

YENİ AZƏRBAYCAN

<http://www.yeniazərbaycan.com>

Azərbaycanın dövlət müstəqilliyi Azərbaycan xalqının milli sərvətidir

İlhamə RƏSULOVA

Bir dəfə psixoloqun qəbuluna varlı bir xanım gəlir. Həkimlə seansdan sonra katibəsi həkimdən soruşur: “Onun nə dərdi var axı, sərada yaşayır, pulu başından aşır?”. Həkim katibənin öz səhvini anlamasına səbəb olan bir cümlə ilə cavab verir: “Səncə onun barmağı kəsilə, əli yansa ağrımır mı?”.

Ağrıyır. Kasıb və varlı olmağımızdan asılı olmayaraq, hamımız eyni duyğulara sahibik. Hamımızın qəlbi qırıla, ağrıya bilir. İnsan yarandan ona yol yoldaşı olmuş, varlı, kasıb bilmədən hər ürəyə qonmuş sevgi duyğusu nədənsə günümüzdə öz məzmununu dəyişməkdədir. Bu gün cəmiyyət olaraq sevgini yox, daha çox ehtiras və şəhvətdən irəli gələn bağlılıq duyğusunu görürük. Ötən əsrin 80-ci illərinin sonu, 90-cı illərinin əvvəllərində peyk antenalar bütün evlərin balkonlarından boylandı, videomaqnitofonlar dəbə düşdü. Yeni televiziya ənənələri ilə qarşımızda yeni dünya açıldı. Xarici kliplər, kassa filmləri özümüz də bilmədən bizləri yamanca dəyişdi. Orta nəslin insanları ekranlarda yarıçıpaq əndlərini titrədən, “sevgisindən” alışıb-yanan qəhrəmanları ilk dəfə görəndə heyrləndilər. Lakin sonralar hamımızın gözü buna alışdı. Sanki elə belə də olmalıymış. Sevgi libasını asta-asta dəyişdi. İndi 2020-lərdə düşünürsən ki, görəsən 20 il sonra insan ümumiyyətlə seve biləcəkmi? Sevgi duyğusu yaşayacaqmı? Sevgilər də zamanəmizə bənzəməyə başladı.

Nevropatoloq doktor Qalib Əsədovla bu gün qeyri-adi bir mövzuda danışacağıq. Yaradılışımızın sevgi adlanan kimyəvi proseslərdən asılı olması barədə. Öyrənəcəksiniz ki, sevginin yuvası ağrıyan qəlb yox, özbaşına qərarlar verən beynim. Bu gün səbəbkardan danışırıq.

- Doktor, son illər bu sözü tez-tez eşidirik. Sevginin öz kimyası var. Kimyamız uyan insanlara aşıq oluruqmuş.

- Bəli, tamamilə doğrudur. Bahar gəlincə yaşıdan, statusundan asılı olmayaraq, hər insanın içində bir dirçəliş, bir qığılcım yaranır, sevmək-sevilmək istəyi oyanır. Buna səbəb yazın gəlişi, günəşin istiliyinin artması ilə yatan beynimizin hormonal proseslərinin sürətlənməsidir. Yazda serotonin hormonu yüksəlir. Serotonin yuxunu, seksual enerjini, ümumiyyətlə insanın psixoloji vəziyyətini nizamlayır. Aşağı serotonin miqdarı, əsəbi, narahat və depressiv vəziyyətlərə, yüksək serotonin şənliyə, sevincə səbəb olur. Ümumiyyətlə, sevgi insan beyninə narkotik kimi təsir göstərir, ona görə sevgidə də asılılıq yaranır, ayrılıq insanı incidir, ağrıdır. İnsanın sevgisi, biz buna ehtirası desək daha düz olar, artıqca beynində həyəcan və həzz duyğularının yaranmasına səbəb olan hormonlar aktiv hala gəlir. Dofamin, noradrenalin və feniletilamin maddələrinin artıq ifrazı nəticəsində əllərimiz daha çox tərləyir, tənəffüsümüz sürətlənir, təzyiqimiz, nəbzimiz yüksəlir. Noradrenalin beynin diqqət və ətrafa cavab verən hissələrinə təsir edir. Aşıq olan insanın fikrini cəmləyə bilmə-

