

Lý Lạc Long

Tiếng Sét Ái Tình và Tình Yêu Dưới Lăng Kính Khoa Học



Từ xưa, người ta đã tin rằng những cảm xúc như tình yêu, hạnh phúc, tức giận, sợ hãi ... đều bắt nguồn từ trái tim. Vì vậy trái tim được xem như là biểu tượng của tình yêu. Nói đến tình yêu là chúng ta vẫn liên tưởng ngay đến trái tim. Nhưng thực ra, theo kiến thức khoa học thì quá trình hình thành và phát triển của tình yêu rất phức tạp, không xuất phát từ trái tim mà là từ trung tâm não bộ. Não bộ là một bộ phận sinh lý quan trọng nhất của cơ thể chi phối mọi cảm xúc của con người. Như một nhạc trưởng điều khiển ban nhạc hòa tấu, não bộ điều khiển tiết tấu, nhịp điệu, cường độ ... phát tiết và hoạt động của các chất kích thích tố (hormone) và nơ-ron (neuron or nerve cell) tạo thành "bản nhạc tình ái" của con người.

"Người đâu gặp gỡ làm chi

Trăm năm biết có duyên gì hay không"

Hai người đứng xa lạ trong một cuộc gặp gỡ tình cờ, dù chưa nói chi nhiều, chỉ nhìn nhau thôi mà cảm xúc dâng trào, tim đập mạnh ... Tuy sự tiếp xúc đơn giản nhưng khoảnh khắc ấy vô cùng phức tạp và bí ẩn. Theo giải thích của hầu hết chúng ta, nàng và chàng đang bị tiếng sét ái tình đánh trúng (love struck). Nhưng hiện tượng "tình yêu" này được các nhà khoa học trong hội AAAS (American Association for the Advancement of Science) giải thích trong bài tường trình ở Seattle vào năm 1997 như: "chuyện tình yêu lãng mạn của nam nữ chỉ là những phản ứng hóa học của cơ thể con người". Lời giải thích này đã gây bất bình cho các vị thức giả xem tình yêu như là một biểu tượng thiêng liêng nhất của con người, chưa có ai định

nghĩa nổi. Theo họ, tình yêu phát sinh do sự rung động huyền bí và sâu thẳm của trái tim, của tâm hồn tạo nên các cảm giác yêu thương, hờn giận, đam mê. Vì vậy, tình yêu không thể nào phát sinh từ ống nghiệm được? Tuy nhiên, đây là một phát hiện khoa học nóng bỏng, gây cần và hấp dẫn bắt đầu từ những thập niên cuối thế kỷ 20 cho đến nay nên có rất nhiều nhà khoa học nhập cuộc và càng ngày càng có thêm nhiều bằng chứng khoa học minh chứng cho lời giải thích trên của hội AAAS. Tiến sĩ Marta Frid của Úc, thì diễn tả trạng thái hóa học của con người khi bị tiếng sét ái tình, sẽ có các phản ứng như hai bàn tay bịn rịn mồ hôi, mặt mày đỏ hồng nóng hổi, hơi thở dồn dập đứt đoạn ... Tất cả đều là phản ứng hóa học của cơ thể, khi trung tâm thần kinh, tiết ra các chất kích thích tới hệ thần kinh. Tony Furmar, một bác sĩ Úc, thì cho rằng : "trong tiềm thức của con người luôn luôn bị chỉ huy bởi một mệnh lệnh sinh học". Xúc cảm và tình yêu cũng vậy, cả hai lĩnh vực này đều do não bộ và con tim phụ trách chung, qua sự luân lưu của hóa chất. Trong cuốn "Giải Phẫu Tình Yêu" (Anatomy of Love), tiến sĩ Helen Fisher, giảng sư của đại học New York, đã liệt kê ra các chất hóa học trong cơ thể con người, có tác dụng kích thích và gây mê nơi hai tâm hồn đang yêu thích như: adrenaline, dopamine, norepinephrine, và đặc biệt nhất là phenylethylamine (PEA) .

