Τι είναι η Αγάπη; Οι πέντε βασικές θεωρίες

*Ένας Φυσικός, μία Ψυχοθεραπεύτρια, ένας Φιλόσοφος, μία Συγγραφέας και μια Καλόγρια, δίνουν την απάντηση.*

**Ο Φυσικός**

**«Η Αγάπη είναι χημεία»**

(Απαντάει ο Jim Al-Khalili, θεωρητικός φυσικός και συγγραφέας)

Βιολογικά, η Αγάπη είναι μια έντονη νευρολογική κατάσταση, όπως η πείνα ή η δίψα, αλλά πιο μόνιμη. Λέμε για την αγάπη ότι είναι τυφλή ή We talk about love being blind or άνευ όρων, με την έννοια ότι δεν την ελέγχουμε. Αλλά πάλι, αυτό δεν είναι ιδιαίτερα παράξενο, από τη στιγμή που η Αγάπη, είναι κατά βάση χημικό φαινόμενο. Ενώ ο πόθος είναι μια περιστασιακή σεξουαλική επιθυμία στη δημιουργία της οποίας εμπλέκεται η απελευθέρωση ορμονών, όπως η τεστοστερόνη, και τα οιστρογόνα, στην πραγματική αγάπη ή στο πραγματικό δέσιμο και στην πραγματική αφοσίωση. Ο εγκέφαλος απελευθερώνει ένα τεράστιο συνδιασμό ορμονών: Φερομόνες, Ντοπαμίνη, Νορεπινεφρίνη, σεροτονίνη, ωκυτοκίνη και βαζοπρεσίνη (ADH). Ωστόσο, από την σκοπιά της εξέλιξης, η αγάπη μπορεί να αντιμετωπισθεί ως μηχανισμός επιβίωσης. Ένας μηχανισμός που έχουμε αναπτύξει, ώστε να χρειαζόμεστε τις μακροχρόνιες σχέσεις, που σημαίνουν αμοιβαία αλληλοϋπεράσπιση, φροντίδα των γονιών προς τα παιδιά και προώθηση του αισθήματος ασφάλειας και σιγουριάς.

**Η Ψυχοθεραπεύτρια**

**«Η Αγάπη έχει πολλές** **εκφάνσεις»**
(Απαντάει η Philippa Perry, ψυχοθεραπεύτρια και συγγραφέας του «Couch Fiction»)

Αντίθετα με εμάς, οι αρχαίοι δεν στρίμωχναν, ποικίλα συναισθήματα που τους δίνουμε την ετικέτα «Αγάπη», στην ίδια λέξη. Είχαν πολλές παραλλαγές, μεταξύ των οποίων οι εξής: Φιλία, την οποία αντιλαμβάνονταν ως μια βαθιά αλλά χωρίς σεξουαλική διάσταση, οικειότητα, ανάμεσα σε στενούς φίλους ή μέλη μιας οικογένειας ή ως ένα βαθύ δέσιμο, που σφυρηλατείται ανάμεσα σε στρατιώτες που πολεμούσαν ο ένας δίπλα στον άλλον στη μάχη. Το αρχαίο Ρωμαϊκο Ludus πάλι, περιγράφει ένα πιο παιχνιδιάρικο πάρε-δώσε που συμβαίνει όταν χαζολογάμε ή φλερτάρουμε. Πράγμα, είναι η ώριμη αγάπη που εξελίσσεται με το πέρασμα του χρόνου ανάμεσα σε ζευγάρια που βρίσκονται πολύ καιρό μαζί και περιλαμβάνει αλληλοκατανόηση στην πράξη, αφοσίωση, συμβιβασμούς και αλληλοκατανόηση. Αγάπη για τους αρχαίους, ήταν ένας πιο γενικευμένος όρος και δεν είχε να κάνει με την αποκλειστικότητα αλλά με ένα πανανθρώπινο συναίσθημα που αφορούσε τους γύρω σου. Φιλαυτία, είναι η αγάπη για τον εαυτό σου, που δεν είναι τόσο εγωιστική όσο ακούγεται. Όπως έλεγε ο Αριστοτέλης ή όπως θα σας πει οποιοσδήποτε ψυχοθεραπευτής, για να μπορέσεις να νοιαστείς για τους άλλους, πρέπει πρώτα να έχεις φροντίσει τον εαυτό σου. Τέλος, και πιθανότατα τελευταίος, αν και προκαλεί τα περισσότερα προβλήματα και επιπλοκές, ο Έρως, έχει να κάνει με την σεξουαλική έλξη, και το πάθος. Εκτός αν μετεξελιχθεί σε φιλία η/και πράγμα, ο έρως θα εκφυλιστεί και θα σβήσει μόνος του.

