je pjesmu napisao nepoznati Indijanac plemena Kwakiutl iz južne Aljaske koja je 1896. godine prevedena s njegova domorodačkog jezika.

Koliko se muškaraca i žena voljelo u razdobljima kad nas nije ni bilo? Koliko se ispunilo njihovih snova, koliko je propalo njihovih strastvenih osjećaja? Dok šetam, sjedim i razmišljam, često se divim bolnim ljubavnim vezama koje su se odvijale na ovoj planeti. Na svu sreću, muškarci i žene širom svijeta ostavili su nam puno dokaza o svojoj romantičnoj ljubavi.

Iz Uruka, grada u drevnom Sumeru, dolaze nam pjesme ispisane na pločicama s klinastim pismom koje slave strast Inane, kraljice Sumera, prema pastiru Dumuziju. »Voljeni moj, svjetlosti mojih očiju«, uzviknula je Inana prije više od četiri tisuće godina.²

Vedski i drugi indijski tekstovi, od kojih najstariji potječu između 1000. i 700. godine pr. Kr., govore o Šivi, mitskom gospodaru svemira,

koji je bio zaljubljen u Sati, mladu Indijku. Bog je sanjario »kako su na planinskom vrhuncu on i Sati isprepleteni u ljubavi«. ³

Neki ljudi nikada ne dožive sreću. Među njih pripada i Kajs, sin plemenskog poglavice drevne Arabije. Arapska legenda iz sedmog stoljeća prije Krista pripovijeda da je Kajs bio prekrasan, nadaren mladić – sve dok nije susreo Lajlu, čije ime znači »noć«, jer je imala kosu crnu kao ugljen. ⁴ Kajs se tako zanio Lajlom da je jednoga dana skočio sa stolca na kojem je učio i pojurio ulicama izvikujući njezino ime. Otada ga poznaju kao Mađnuna, luđaka. Uskoro je Mađnun počeo lutati pustinjom, živio je u špiljama sa životinjama, pjevao je pjesme svojoj ljubljenoj, a Lajla bi se, skrivena u očevu šatoru, noću iskradala van i po vjetru slala ljubavne poruke. Njih bi suosjećajni prolaznik donio dugokosom, gotovo nagom pjesniku. Njihova je uzajamna strast naposljetku dovela do rata između plemena – i do smrti ljubavnika. Ostala je samo legenda.

Meilan je također preživjela zato što je umrla. U kineskoj bajci iz dvanaestoga stoljeća prije Krista, »Boginja od žada«, Meilan je mažena i pažena petnaestogodišnja kći visokog službenika u Kaifengu – sve dok se nije zaljubila u Čang Poa, vedrog momka dugih, uskih prstiju, nadarenog za oblikovanje žada. »Kada su stvoreni nebo i zemlja, ti si stvorena za mene, a ja za tebe i nikada te neću ostaviti«, jednoga jutra obećao je Čang Po Meilan u vrtu njezina oca. ⁵ Međutim, ljubavnici su pripadali različitim klasama kineskoga krutog, hijerarhijskog društvenog poretka. Očajni, pobjegli su zajedno, ali su ih uskoro pronašli. On se uspio spasiti. Nju su živu zakopali u očevu vrtu. No, priča o Meilan još uvijek progoni duše mnogih Kineza.

Romeo i Julija, Paris i Helena, Orfej i Euridika, Abelard i Eloise, Troil i Kresida, Tristan i Izolda: stoljećima se u drevnoj Europi, kao i na Srednjem istoku, u Japanu, Kini, Indiji i svakom društvu koje nam je ostavilo svoje zapise stvaralo tisuće romantičnih poema, pjesama i priča.