- **Adrenaline:** Là một kích thích tố gây cảm xúc mạnh nhất. Trong trường hợp người bị stress, kích thích này được tiết ra từ thận, thấm vào máu, đặt cơ thể vào tình trạng báo động tức thời. Huyết áp dâng cao, tim đập nhanh hơn và bàn tay thì ướt đầm mồ hôi. Đối với những người đang yêu, adrenalin tạo ra trạng thái nôn nao, đôi khi khá căng thẳng. Chỉ cần một cái nhìn sâu của người yêu, hay sự hồi hộp trước buổi hẹn đã khiến cơ thể tiết ra một lượng adrenalin lớn, đưa con người vào trạng thái nóng lạnh như sốt. Hệ quả là: Toàn bộ tâm trí chỉ hướng tới người mình yêu, và cả nhân loại trở nên vô nghĩa. Cũng may là trạng thái này thường kéo dài không lâu, bởi nó tiêu thụ nhiều rất nhiều năng lượng và không một cơ thể sinh học nào có thể chịu đựng được nó trong một thời gian dài. Tuy nhiên,

những đợt sóng adrenalin nhẹ nhàng và thường xuyên lại có tác dụng rất tốt. Chúng giúp cơ thể có khả năng đề kháng. Bởi vậy, xét về mặt sinh học, mỗi một lần yêu mới là một lần thử thách với cơ thể, khiến nó cứng cáp hơn.

- **Dopamine:** Kích thích tố này tác động trực tiếp tới trung tâm nhận phần thưởng trong não bộ, đem lại niềm vui, cảm giác sung sướng và thỏa mãn. Khi tình yêu phát triển, kích thích tố này càng gia tăng và gây tác động không nhỏ đến cơ thể khiến người ăn uống không thấy ngon hoặc ngủ ít đi. Đây chính là trạng thái "ôm dờ chết dờ" khá phổ biến mà các thi sĩ thường gọi là tương tư.

- **Noradrenaline:** Neuron (nerve cell) tiết ra kích thích tố này để tụ hợp năng lượng ái tình, khiến cơ thể nóng lên. Đôi khi, noradrenaline làm người ta không thể kìm giữ được cảm xúc của mình. Hơn thế, nó còn tác động đến thùy hypothalamus, làm tiết ra các chất kích thích tình dục, khiến người ta có hứng làm tình.

- **Phenylethylamine (PEA):** Đây là một kích thích tố làm tăng huyết áp và lượng glucose trong máu, PEA làm cho người ta cảm thấy tỉnh táo, hạnh phúc và thỏa mãn. PEA làm cho óc tiết ra chất b-endorphin, một chất có tác dụng giống như thuốc phiện (gây nghiện), có tác dụng giảm đau, giảm bớt sự nồng cháy của đam mê, động lực chính đằng sau cảm giác vui thích thỏa mãn. PEA còn được gọi là "dược chất tình yêu" (love drug). Chocolate có chứa PEA nên chocolate còn được gọi là chất "kích thích tình dục" (an aphrodisiac) . Khi cơ thể có lượng PEA ở mức độ cao, nó làm giảm sự phiền muộn của tình yêu đơn phương. Đây là một trong những lý do tại sao phụ nữ lại thích chocolate và tại sao người ta gửi tặng nhau chocolate trong ngày lễ Tình yêu (Valentine s Day).

Thông thường tất cả những người đang yêu đều ước muốn là những cảm giác say đắm bồng bềnh ... của "cái thuở ban đầu lưu luyến ấy" tồn tại mãi. Nhưng ước muốn này đi ngược lại với các quy luật sinh học và hóa học. Lâu nhất là một năm và thường thì sớm hơn, não bộ con người sẽ tự động

"giải thoát" ra khỏi trạng thái say mê bông bênh của tiếng sét ái tình do các chất "kích thích tố tình yêu" gây ra. Điều này xảy ra là vì "trung tâm nhận phần thưởng" của não bộ đã quen dần với chất dopamine, và chất kích thích tố chẳng còn gây cảm xúc cho nó nữa. Lúc ấy những cảm giác cuồng nhiệt ban đầu đều biến mất. Và có lẽ chỉ có một tình yêu mới khác mới đem lại những cảm giác ban đầu như vậy. Dù có muốn hay không muốn, điều này vẫn xảy ra và ở ngoài tầm kiểm soát của con người.