Αγάπη είναι όλα τα παραπάνω. Αλλά είναι παράλογο και μη μη ρεαλιστικό να έχουμε την προσδοκία να βιώσουμε και τις έξι εκδοχές της με ένα μόνο πρόσωπο. Γι' αυτό είναι τόσο σημαντικά πράγματα η οικογένεια και η κοινωνία.

**Ο Φιλόσοφος**

**«Η Αγάπη είναι παθιασμένη δέσμευση»**
(Απαντάει ο Julian Baggini, φιλόσοφος και συγγραφέας)

Η απάντηση παραμένει ασαφής, εν μέρει διότι η Αγάπη δεν είναι ένα πράγμα. Αγάπη για τους γονείς, τους συντρόφους, τα παιδιά, την πατρίδα, τον διπλανό, τον Θεό, κτλ., όλες έχουν διαφορετική υφή. Κάθε μια έχει τις παραλλαγές της: Τυφλή, μονόπλευρη, τραγική, σταθερή, ρευστή, υστερόβουλη, ανολοκλήρωτη, άνευ όρων... Στην καλύτερη πάντως, όλες οι εκδοχές της είναι μια ευγενής και παθιασμένη δέσμευση, την οποία καλλιεργούμε και εξελίσσουμε, αν και συχνά εμφανίζεται στις ζωές μας απρόσκλητη. Γι' αυτό και είναι κάτι περισσότερο από ένα δυνατό συναίσθημα. Χωρίς την δέσμευση, είναι μόνο ένας ενθουσιασμός. Χωρίς το πάθος είναι μόνο εμμονή. Ακόμα και η μεγαλύτερη Αγάπη, χωρίς τα ην φροντίσεις και να την καλλιεργήσεις, μαραίνεται και πεθαίνει.

**Η Συγγραφέας**

**(«Η Αγάπη είναι κίνητρο για όλες τις μεγάλες ιστορίες»**
Απαντάει η Jojo Moyes, δύο φορές κάτοχος του βραβείου για το Ρομαντικό Μυθιστόρημα της Χρονιάς)

Το τι είναι η Αγάπη, εξαρτάται από το πού βρίσκεσαι σε σχέση με αυτήν. Όταν βρίσκεσαι ασφαλής μέσα της, μπορείς να την αισθάνεσαι τόσο φυσική και απαραίτητη, όσο τον αέρα – υπάρχεις μέσα της χωρίς καλά καλά να το προσέχεις. Όταν την στερηθείς, μπορεί να τη νιώθεις σαν εμμονή. Να σε εξαντλεί, σχεδόν σαν σωματικός πόνος. Η Αγάπη είναι το κίνητρο για τις μεγάλες αφηγήσεις. Όχι μόνο για τις ιστορίες με ρομαντική αγάπη, αλλά και για την αγάπη του γονιού προς το παιδί του, για την αγάπη στην οικογένεια, στην πατρίδα. Είναι το σημείο πριν την ολοκλήρωσή της που συναρπάζει. Αυτό που σε χωρίζει από την αγάπη, τα εμπόδια που μπαίνουν ανάμεσά σας. Αυτές τις στιγμές που προσπαθείς να ξεπεράσεις τα εμπόδια, η Αγάπη είναι τα πάντα.

**Η Καλόγρια**

**(«Η Αγάπη είναι η ελευθερία που μας δεσμεύει»**
Απαντάει η Catherine Wybourne, καλόγρια)

Την Αγάπη, πιo εύκολα τη βιώνεις, παρά την ορίζεις. Ως θεολογική αρετή, με την οποία αγαπάμε τον Θεό πάνω από όλα και τους διπλανούς μας σαν τον εαυτό μας, εν ονόματί Του, μοιάζει λίγο αόριστη. Μέχρι να την συναντήσουμε «ενσαρκωμένη» κατά κάποιο τρόπο στη ζωή γύρω μας: Σε πράξεις καλοσύνης, γενναιοδωρίας και αυτοθυσίας. Η Αγάπη είναι το μόνο πράγμα που δεν μπορεί να πληγώσει κανέναν, αλλά μπορεί να κοστίσει ακριβά. Το παράδοξο με την Αγάπη, είναι πώς μολονότι σου δίνει εξαιρετική ελευθερία, την ίδια στιγμή σε δένει με τον άλλο, με δεσμούς δυνατότερους και από τον θάνατο. Δεν μπορεί να αγοραστεί ή να πουληθεί. Και δεν υπάρχει τίποτα που να μην μπορεί να αντιμετωπίσει. Η Αγάπη είναι η μεγαλύτερη ευλογία.

Κείμενα από τη Lifo, 15/10/2013