Čak su i oni narodi koji nemaju pisanih dokumenata ostavili dokaze svoje strasti. Zapravo, istražujući 166 različitih kultura, antropolozi su u 147, što iznosi gotovo 90 posto, pronašli dokaze o romantičnoj ljubavi. ⁶ U ostalih 19 društava znanstvenici jednostavno nisu ispitali taj vid ljudskoga života. No, ljudi pjevaju ljubavne pjesme, skladaju ljubavne poeme te prepričavaju mitove i legende o romantičnoj ljubavi od Sibira do australskog zaleđa i Amazone. Mnogi se bave ljubavnom magijom – nose amulete i talismane, pripremaju začine ili napitke koji potiču ljubavni žar. Mnogi ljubavnici pobjegnu. Mnogi pate zbog neuzvraćene ljubavi. Neki ubiju svoje ljubavnike. Neki

ubiju sebe. Mnogi potonu u tugu koja je toliko duboka da jedva mogu napraviti i jesti.

Čitajući poeme, pjesme i pripovijesti naroda cijeloga svijeta, spoznala sam da je sposobnost osjećanja romantične ljubavi čvrsto utkana u tkivo ljudskoga mozga. Romantična ljubav univerzalno je ljudsko iskustvo.

Kakav je to promjenjiv, često nekontroliran osjećaj koji opsjeda um, donoseći u jednom trenutku blaženstvo, u drugome očajanje?

Ispitivanje o ljubavi

«O, reci mi istinu o ljubavi», uzviknuo je pjesnik W. H. Auden. Da bih dohvatila što uistinu iziskuje to duboko ljudsko iskustvo, pregledala sam psihološku literaturu o romantičnoj ljubavi, odabirući one značajke, simptome ili uvjete koji su se češće spominjali. Nije ni čudno što taj snažni osjećaj predstavlja kombinaciju mnoštva osobitih značajki.⁸

Kako bih se uvjerila da su te značajke romantične strasti nešto univerzalno, iskoristila sam ih za sastavljanje upitnika o romantičnoj ljubavi. Uz pomoć Michelle Cristiani, koja je tada diplomirala na Sveučilištu Rutgers, dr. Mariko Hasagawa i dr. Toshikazu Hasagawa sa tokijskog Sveučilišta, podijelila sam upitnik muškarcima i ženama koji su bili u vezi sa sveučilištem Rutgers u New Jerseyu i sa sveučilištem u Tokiju.

Na početku upitnika je stajalo: »Ovaj se upitnik odnosi na zaljubljenost, osjećaj zaljubljenosti, strastvenosti ili snažne romantične privlačnosti prema drugoj osobi.

Ako trenutačno niste zaljubljeni, ali ste u prošlosti gajili strastvene osjećaje, molim vas da odgovorite na pitanja *imajući na umu tu osobu*«. Tada je slijedilo nekoliko demografskih pitanja koja su obuhvaćala dob ispitanika, financijski položaj, religiju, etničku pripadnost, seksualnu orijentaciju i bračni status. Također sam postavila pitanja o ljubavnim vezama. Među njima su bila i ova: »Koliko ste dugo zaljubljeni?« »Koliko otprilike posto vremena u danu mislite na tu osobu?« »Čini li vam se katkad da ne vladate svojim osjećajima?«

Nakon toga je slijedio glavni dio upitnika (vidi Dodatak). Sastojao se od pedeset četiri izjave, kao što su: »Kad sam s voljenom osobom imam više energije«. »Srce mi brže udara kad čujem glas voljene osobe preko telefona«. »Misli mi odlutaju voljenoj osobi i kad sam na predavanjima/na poslu«. Te sam tvrdnje osmislila tako da odražavaju karakteristike koje se najčešće povezuju s romantičnom ljubavlju. Od ispitanika

se tražilo da odrede na sedmerostrukoj ljestvici od »nimalo se ne slažem« do »potpuno se slažem« u kolikoj se mjeri slažu sa svakom izjavom. Uпитnik je ispunilo sveukupno 437 Amerikanaca i 402 Japanaca. Nakon toga su statističari MacGregor Suzuki i Tony Oliva prikupili sve podatke i obavili statističku analizu.

