



*Tak si do života
přitáhnout radost -
oxytocin*



Některé zdroje dělí radost na nižší, jež reaguje na úspěch či zisk, a vyšší, spočívající ve spokojenosti vyplývající z pocitu sounáležitosti a lásky. Toto dělení v principu odpovídá efektu různých chemických látek na náš mozek.

Lásku, sounáležitost a pocit bezpečí založený na důvěře nám nejlépe dává pocítit oxytocin. Ne nadarmo se mu říká hormon lásky, věrnosti a důvěry. Oxytocin se zvyšuje při objímání – proto je v některých kulturách objímání tak časté a běžné. Vedle všech intimností produkci oxytocinu spouští také pocit, že jsme pozitivně přijati - třeba v práci, nebo v partě přátel.

Sílu oxytocinu pocítíme při všech pozitivních společenských interakcích – i když se na ně třeba jen díváme. Slzy do očí při romantických scénách nám vhání právě oxytocin. Tohle všechno může naznačovat, že oxytocin se týká především žen. Ale není tomu tak. Oxytocin je důležitý pro zdraví obou pohlaví. Jeho produkce podporuje věrnost a ano, možná je to v přírodě tak zajištěno, aby se i mužům vyplavoval v souvislosti s narozením dítěte, a ti tak přirozeně zůstali se svou partnerkou a starali se o dítě, i když pro radost jinou než oxytocinovou cestou je po nějakou dobu tato partnerka nedostupná. Účinek oxytocinu ovlivňují další hormony – ženské estrogeny ho umocňují, mužský testosteron naopak tlumí. Proto jsou projevy u obou pohlaví různé.

Oxytocin naprosto zásadně ovlivňuje sounáležitost a loajalitu vůči skupině, s níž se identifikujeme, a to ale se vším všudy – to znamená, že vybuzuje i ke společensky nežádoucímu chování, pokud je v zájmu té dané skupiny.