

מסעודת הטוטם עד אפרסקי הנצח סמלי מזון ב'מטבח הנפש' במבט יונגיאני

רות נצר

במאמר זה אני סוקרת את הסימבוליקה שקשורה במזון – אכילה, בליעה, עיבוד-יעיכול המזון, הקאה והפרשה – יחד עם סימבוליקת השיניים והפה. הסמלים שקשורים באוכל מסמלים את מה שאני מכנה 'מטבח הנפש' – המקום הלא-מודע שהנפש 'מבשלת' בו את חומריה, והביטוי להם הוא בחלומות, בדתות, במיסטיקה, במיתוסים, באגדות, בטקסים, ביצירה וגם בהפרעות אכילה. אני בוחנת את משמעות המעבר הטרנספורמטיבי והסובלימטיבי מהאוכל הקונקרטי אל הסמלי, מהצורך הגופני אל מאויים רוחניים, משליטת ארכיטיפ האם על האכילה אל שליטת ארכיטיפ האב, ומראה את שלבי התפתחות התודעה במטפורות אלכימיות שמבוטאות בסמלי אכילה. כמו כן אני מעיינת בהיבטים החיוביים והשליליים של המשמעות הסמלית של האוכל בתחומי חיים רבים וברמות תודעה שונות. הארכיטיפים המרכזיים שקשורים באוכל הם: אם, אב, טרנספורמציה, גוף, רוח.

ירכבהו עלי-במותי ארץ ויאכל תנובת שדי,
ויניקהו דבש מסלע ושמן מחלמיש צור.
(דברים לב, 13)

אני שואל אותך:
את רוצה לאכול או להאכל? הנה השלחן!
(וסרמן 2007, 'אין לי נשק': 60)

הסמל בגישה היונגיאנית לעומת הפרוידיאנית

חוקר התרבות ארנסט קסירר ראה בסמל מפתח לטבע האדם, ובאדם הוא ראה יצור יוצר סמלים. לדעתו יכולתו של האדם להשליך סמלים על העולם כאשר הוא

משליך את חומרי נפשו על העולם מאפשרת לו להפוך את היקום מכאוס לקוסמוס ולהעניק לו משמעות (קסירר [1944] 1972: 40).

הסמלים הם הביטוי של הלא נראה בנראה: הלא נראה הוא הנפשי או הרוחני או הלא־מודע, כל מה שאין לתודעה גישה אליו, והוא מתגלם באובייקט נראה בעולם. כל אובייקט בעולם יכול לסמל תוכן נפשי. הסמל הוא פרי משותף של המודע והלא־מודע (הלא נראה) ונוצר במרחב המעברי שביניהם, שהוא גם המרחב המעברי בין העולם המטריארכלי־אמהי הטרומ־מודע לבין העולם הפטריארכלי־אבהי התודעתי. הסמל הוא השפה החווייתית שבה מתגלה הלא־מודע לפני התודעה המפענחת וכך הוא משמש מעין ישות מתווכת בין הלא־מודע לבין המודע. להבנת הסמל הוא פרי משותף של המודע והלא־מודע.

יולנדה יעקובי (88: 1974 [1959] Jacobi) סיכמה את ההבדל בין הגישה היונגיאנית לפרוידיאנית לסמל: העניין המרכזי של יונג בסמל נבע מיכולתו של הסמל לחבר אותנו אל חוויות ואל חומרים אישיים לא־מודעים, כי הסמל הוא השפה של הלא־מודע, ולהרחיב את המודעות שלנו. פרויד סבר כי הסמל מתייחס אל תוכן מהלא־מודע האישי בלבד, ואילו יונג ראה בסמל התייחסות גם לתכנים ארכיטיפיים שמקורם בלא־מודע הקולקטיבי. הסמל מבטא משהו שאי־אפשר לבטאו ולהסבירו בשום דרך אחרת.

יונג הבחין בין סמל לסימן. סימנים שיש להם משמעות אחידה אינם סמלים. למשל, לצבעי רמזור יש משמעות קבועה; רמזור אדום מסמן הוראת עצירה ואילו הצבע האדום מסמל אמוציות ורגשות רבים. הסמל הוא אובייקט מציאותי שמצביע על משהו אחר בתחום הנפשי, שהאדם מודע או לא־מודע לו. בגישה הפרוידיאנית יש לסמל כסימן הסבר סיבתי (פשר הסימן הוא חד־משמעי ונובע מחוויה אישית מודעת או לא־מודעת) ואילו בגישה היונגיאנית הסמל מוליך אל משהו תכליתי (המשמעות נובעת לא רק מחוויה אישית אלא גם מתוכן ארכיטיפי לא ידוע לאדם שמוליך אותו להכרות חדשות). כך, לפאלוס יש בגישה הפרוידיאנית משמעות של איבר מין בלבד ואילו בגישה היונגיאנית הוא מסמל עוצמה, גבריות, שליטה, חודרנות, פריון. הסמל הוא אפוא הרה משמעויות. הוא משפיע עלינו בכוחו החווייתי גם אם אין התודעה משתתפת בהבנתו המודעת, אולם ההבנה המודעת מקדמת את התפתחות המודעות העצמית והתחזקותה.

אוכל כסמל

אין חיים ללא אוכל; לכן חשיבותו של האוכל עצומה. כמטפלים אנחנו עוסקים בדרך כלל במשמעות האוכל בהפרעות אכילה או בדיכאון. אבל האוכל מופיע כמוטיב סמלי משמעותי במיתוסים, באגדות, בטקסים, בפולחנים דתיים, בחלומות ובשפה

בכלל, במשמעויות רחבות ומקיפות יותר, וראוי שנשים לב אליהן. נראה שתהליכי עיבוד חומרי החיים – המציאות החיצונית והפנימית – בנפש נוטים להתבטא בסמלים של אוכל. סימבוליקה זו מבטאת עיבוד טרנספורמטיבי של תכנים נפשיים, מעבר מהזנה קונקרטיה חיצונית אל הזנה עצמית נפשית-רוחנית, ותהליכי התפתחות ושינוי של התודעה.

משום החיוניות והממשות של האוכל ושל האכילה בכל היבטיהם בחיינו היומיומיים אפשר לראות עד כמה הסמלי והקונקרטי משולבים כאן זה בזה. הסמלי מונכח באכילה הקונקרטיה והאוכל עצמו מנכיח את הסמלי. הנכחת הסמל מעצימה את השפעתו הלא-מודעת של האוכל עלינו. יתרה מזאת, האוכל מאפשר חיים מרגע הלידה, וחויית האוכל של העולל היא חוויה חושית קיומית, קדם-מילולית וקדם-לוגית. האוכל הוא אפוא בעל משמעות גם ברמה הקונקרטיה הטרומ-סמלית. באנלוגיה לאמרה של גרטרוד שטיין (שוורד הוא ורד הוא ורד) אפשר לומר שאוכל הוא אוכל הוא אוכל, ורק בשלבים מתקדמים בהתפתחות, כשהאדם גדל, האוכל מקבל גם משמעות סמלית.

ואמנם, הנפש מביעה עצמה בסימבוליקה של אוכל: אכילה, שתייה, טעימה, זלילה, נגיסה, נשיכה, בליעה, עיכול, הקאה, יריקה. שלבי הכנת האוכל הם: ריסוק, חיתוך, המסה, חימום, גיבוש, אידוי, ערבול, בישול, אפייה. שלבים אלה מקבילים במידה רבה לסימבוליקה האלכימית שמתארת את שלבי התהליך שעובר החומר לקראת הפיכתו מחומר גלם לחומר איכותי ומיסודות נפרדים לאחדות אינטגרטיבית חדשה. האלכימיה תיארה את התהליכים של החומר כשהתכוונה לתהליכים בנפש. המטבח הוא מקום מרחב של סמלי אלכימיית הנפש, כלומר של עיבוד ועיכול טרנספורמטיבי של תכני נפש שמגמתם שינוי והתפתחות.

התרבות מבוססת על מעבר מהטבע לתרבות, מהסיפוק המידי לדחיית סיפוקים, מהגופני אל הרוחני, מהקונקרטי לסמלי. ברגע שהאוכל משמש סמל לדבר מה אנחנו נמצאים בטריטוריה של הסמלי. זה מתחיל בשפה. למשל, הביטוי 'אתה רוצה שיאכילו אותך בכפית' פירושו שאתה רוצה שמישהו אחר יסביר לך במפורש כל דבר במקום שתאמץ לחשוב לבד ולהבין מה פירושו הדברים.

מטופלת סיפרה לי על עוגה שאפתה והצליחה מאוד. ואז אמרה: 'זה אומר שאם משתמשים בחומרים הנכונים מצליחים, והוסיפה: 'זה נכון בכלל בחיים'. ואני הוספתי: 'זה אומר שכשאת משתמשת נכון באיכויות הפנימיות שלך את יכולה לאפות לעצמך עוגת חיים מוצלחת'.

מטופלת אחרת אמרה לי: 'יש לי צורך עצום באהבה, בלי הכלי הזה לא יצא המאפה'. היא התכוונה לאהבה הטיפולית במכל הטיפולי. המאפה הוא נפשה שמתהווה בתנור הנפש. היא סיפרה על חלום: 'אני מסרבת שיבקרו בביתי כי יראו את המטבח שלי מוזנח, מלוכלך ובלי פתחי אוורור ויאשימו אותי וידחו אותי בגלל זה'. הפירוש שלי היה שהיא חששה שכשיתגלו בטיפול חלקי נפשה המלוכלכים

יאשימו אותה וידחו אותה. מה שאני מכנה 'מטבח הנפש' הוא המקום הלא-מודע שהנפש 'מבשלת' בו את חומריה בתהליכי ערבוב, חמום והתכה כדי לייצר בהם שינויים. המטבח הזה מונח וחסר פתחי אוורור, אינו מאפשר עיכול של חוויותיה וכתוצאה מכך החומרים השליליים מצטברים כלכלוך. בתהליך הטיפולי אנו מסייעים למטופל לבנות מחדש או לתקן את המכל הפנימי ואת כלי העיבוד הנפשיים שהם מטבח הנפש.