Rezultati su bili nevjerojatni. Nijedna od varijabli nije posebno utjecala na odgovore, uključujući dob, spol, seksualnu orijentaciju te religijsku i etničku pripadnost.

Primjerice, ljudi različitih dobnih skupina dali su odgovore koji se u 82 posto izjava nisu osobito razlikovali. Ispitanici iznad četrdeset pete bili su podjednako strastveni u pogledu voljene osobe kao i oni mlađi od dvadeset pet godina. Heteroseksualci i homoseksualci dali su slične odgovore u 86 posto pitanja. U 87 posto pitanja američki muškarci i žene odgovorili su doslovce na isti način – bilo je vrlo malo razlika u odnosu na spol. Američki bijelci i pripadnici drugih rasa odgovorili su slično na 82 posto pitanja – rasna pripadnost nije igrala gotovo nikakvu ulogu u pogledu romantičnoga žara. Katolici i protestanti nisu pokazali nikakvih značajnijih razlika u 89 posto izjava – religijska pripadnost nije bila razlikovni čimbenik. A u slučajevima u kojima su te skupine pokazale statistički značajne razlike u odgovorima, jedna je skupina najčešće bila samo malo strastvenija od druge.

Najveće su se razlike pokazale između Amerikanaca i Japanaca. U četrdeset tri pitanja pokazali su statistički značajne varijacije, u smislu da je jedna nacionalnost jednostavno izrazila nešto veću romantičnu strast. Dramatične razlike koje su se očitovale u preostalih dvanaest pitanja mogle su se objasniti prilično očitim kulturalnim razlikama.

Primjerice, samo se 24 posto Amerikanaca suglasilo s izjavom: »Kad razgovaram s voljenom osobom, često se plašim da ću reći nešto pogrešno«, dok se čak 65 posto Japanaca suglasilo s njom. Pretpostavljam da je do te razlike došlo zato što mladi Japanci imaju rjeđe i službenije odnose sa suprotnim spolom od Amerikanaca. U okviru tih vrlo različitih društava muškarci i žene bili su vrlo slični u pogledu romantične strasti.

Romantična ljubav. Opsesivna ljubav. Strastvena ljubav. Zaljubljenost. Nazvali je kako želite, ta neodoljiva moć očarava, muči i izluđuje muškarce i žene svih razdoblja i kultura. Zaljubljenost je zajednički osjećaj sveukupnoga čovječanstva; dio je ljudske naravi.⁹

Štoviše, tu magiju svi mi osjećamo na isti način.

»Posebno značenje«

Kad se zaljubite, dolazi do dramatičnog pomaka svijesti: »predmet ljubavi« dobiva ono što psiholozi nazivaju »posebnim značenjem«. Voljena osoba je nešto novo, jedinstveno i najvažnije. Kako je to rekao zaljubljeni muškarac: »Cijeli mi se svijet preobrazio. Dobio je novo središte: Marilyn«¹⁰. Shakespeareov Romeo te je osjećaje izrazio sažetije, rekavši o svojoj obožavanoj: »Julia je sunce«.

Prije nego što odnos preraste u romantičnu ljubav, mogli bi vas privlačiti različiti ljudi, tako da vam se pozornost prelazi od jednoga do drugoga. No, na kraju se strast počne koncentrirati oko jedne osobe. Emily Dickinson je taj osobni svijet nazvala »vlastitim carstvom«.

Ta je pojava povezana s time što čovjek nije sposoban osjetiti romantičnu strast prema više osoba odjednom. U mojoj anketi je 79 posto muškaraca i 87 posto žena izjavilo da ne bi izašli na ljubavni sastanak s nekom drugom osobom ako je njihova voljena osoba zauzeta (Dodatak, 19. tvrdnja).

