Người say rượu có nói thật hơn không?

(Dân trí) - Có một câu ngạn ngữ La-tinh "Trong rượu vang, có sự thật", hàm ý rằng rượu là một thức uống thần kỳ khiến người ta luôn nói thật.



Câu nói "In vino veritas" được cho là của Trưởng lão Pliny, một nhà khoa học, nhà sử học và một vị tướng La Mã, nhưng những câu châm ngôn tương tự cũng có từ thời Hy Lạp cổ đại. Vậy có thực sự rượu làm người ta thật thà hơn không? Câu trả lời là vừa có và vừa không.

Theo các nhà khoa học ngày nay, rượu có thể làm ảnh hưởng đến não khiến người ta dễ nói ra suy nghĩ của mình hơn, nhưng tác động đó không phải lúc nào cũng xảy ra.

Tiến sĩ Aaron White ở Viện quốc gia về Lạm dụng rượu và Dịch tễ học và Sinh trắc học nghiện rượu, Mỹ, cho biết: "Rượu khiến chúng ta dễ nói ra bất kỳ điều gì có trong đầu, nhưng trong một số trường hợp những điều đó có thể là sự thật, mà cũng có thể là bạn cho rằng đó là sự thật trong lúc bạn đang say."

Như vậy, chắc chắn là một người sẽ dễ nói ra suy nghĩ của mình hơn sau vài ly rượu, nhưng cũng có thể họ sẽ nói một điều gì đó mà trong lúc say họ cho là thật nhưng sẽ không cho là thật khi họ tỉnh. Ví dụ, một người bạn trong lúc say có thể khẳng định mười mươi rằng họ sẽ nghỉ việc hoặc chuyển đi nơi khác sống, nhưng sẽ rút lại lời vào sáng hôm sau.

Một nghiên cứu vào năm 2017 được công bố trên tạp chí Khoa học Tâm lý lâm sàng, Mỹ, đã tìm hiểu xem tính tình người ta thay đổi ra sao sau khi uống rượu đến mức nồng độ cồn trong máu lên 0,09%, là mức vừa đủ vượt qua giới hạn được phép lái xe ở Mỹ và Anh.

Kết quả cho thấy thay đổi lớn nhất trong tính cách của những người này là họ trở nên hướng ngoại hơn. Họ cảm thấy thoải mái hơn với môi trường xung quanh và có lẽ vì thế, họ dễ nói nhiều hơn và thẳng thắn hơn.

Rượu có khả năng giúp người ta thoát khỏi vỏ bọc của mình, khiến họ dễ nói ra những gì trong đầu, nhưng tác động của nó lên cảm xúc cũng làm cho các suy nghĩ thất thường hơn.

Giáo sư tâm lý học Michael Sayette ở Trường đại học Pittsburgh, Mỹ, nói rằng: "Rượu thường làm tăng cảm xúc và chúng ta thấy mình dễ cười hơn, nói nhiều và nói to thoải mái hơn trong các cuộc vui, nhưng có thể cũng làm chúng ta dễ khóc hơn trong những hoàn cảnh không vui vẻ".

Những cảm xúc dâng trào đó có thể khiến người ta nói ra những gì đang nghĩ trong đầu, nhưng cũng có khi khiến người nói hối hận sau khi tỉnh lại. Nó tương tự như việc uống rượu khiến một số người bạo lực hơn hoặc đánh bạc quyết liệt hơn, những hành động vượt quá mức mong muốn mà khi tỉnh táo họ hoàn toàn có thể tránh khỏi.

Giáo sư Sayette nói: "Vì rượu có thể thay đổi suy nghĩ và cảm giác của chúng ta, nên không có gì ngạc nhiên khi các hành vi của chúng ta cũng thay đổi. Rượu có thể làm cho các hành vi của chúng ta trở nên cực đoan".

Những tác động này xuất phát từ việc rượu có khả năng làm mất ức chế, nghĩa là người say rượu dễ hành động theo sự bốc đồng. Điều này xảy ra là do rượu làm giảm tín hiệu ở vỏ não trước trán, vùng não điều chỉnh hành vi và kiểm soát các xung động.

Hơn thế nữa, rượu còn ức chế hạch hạnh nhân, một cấu trúc nằm sâu trong não có vai trò khơi dậy cảm giác sợ hãi và lo lắng. Khi một người tỉnh táo, hạch hạnh nhân thường phát ra các tín hiệu cảnh báo có thể ngăn một người nói hay làm những việc hớ hênh trong giao tiếp, nhưng những tín hiệu này bị giảm sút sau một vài ly rượu.

Như vậy, "trong rượu vang có sự thật" hay không? Chắc chắn là có, người ta dễ tiết lộ các bí mật sau vài ly men, nhưng người ta cũng dễ thốt ra những lời không thực sự nghĩ như vậy và sẽ hối tiếc khi tỉnh lại.

Tác động của rượu lên trí não quá phức tạp để có thể phân biệt trắng - đen khi nói đến độ trung thực của suy nghĩ. Tiến sĩ White nói: "Rượu không phải là thần dược sự thực. Đó là điều chắc chắn".