

STEPHANIE CACIOPPO

A SZERELMES AGY

*Egy idegtudós feljegyzései kötődésről,
vesztéséről és az emberi kapcsolatok
természetéről*

Opkn Books

Bevezetés

„Nem a gravitáció hibáztatható azért, hogy ha valaki szerelembe esik.”

Albert Einstein

Paul Diracról nem valószínű, hogy bárkinek is eszébe jutott volna a szívtipró kifejezés. Viszont zseni volt. Nem is egyszerűen zseni: valószínűleg Einstein után ő volt a 20. század legkiválóbb elméleti fizikusa. A kvantumfizika úttörőjeként megjósolta az antianyag létezését. 1933-ban, alig 31 évesen elnyerte a fizikai Nobel-díjat. Ám ami a magánéletét illeti, Dirac maga volt a fekete lyuk társadalmi megfelelője. A munkatársai majdhogynem betegesen visszahúzódónak tartották, és viccesen kitaláltak egy mértékegységet a férfi beszédének mérésére, a „dirac”-ot, ami 1 szó/óra. Dirac sem a Bristoli Egyetemen, sem később Cambridge-ben nem kötött szoros barátságot senkivel, és romantikus kapcsolatokat sem létesített. Kizárólag a munkája érdekelte, és értetlenül szemlélte, hogy fizikustársai versek olvasására és hasonló, szerinte a kutatással nem összeegyeztethető „haszontalanságokra” pazarolják az időt. Amikor egy alkalommal fizikustársával, Werner Heisenberggel egy táncmulatságon vett részt, elnézett a táncoló tömeg felett, és megkérdezte Heisenberget:

– Miért táncolnak az emberek? – Nem értette, mi ennek a furcsa szokásnak a célja. Heisenberg így felelt:

– Csinos lányok társaságában jó időtöltés a tánc.

Dirac előbb hosszan gondolkozott, majd újabb kérdéssel állt elő:

– És mondd, honnan tudhatod előre, hogy csinos lányok lesznek jelen?¹

1934-ben Diracot bemutatták egy középkorú magyar nőnek, bizonyos Wigner Margitnak, akit mindenki csak Mancinak hívott. Mancin sok tekintetben a szöges ellentéte volt Diracnak: nem érdekelte a tudomány, extrovertált, szórakoztató személyiség volt. Ugyanakkor valamiért mégis érdeklődni kezdett a tartózkodó fizikus iránt. Olyan képességeket fedezett fel a férjében, amelyeknek ő nem is volt tudatában. Mancin szerelmes leveleket írt neki. Mire Dirac csak megvonta a vállát, kijavította a nő angolját, és kritizálta a megjelenését. Ezután a nő kijelentette, hogy Dirac igazán megérdemelné egy második Nobel-díjat, mégpedig kéméletlenségéből.

Mégsem adta fel, nem mondott le Diracról. Elérte, hogy a férfi több időt töltsön vele, ossza meg az álmait, vallja be neki a félelmeit. Dirac merev viselkedése lassan kezdett megtörni. Amikor egyszer, hosszabb együtt töltött idő után elváltak, Dirac egy merőben újfajta érzést fedezett fel magában: – Hiányzol – vallotta be Mancinak. – Nem értem, miért van ez így, hiszen általában nem hiányoznak az emberek, miután búcsút vesznek tőlük.

Dirac és Mancin végül összeházasodtak, és majd' ötven évig éltek boldog házasságban. Egyik levelében Dirac megvallotta feleségének, hogy olyasmit tanított neki, amire saját maga soha nem jött volna rá, legyen bármilyen zse-

niális tudós is: „Manci, drágám, te csodálatos változást hoztál az életembe. Emberi lénné tettél.”²

Tengernyi magányos ember

Dirac története jól illusztrálja, hogyan ismerhetjük fel a szerelem ereje révén a bennünk rejlő emberi potenciált. E könyv témája ennek az erőnek a megismerése – miért alakult ki, miként működik, és hogyan tehetjük általa jobba fizikai és szellemi állapotunkat. Olyan téma ez, amely az utóbbi években csak mind bonyolultabb lett. Manapság az életkörülményeink nem kifejezetten segítik elő a szerelem megmaradását. A házasságkötések száma történelmi mélypontra zuhan, az USA felnőtt lakosságának fele egyedülállónak él,³ míg 1955-ben ez csupán az emberek 22 százalékára volt igaz. És bár a szingli lét nem feltétlenül jelent magányosságot – mint tudjuk, nagy különbség van az egyedüllét és a magány között –, azok, akik nem saját döntésükből élnek pár nélkül, nagyobb valószínűséggel érzik magukat magányosnak. Ez sok egyedülálló szülőt is érintő jelenség. Egy 2020-ban készült reprezentatív felmérés szerint az egyszülős háztartást vezető felnőttek nagyobb arányban számoltak be magányosságról,⁴ egy 2018-as skót vizsgálat arra az eredményre jutott, hogy háromból egy egyedülálló szülő rendszeresen magányosnak érzi magát, míg minden második megkérdezett csak „időnként”.⁵ Mostanára a magány olyan sok embert érint – nemcsak egyedülállót, hanem boldogtalan párkapcsolatban élőket is –, hogy az egészségügyi szakértők szerint szó szerint pusztító járvánnyá dagadt.