Usmjerena pozornost

Čovjek opsjednut ljubavlju gotovo svu pozornost usredotočuje na voljenu osobu, često na štetu svega ostalog, uključujući posao, obitelj i prijatelje. Ortega y Gasset, španjolski filozof, to je nazvao »nenormalnim stanjem pozornosti koje se događa normalnom čovjeku«. Ta je usmjerena pozornost središnji vid romantične ljubavi.

Zaljubljeni muškarci i žene također se koncentriraju na sva zbivanja, pjesme, pisma i druge sitnice koje povezuju s voljenom osobom. Ona pamti kako joj je on pokazao proljetni pupoljak u parku; on pamti kako mu je ona jedne večeri dobacila limune da si napravi piće. Ljubavljui opsjednuti imaju osjećaj da su ti obični trenuci prepuni života. Sedamdeset tri posto muškaraca i osamdeset pet posto žena u mojoj anketi pamtilo je beznačajne stvari koje je rekla i učinila voljenoj osobi (Dodatak, 46. tvrdnja). Osamdeset tri posto muškaraca i devadeset posto žena prisjećalo se tih dragocjenih trenutaka razmišljajući o svojim najdražima (Dodatak, 52. tvrdnja).

Milijarde ljubavnika vjerojatno su osjetili nježnost razmišljajući o trenucima koje su proveli s voljenima. Dirljiv primjer te pojave opisan je u kineskoj pjesmi iz devetoga stoljeća, »Strunjača od bambusa«, koju je napisao Juan Čen. Čen je očajavao: »Ne mogu podnijeti pomisao da nekamo odložim tu bambusovu strunjaču za spavanje: one noći

kad sam te doveo svome domu, gledao sam te dok si je razvlačila«. ¹¹ Za Čena je svakodnevni predmet dobio moć ikone.

Priča Chrétiena de Troyesa iz dvanaestoga stoljeća, *Lancelot*, prikazuje taj isti vid romantične ljubavi. U tome epu Lancelot pronalazi češalj kraljice Ginevre koji je ostao ležati na putu kojim je prošla ona sa svojom pratnjom. U zupcima češlja zadržalo se nekoliko njezinih zlatnih vlasi. De Troyes piše: »Obožavao je te vlasi; tisućama je puta njima dodirivao oči, usta, čelo i obraze«. ¹²

Preuveličavanje voljene osobe

Zaljubljenik također počinje uvećavati i preuveličavati sitnice povezane s voljenom osobom. Ako ih netko na to navede, gotovo svi ljubavnici mogu sastaviti popis onoga što im se ne sviđa kod voljene osobe. No, nedostatke odbacuju ili se uvjeravaju da su jedinstveni i šarmantni. »Tako strastveni ljubavnici uspijevaju voljeti svoje gospe čak i zbog njihovih nedostataka«, pisao je Molière. Upravo je tako. Neki čak i obožavaju voljene osobe zbog njihovih mana.

Ljubavnici previše pozornosti poklanjaju pozitivnim osobinama svojih dragih, sasvim zanemarujući stvarnost. ¹³ To je život u ružičastom, ono što psiholozi nazivaju »učinkom ružičastih naočala«. Virginia Woolf je živopisno opisala tu kratkovidnost: »No, ljubav je tek privid, priča koju netko u mislima sastavi o drugoj osobi. I cijelo je vrijeme svjestan da nije istinita. Dakako, svjestan je; pa stoga dobro pazi da ne uništi privid«.

Naš uzorak Amerikanaca i Japanaca svakako pokazuje taj učinak ružičastih naočala. U anketi se otprilike 65 posto muškaraca i 55 posto žena suglasilo s izjavom: »Voljena osoba ima nekih mana, ali me to zapravo ne smeta« (Dodatak, 3. tvrdnja). Šezdeset četiri posto muškaraca i šezdeset jedan posto žena suglasilo se s izjavom: »Volim sve osobe voljene osobe« (Dodatak, 10. tvrdnja).