Tuy nhiên, nếu như vậy thì những cặp đã qua khỏi giai đoạn "mới yêu" và tiến đến hôn nhân thì họ không còn có cảm giác yêu nhau nữa sao? Không hẳn là như vậy, theo các nhà khoa học, tuy mất những cảm xúc ban đầu nhưng họ đạt được một điều quý giá khác là hạnh phúc của cuộc sống vợ chồng. Và một trong những kích thích tố giúp con người duy trì hạnh phúc gia đình là endorphine. Tương tự như tác dụng của ma túy, nó đem đến cho những cảm giác an toàn dễ chịu, nó giúp con người thoát khỏi nỗi sợ hãi về những điều bất ổn của cuộc sống. Và trong một số trường hợp nhất định nó có thể đem đến những khoái cảm kỳ lạ. Dấu hiệu và khởi điểm của một tình yêu "lớn" và tuyệt vời. Theo tiến sĩ Helen Fisher, thì sự quan tâm, dịu dàng chăm sóc, chia sẻ buồn vui ... với người bạn đời góp phần tạo ra kích thích tố endorphine. Kích thích tố cứ tiết ra, làm người ta có cảm giác thèm khát. Ai đã yêu ắt hiểu thế nào là nhớ, và việc "nghiện" ái ân cũng giống như việc nghiện thuốc lá hoặc thuốc phiện. Và khi điều này không được thỏa mãn thì hậu quả sẽ là sự trầm cảm (depression) và đau khổ.

Nhưng đến đây, một câu hỏi liên quan đến phạm trù đạo đức phải được đặt ra. Nếu như giải thích ở trên thì các cặp vợ chồng sống với nhau và không chia tay vì sợ chịu không nổi cảm giác thiếu thốn giống như cảm giác những người nghiện ma túy khi phải "cai" ma túy sao? Kể đến lòng chung thủy của con người là một việc hiển hữu, làm sao các nhà khoa học giải thích cho hợp lý? Dĩ nhiên là các nhà khoa học sẽ không ngừng ở đây vì như vậy là thiếu sót.

Con người là một trong những loài động vật sống lâu dài với nhau trong

mối quan hệ vợ chồng. Lối sống này không những chỉ có nguồn gốc từ nỗi sợ hãi việc phải xa rời những khoái cảm của kích thích tố endorphine như một thứ ma túy mà còn từ cảm giác dễ chịu thực sự khi chung sống với nhau như vợ chồng. Lẽ tất nhiên, ngay trong trường hợp này con người không tránh khỏi sự ảnh hưởng của các chất kích thích tố tình yêu. Hai nhà khoa học Mỹ, Sue Carter và Thomas Insel đã nghiên cứu hiện tượng chung thủy dựa trên nền tảng hóa học và sinh vật học bằng cách quan sát đời sống của chuột núi và chuột đồng ở Mỹ. Hình dáng của 2 loại chuột này giống hệt nhau, nhưng chuột núi thường thay đổi bạn tình, thậm chí nhiều khi con đực chỉ giao phối một lần với một con cái nào đó. Trái lại chuột đồng thì sống suốt đời bên nhau. Các nhà khoa học làm thí nghiệm và kết quả nghiên cứu cho thấy lượng kích thích tố oxytocin và vasopressin trong máu của chuột đồng nhiều hơn của chuột núi. Bằng kỹ thuật cấy gene, các nhà khoa học đã tạo ra giống chuột núi với lượng kích thích tố oxytocin và vasopressin nhiều hơn. Kết quả quan sát cho thấy các chú chuột này tỏ ra chung thủy hơn hẳn và sẵn sàng "chiến đấu" khi có kẻ khác đến gần gần bạn tình. Rõ ràng, chung thủy là một đặc tính được quyết định bởi gene.