מטופלת אחרת סיפרה על חלום: 'אני צריכה להפגש עם הבוס לשיחה על מה שקורה בזמן האחרון בינינו. לפני כן אני במטבח. אני מוציאה את העוגה מהתנור ומגלה שהיא עדיין לא אפויה מספיק. נקל היה להבין שעדיין לא אפתה מספיק את ההכנה לשיחה. התברר לנו שהיא עצמה אפתה את העוגה של היחסים העכורים של הזמן האחרון ועל כך הם קבעו לשוחח. למעשה, כמאמר העממי – היא הקדיחה את התבשיל שבישלה לעצמה. שוב מטפורת מטבח.

ועוד בענייני מטבח, מטופלת במצב היפומאני סוער, סיפרה על חלום: 'אני עפה באוויר. זה נפלא ואו אני נמשכת כלפי מטה, אל תוך צנור, כמו ארובה שמוליכה אותי אל תוך המטבח של אשה ("בעצם זו את", היא אומרת לי) שמדברת בשפה שלי'. היא באמת הייתה 'מעופפת' ולא מציאותית באותה תקופה. מה שאפשר לה לנחות מהמעוף המאני, והפעם לא לדיכאון אלא למציאות, זה קיומו של מטבח הנפש שבו 'מתבשלים' החומרים המודעים והלא-מודעים שלה עצמה בחסות המטפלת וגם בחסות המטפלת הפנימית שבתוכה, שמסמלת את העצמי הנשי שלה.

המטבח המשותף למטופל ולמטפל הוא גם השדה המשותף הטרנספרנסיאלי, של המפגש הבינ-אישי האינטר-סובייקטיבי שבו מתמזגים, מתערבבים, חומרי הנפש של המטפל-מטופל, עד שנוצר התבשיל הנכון של המטופל, שאפשר להוציא אותו מהתנור, אם נשתמש במטפורה של החלום הקודם. הכוונה לא לערבוב כאוטי כשלעצמו אלא לערבוב שגם אם הוא כאוטי בתחילתו, סופו שיביא למודעות חדשה, לתבשיל חדש שהוא תרכובת טרנספורמטיבית חדשה.

למעשה אנחנו מדברים כאן במטפוריקה האלכימית שעוסקת בתהליכי ההתהוות והשינוי המתמידים של חומרי הנפש לקראת הגשמת העצמי והאינדיווידואציה, המסומלים על ידי תהליכי מפגש חומרים כגון חיתוך, ערבוב, התכה, המסה, אידוי ועוד. האלכימאים הגדירו את תהליכי הנפש כשלבים של עיבוד החומר במעבדה שהוא מקביל לעיבוד המזון. בסימבוליקה האלכימית יש מקום חשוב למכל, לכלי שבו מתרחש השינוי, למכל שהוא התבנית של העוגה, זה מכל האהבה של המטופלת שלנו. המכל הוא השדה הטיפולי, מטבח הנפש, שהאלכימאים תארו כאמבט אלכימי משותף שהמטפל-מטופל טובלים בו יחדיו (נצר 2004: 430-445).

למשל, 'ילדה עם תלות יתר באם ואשר מפריזה באכילה, מרבה 'לבשל' במשחק הטיפולי. היא 'מכינה אוכל' לעצמה ולמטפלת. אפשר לראות במשחק שלב מפותח יותר מהאכילה הממשית בבית, כי המשחק מסמל את המעשה של הבישול ואינו

הבישול עצמו. נוסף על כך, כשהיא כאילו מבשלת היא מזדהה עם התפקיד האמהי המעניק והמזין, וכך יכולה להזדהות עם האם ולהיות האם המזינה עצמה, במקום לחוות את ההזדקקות הילדית לקבל הזנה קונקרטי ורגשית מהאם. המשחק הוא אפוא המרחב־שדה המעברי, המכל שבו נוצרת ומתקיימת ההסמלה שבה חוברים יחד במטבח הנפש הקונקרטי והסמלי.

אישה סיפרה לי שבתה בת השנתיים הסתגלה לגן נפלא. כבדרך אגב היא סיפרה שכל יום כשהילדה באה לגן, היא 'מכינה תה' במטבח הבובות, מוזגת לה ולאמה, ויחד הן 'שותות' את התה, ואז היא שולחת את אמה הביתה. הספור הזה מראה עד כמה האינסטינקט הטבעי של הילדה הנחה אותה, כבר בגיל שנתיים, ליצור טקס מעברי, שהוא מרחב מעברי, שהאוכל משמש בו כסמל הזנה נפשי, ומאפשר לה לחוות ולהפנים את ההזנה ביחסי אם-בת למשך כל היום. הטקס הזה הוא מכל לעיבוד חרדת הפְּרָדה. מנקודת מבט התפתחותית של העצמי המתהווה אין כאן קיבעון אורלי אלא טקס סמלי של הזנה לאני-עצמי של הילדה. למעשה בכל הטקסים המעבריים (מעברי גיל, טקסי התבגרות, נישואין, לידה, מוות) יש חשיבות מיוחדת לסעודות כהזנה שמחזקת את הגוף־נפש ואת העצמי בתפר המעברי. בטקסי מעבר נהוג גם להזין את האלים עצמם בקורבנות ובמנחות. האלים זקוקים להזנה בהיותם מסמלי הכוחות המשפיעים ומעצבי הגורל, והכוחות הארכיטיפיים בנפש. במילים אחרות, דווקא בעתות של הפרת האיזון הזמני, כשאדם נתון במעבר בין מצב למצב, יש צורך בחיזוק העצמי על ידי אכילה אשר עונה הן על הצורך הראשוני־הישרדותי ביותר, אשר בו האוכל הוא קיום, והן על המשמעות הסמלית של הזנה נפשית. האכילה המשותפת בטקסים נועדה לחזק את ה'קומוניון' (Communion) –

החיבור הנפשי־החברתי, ואת העצמי הקבוצתי.

מטבח הנפש ואלכימיית הנפש מבוטאים גם על ידי מערכת העיכול. אנחנו אומרים על תוכן נפשי רב עוצמה שקשה 'לעכל' אותו. אין פלא שמערכת העיכול רגישה ומגיבה על מצבים רגשיים טעונים, על מתחים ועל זעזועים רגשיים (אובדן, תיאבון, תיאבון יתר, סלקטיביות באכילה, כאבים והפרשות חומציות ואחרות, אולקוס, מעי רגיז, מחלות מעיים ועוד).

לפעמים אני חשה שתפקידי כמטפלת הוא להיות מעלת גרה של חומרים שכבר נלעסו בשיחות קודמות ויש צורך שוב ללעוס אותם, או להיות כמו ציפור־אם שלועסת את האוכל ואז מקיאה אותו לגזליה. כל מטפל מעבד ומעכל בתוך מכל הנפש שלו את התכנים, את הרגשות ואת האסוציאציות של המטופל יחד עם אלה שלו, ואז את החומרים שהמטופל הביא ושכבר עברו עיכול חלקי, עובדו והותמרו לכלל תובנות שבאו מהמטפל – הוא משיב בחזרה למטופל. המטפל ממלא את תפקיד האם שהיא האובייקט המתמיר (בולאס [1987] 2000: 31-47) – מתווכת בין הילד לחוויותיו בעולם כשהיא מוסתת אותם ומתמללת אותם כדי למנוע הצפה, ומאפשרת לילד לקבל את החומרים החדשים מעובדים, להבינם ולהטמיע אותם

בתוכו. האם המטפלת ממלאת את התפקיד המתמיר-הטרנספורמטיבי עד שהתפקוד המתמיר יתבסס בנפש הילד-מטופל כתפקוד אוטונומי. אחד מזיכרונות הילדות המוקדמים שלי הוא מראָה שספק ראיתי ספק דמיינית, של ציפור עומדת במרכז של מעגל גוזלים והיא מאכילה אותם מתוך המקור שלה. אולי יש כאן רמז מוקדם לסיבה שבחרתי במקצוע הטיפולי. מטפורה נוספת של מטפל שעולה בדעתי היא של זרעים וגלעינים קשים שאינם יכולים לנבוט באדמה לפני שבעל חיים כלשהו יאכל אותם, ורק אז, אחרי שהם עוברים במערכת העיכול שלו, קליפתם מתמוססת, מתרככת והם מופרשים בצואת החיה הם יכולים להיקלט באדמה ולנבוט. גם זה התפקיד שלנו כמטפלים.

ביתור ושיניים

ראשית האוכל נכנס לפה. כאן הוא נלעס, ננגס, נחתך, נטחן, מבותר. שלב החיתוך-ביתור (שהוא גם שלב ראשוני בתהליכי החומר באלכימיה) הוא שלב ההפרדה-דיפרנציאציה. בו אנחנו מחלקים את הנושא השלם האחד לתכנים שונים נפרדים (רגשות, זיכרונות, דחפים, אסוציאציות) כדי להתייחס לכל נושא בנפרד ולתת לו שם. כך למעשה מתפתחת התודעה, על ידי ההבחנה, הדיפרנציאציה, בין דבר לדבר. אישה חלמה שגבר ידיד מסייע לה לחתוך את המזון שהיא רוצה לבשל ומסביר לה מה ראוי ומה לא ראוי להיאכל. בשלב הזה היא הייתה זקוקה לחשיבה מבחנת אנליטית שתחתוך/תפריד בין אירועים בחייה כדי לזהות מה מהם הזיק לה ומה סייע.