Kako se samo zavaravamo u ljubavi! Chaucer je bio u pravu: »Ljubav je slijepa«.

»Nametljive misli«

Jedan od prvih simptoma romantične ljubavi je opsesivno razmišljanje o voljenoj osobi. Psiholozi to nazivaju »nametljivim mislima«.

Svjetska književnost prepuna je primjera nametljivih misli. Kineski pjesnik iz četvrtoga stoljeća, Tse Jeh, napisao je: »Kako bih mogao ne razmišljati o tebi«. ¹⁴ Anonimni japanski pjesnik iz osmoga stoljeća

ljubovao je: »Moje čeznuće nikada ne prestaje«. Giraut de Borneil, francuski trubadur iz 12. stoljeća, ispjevao je pjesmu: »Prevelikom me ljubavlju misli moje strašno muče«. ¹⁵ A maorski je domorodac s Novoga Zelanda ovako izrazio svoju patnju: »Budan ležim cijele bogovetne noći i ljubav me u potaji vreba«.

Možda je, međutim, najneobičniji primjer nametljivih misli dao Wolfram von Eschenbach u srednjovjekovnom remek-djelu *Parzifal*. U toj pripovijesti Parsifal jaše na svome atu i na snijegu ugleda tri kapi krvi divlje patke koju je ranio sokol. To ga podsjeti na grimiz i bijelu puti njegove supruge, Condwiramurs. Začaran, Parsifal se zanio u misli, potpuno nepomičan na leđima konja. »I tako je sanjario, izgubljen u mislima, dok ga nije napustio život. Okovala ga je moćna ljubav«. ¹⁶

Na nesreću, Parsifal je držao koplje uspravno, što je viteški znak izazova. Uskoro su ga zamijetila dva viteza koji su logorovali na obližnjoj livadi s kraljem Arturom i pojurili na konjima prema njemu. Tek kad je jedan iz Parsifalove pratnje prekrpio kapi krvi žutim šalom Parsifal se legnuo iz zanosa, spustio koplje i tako spriječio smrtonosnu borbu.

Ljubav je moćna. Nije čudno što je 79 posto muškaraca i 78 posto žena u mome ispitivanju ustvrdilo da im se misli dok su na predavanjima ili na poslu neprestano vraćaju voljenoj osobi (Dodatak, 24. tvrdnja). Četrdeset sedam posto muškaraca i pedeset posto žena suglasilo se da im se misli, o čemu god razmišljali, uvijek na kraju vrate voljenoj osobi« (Dodatak, 36. tvrdnja). Druge ankete iznose slična otkrića. Ispitanici tvrde da više od 85 posto vremena razmišljaju o predmetu svoje ljubavi. ¹⁷

Koliko je samo prikladno što je Miltonova Eva u *Izgubljenom raj*u (*Paradise Lost*), rekla obraćajući se Adamu: »Dok s tobom razgovorim, zaboravljam na vrijeme«.

Emocionalni plamen

Od 839 Amerikanaca i Japanaca u mome istraživanju romantične ljubavi, 80 posto muškaraca i 79 posto žena suglasilo se s tvrdnjom: »Kad sam siguran/sigurna da voljena osoba prema meni gaji strastvene osjećaje, imam osjećaj da bih mogao/mogla poletjeti«, (Dodatak, 32. tvrdnja).

Nijedan drugi vid zaljubljenosti nije toliko poznat zanesenoj ljubavnici ili ljubavniku kao bujica snažnih emocija koje prožimaju misli. U društvu voljene osobe neki ljudi postaju bolno stidljivi ili nespretni. Neki probljedu. Neki se zarumene. Neki drhte. Mucaju. Znoje se. Neki

jedva stoje, osjećaju vrtoglavicu ili nervozu u želucu. Drugi tvrde da im se ubrzava disanje. A mnogi govore da im srce plamti plamenom ljubavi.

