



1950年生まれ・姫路市出身
 駒澤女子大学非常勤講師
 (コミュニケーション論)
 鍼灸師(社)日本鍼灸師会会員

責任編集
 長谷川勝士
 (はせがわ鍼灸院)

健康ってAなあ新聞

人はなぜ恋をするのか?

人は恋に墮ちたら何でもする

先日、車を運転していたらラジオからこんな話が飛び出してきました。テーマは「こんなでもない私」。女性リスナーから寄せられたFAXをDJが紹介。その内容は…。

「当時22歳の私は、毎週やってくる宅配便の男性に恋をしてしまいました。最初は「インナー」くらいの感情だったのですが、次第に「スキ、大好き、メッチャ好き」とドンドンとエスカレートしていき、最後は自分の感情を抑えきれなくなり、彼の運転する車の前に立ちはだかり『すきです!!』と叫びてしまいました。それが今の主人です」

DJは笑いながら「すごい女性ですねえ。恋は盲目と言いますが、ここまでやるかあ?って感じですね」と答えていました。私たちも似たような経験、ありますよね?

「ああ、恋愛進行形の人も、「愛だの恋だの、遠い昔」と胸の奥にしまっている人も、「人はなぜ恋をするのか」を考えてみませんか?」

ロミオとジュリエット効果



A氏(28歳)とB子(22歳)はガムで出会う。しかし、A氏は妻子ありで東京在。B子は京都在。社会的・物理的な障害があるほど愛は燃え盛る。これを「ロミオとジュリエット効果」という。(A氏はワタシではありません。絶対ちやうって)

恋愛はピンクレンズ効果

人は恋をするとうきうきし、何をしても相手のことが頭から離れず、食べることも忘れ、胸を焦がします。恋に墮ちてしまった人間は愛する人を過大評価し、その欠点すら好きになつてしまふのです。心理学者が「ピンクレンズ効果」と名付けたように、全てをピンクの色眼鏡で見えてしまい有頂天になってしまうのです。しかし、恋愛にも賞味期限があるのをご存知ですか?

愛に冷や水(1) 愛の賞味期限

恋愛のアツアツ期間はどれくらい持続するのか? 人類学者のヘレン・フィッシャーらの研究によると「恋する脳が活性化されている期間」は7ヶ月!!

愛に冷や水(2) 夫婦のぬくもり

「熟年夫婦の妻は、夫と一緒にいると寒さを感じる」というデータがある。エアコン大手のダイキンの調査によると二人で過ごす時の「心理的な体感温度」は熟年夫婦の場合、妻の4割が気分を害するなど「下がることが多い」と答えた。(夫は2割)一方、新婚3年未満の夫婦の場合、ともに9割が「上がる」と答えた。

恋をするのは脳、オウ・NO!!

相手のことを想い、心が燃えるように感じても、胸がキュンとしても、それは心臓がそうさせているのではなく「脳」が反応しているのです。と、こびたにドーキキしてもそれは脳の中の神経伝達物質によることなのです。脳内のドーパミン分泌量が增大する、目的意識が明確化され、それに向かつて突進する行動力が生み出されます。このドーパミンの作用は強烈で、一度その味を知ると下はその虜になり「果てしない苦勞を惜しまず、ひたすら努力を重ねる」ようになります。旧約聖書では「このメチな記述が見られます。愛は死のいくく強くその情熱は墓場のいくく残酷で

そのきらめきはまさしく神の炎

う〜む、こんな恋愛、しばらくしてねえなあ。でも年配のみなさんご安心ください、東大の神経薬学の池谷裕博博士は「人間の脳は三十歳を過ぎてから本格的に活性化し熟成していく」とおっしゃっていますから。(おっと、話がそれたので戻しますが「セロトニン」の分泌量の低下は、寝てもさめてもアノ人のことを考え、音楽を聴けばアノ人を想い、ドラマを見れば主人公はアノ人で私は相手の恋人…と心の中がアノ人であふれそうになります。

神経伝達物質

狂おしい愛の感情も、脳内の神経伝達物質のおかげ。いくつかの科学物質が関与していますが、主なものは二つ。「ドーパミン」は快感神経系と呼ばれ、興奮すると快感を感じ身体の動きも活発になり、多幸感、ハイな気分を得る。極端な集中力が生まれ、食欲が無く心臓がドキドキ、息づかいが荒くなる。恋すると、「胸いっぱい」になるのはこういった作用による。「セロトニン」は脳をリラックスさせ、落ち着かせる物質。恋すると「セロトニン」分泌量が低下する。そうすると「分かってはいるが、やめられない」といった強迫観念を抱く。ず〜と恋人のことを考えてしまう状態はセロトニンの低下が原因。

か〜のこ〜に〜神経伝達物質により人は恋に墮ち、世界の中心で愛を叫び「ようになつてしまふのよ。」

人間の恋愛感情はいい加減!

しかし人間の恋愛感情は化学物質(神経伝達物質)にすべて左右されるほど「ヤワ」ではありません。ご安心ください。結構、いい加減なのです。それが、「つり橋効果」なのです。

愛のつり橋効果 カナダで行われた「つり橋実験」

実験1は「つり橋」で行われた。グラグラしたつり橋の向こうに美しい女性がいます。橋を渡った被験者の男性は女性に話しかけられる。「今、詳しくは言えませんが、興味があれば電話ください」と電話番号のメモを渡した女性は去っていく。実験2は「普通の道」で行われた。美しい女性はメモを渡して去っていった。結果、つり橋を渡った被験者の電話が殺到した。(教訓・デートではジェットコースターに乗るべし)

でも、タイムアボンドを「要素」と言う「フリカ」の星と呼ぶ方がステキなのと同じで、心がワクワクしたら「ドーパミン」が出てくるなんて思わず、「愛」を楽しむべきなのでしょう。