השיניים משמשות לחיתוך. הביטוי 'אין לו שיניים' מתייחס למשהו שאין לו אפשרות מימוש בפועל. השיניים מאפשרות את שלב החיתוך ההכרחי של המזון, ואצל ילדים קטנים שיניים משמשות גם לנשיכה כביטוי לתוקפנות. נגיסה מסמלת גם את התוקפנות והאסרטיביות הנדרשות למפגש עם החיים; לנגוס – לקחת לעצמנו מהחיים, לחתוך לחלקים וללעוס/לטחון לקראת עיבוד התכנים. אנחנו גם משתמשים בביטוי 'לטחון את המחשבות'. לכן חלומות של נפילת שיניים, שהם תמיד מבהילים, מסמלים סירוס נפשי במובן של אובדן הכוח הפאלי-גברי-אסרטיבי-תוקפני בסיסי של האגו האקטיבי והנחוש שמאפשר להפעיל כוח החלטי כדי לקחת לעצמנו את הנחוץ לנו.

מטופלת חלמה שהיא מרסקת אבנים בפה ובוֹלעת אותם. היא אמרה שהיא אוהבת אבנים ושיש בהן עוצמה. היא גם אמרה על עצמה שהיא קשה ועקשנית כמו אבן. הבנו מהחלום שהיא יכולה לרסק את הקשיות העיקשת שלה, כדי לבלוע-להפנים את העוצמה החיובית שיש בעיקשות שהוקטנה-בותרה על ידי הריסוק. עוצמה חיובית של העיקשות היא למשל יכולת ההתמדה, והדבקות במטרה.

בבאלי, אינדונזיה, בטקס החניכה של התבגרות לבנים, מלטשים ומחדדים לחניכים את השיניים. זו וריאציה סמלית להקרבת חלק פאלי של הגוף, כמו בברית מילה. זו הקרבה שמסמלת את נכונותו של החניך לוותר על עוצמת התוקפנות היצרית הראשונית שלו כחלק מתהליך המוכנות להשתלב בחברה.

אכילה כמאפשרת שינוי והטמעת תכנים

האנומיים שמייעים לעיכול האוכל על ידי פירוק והמסה הם חומרים יוצרי שינוי. האלכימאים חיפשו מהו האלמנט הסודי יוצר השינויים בחומר ובחומרי הנפש. הם הבינו שללא חומר יוצר שינויים אין שינוי אמתי. הלא גם אנחנו שואלים – מה יוצר את השינוי בנפש? יונג דיבר על הדחף להתפתחות, הכרוך בהשתנות מתמדת. דחף זה למימוש עצמי ייחודי הוא הדחף לאינדיווידואציה. אנשים שונים זה מזה במינון ובעוצמת הדחף להתפתחות, שהוא גם פוטנציאל ההשתנות בטיפול. כולנו מכירים אנשים נטולים מאיץ פנימי, נטולים תסס פנימי שיוצר שינויים ודוחף להתפתחות.

ברמה הפיזיולוגית האוכל עצמו מייצר שינויים. אכילת פחמימות ושתיית משקאות אלכוהוליים יוצרים שינוי על ידי שיפור מצב הרוח. זו הסיבה שאכילה היא פתרון ראשוני ומין למצבי רוח דיכאוניים. אולי לכן במיתוסים רבים מאכל משקה המיוחסים לאלים או משקה משכר והזייתי או פרי כלשהו, מסמלים את השינוי המסתורי בנפש, שינוי מצב הרוח ושינוי של מצב תודעה; החל בפרי גן העדן ששינה הבנת הטוב והרע, והמשכו ביין הגביע הקדוש, בלחם הקודש והיין במיסה הנוצרית, הסומה (משקה משכר שנחשב משקה האלמוות בטקסים דתיים בהודו העתיקה), ההומה (משקה דומה בתרבות פרס העתיקה) ופטירות ההזיה הקדושות (בדרום אמריקה ובמרכזה) – שיוצרים שינוי נפשי-תודעתי לקראת הארה רוחנית-אלוהית. בכל אלה יש משמעות סמלית למאכל ולמשקה הממשיים. בטקסים מתמשת הסמליות כשהמאכל או המשקה מוכנסים לפה ונבלעים.

אכילה מסמלת גם הטמעה של תכנים חדשים מחוללי שינוי והתהוות חדשה. הפרי של עץ הדעת שאדם וחווה אכלו מסמל את הידע החדש שהביא להבחנה בין הטוב לרע. במיתולוגיה היוונית נחטפה פרספונה מאמה אל הדס מלך השאול, ושם היא אכלה גרגרי רימון. אכילתם גרמה לכך שמעתה הייתה חייבת להיות בקשר מתמיד עם יסוד השפע והפיריון של השאול. הקשר לשאול אפשר לה, אחרי הסכם עם האלים, לצאת אל האדמה באביב ולהביא עמה צמיחה חדשה על פני האדמה, שהייתה שוממה.

יחזקאל קיבל מאלוהים את מגילת הנבואה והצטווה לאכול אותה, כדי להפנים את הנבואה ולחוות אותה מתוכו: 'פצה את פיך ואכול את אשר אני נותן לך [...] אכול את המגילה הזאת ולך דבר אל בני ישראל ואפתח את פי ויאכילני את המגילה

הזאת. ויאמר אלי בן אדם בטנך תאכל ומעיך תמלא את המגילה הזאת אשר אני נותן לך ואוכלה ותהי בפי כדבש מתוק' (יחזקאל ב, 3). ביהדות אשכנז היה נהוג שכשהילד מובא לבית הספר לראשונה מכינים לו עוגיות בצורת אותיות ואותן הוא אוכל או שהוא מלקק דבש מהאותיות המרוחות בדבש. כך הוא אמור להפנים את ידע האותיות לקראת שלב חדש בחייו.

בעולם הקדום האמינו שאכילת חלקי גוף מסוימים, בעיקר איברים פנימיים, כמו לב וכבד, של בעלי חיים מסוימים בעלי חשיבות מיוחדת לשבט, מאפשרת את הטמעת כוחן הייחודי. פרויד תיאר בספרו טוטם וטאבו את האירוע המיתי הקדום שבו הבנים הורגים ואוכלים את חיית הטוטם שמסמלת את האב, כדי להטמיע את כוחו הגברי: 'האחים שעשו אגודה אחת כדי להרוג את אביהם, בכל אחד ואחד מהם פיעמה אותה המשאלה להתדמות אל האב, והם נתנו ביטוי למשאלה זו בסעודת הטוטם עליידי שקלטו אל קרבם חלקים מגוף חית הטוטם' (פרויד 1913: 133).

גם הקניבליות מבוסס על חשיבה מאגית, טרום-סמלית, שאכילת האויב, בעיקר חלקי גוף פנימיים שלו, מאפשרת להטמיע את ה'מאנה' שלו.¹ בשבט היאנומני שבונצואלה ובברזיל מקובל שכדי לפייס את המת מביאים אותו לקבורה 'בתוך המשפחה', כשמבשלים את עצמותיו ושותים את המרק שנוצר (מגד 1988: 55). נראה שזו גם דרך טרום-סמלית לשמר את המת בין החיים.

הרעיון הזה עובר תהליך הסמלה במיסה הנוצרית, באכילת לחם הקודש ובשתיית היין, שמסמלים את גופו ואת דמו של ישו: 'דת-הבן באה תחת דת האב. לאות חילופים אלו מתחדש המנהג הישן של סעודת-הטוטם בצורת ה"קומיוניון" (אכילת לחם הקודש); בטקס זה חבורת האחים אוכלים מבשרו ושותים מדמו של הבן – ולא עוד של האב – ומתקדשים בסעודה זו ומזדהים עמו' (שם: 137). בכל התרבויות יש לדם משמעות מיוחדת של 'מאנה', שהיא אנרגיית ליבדו, כוח חיים ששתייתו מעניקה חיים, כי הדם הוא הנפש. מכאן כנראה האמונה הנוצרית שדם פצעו של ישו הוא המשקה של הגביע הקדוש שמביא מרפא במיתוס של המלך ארתור. משמעות זו של הדם היא אולי התשתית הלא-מודעת של עלילת הדם – המחשבה הארכאית שיהודים רצו בדם של ילד כדי להתחדש ולקבל כוח.

חוקר התרבות ג'יימס פרייזר סבר שמנהג אכילת האל רווח אצל האצטקים עוד לפני כיבוש הספרדים, כשאכלו לחם קודש שגילם-סימל את גופו של האל. הם האמינו שעל ידי קידוש הלחם הכוהנים יכולים להפוך את הלחם לגוף האל וכל מי שיאכל מגוף זה יכנס בברית מיסטית עם האלוהות. הוא כתב:

¹ מקור המילה בהוואי. האנתרופולוגים משתמשים בו לתאר את היחס לאנרגיית החיים בשבטים קדומים במקומות רבים בעולם.

קל להבין מדוע הפרא השתוקק לאכול מבשרו של בעל חיים או אדם שהיה בעיניו אלוהי. אכילת חלק מגופו של האל, היה בה להעניק לאוכל חלק מן הכוח והתכונות של האל. וכאשר האל הוא אל התירס, התירס הוא גופו האמיתי; כשהוא אל יין, מיץ הענבים הוא גופו [...] שתית היין בטקסים של אל יין כמו דיוניסוס אינה מעשה של הילולה, אלא טקס קדוש. ואולם מגיע זמן שבו אנשים מתקשים להבין כיצד אכילת לחם או שתית יין, פרושה אכילת הגוף והדם של אל. 'כאשר אנחנו אומרים על התירס שהוא קָרְס, ועל היין שהוא בכחוס' אומר קיקרו 'אנו משתמשים בצורת דבור. האם מישוהו יהיה כל כך בלתי שפוי כדי להאמין שהוא ממש אוכל את האל? ובכן, כבר בתקופה הרומית מכירים במשמעות הסמלית של אכילת האל (פרייזר [1890]: 261).