Con người cũng có hai loại kích thích tố oxytocin và vasopressin như chuột. Tuy nhiên, hiện nay người ta không biết chúng có tác dụng giống như đã thí nghiệm với chuột không? Vẫn còn là một dấu hỏi vì người ta vẫn còn biết ít về tác dụng của 2 kích thích tố này với con người. Theo như nghiên cứu của các nhà khoa học, thì mỗi lần đạt đến đỉnh cao của khoái cảm thì lượng oxytocin trong máu tăng mạnh. Trong một thí nghiệm, các nhà khoa học đã dùng cách hãm lượng oxytocin của những người đàn ông thì kết quả cho thấy họ vẫn có khoái cảm bình thường khi quan hệ tình dục nhưng cảm giác dễ chịu và thư giãn thì biến mất. Điều này cho thấy oxytocin giúp con người có những cảm giác dễ chịu trong quan hệ lâu dài của vợ chồng, khiến họ không chán nhau, dù cho cảm giác ngát ngậy của tình yêu thuở ban đầu đã nguội lạnh. Căn cứ vào thí nghiệm, kích thích tố

oxytosin chắc chắn có vai trò quan trọng liên quan đến sự chung thủy của con người .

Mặc dù con người cũng thuộc loài động vật, vẫn bị chi phối và ảnh hưởng bởi các quy luật hóa học và sinh học. Nhưng con người là một động vật cao cấp nhất, khác với chuột và các loài động vật khác, con người có tâm hồn và biết suy nghĩ . "Nhân tối linh ư vạn vật", nên con người chưa chắc là những nô lệ ngoan ngoãn (như chuột) luôn luôn tuân theo những quy luật hóa học và sinh học ở trên. Dù cho các nhà khoa có tuyên bố gì gì chẳng nữa, thì tình yêu vĩnh cửu vẫn là nguồn hạnh phúc nhất trần gian hoặc đau khổ tận cùng cũng không thể thiếu được đối với con người.

Cái thuở ban đầu lưu luyến ấy

Nghìn năm hồ dễ có ai quên (Thế Lữ)

"Yêu là chết trong lòng một ít,

Vì mấy ai yêu mà chắc được yêu

Cho rất nhiều nhưng nhận chẳng bao nhiêu

Người ta phụ hay thờ ơ chẳng biết... " (Xuân Diệu)

Kích thích tố hay không kích thích tố, sẽ luôn có những khoảnh khắc mà con người rung lên những tiếng tơ lòng từ sâu thẳm trong tim.

"Trái tim là một con tàu suốt

Chẳng có sân ga trạm cuối cùng" (Kiên Giang Hà Huy Hà)

Nhân loại đã có mặt trên quả địa cầu từ hàng ngàn năm qua. Khoa học đã giải đáp và mang lại cho con người rất nhiều tri thức về thiên nhiên nhiên và vạn vật. Nhưng cho đến nay thì vẫn chưa ai định nghĩa được tình yêu và trận chiến giữa lý lẽ và trái tim vẫn còn tiếp diễn. Cho đa số con người thì trái tim vẫn còn là kẻ thắng trận mù lòa. Tình yêu có lẽ sẽ luôn là một chủ đề bất tận từ ngàn xưa cho mãi đến ngàn sau. Xin mượn vài lời của Amanda MacBroom trong bản nhạc Nụ Hồng (The Rose) kết thúc bài viết này:

"Some say love, it is a river that drowns the tender reed. Some say love, it is a razor that leaves your soul to bleed. Some say love, it is a hunger, an

endless aching need ..." (Amanda McBroom)

"Tình Yêu đó, cuốn hút như sông sâu, xô dập, sẩy lau sức yếu. Tình Yêu đó, sắc bén như mũi dao, đâm vào, rạch tim nứt máu. Tình Yêu đó, nôn nao cơn đói cồn cào, nhức nhối, đờn đau vô cùng..." (Lời Việt : Lm. Dũng Lạc Trần Cao Tường)

Và câu hỏi vẫn còn là câu hỏi: *"Làm sao định nghĩa được tình yêu?"* (XD)

Lý Lạc Long (21/06/2006)