Katul, rimski pjesnik, očito je bio zaljubljen preko glave. Napisao je svojoj voljenoj: »Izluđuješ me. I sam pogled na tebe, Lezbijo moja, oduzima mi dah. Jezik mi se oduzme, a tijelo mi je ispunjeno plamenom«. ¹⁸ Ono No Komači, japanska pjesnikinja iz devetoga stoljeća, napisala je: »Budna ležim, a sve ognjeniji plamenovi strasti rasprskavaju se i blješte u momu srcu«. ¹⁹ Žena u Pjesmi nad pjesmama, hebrejskoj ljubavnoj pjesmi napisanoj između 900. i 300. godine pr. Kr., tuguje: »Slaba sam od ljubavi«. ²⁰ Američki pjesnik Walt Whitman taj je emocionalni vrtlog savršeno opisao riječima: »Divlja me oluja potresa – strastveno drhtim«. ²¹

Ljubavnici lebde na krilima oduševljenja koja ih nose tako brzo da im je teško jesti ili spavati.

Snažna energija

Gubitak teka i potrebe za spavanjem izravno su povezani s još jednom obuhvatnom značajkom zaljubljenosti: nevjerojatno velikom količinom energije. Mladić s otoka Mangaia s otoka na južnome dijelu Tihoga oceana rekao je antropologu da pri pomisli na svoju voljenu ima osjećaj da bi poskočio u samo nebo! ²² Šezdeset četiri posto muškaraca i šezdeset osam posto žena u našem istraživanju također je ustvrdilo da im srce počne brže udarati kad preko telefona začuju glas voljene osobe (Dodatak, 9. tvrdnja). Sedamdeset sedam posto muškaraca i sedamdeset šest posto žena izjavilo je da su u društvu voljene osobe prepuni energije (Dodatak, 17. tvrdnja).

Stoljećima su pjevači, minstreli, pjesnici, dramatičari, romanopisci, muškarci i žene pjevali o iskri koja im daje energiju, o mucanju i nervozu, o bržem ritmu srca i kratkom dahu koji prate romantičnu ljubav. No, od onih koji su raspravljali o toj duševnoj i tjelesnoj pometnji, nijedan nije bio tako jasan kao Andreas Capellanus ili Andreas Chappain, učenik Francuz iz osamdesetih godina 12. stoljeća, koji je putovao od dvora do dvora i napisao klasično djelo toga doba, *O umjetnosti časne ljubavi*.

Tijekom njegova stoljeća u Francuskoj se pojavila tradicija dvorske ljubavi. Taj je konvencionalizirani oblik ponašanja propisivao ponašanje ljubavnika prema voljenoj. Ljubavnik je nerijetko bio trubadur, visoko obrazovani pjesnik, glazbenik i pjevač koji je često pripadao

viteškom sloju. Njegova je voljena u većini slučajeva bila udana za gospodarista istaknutog europskog kućanstva. Trubaduri su skladali i pjevali iznimno romantične stihove kojima su obožavali gospodaricu sloma i laskali joj.

Pa ipak, od tih se romantičnih ljubavi očekivalo da budu čedne – i da se kruto pridržavaju složenih oblika viteškoga ponašanja. U svojoj je knjizi Capellanus odredio pravila dvorske ljubavi. I ne znajući, navođe je mnoge najvažnije značajke romantične ljubavi, a među njih spada i unutarnji nemir ljubavnika. Kao što je on to zgodno izrazio: »Ugleda li nenadano svoju voljenu, srce ljubavnikovo počinje ubrzano kucati«. »U prisutnosti voljene svaki ljubavnik probljedi«. »Mučenik mučen pomišlja na ljubav vrlo malo jede i spava«. ²⁴

Taj je sofisticirani crkvenjak također pisao o »nametljivim mislima« koje opsjedaju ljubavnika, izjavivši: »Što god ljubavnik radio, uvijek misli na svoju voljenu«. »Pravi je ljubavnik neprestano i bez prekida upodjebnut slikom voljene žene«. Jasno je shvatio da ljubavnici svu svoju pozornost usredotočuju na jednu jedinu osobu: »Nitko ne može odjednom voljeti dvije osobe«. ²⁵

Temeljni vidovi romantične ljubavi nisu se promijenili ni danas, gotovo tisuću godina kasnije.