בליעה והיבלעות

אכילת האל או חלקי גופו מאפשרת לגיבור המיתי להתגונן מפני סכנות היבלעותו על ידי האלים וייצוגי כוחם בטבע. 'מסע הנְקִיָה' הוא כינוי במיתולוגיה היוונית לירידה לשאול, שהפך כינוי של חוקרי תרבות לכלל המיתוסים של מסע הים הלילי, שמאפיין אותם מסעו של גיבור שנבלע על ידי מפלצת המים. הוא נבלע בבטן המפלצת במערב, שט בבטנה למזרח ובינתיים הוא מדליק אש, וכיוון שהוא רעב הוא חותך חתיכות מלבה ואוכל אותן. המפלצת מגיעה ליבשה, הגיבור חותך את גופה ויוצא ממנה. אכילת חלקי לבה מעניקה לו כוח והוא יכול לנצח אותה (Jacobi 1974: 180 [1959]).

מיתוסים רבים מספרים על סכנת ההיבלעות בבטן המפלצת. המבול שהוא הים הגואה עקב שיטפונות בולע את קורבנותיו. במיתוסים – התנין והדרקון בולעים את קורבנותיהם, באגדות העמים המכשפה רוצה לבלוע את עמי ותמי, הזאב בולע את הסבא וכמעט גם את כיפה אדומה. השאלה הקיומית של הגיבור היא: להיבלע או לבלוע ולהרוג את המאיים בבליעה.

לפי אריך נוימן (Neumann 1954) בתחילת ההתפתחות של הילד מתנהל המאבק המיתי של האגו נגד היסוד האמהי השולט בחייו כדי להיפרד ממנו. מאבק זה מתגלם במאבק במפלצת האמהית (האלה הגדולה הדמונית שמסמלת את הלא-מודע הסימביוטי-בולעני ואת ההיבט הבולעני של האם) ואחר כך נגד המפלצת האבהית (שמסמלת את עקרון החוק והערכים של התודעה הקולקטיבית והתרבות). שתי המפלצות ההוריות מסכנות את התודעה הצעירה של האגו המתהווה כשהן מנסות להשתלט עליו ולמנוע את התפתחותו. בשלב הראשון של החיים האם הבולעת מסכנת את עצם קיום תודעת האגו.

להיבלע בחיה הגדולה, בתהום או בים, פירושו היבלעות בסימביוזה הראשונית עם האם הגדולה ועם הקיום הלא־מודע, לחיות ללא מודעות או לאבד תודעה שכבר החלה להיווצר. חלומות של ילדים או מבוגרים שבהם התנין, המפלצת, חיה גדולה, או מכשפה מאיימים לבלוע את החולם, מעידים על כוח מאיים מדי של הלא־מודע לעומת האגו החלש עדיין. נגד סכנה זו האגו הצעיר זקוק למיתוסים ולאגדות על הגיבור המנצח את המפלצת המאיימת לבלוע, שהרי האם הפכת למפלצת כשהיא בולענית. סימביוזה מתמשכת בין אם־ילד, שבה הילד/ילדה בסכנת היבלעות על ידי האם, גורמת להפרעות גבוליות או פסיכוטיות ולהפרעות אכילה קשות. במיתולוגיה היוונית הרה מנסה להשמיד את הרקולס וקיפלה גורמת לשיגעון ולמותו של אטיס בנה. בסיפור של עגנון, 'האדונית והרוכל', האדונית הדמונית אוכלת את בעליה.

בשלב השני של החיים האב הבולע הוא שמסכן את קיום התודעה. במיתולוגיה היוונית כרונוס בולע את בנו ולאיוס מנסה להשמיד את אדיפוס. בסיפור 'פסק דין' של קפקא האב גורם לבן להשמיד את עצמו. לכאן נוספות משמעויות העקדה וברית המילה כניסיון סמלי של האב להשמיד את הבן. הצייר גויה צייר בתקופה שהיה שרוי בפחדים קשים את הציור 'ענק הימים' שבו רואים יצור ענקי דמוני אוהז בידו יצור אנושי זעיר ואוכל אותו. כך ביטא, כפי הנראה, את תחושתו שהאימה והדיכאון בולעים אותו.

האיום בהיבלעות יכול לבטא סכנת פסיכוזה או שקומפלקס־תסביך מסוים מאיים להשתלט ולבלוע את התודעה. למשל, אישה האחווה בדחף אינטלקטואלי תחרותי־הישגי מוגזם חולמת שהיא מטפסת על צוק תלול גבוה ומתחת לו אורב תנין שממתין לבלוע אותה. התנין המאיים לבלוע הוא הקומפלקס התחרותי.

ההיבלעות יכולה להתרחש גם במצבים מיסטיים שבהם האדם נבלע על ידי האינסופי או מתמוגז אתו. המצב המיסטי נחוזה כמצב גבוה של שלווה ואושר. משה אידל כתב על מטפורת הבליעה בחסידות. הוא הביא את דבריו של ר' שניאור זלמן מלאדי, מייסד חסידות חב"ד, שתיאר הידבקות באלוהים כהיבלעות־בליעה בלי שאפשר לזהות מי בולע את מי: 'כמו שאנו רואים כאשר ידבק האדם בה' והיה ערב לו בתכלית הערבות והמתיקות עד שיבלע בתוך לבבו [...] והוא הדבקות האמיתית מאחר שנעשה עצם אחד עם אלוקות שנבלע בתוכו בלתי יפרד'. אידל הסביר: 'כמו שהישויות הצמחיות והחיתיות מועלות [בתהליך העלאה, שהוא טרנספורמציה רוחנית] מתוך שהן נאכלות על ידי האדם, כן מועלה זה האחרון בהיבלעותו על ידי האלוהות' (אידל 1993: 89).

המשורר הרולד שימל תיאר את ההתמוגזות המיסטית עם העולם לא כהיבלעותו בו אלא כבליעתו את העולם כמו בליעת אוכל: 'שפה אחת לארץ ואחת לשמים / אמתח את לשוני לקראת הכוכבים / המעבר הגדול נכנס אל פי / יורד לתוכי כעוגת לחם זיתים / כמו יבול הארץ ופרות העצים' (שימל 1996: 89).

היבלעות-בליעה כזאת יכולה להיות חיובית ביסודה כשהיא זמנית ולצורך תהליכי שינוי. כל לילה אנחנו נבלעים בשינה ובחלומות כדי לדלות מהם תובנות חדשות. וכן למשל היבלעות זמנית במצבי התאהבות, טרנס ודבקות. ספר הזוהר מדמה את ר' שמעון בר יוחאי לדג גדול שבולע את כל דגי הים ואחר כך מוציאם מלאים מכל טוב. הכוונה היא שעל ידי בליעת נשמות בני האדם, המשולות לדגים, הוא מתקן אותן (צייטלין 1997: 250).

השאיפה המיסטית להתמזגות עם האל מבוטאת במטפורות שבהן האוכל (האדם) והנאכל (האל) אחד הם. למשל בברית החדשה נאמר: 'האוכל את בשרי ושותה את דמי הוא ילין בי ואני בו' (יוחנן 6, 56). תיאור זה הוא מצב מיוחל ומסוכן כאחד. מה שנדמה כמצב מפותח וגבוה הוא לעתים קרובות מצב רגרסיבי, שבו במקום להיבלע על ידי האל (כמצב של דבקות עליונה, יוניומיסטיקה), נבלעת הנפש על ידי תנין המחשכים האפל של תהומות הרוח. זו המשמעות של סכנת היכנסה לפרדסי המיסטי: כשהאנו חלש, האדם יכול להיבלע לגמרי ולא לשוב.

דליה רביקוביץ כתבה על ההיבלעות: 'תפוח זהב / אהב את אוכלהו, / אהב את מכהו / מכל אבריו. // תפוח זהב / אהב את אוכלהו, / הלך אל מכהו / פרות לשינוי // תפוח זהב / נבלע באוכלהו / בא בעורו / אף בבשריו' (רביקוביץ 1959: 6). נראה לי שכאן מתגשמת משיכה מזוכיסטית אל היבלעות סימביוטית הרסנית, שבה הכותבת נבלעת בוולתה והתודעה נבלעת בישות גדולה ממנה. ואמנם ידוע לנו שרביקוביץ הייתה בלועה על ידי הכוחות הלא-מודעים של דיכאון. כמו חלום ראשון בטיפול, אפשר לראות בו שיר דיאגנוסטי ופרוגנוסטי. באותו ספר היא מסיימת שיר במשפט שחוזר פעמיים תוך העצמת משמעותו: 'כלום שדה של מתים לוכדת את החי? כלום שדה של מתים בולעת את החי?' (שם: 24). משפט זה מחזק את המשמעות של היבלעות כמוות נפשי. ייתכן שמות האב (ונוכחות האב המת ניכרת בשירים אחרים שלה) לוכד-בולע אותה אל המוות.

היחס בין היבלעות לבליעה, בין להיכלל ולכלול, דומה פעמים רבות ליחס שבין רגרסיה לפרוגרסיה. ההיבלעות עלולה להיות מצב רגרסיבי כאשר תודעת האנו נבלעת לגמרי בלא-מודע האוקייני הגדול ממנה (הייצרי או הרוחני, היבלעות על ידי האם או האב או האל). ואילו הבליעה היא מצב פרוגרסיבי, כאשר תודעת האנו בולעת חומרים חדשים, לא-מודעים, כדי להפנים, להטמיע, ולכלול בתוכה תוכן חדש בתהליך של אינטגרציה.

בתהליכי מחזוריות החיים מתרחשת ההיבלעות כרגרסיה זמנית, כמצב זמני של אינקובציה, של תהליך שינוי בתוך הישות הבולעת, והיוולדות מתוכה. השמש במיתוס המצרי נבלעת בכל לילה בבטן הים כגיבור הנבלע בבטן המפלצת, נאבק להיגאל מתוכה ונולד מחדש בכל בוקר כשמש שזורחת מחדש. מיתוס גיבור השמש המצרי נועד להסביר את חילופי היום והלילה. המיתוסים נועדו להסביר את טיב העולם החיצוני והפנימי כאחד. הם הסבירו את חילופי עונות השנה, אבל תיארו

בו בזמן את תהליכי הטרנספורמציה של הנפש. מיתוס אלכימי תיאר זאת כך: זאב, או אריה ירוק, טורף את המלך או את השמש, ואחר כך שורפים את האריה/הזאב באש גדולה והמלך/שמש ייגאל מתוכה. המלך או השמש מסמלים את מצב התודעה הקולקטיבי השולט. החיות הטורפות (זאב, אריה ירוק) מסמלות יצריות טרום-תודעית, שבולעת את התודעה השמשית. השרפה היא תהליך שחרור וטיהור שכרוך בסבל שממנו תיוולד תודעה חדשה.

