Основные эмоции присущи всем людям. Они очень древние в эволюционном плане и имеются даже у животных. К числу таких первичных, или базовых эмоций относятся радость, печаль, страх, гнев, удивление и отвращение. Как вы могли заметить, эти эмоции часто сопровождаются определенными физическими симптомами.

Пример: Физическая реакция при гнев и страхе

- Когда мы злимся, нам становится жарко, наше лицо краснеет, сердце бьется чаще, а дыхание становится быстрым и прерывистым. При испуге, напротив, мы бледнеем, наши руки холодеют и дрожат, глаза широко раскрыты, сердце бьется быстрее, дыхание учащается. Вследствие таких физических изменений люди, испытывающие страх перед экзаменами, часто не могут найти подходящие слова или вспомнить нужную информацию. Чувство страха блокирует интеллектуальную работу соответствующей части мозга, в то же время инстинктивно как можно больше энергии предоставляется в распоряжение мускулатуры.

Таким образом, эмоции тесно связаны с нашим телом. Португальский невролог и известный исследователь эмоций Антонио Дамасио описывает эмоции в первую очередь именно как физический феномен. Он считает, что эмоции являются отображением внутренних состояний организма, имеющих определенный образец. При этом в организме автоматически изменяются определенные показатели, такие, как пульс, мышечное напряжение, кровоснабжение и работа мозга. При страхе в теле происходят иные процессы, чем при радости, при гнев — иные, чем при печали.

Чувствуем быстрее, чем думаем

Если эмоциональная реакция тела становится настолько явной, что вы можете ее ощутить, Дамасио называет ее «чувством». Согласно ему, чувства — это осознанные эмоции (**любовь**, ненависть, обожание, презрение). Этот аспект представляет для нас особенный интерес. Ведь на то, что доступно нашему сознанию и мышлению, можно повлиять. И все-таки: даже не осознаваемые нами эмоциональные процессы влияют на наше тело и поступки.

Различные эксперименты подтвердили, что физическая реакция предшествует сознательному ощущению страха. Участникам одного из экспериментов были продемонстрированы различные изображения; некоторым — изображения, внушающие страх (например, изображения змей). Изображения демонстрировались настолько быстро, что осознать их было невозможно. Несмотря на это, физиологические параметры участников эксперимента изменялись так, как это происходит обычно в случае испуга (кожная проводимость, потообразование и др.). Предложение вспомнить какое-то печальное событие также вызвало ощутимые физиологические симптомы, причем еще до того, как испытуемые проявляли признаки печали.

Есть странная любовь, прекрасная любовь, поздняя любовь, отцовская любовь, отеческая любовь, наивная любовь, истинная любовь, дивная любовь, нереальная любовь, мужская любовь, женская любовь, страстная любовь...

Но, какой бы ни была она - **любовь** - неизменный повод для многочисленных дискуссионных изысканий, зачастую представляется как математически выверенный процесс взаимоотношения индивидуумов вне эмоционального контекста. Контраст и противоречие сущностей и явлений нашего безумного мира.

Попробуйте взглянуть на самый волнующий **форум любви** в интернете.

Впервые появился оригинальный способ наказать своего обидчика или обидчицу! - Повесь его на уникальную Доску позора! **Доска позора** к Вашим услугам!