məsi, dalğın olmasının səbəbi noradrenalinin ifrazının çoxalması ilə bağlıdır. Adrenalin və noradrenalin birlikdə ürək döyüntülərini, qanda qlükoza miqdarını və skelet əzələlərinə gedən qan axını artırır, insanı cəsur və davakar edir. Sevgisindən ötrü cəng edən qəhrəmanları eşitmisiniz yaqın. Beyində noradrenalin səviyyəsinin artmasıyla xoşbəxtlik artır, iştah azalır. Aşıq olan şəxslərin səbəbsiz sevincinin, iştahdan kəsilməsinin, yuxusuzluğunun səbəbi budur. Feniletilamin isə ürək döyüntüsünün sürətlənməsi, əllərin tərləməsi və tənəffüsün çətinləşməsi kimi reaksiyalara səbəb olur. Bunun üçün əl-ələ tutmaq, sevdinin şəxsədən xoş mesaj almaq yetərli olur. Dofamin isə insanı daha danışqan, daha romantik edir, həyəcanı artırır. Bu duyğular beyni xoşbəxt etdiyi üçün beyin daima sevgiyə ehtiyac duyur. Çoxları “sevgi öldü, evvelki həyəcan qalmadı” deyir. Yox, sevgi ölməyib, sadəcə, tərəflər bir-birlərini yaxşı tanıyırlar deyər, alışırlar, həyəcan itir və bu hormonlar ifraz

Dəyişən dünya fonunda zəmanə sevgiləri

Xəyanət, sədaqət və mərhəmətin günahkarı o imiş

olunmur. Yaradıcı insanların beyni xoşbəxt etmək üçün yeni duyğular, hisslər arxasınca qaçmasını bununla izah etmək lazımdır.

- Bəs beynin bu “həyəcanlanma” funksiyası zamanla korşalmır mı? Nə qədər yeni duyğu ilə feyziyab ola bilir?

- Bir məsələni unutmamaq olmaz. Necə ki, narkotik bir müddət sonra həzz yerinə, ağrı verməyə başlayır. Dayanmadan yeni duyğular arxasınca qaçan adamlar da bir müddət sonra sevgi duyğusunu itirirlər. Ortada, sadəcə fiziki təmaslar nəticəsində yaranan az müddətli hormonal proses - şəhvət qalır. Bir müddət sonra həzz duyğusu ümumiyyətlə qeyb olur. Ona görə, insan davranışlarına diqqət etməlidir. Davranışlarımız alışqanlıqlarımıza, alışqanlıqlarımız isə həyat tərzimizə çevrilir.

- Elə burada bu sualı verməsəm olmaz. Sədaqətə, vəfaya səbəb olan hormonlar da var?

- Bəli var. Bəzi insanların vəfasızlığı onlardan asılı deyil. Onlar belə desək doğru olar ki, nəfslərinin yox, hormonal proseslərin quluna çevrilirlər. Sevginin davamlılığını təmin edən serotonin, vazopressin və oksitosin molekullarıdır. Oksitosin, sevdiiyimiz bizə toxunduğunda, ya da biz ona toxunduğumuzda kimyəvi reaksiyaları başlanan bir molekuldur. Hipofiz vəzində ifraz olunur. Oksitosin sevdiklərimizə, ailəmizə qarşı hiss etdiyimiz duyğulara səbəb verir. Vazopressin hormonunun

sintez olunmasına səbəb RS3-334 geni məsuldur və bu genin aktiv fəaliyyəti zamanı vazopressinin miqdarı da çoxalır. Belə insanlar çox sədaqətli olurlar. Başqa sözlə desək, sədaqət və sədaqətsizlik, xəyanət və xainlik də genetikdir, genlə ötürülür. İnsanın ətrafdakı insanlara və ya nələrsə duyduğu hisslərə oksitosin cavabdehdir. Bir insan çox mərhəmətli, çox insanpərvədirsə, oksitosini çoxdur. Soyuqqanlıdır, sevgi duyğuları kasaddırsa, yenə də oksitosinin yoxluğundandır. Beyində cinsi davranışları təmin edən əsas anadangəlmə proqramların mərkəzləri hipotalamus və amiqdala- dır. Amiqdala bu sistemdə tormozlayıcı rol oynayır, cinsi davranışın ifrat formada yaranmasının qarşısını alır. Əgər hansısa səbəbdən (şiş, insult və s.) amiqdalanın fəaliyyəti pozularsa, bu zaman insanda seksual manyaklıq dediyimiz hal yaranır. Tibbdə belə hallarla dəfələrlə qarşılaşmışıq. İnsan olub ki, cəmiyyət içində sayılan, seçilən biridir, lakin cinsi istəklərinin qarşısında aciz qalıb. To-

moqrafiya zamanı beynində şiş olduğunu aşkarlamış, amiqdalaya təsir edirdi. Əməliyyatdan sonra normal davranışlarına dönüb.

- Bəs bəzi qadın və kişilərin gözəl və çirkin olmasından asılı olmayaraq, həddən artıq çəki olması nə ilə bağlıdır? Onları görəndə hər kəs aşıq olur. Ümumiyyətlə, niyə məhz “ona” aşıq oluruq, bir başqasına deyil?