במיתוס היהודי יונה הנביא נבלע על ידי דג. במצוקתו הוא פונה לאלוהים ומתפלל. הוא עובר תהליך התחדשות נפשית של קבלת משימה וייעוד, ואז הוא מוקא החוצה ונולד מחדש. מיתוסים כאלה מסמלים מצבי נפש שבהם האדם נבלע על ידי מצבי רוח, דיכאון או מאניה, משבר, יאוש או דחף כלשהו שמשלט עליו ובו בזמן נערך מאבק פנימי נגדם, חיפוש משאבים פנימיים, ויציאה מתוך היבלעות זו במודעות חדשה ובכוחות מחודשים.

הפחד מהיבלעות על ידי האל הוא אולי אחד המקורות להקרבת קורבנות שהאל 'אוכל', כשהקורבן הוא החלק שמוקרב כדי שהאל לא יבלע ויאכל את היחיד או את המשפחה-השבת. הקורבן הוא כמו העצם שנוזקת לכול או לשטן כדי לרצות אותם למען לא יפגעו באדם.

מוטיב ההיבלעות הוא המוטיב המרכזי בחלומות פרעה. בחלומו הראשון עולות מהיאור 'שבע פרות [...] דלות ורעות תאר מאד דקות בשר לא ראיתי כהנה בכל ארץ מצרים לרוע', ואוכלות את שבע הפרות בריאות הבשר ויפות התואר, 'ולא נודע כי באו אל קרבנה ומראיהן רע כאשר בתחילה' (בראשית מא, 19-21). בחלומו השני שיבולים דקות שדופות קנים בולעות את השיבולים הטובות. אפשר לפרש את החלומות של פרעה כמשאלות הרסניות שלא ברור למי הן מכוונות: הרזה והשדוף בולע את המלא ויפה המראה. בפרשנות יונגיאנית החלומות של פרעה אינם בהכרח משאלות אלא תיאור סמלי של תהליכים הרסניים בנפש עצמה. פרשנות יונגיאנית בת ימינו תדבר על הפרות הרזות ('דלות ורעות תאר מאד דקות בשר') והשמנות ('בריאות בשר ויפות תאר') כמסמלות חלקים בנפשו של פרעה. הרזון של הפרות והשיבולים מסמל את החסר והרעב הנפשי שמשתלטים ובוולעים את חלק הגוף-נפש שחי במלאות ובשפע. בדיכאון זה בדיוק מה שקורה! הנפש הרזה, החסרה והרעבה, משתלטת ובוולעת את השמנה והמלאה: השיבולים הדקות והשדופות בולעות את השיבולים הטובות. זה גם מה שקורה באנורקסיה. הרזון בולע את מלאות הגוף ומשמיד אותו. באנורקסיה יש גם דיכאון ('פרות רזות') שבולע את הנפש. פרשנות כזו היא פרשנות סובייקטיבית שמתארת דרמה בנפש החולם. אם היינו שומעים חלום כזה היום, בלי לדעת מי החולם, כך היינו חושבים.

הפרעות אכילה

השיבוש של תחושת הרעב והתיאבון, ההתמכרות לאכילה או להרזיה וכן כל הפרעות האכילה הם ביטוי להפרעה במנגנון הוויסות הגופני של התיאבון שמשמעו הפרעה בפעולתו של ארכיטיפ האם. הארכיטיפים הם אבני היסוד של הלא-מודע הקולקטיבי ומשותפים לאנושות בכל הדורות. הם תבניות יסוד של תפיסה, של דימוי, של רגש, של חשיבה ושל פעולה, ומשמשים כעין אינסטינקטים נפשיים מולדים, בעלי קיום אובייקטיבי. גיימס הילמן (Hillman 1985), מייסד האסכולה של הפסיכולוגיה הארכיטיפית, רואה בארכיטיפ את האלמנט (המושג) החשוב ביותר בתורת יונג, בהיותו משפיע על השכבות העמוקות ביותר של התחושות ושל התגובות לעולם.

והאלה הגדולה מתוארת במיתוסים הקדומים כאלת האדמה והפריון שהחיים והצמחייה נולדים ממנה. לכן היא מסמלת את ארכיטיפ האם הגדולה. במיתוסים היא מתוארת כמלווה בחיות ובצמחייה. כאלת אדמה ופריון היא אחראית לכל מה שקשור בטבע הגופני, האינסטינקטיבי והיצרי. לכן כל תפקודי הגוף, כולל האכילה, שייכים לארכיטיפ האם. האם הגדולה היא אלת החיים והמוות כי היא מולידה מגופה, גוף האדמה, וגם קוברת בה. פגיעה בארכיטיפ האם גורמת לפגיעה בעצמי הגופני (body-self). ארכיטיפ האם הוא דימוי קולקטיבי שכולל בתוכו את האם הטובה ואת האם הרעה-הנוראה: הכלה, הזנה, הגנה וטיפוח התפתחות, ולחלופין שליטת יתר שמושכת את הילד להשאר בחיקה ולעכב את התפתחותו. ארכיטיפ האם קיים בתשתית של קומפלקס האם שנוצר בנפש כל אדם, ובו מבוטא סך יחסו הלא-מודע של האדם אל האמהות והנשיות, ומתבטא ביחסו של האדם לאם ולאישו בחייו.²

קומפלקס אם משפיע בפועל על יחסו של האדם לעצמו, לגופו ולדמויות הנשיות בחייו. הוא מושפע קודם כול מן האם האישית, מאם המשפחה, וכן מנשים אחרות ומן ההנחות החברתיות הקולקטיביות אודות האמהות. קומפלקס אם אצל בת נע בין קומפלקס אם חיובי ושלילי. קומפלקס אמהי חיובי מתבטא בהעצמת האינסטינקטים האמהיים והאפיונים הנשיים וקשר חיובי לאם. קומפלקס אם שלילי מתבטא בהתנגדות עד הכחדה של האינסטינקטים האמהיים, תוך התנגדות לאם – לאמהות ולנשיות – או לחלופין בכניעה לשליטת האם ואובדן הנפרדות האישית.

איתן בכר סקר את התפיסות הפסיכולוגיות הקיימות על הפרעות אכילה אצל בנות. התאוריות הפסיכואנליטיות של מודל דחף הגנה ומשולש אדיפלי (למשל Moulton 1942) פינו עצמן לתאוריות של יחסי אובייקט (למשל Masterson 1995)

² קומפלקס אינו זהה לתסביך. התסביך מתאר קיבעון וסיבוך לא פתור ביחסו של אדם לעצמו ולזולתו, ואילו הקומפלקס הוא שלוחה טבעית של הארכיטיפ בנפש כל אדם והוא צובר בו את התנסויותיו האישיות סביב ארכיטיפ זה. ארכיטיפ האם מתגלם בקומפלקס האם, ארכיטיפ האב מתגלם בקומפלקס האב, וכולי.

ושל פסיכולוגיית העצמי (למשל 1997 Goodsitt) על פגיעה ביחסי זולתעצמי ואשמת קיום. בכך סיכם שכיום סבורים שקיימת הפרעה בהתקשרות הראשונית, קשיי היפרדות, אי־יכולת של הבת להקשיב לצרכיה בגלל חסר הכלה אמהית מתאימה, ניסיון להכחיד את האם שבתוכה, הכחדת המיניות ואשמה על צרכיה (בכר 2001). הפסיכולוגיית היונגיאנית אווה זליגמן תלתה את מקור הפרעות האכילה, בעיקר אנורקסיה, בדפוס משפחה בעייתיים וביחסי א־ב־ת, כמו שאר הזרמים הפסיכולוגיים: ליקוי בדפוס האמהי; מעורבות יתר של אם בחיי הבת, היעדר גבולות א־ב־ת, ולעתים היעדר גבולות א־ב־ת־אב, ניסיון לשוב לסימביוזה האמהית או להתנגד לה. התוצאה היא חולשה של האגו וגבולותיו, וקשיי הבחנה בין סובייקט לאובייקט. נקודת המבט היונגיאנית הוסיפה לסיבתיות החולי (שהיא פתולוגיה ביחסים משפחתיים או ביחסי א־ב־ת ולחצים חברתיים למודל של גוף רוה של האישה) גם את המטרה והתכלית ההתפתחותיים שלו. זליגמן עצמה ציינה שהסימפטום מיועד להביא להיענות לצרכים האמתיים לקבלה ולאהבה, ובו בזמן לחיזוק הדחף להבחנה עצמית, לגבולות ולזהות עצמית תוך שליטה עצמית על ידי שליטה באכילה (1991 [1976] Seligman).

מריון וודמן, פסיכולוגיית יונגיאנית, עמדה על הנתק מהגוף ומהנשיות ותיארה את הסימפטומים של הפרעת האכילה כנקמת הגוף על האקסטוזה הגופנית־הרוחנית שנגטשה. היא סברה כי היעד ההתפתחותי של הפרעות אלה הוא הנאת הגוף ובה בעת פיתוח הממד הרוחני של הנפש וחיבור בין הגופני לרוחני (1980 Woodman). הסימפטום של הפרעות האכילה הוא דרך פתולוגית ולא יעילה להשגת מטרות. אכילת היתר מיועדת לחיזוק תחושת הקיום, אבל בפועל היא מעוררת אשמה ושנאה עצמית. ההרעבה העצמית שמיועדת לכאורה להשיג שליטה עצמית מוליכה להרסנות, לתוקפנות עצמית ולהכחדת המיניות והקיום בכלל.