Az emberi kapcsolat utáni sóvárgás lehet a magyarázata, miért nőnek szédítő ütemben a társkeresésből származó bevételek: 2015 és 2020 között a randiappok a kezdeti 1,69 milliárd dollárról 3,08 milliárd dollárra növelték bevételeiket, és 2025-re ez utóbbi szám előreláthatóan közel megkétszereződhet.⁶ Egy 2020 végén végzett online felmérés eredményei szerint az egyedülálló, özvegy vagy elvált internethasználók közel 39 százaléka állította, hogy az előző hónapban használt valamilyen netes társkeresőt.⁷

Ugyanakkor dacára a mind kifinomultabb algoritmusoknak, amelyek igyekeznek megtalálni a tökéletes partnert – valamint a biztató adatoknak, amelyek szerint a neten kialakult kapcsolatok tartósak lehetnek –, sokan érezték úgy, hogy az elmúlt évtizedben nehezebb lett a randizás.⁸ Míg egyesek rátalálnak a szerelemre, mások folyamatosan csak jobbra vagy balra húznak embereket a telefonjukon, keresik azt a különleges embert, a nagy Ő-t, a tökéletes társat, és bár úgy érzik, a közelben van, mégsem tudják, hogyan lépjenek kapcsolatba vele.

Vajon csak arról van szó, hogy magasabbak az elvárásaink a szerelemmel szemben, mint régen? Vagy van valami a 21. századi digitális randizásban, ami alapvetően különbözik a valóélet-beli találkozásoktól? Talán kicsi a választék, amelyből meríthetünk? Vagy pont ellenkezőleg, túl sok hal úszkál a tengerben? Minél többet halászgatunk, annál erősebbé válhatnak a kételyeink, hogy valami baj van a hálónkkal. És bár az általános vélekedés szerint minél nagyobb a választási lehetőségünk, annál jobb nekünk, a kutatások megkérdőjelezik ezt. Kimutatták, hogy az emberek inkább korlátozott számú – jellemzően 8 és 15 közötti – választási lehetőséget preferálnak, nem pedig a lehetőségek hatalmas

tárházát.⁹ Ha tizenötnél több lehetőség közül választhatnak, azt túl soknak, megterhelőnek érzik. A pszichológusok ezt a jelenséget *choice overloadnak* (túl sok választási lehetőség) nevezik, de én jobb szeretem a FOBO-t (Fear Of the Better Options), ami félelem attól, hogy a választásunk miatt lemaradunk egy jobb lehetőségről.

Nevezzük bárminek, a bőség zavara kimerítő. Olyannyira, hogy a randipiac számos társkeresője számára a koronavírus-pandémia szinte megkönnyebbüléssel ért fel, hiszen végre jogos ürügyük volt arra, hogy kiszálljanak a társkeresésből, és visszavonuljanak magányukba. Ahogy a járvány kezdett alábbhagyni, egyes egyedülállók kezdtek megtapasztalni a FODA- (Fear Of Dating Again) jelenséget, ami félelem attól, hogy ismét randizni kezdenek. Talán traumatizálta őket, hogy önnön értékeiket árucikké tették, fogyasztásra alkalmas formába csomagolták, és kihelyezték a digitális piacra. Talán túl sokszor verték át őket. Talán csak belefáradtak, hogy eredmény nélkül hajszolják a szerelmet.

Természetesen ez nem mindenkire volt igaz. Míg egyesek szüneteltették romantikus vágyaikat a pandémia alatt, a randiappok használata összességében mégis felpörgött, mert az emberek online próbáltak kapcsolatba kerülni egymással. És bár sokan vonakodtak újra randizni a karantén után, mások újult erővel vetették bele magukat a társkeresésbe, bíztak benne, hogy most majd megtalálják végre a nagy őt – randizási szokásaik megváltoztatásával: egyesek innentől csak olyanokkal találkoztak, akik szigorúan megfeleltek minden kritériumuknak, mások apokaliptikusan úgy vetették bele magukat minden következő kapcsolatukba, mintha nem lenne holnap.