- İnsanların bir-birinin diqqətini çəkməsini təmin edən əsas maddə feromonlardır. Tədqiqatlar sübut edib ki, insan feromonları tər vasitəsilə dəri səthinə çıxan və oradan da buxarlanan cinsi hormonlardır. Hər bir insanın feromonunun öz qoxusu var, biz bu qoxunu hiss etmirik, beyin hiss edir. Uyğun partnyor olub-olmamasına qərar verir. Bunun da öz mexanizmi var. Məsələn, beyin qarşısındakı şəxsin hansı xəstəliklərinin olmasını o feromonların qoxusu ilə ayırd edə bilir və bunun əsasında öz orqanizminin xəstəlikləri ilə müqayisə edərək, gələcək nəslin sağlamlığını düşünərək seçim edir. Bununun içində “vomeronazal orqan” adlandırılan reseptor feromonların qoxusunu beynə çatdırır. Beyində ilk reaksiyaların qığılcımı yaranır və hormonal fəaliyyətlər başlayır. Feromonlar qarşı cins tərəfindən fərqləndirilməsinin ilk addımı olsa da, əlaqənin davamlı olmasını təmin etmir. Sadəcə, “burda sənə uyğun biri var” signalını verir. Feromonların təsiri ilə erkək və dişilərə xas



testosteron və estrogen hormonları sekresiya olunur. Bu molekullar sevginin ehtirasa çevrilməsini təmin edir. Feromonları çox olan qadın cazibədar təsir bağışlayır.

- Belə çıxdı ki, seçimi beyin aparır, həm də öz bildiyi kimi?

- Bəli. Biz özümü “sev” və ya “sevmə” əmrini verə bilmirik. Sevrəkən beynin bir məqsədi var. Mümkün qədər sağlam genlər daşıyan partnyor tapsın və nəsil davam etsin. Bunun üçün isə beynində çox mürəkkəb mexanizmlər mövcuddur. Sevginin əsas bioloji mahiyyəti və nəticəsi çoxalmaqdır. Çoxalmaq bütün canlıların həyatında mühüm əhəmiyyət kəsb edir, o cümlədən insanın. Beyin üçün ehtiyat piy təbəqəsi bol olan qadınlar (kök və sağlam qadınlar) daha maraqlıdırlar. Çünki məhz onlar dünyaya sağlam uşaq gətirməyə və keyfiyyətli südlə təmin etməyə qadirdirlər. Pəhriz zamanı orqanizm piy ehtiyatını yandırır və ehtiyat tükəndikdə beynə müvafiq siqnallar gedir. Belə qadın dünyaya sağlam uşaq gətirə bilməyəcəyi üçün hipotalamus qonadolibərinin ifrazını dayandırır, menstruasiya tsikli kəsilir. Nəticədə, arıq qadın əsəbi, deyingən, ifritə obrazına bürünür. Kişi beyni üçün əsas çiyin, sağrı və bud nahiyəsinin ölçüsünün böyük olmasıdır. Qadın cinsi hormonları olan estrogenlər piyin məhz sağrı və bud nahiyəsində yığılmasını təmin edir. Ona görə də, bu nahiyənin ölçüsü böyükdürsə, kişi beyni belə qadını ideal sayır, qeyri-iradi olaraq belə qərara gəlir ki, gələcəkdə uşaq yetişdirmək, doğmaq və süd verməklə bağlı problem olmayacaq. Hətta kişi sevgi münasibətlərinə əylənmək üçün girsə, uşaq olmasını istəməsə belə, onun beyni məhz belə qadını seçir. Qadınlar isə enlikürək kişiləri seçirlər. Ona görə də zabitlər, polisler həmişə qadınların diqqət mərkəzində olurlar. Çiyinlərdəki poqonlar səbəbindən, qadın beyni bu cür kişini testosteronu çox olan biri kimi qəbul edir. Moda əlində məhz bu nüanslardan istifadə edərək, qadın və ya kişini daha cazibəli etmək üçün müxtəlif geyim növləri hazırlanır.

İstənilən halda sevgi dediyimiz şey, əslində beynimizin insan nəslinin davam etməsi üçün qurduğu oyundan başqa bir şey deyilməmiş. O ki qaldı ən başda bəhs etdiyim o məsum, bənövşə kimi boynubükük, quş qanadı qədər zərif sevgilərə, sevgi olmadan sevgi ilə böyüyən insan olmayacaq, sevən insanlar olmasa, nə vətən o vətən olacaq, nə xalq o xalq olacaq.