הדגש היונגיאני מושם על כוח הארכיטיפים הראשוניים שפועלים בנפש, הרבה מעבר להשפעות ההורה הפרסונלי־איש. כשנוצרת קונסטלציה של הפרעת אכילה עלול קומפלקס האם השלילית לפעול באופן אוטונומי במנותק משאר חלקי הנפש והתודעה, תוך התנפחות של ארכיטיפ האם הנוראה שהאגו נבלע בה. ההיבט השלילי והחיובי של ארכיטיפ האם והאב קיים מלכתחילה בפוטנציאל הארכיטיפי של כל אדם, ותפקידו של ההורה הפרסונלי, המציאותי, הטוב למדי, לתווך בין הכוח ההיולי של הארכיטיפים לבין התגלמותם האנושית ולמתן אותם. בהפרעות אכילה כושלים ההורים במשימה זו.

הפרעות אכילה מבוססות על הקשר הבסיסי בין האם להענקת האוכל. החלב מגוף האם מזין את גוף התינוק, וכך האוכל מסמל אהבה והזנה של האם. ההתנסות הראשונה של הילד עם אוכל כחוויה מיטיבה של אהבה וקיום מעניקה למאכל־משקה הקונקרטי את משמעותו העמוקה כמאפשר חיים, גדילה והתפתחות. אולם בהפרעות אכילה יש פגיעה, שיבוש והרס בתפקוד ארכיטיפ האם הטובה האלמנטרית – האם

האוהבת, המזינה והמכילה. כתוצאה מכך נפגעים אינסטינקט השימור העצמי וחויית הנוכחות המופנמת של האם הטובה. בהפרעות אכילה מאבד האוכל את כוחו הסמלי כמעניק הזנת אם חיובית ומופעל הקוטב הנגדי, של ארכיטיפ האם האימה, הרעה, הבולענית, הממיתה. במציאות זו לעתים אם שאינה אמפטית, שאינה מסוגלת להיות אם טובה מספיק, ואינה מאפשרת התקשרות נכונה (Attachment), או אם שתלטנית שאינה משחררת את הילד. לכאורה היא אם טובה בדאגתה לו, אבל למעשה אינה רואה את צרכיו ולכן נחויית במעמקי נפשו כאם רעה.

בהפרעות אכילה נפגע התיאבון, שהוא ביטוי לליבידו ולארוס, תשוקת החיים. תשוקת האוכל והמין לעתים מחליפות זו את זו כצרכים ראשוניים בלתי מובחנים. כך הפחד מהמיניות גורם תכופות לבת המתבגרת להפחית באכילה וכך לדכא את התיאבון הגופני יחד עם התיאבון המיני.

הפיכת משמעות האכילה מחיים למוות היא הביטוי הסמלי לאובדן הקשר עם ארכיטיפ האם הטובה בנפש ולהשתלטות הבולענית של ארכיטיפ האם הרעה, שהיא אלת המוות. במצבים אלה מתערער האיזון במשוואה שבין אָרוס לתַנְטוּס, בין חיים למוות, בין אהבה לתוקפנות. האם הטובה ששייכת לממלכת הארוס מאבדת את כוחה והאם הרעה שנשלטת על ידי כוחות תַנְטוּס היא המולכת בנפש. אין הכוונה לכך שהאם הפרסונלית בהכרח רעה, אלא שארכיטיפ האם שבנפש האדם (בת או בן) פועל בהיבט השלילי שלו. מדובר בקומפלקס אם שלילי שפועל באופן אוטונומי במנותק מהתודעה. קומפלקס האם השלילית משתלט על האישיות ובהיות ארכיטיפ האם חובר למהות הגופנית, הופכת הפרעת האכילה לקומפלקס נפשי-גופני אוטונומי שהולך וגובר, משתלט על האגו ולא מאפשר לארכיטיפ האם הטובה להפעיל את כוחות החיים. זליגמן מציינת את הערבוב בין הדימוי הארכיטיפי האֶפְרוֹסוֹנְלִי של השד הנורא המפלצתי עם דימוי האם המציאותית הפרסונלית. הדימוי הארכיטיפי השלילי והחוויה האמהית השלילית מחזקים זה את זה, ויש נטייה לטרב לקבל חוויה אמהית מציאותית חיובית הן מהאם והן מהמטפל.

בהפרעות אכילה קיימת שגאה עצמית שמקבילה לשנאת האם ולשנאת הגוף והמיניות המעורבים זה בזה, וכך בגלל הרצון להכחיש את הגוף, הגוף מעצים את עצם חויית קיומו בחוויה השלילית שהוא יוצר.

לעתים מחריף המצב על ידי הזדהות יתר עם האב, ומכאן גם עם ההיבטים הגבריים בנפש ודחיית ההיבטים האמהיים-נשיים, וכן הזדהות עם ההיבט הגברי-חברתי השיפוטי שהאב מסמל, בהיותו מייצג את הערכים והנורמות של החברה ואת האני העליון. במצב זה תוקפנות האני העליון של הבת אל עצמה חוברת להרס העצמי שמתבטא בהפרעות האכילה.

בראשית החיים האגו של הילד עדיין לא נפרד מהעצמי האמהי. לכן כשהפרעה ביחסים הראשוניים קודמת להיווצרות הגנות האגו, חובר ארכיטיפ האם השלילית הרעה אל היבט הרסני של העצמי. אריך נוימן סבר כי האם הרעה-הנוראה

הופכת לדמות עצמי שלילית (Negative Self-Figure) (Neumann 1976: 49). הפרעות אכילה שתשתיתן נוצרה בשלב זה קשות לשינוי ולריפוי. דומני שהן אינן מתגבשות כהגנות על אגו אלא כהגנות על העצמי הפרימרי-הראשוני, שהן קדומות ופרימיטיביות יותר. הן מגנות על גרעין העצמי מפני חוויות בלתי נסבלות, אבל למעשה הן חוברות להרסנות של העצמי. הגנות של העצמי הפרימרי, שדונלד קלשד מכנה 'הגנות ארכיטיפיות', נוצרות כשביחסים ראשוניים יש שיבוש קשה, וכן במצבי טראומה (Kalsched 1996: 4). ההגנות האלה קודמות לאגו שמשותף בתהליכי ייצור סמלים. להבנתי, תהליך ההסמלה מתרחש במרחב המעברי שמתקיים בציר אגורעצמי.³ פגיעה בציר זה, המתרחשת בהפרעות אישיות קשות, פוגעת גם ביכולת ליצור סמלים. הסברה הכללית היא שהארכיטיפים מתגלים באמצעות סמלים, אבל אצל מי שחי בארגון נפשי פרימיטיבי ובטריטוריה קדם-סמלית, או שהוא נסוג אל ארגון כזה, הארכיטיפ מתבטא באימפולס פיזי ובפעולה קונקרטי-מוחשית. כך בפציעות עצמיות וכך באכילת יתר או בהרעבה עצמית – אנורקסיה. הקיבעון סביב האוכל (תיאבון יתר או היעדרו) הוא קיבעון בשלב המטריארכלי של שליטת האם, שאינו מאפשר לארכיטיפ האב ליצור את המרווח התודעתי המייצר סמלים.

לאופולד שטיין (Stein 1967: 103) כתב על התקפה של העצמי הפרימרי (הראשוני) על חלקים מהאגו, כשהעצמי פועל כמערכת חיסון נפשית שמוזהה בטעות באגו אלמנטים זרים שחדרו לנפש. להבנתי, כך התעללות בגוף בהפרעות אכילה דומה למחלה שבה משתבשת מערכת החיסון הנפשית והיא פועלת נגד עצמה (התקפה אוטואימונית). התקפה כזו קודמת להתקפה של מנגנונים מאוחרים יותר של אני עליון תוקפן.

אפשר לומר שארכיטיפ האם הרעה הממיתה משתלט על הנפש, פוגע באינסטינקט השימור העצמי, שהוא גם אינסטינקט השימור הגופני, שמופעל על ידי ארכיטיפ האם הטובה האלמנטרית. כך, במצבים מסוימים האכילה שנועדה לסמל את הטוב והמזין (האם הטובה) מותמרת, בתהליך של אלכימיה הפוכה, לרע ולמאיים (האם הרעה). כך אכילת יתר ותת-אכילה גורמים לפגיעה בבריאות: בסוכרת הסוכר הופך הרסני לגוף, עודף אכילה גורם השמנת יתר מזיקה, ופחדים פרנואידיים גורמים לחוויית האוכל כמורעל. כזאת היא גם המטפורה 'הורים מרעילים' להורים שפוגעים בילדים על ידי העלבה והשפלה.

לכן בהפרעות אכילה, אף על פי שיש הזדקקות להזנה אמהית, האוכל אינו מספק הזנה כזו, בין שההפרעה היא אכילה כפייתית ובין שהיא סירוב אכילה. אכילת היתר או סירוב האכילה נועדו לשלוט באם, לבלוע אותה מתוך עוינות ולהשמיד אותה בגוף, וכך לבלוע את האם, במקום להיבלע על ידה.

³ בתהליך התפתחות התודעה, האגו מתהווה מתוך העצמי ומקיים עמו קשר דיאלוגי מתמיד בציר אגורעצמי, שהוא גם ציר דיאלוגי בין המודע ללא-מודע (Neumann 1976). ציר זה הוא גם ציר המעבר מארכיטיפ האם אל ארכיטיפ האב.

במצב תקין של העצמי, שהוא הארכיטיפ המרכזי בנפש וארכיטיפ הפיקוק הפנימי והאינטגרציה, מתח הניגודים הדיאלקטי שבין ניגודי הנפש השונים מפעיל את כוחות החיים, הקומפנסציה והריפוי בכל פעם שמופעל היבט המוות. עם זאת נראה שהעצמי אינו מפעיל את כוחות הפיצוי שלו בהפרעות אכילה קשות, והנפש מנושלת מההיבט המתקן, המפצה, המחבר והמרפא שלה, וקיימים בה רק כוחות ההרס כקוטב המוות, ללא קוטב הריפוי.