Promjene raspoloženja: od zanosa do očajanja

»Ti plovi plavim vodama pod jasnim Mjesecom, berući bijele ljiljane na južnom jezeru. Svaki cvijet lotosa govori o ljubavi koja će mu na kraju slomiti srce«. ²⁶ Za kineskoga pjesnika iz osmog stoljeća, Li Poa, ljubav je bila nešto bolno.

Ljubavni osjećaji tonu u dubine i uzdižu se u nebesa. Ako voljena osoba obdaru ljubavnika svojom pozornošću, ako redovito naziva telefonom, piše nježne elektronske poruke ili provede s ljubavnikom posljedipodne ili večer u jelu i zabavi, cijeli je svijet obasjan svjetlošću. No, ako je obožavana osoba ravnodušna, ako kasni ili uopće ne dođe na sastanak, ako ne odgovara na elektronske poruke, telefonske pozive ili pisma, ako šalje negativne signale, ljubavnik zapada u očajanje. Neraspoloženi i depresivni, takvi su tugovatelji snuždeni sve dok ne uspiju objasniti postupke voljene osobe, osloboditi tereta zgaženo srce i obnoviti vezu.

Romantična strast može dovesti do raznolikih promjena raspoloženja, od oduševljenja u slučaju da voljena osoba uzvraća osjećaje, do

tjeskobe, očajanja, pa čak i bijesa u slučaju kad druga osoba zanemaruje ili odbacuje ljubavni žar. Kao što je to napisao švicarski pisac Henri Frederic Amiel: »Što više čovjek voli, to više pati«. Tamili iz Južne Indije čak imaju i naziv za tu boljku. Patnju zbog romantične ljubavi nazivaju »majakam«, što označava zaludenost, vrtoglavicu i zabludu.

Nimalo me nije iznenadilo to što se 72 posto muškaraca i 77 posto žena u ispitivanju nije suglasilo s izjavom »Ponašanje voljene osobe nema nikakva utjecaja na moju emocionalnu dobrobit«, (Dodatak, 41. tvrdnja). Šezdeset osam posto muškaraca i 56 posto žena podržalo je izjavu »Moje emocionalno stanje ovisi o osjećajima voljene osobe prema meni«, (Dodatak, 37. tvrdnja).

Čežnja za emocionalnim sjedinjenjem

»Dođi mi u snovima, pa ću i danju opet biti sretan. Jer tako će noć nadoknaditi beznadno čeznuće dana.«²⁷ Ljubavnici čeznu za emocionalnim sjedinjenjem s voljenom osobom, kao što je osjetio i pjesnik Matthew Arnold.²⁸ Ne postoji li takva vrsta povezanosti s voljenom osobom, osjećaju se nepotpuni ili prazni, kao da im nedostaje nešto suštinsko.

Sveprožimajuću potrebu za emocionalnim sjedinjenjem, karakterističnu za ljubavnike, nezaboravno je izrazio Platon u svom *Simpoziju*, opisu večere koja se održala u Ateni 416. godine pr. Kr. Te su se slavljeničke večeri neki od najuzvišenijih umova klasične Grčke okupili na objed u Agatonovu domu. Dok su odmarali na ležajevima, jedan je uzvanik predložio da se zabave raspravljajući o ugodnoj temi: svaki će od njih opisati i hvaliti Boga Ljubavi.