כשהאכילה משמשת להזנה, האוכל 'מומת' (על ידי הביתור וההמסה) ונולד מחדש בתהליך טרנספורמטיבי כאנרגיית חיים, כליבידו.⁴ הסימבוליקה של מוות ותחייה היא הבסיס לתהליכי החיים האורגניים ולאכילה בכלל זה, והיא גם הבסיס לסימבוליקה של תהליכי הנפש. דומה שבהפרעות אכילה קשות, שבהן נפגעת הסימבוליקה, הארכיטיפ החיוני של מוות ולידה מחדש אינו פועל בנפש. אובדת המשמעות הסמלית של מות האוכל בתוך הגוף כשלב חיוני לקראת לידתו מחדש בגוף-נפש כאנרגיית חיים. האכילה נשארת ביטוי בלעדי להיבלעות במוות, לעוונות, לשנאה ולהרס. יתרה מזאת, האוכל אינו משביע את הרעב הנפשי כי אינו משמש סמל ההזנה הרגשית.

הקאה, יריקה, הפרשה

ההקאה היא היפוכן של הבליעה וההטמעה. ההקאה מסמלת מצבי נפש בהם חשוב להקיא החוצה את החומרים הרעילים לנפש ולהתנקות מהם. הקאה היא פעולה גופנית חיובית שנועדה לשימור עצמי, לכן יש תחושת שחרור והקלה גופנית אחרי הקאה.

יש מצבים שבהם תחושת גועל נפשית מתבטאת בדחף להיפטר מתחושות רעות על ידי הקאה.⁵ אולם הגזמה היא לעתים ביטוי של שלילה עצמית חריפה, כמו בבולימיה ובאנורקסיה, כשמבקשים להיפטר מכל חומרי ההזנה ללא הבחנה, מחלקי עצמי או מעצם הקיום הגופני, או אף להיפטר מהאם ולהקיא אותה. מעניינת קרבת הצליל של המילים הקאה – הכאה – הכחדה – הוקעה: כל אלה מבטאים עמדה שלילית ועוינת כלפי חומרי החיים.

יש טקסי חניכה שמאניים שבהם האדם נדרש לשתות משקה שגורם להקאה ואחריה הוא מרגיש מטהר. במובן זה ההקאה, כמו ניקוי גוף על ידי חוקן, עשויה להיות בעלת משמעות של היפטרות מהרע ולידה מחדש. יונה הנביא הוקא מבטן הדג.

⁴ בזמנים קדומים היו במזרח התיכון אמונות שהיריון נגרם מאכילת צמח, כיוון שבחשיבה האנימיסטית הראשונה המאכל מת בגוף ונולד מחדש כילד. זה אחד המקורות של מיתוס לידת הבתולים.

⁵ מוטיב ההקאה מופיע בסיפורים רבים אצל קנו 2008.

המאפיין את ההקאה הוא התפרצות בוטה, מפוזרת וחזקה. אפשר לדמות את הביטוי האמנותי של הצייר האמריקני ג'קסון פולוק להקאה של צבע על הבד כביטוי גולמי בלתי מובחן ולא־מודע של חומרי נפש ראשוניים – דחפים, יצרים ואמוציות – ללא תהליך של עיבוד. פולוק עצמו, ביצירתו ובאישיותו כאחת, נשאר מקובע באופן ביטוי זה, והחזרה המתמדת שלו על ציור דמוי הקאה שימש כעין ריטואל של שחרור מתכנים נפשיים גולמיים.

בתהליכי תרפיה באמנות, הקאת הצבע יכולה לשמש גם כומפנסציה לסגירות יתר או לרציונליות יתרה. אדם בעל מעצורים עשוי לחוות שחרור על ידי ביטוי אמנותי של פיזור־התזה־שפיכת צבע דמוי הקאה. גם התפרצות ועם בלתי נשלטת יכולה להיות כמו הקאה בוטה. להקאה יש גם משמעות של הפרשה של חומרי צל מסריחים, ולכן היא יכולה לבטא התקפה תוקפנית לא־מודעת על אויב חיצוני או פנימי.

כמו להקאה, גם ליריקה יש משמעות של הקאה החוצה של חומר שלילי לגוף, אולם היריקה נושאת גם משמעות של התקפת בוז והשפלה על אדם. כשמרים, אחות משה, חלתה בצרעת, נאמר עליה 'ואביה יירק בפניה' (במדבר יב, 14). גם השתן והצואה משמשים מטפורות נפשיות ובדרך כלל, כמו הפרשות הגוף בכלל, הם מסמלים את הרע. הצואה מסמלת את תכונות הנפש המסריחות, הדוחות, הבזויות, שהן בלתי נמנעות בתהליך החיים הביולוגי־נפשי, ושיש להיפטר מהן, אבל הן משמשות גם כזבל חיוני. הן מסמלות תכונות של 'צל' נחותות ובוזיות שבמינון נכון יכולות לשרת אותנו.⁶ פעמים רבות אנשים חולמים שהאסלה או החדר מלאי צואה. תפקידם של חלומות אלה להביא את החולם למודעות לשליטת תכונות הצל על חייו. אישה חלמה: 'האסלה שלי מלאה צואה. אבל אז אני רואה שיש באסלה תא ובו מעטפות עם מכתבים וכסף על סדין לבן. ואת [המטפלת] אומרת לי: תראי, קיבלת מתנה'. כמו שההפרשות מזבלות את השדה ומאפשרות צמיחה מחדשת, כך תכונות הצל יכולות לשרת אותנו ולהיות מתנה.

עמדתנו כלפי האוכל הנכנס ומופרש מבטאת את אינסטינקט השימור העצמי שפועל בשירות ארכיטיפ האם ותפקידו להגן עלינו מהרע ומהמרעיל שבעולם. הביטוי לכך הוא גם ברמה האובייקטיבית, כגון אוכל מקולקל שגורם הקאה או קלקול קיבה, וגם ברמה הסובייקטיבית הסמלית כשהאוכל נתפש כרעל מהעולם העיוני.

⁶ ה'צל' הוא החומר הנחות בנפש שנוטים לדחות ולגנות, אבל הוא הכרחי ובעל פוטנציאל אנרגטי ויש לו גם היבטים חיוביים. תכונות כמו קנאה, חמדנות, תוקפנות, נקמה, גרגרנות ורכושנות יכולות לדרבן לפעילות יעילה ולהישגיות שמקדמת את התפתחות האנו.

מעקרון העונג להתפתחות התודעה

האכילה עצמה, כאמור, שייכת לאם הטובה המזינה. חדוות האכילה (עקרון העונג) שנחוגה בקרבנבלים ובסעודות חג מבטאת חיוניות ושמחת חיים והאכילה בצוותא משרתת לכידות משפחתית וחברתית. התרבות התקשורתית העכשווית מעודדת את העיסוק באכילה, בבישול, באסתטיקה ובטעם המשובח, וכל אלה מקבלים מקום חשוב בתכניות המדיה ובצילומי מאכלים איכותיים בספרות בישול ענפה. אלא שהתרבות המערבית היהודית-נוצרית מעבירה מסרים סותרים ומבלבלים. מחד גיסא התרבות הצרכנית מעודדת את עקרון העונג והאכילה ומייצרת מכת השמנה קולקטיבית. מאידך גיסא היא רואה בגרגרנות ובאכילת יתר היבט שלילי ומעודדת את היופי, הנשי בעיקר, של גוף רזה.

התפתחות תודעת האני מבוססת על מעבר מסיפוק מידי ומנטישת עקרון העונג (ממלכת האם) אל השהיית סיפוקים, הגבלתם, דחייתם והסמלתם (ממלכת האב). התרבות מאפשרת ומחייבת זאת כבר במיון הראשוני שקיים בתרבויות רבות בין מאכלים טמאים לטהורים ובין מותרים לאסורים. מיון זה מחייב ומאפשר לא רק התגוננות מפני הרע וההרסני המזוהה כטמא בעולם, אלא גם איפוק, ויסות וויתור על סיפוקים מידיים שמחזקים את כוח האני.

תרבויות קדומות מכירות בכך שהאוכל ניתן לקיום כמתנה מהאלים, ולכן מותר להרוג חיות רק במידת הצורך, וכן לתת מעשר לאל, או לשפוך חלק מדם המאכל או החלב כדי לתיתו בחזרה לאל, וכן להודות לאל על האוכל שהוא נותן. בסרט התיעודי דמעות של גמל (2003, במאים: ביאמבאסורן דאבה, לואיגי פלורני) רואים את הסבתא מקריבה חלב של הגמל לארבע רוחות השמים לפני שהמשפחה שותה ממנו. ויסות וויתור על אכילה קיימים גם בחוק שמחייב לתת לקט שכחה ופאה לעניים (הסטת הדגש מצורכי האני אל צורכי הזולת, ואל ממד חברתי).

לאכול במידה, להודות לאל ולהעניק לזולת הנזקק

למידת מנהגי אכילה נכונים ומווסתים אינם עוסקים רק במניעת השמנה, במעבר מאכילה זלגנית-בולמית אל מינון נכון של אכילה, של שמירת בריאות ושל אסתטיקה, אלא גם בפיקוח על יצר האכילה ובעידונו, בתהליך של מעבר מחיי טבע לחיי תרבות ותודעה.

אישה בתחילת טיפול חלמה⁷ שהיא באולם תת־קרקעי גדול, ויש תחושה של משהו חשוב ומשמעותי. אנשים בו כורעים או מתפללים. היא שמה לב שבפינה יש

⁷ יונג מייחס חשיבות דיאגנוסטית ופרוגנוסטית לחלום ראשון בטיפול.