Svi su pristali. Otpustili su sviračicu flaute. A nakon toga su, jedan za drugim, počeli slaviti Boga Ljubavi. Neki su taj nadnaravni lik smatrali najdrevnijim i najpoštovanijim, koji ne pravi razlike među ljudima. Drugi su smatrali da je Bog Ljubavi mlad, osjećajan, moćan ili dobar. Ali, Sokrat je mislio drugačije. Svoju je odu započeo ponovivši dijalog s Diotimom, mudrom ženom iz Mantineje. Govoreći o Bogu Ljubavi, Diotima je rekla Sokratu: »Taj je Bog uvijek u stanju potrebe.«²⁹

»Stanje potrebe«. Možda nijedna druga rečenica u sveukupnoj književnosti tako jasno ne ocrta suštinu strastvene romantične ljubavi: potreba. U mom ispitivanju, 86 posto muškaraca i 84 posto žena suglasilo se s izjavom: »Duboko se nadam da sam privlačan/privlačna voljenoj osobi kao što je i ona privlačna meni«, (Dodatak, 30. tvrdnja).

Žudnja za stapanjem s voljenom osobom prožima svjetsku književnost. Rimski pjesnik iz šestoga stoljeća prije Krista, Paulije Silentiarije,

napisao je: »A ondje ljubavnici ležahu, u zanosu stopljenih usana, vjerno žedajući, žudeći da se dokraja pretope jedno u drugo«. ³⁰ Yvor Winters, američki pjesnik dvadesetoga stoljeća, napisao je: »Neka nas baštnici naši u jednu urnu zapečate, da jedan postanemo duh što nikada ne vratiti neće«. ³¹ Milton je to savršeno izrazio u *Izgubljenom raj*u, kad Adam kaže Evi: »Jedno mi smo, jedno tijelo; kad bih tebe izgubio, izgubio bih i sama sebe«.

Filozof Robert Solomon vjeruje da je ta snažna žudnja najvažniji razlog zbog kojega ljubavnici govore: »Volim te«. To nije činjenična izjava, nego traženje potvrde. Ljubavnik čezne za onim snažnim riječima: »I ja volim tebe«. ³² Potreba za emocionalnim sjedinjenjem s voljenom osobom tako je duboka da psiholozi vjeruju kako se zamagljuje ljubavnikov osjećaj za vlastito *ja*. Kao što je to rekao Freud: »Stanje zaljubljenosti na svome vrhuncu prijeti da će izbrisati granice između *ego* i predmeta ljubavi«.

Autorica Joyce Carol Oates živopisno je opisala taj osjećaj blaženosti i otapanja: »Ako se nenadano okrenu prema nama, mi se povlačimo, uzdahnuvši vlažne kože; hoćemo li se rastaviti nadvoje?«

Traganje za putokazom

Kad ljubavnici nisu sigurni prihvaća li voljena osoba njihovu ljubav i odgovara li je, postaju pretjerano osjetljivi na natuknice koje im šalje. Robert Graves je napisao: »Osluškujući kucaj, čekajući znak«. U mome je istraživanju 79 posto muškaraca i 83 posto žena izjavilo da, osjećajući neizraženu privlačnost prema nekoj osobi, analiziraju njezine postupke, tražeći za pokazateljima njegovih/njezinih osjećaja (Dodatak, 21. tvrdnja). Šezdeset dva posto muškaraca i pedeset jedan posto žena je izjavilo da ponekad traže alternativna značenja riječi i postupaka voljene osobe (Dodatak, 28. tvrdnja).

Promjena prioriteta

Mnogi zaljubljeni promijene način odijevanja, ponašanje i navike, a ponekad čak i svoj sustav vrijednosti, kako bi osvojili voljenu osobu. Razvija se zanimanje za golf, tango, skupljanje starina, nov način češljanja, za Mozarta umjesto *country* glazbe, pa se čak mogu preseliti u drugi grad ili pronaći novi posao: ljubavlju dodirnuti muškarci i žene usvajaju različite interese, uvjerenja i način života kako bi udovoljili najdražoj osobi.