צלחת עם ממתקים והיא הולכת לקחת את הממתקים. החלום מראה שהקושי שלה לוותר על אכילה, על הסיפוק המידי של דחפים, ועל המתוק הטעים וההנאה המידית לא רק בענייני אוכל, מסיחים את דעתה ממה שחשוב באמת. אנשים מתכנסים במקום זה כדי להתפלל, להכיר ולחוש שיש משהו חשוב וגדול מהם בחייהם, משהו בעל צביון רוחני-ערכי. החלום הפנה את תשומת לבה לקושי לוותר על סיפוקים גופניים מידיים בזמן שהתבקשה עמדה רוחנית. בחלום הייתה הנחיה אל עמדה רוחנית של אמונה, ושל קבלת הכוחות הגדולים של התפתחות ומימוש העצמי שיש לשרת אותם, ובסופו של דבר לקבל מהם את ההזנה הרוחנית. זאת במקום לשרת את הגוף ואת האני הרוצה את סיפוקיו ותהילתו, ואת תשומת הלב אל מרכזיותו. למרבה המזל היא התמידה בטיפול ויכלה בהדרגה לוותר על סיפוקים מידיים, ולפתח עצמה במובן יצירתי והומני. האולם התת-קרקעי השתנה מרחם אמהי שהיא כמהה אליו להיכל הנפש, היכל העצמי. שינוי זה היה כרוך בהכרה שהרעב הוא לא רעב ללחם אלא רעב נפשי, כמו הבולמיה של הנשמה, שמו של ספר השירים של המשוררת אמירה הס (2007).

עוד חלום ראשון בטיפול שהתבטא במטפוריקה של האוכל: 'באתי אליך, ישבנו במטבח. הכנת ציפוי שוקולד לעוגה, כמו שאמא עשתה כשהיינו קטנים. היה נעים, לא רציתי להתחיל את הטיפול ורציתי לישון'. מבוטא כאן צורך ראשוני בהכלה אמהית ובחוויה אמהית מיטיבה בשלב הראשון של הטיפול, לפני שאפשר להתחיל עבודת תודעה, אבל יש כאן גם סירוב ליציאה מגן עדן אמהי. יש כאן רצון לחוות אם טובה מאוד – רק ציפוי מתוק – בלי לפגוש את מצוקת הנפש הפנימית שאולי כלולות בה גם חוויות אם שליליות. זהו רצון לחיות ללא תודעה, לישון ולא לאכול מפרי עץ הדעת המכיר גם את הטוב וגם את הרע.

חלום של איש בן ארבעים שחי עדיין לבדו בבית סמוך לבית הוריו: 'האסקימוסים אמרו שגנבו להם הכול ולכן הם קמים והולכים מכאן. שאלתי: למה? וענו לי: אם יש לך אוכל תשארו'. החולם לא העז לעשות כמעשה האסקימוסים, לעזוב את הקיום הנפשי המצומצם שלו ליד ההורים. בילדותו אמו הכריחה אותו לאכול והוא ישב עם האוכל בפה במשך שעות. עד היום אין לו יכולת להרגיש מה טעים לו, מה נכון לו ואין לו רצון אישי מובחן. התשובה הרגרסיבית של חלומו היא שכל זמן שיש אוכל בטריטוריית קיום שבה אין הפרדה בינו להורים – שיישאר שם. מי שקם והולך לחפש קיום אחר, לקיים את הציווי ההתפתחותי 'לך-לך', הוא מי שמוכן להתעמת עם החסר. לכן כשנלקח הסיפוק הראשוני, כשנלקחת השלמות הראשונית, כשמגורשים מגן העדן – אז מתחילה ההתפתחות ואפשר ללכת קדימה. האסקימוסים מקשיבים לצו זה והולכים לחפש טריטוריה חדשה. אולם הקול הרגרסיבי של החולם שמבטא עצמו בחלום מושך אותו להישאר מקובע בסיפוק הקונקרטי הראשוני של האוכל ולא להיפרד מההורים.

מטופל אחר, שעד כה היה סרבן טיפול ולמעשה כמעט לא עבד וחי על חשבון

ירושת הוריו, בא לטיפול בהצהרה שהפעם הוא באמת רוצה להתחיל 'לעבוד' בטיפול ולחפש עבודה. החלום הראשון שלו היה כזה: 'אני בסוכנות עבודה. אני אומר שאני רוצה עבודה. אני יושב על כסא. לפני חבל ועליו תלויים פרות ומאכלים שזוים לפני ואני יכול לקחת מהם מה שארצה ומתי שארצה'. החלום חשף כמובן את עמדתו הפנימית: הוא לא התכוון לעבוד באמת. הוא חי עדיין ביגן עדן שבו הסיפוק המידי ניתן ללא מאמץ, ולא היה מוכן לצאת משם. לא התפלאתי כשקעבור פגישות אחדות הפסיק את הטיפול. שני החלומות האחרונים הם דוגמה לאנשים שדחף ההתפתחות, האנזים, התסס ההתפתחותי שלהם, לא פעל. הם העדיפו את המצב הרגרסיבי המקובע לאוכל של האם הגדולה, לקיום נטול מודעות ומאמץ. לכן לא יכלו לעכל ולהטמיע, להפנים, את התכנים שעולים בטיפול ואת המסרים מהחלום, ולהשתנות.

מטופל אחר חלם (שוב חלום ראשון): 'אני נכנס אל אולם ענקי של גלידה יחד עם אבא'. האב עצמו, במציאות, התקשה להציב גבולות לעצמו ולבנו. האב, שמסמל את ארכיטיפ האב, את עקרון החוק והגבולות של המציאות החברתית, לא מילא את תפקידו הן במציאות והן בחלום. במקום ללמד את הבן גבולות ואיפוק, הוא הביא את הבן אל אולם ענקי של גלידה – שמייצג את עקרון העונג האורלי הראשוני נטול הגבולות של ממלכת האם. אחר כך הוא חלם: 'אני ביציאת מצרים, ובני ישראל פותחים אוהלים ענקיים ואוכלים'. חלום זה הוא היפוכה הגמור של יציאת מצרים שמחייבת מאמץ וויתור על עונג, ולא התמכרות לאוכל כפי שמתרחש בחלום.

הצורך בסיפוק מידי של אכילה הוא המלכודת המונעת התפתחות. אחרי עשית עגל הזהב בני ישראל אמרו למשה (במדבר י, 4): 'זכרנו את הדגה אשר נאכל במצרים חיים, ואת הקישואים ואת האבטיחים ואת החציר ואת הבצלים והשומים', ומשה הבין שהם לא מוכנים עדיין לצאת משעבוד מצרים, שהוא שעבוד נפשי לחומר, ולקבל את התורה. בוחן המוכנות של בני ישראל לקבל תודעה חדשה רוחנית היה ויתור על סיפוק האכילה.

קבלת אוכל בחינם היא ביטוי לסירוב לצאת מגן העדן המדומה שבו הכול קיים ללא מאמץ. לכן הקללה אחרי הגירוש – 'בועת אפך תאכל לחם' (בראשית ג, 19) – היא למעשה ברכה. כי המאמץ להרוויח את האכילה הוא החשוב והוא המאפשר התפתחות.

אכילת פרי הדעת מבטאת את המעבר מהתייחסות לפרי כאוכל קונקרטי, וכמגלם את שד האם כהזנה מתמדת אינסופית בקיום הקונקרטי הטרומ-מודע, אל פרי שהוא סמל של ידיעה שנובעת מטריטוריית האב. אכילת פרי עץ הדעת מסמלת את המעבר מטריטוריית האם אל טריטוריית האב. ארכיטיפ האב-האל מבוטא בחוק, בגבול, בהבחנה, בסדר ובתודעה המתאפשרת מכל אלה. התפתחות התודעה מאפשרת את המעבר מהקונקרטי לסמלי שהוא, כאמור, המעבר מהאם אל האב.

עקרון החוקי-הגבול של האב מציב גבול בין האדם לגן העדן, הגירוש מבטא מעבר מקיום נטול גבולות אל קיום של תודעה בעלת גבולות. גם שלגיה מקבלת פרי – אבל את הפרי מביאה לה האם החורגת שמתחפשת ומסווה את כוונותיה. למעשה היא מביאה תפוח מורעל שנתקע לשלגיה בגרון. אף ששלגיה כבר פגשה ברוע כשגורשה ליער, היא נותרה תמימה ולא קלטה את מהות הרוע של האם החורגת. שלגיה צחה כשלג וצחה מרוע ומידיעת הרע, תמימה ונאיבית ומכחישה את קיומו של הרוע, שלה ושל הזולת, שהוא צד הצל של הנפש. היא לא אכלה מעץ הדעת של הבחנת טוב ורע, לכן היא לא הבינה את הרוע של האם החורגת, ולכן היא לא זיהתה את המהות המורעלת של האם החורגת ושל הפרי. הפרי שהאם החורגת מביאה לא רק שאינו מעיר אותה לתודעת טוב ורע אלא ההפך מכך: הוא נתקע לה בגרון וגורם לה לתרדמת. זאת האיכות המתעתעת של הפיתוי לאכול ונדרשת תודעה שתבחין בין הטוב לרע שבו. בסיפור על עמי ותמי המכשפה בונה בית ממתקים כדי לפתות אותם להיכנס כדי שתוכל לאכול אותם. הסיפור הזה מראה את כפל הפנים של האם הגדולה, שבמסווה של שפע אוכל מעניקה עונג ללא גבולות, כמו בית שכולו ממתקים, וכך שואבת את הילדים לתוכה כדי לבלוע אותם אל תוך הקיום האורלי. בית הממתקים מסמל לא רק אכילה ללא גבולות אלא גם כל נתינה הורית ללא גבולות. הילד הנשאב אל נתינה חסרת גבולות נבלע על ידי דחפיו שלו.

אכילה, מצבי תודעה רוחניים, ויצירה

האיפוק בסיפוק האכילה על ידי הגבלתה, מחזק את האגו נגד דחפיו. לכן בטקסי חניכה החניך נדרש בין השאר להיות מסוגל לא לאכול ולא לשתות תקופה מסוימת. ביום הכיפורים, היום הקדוש ביותר, צמים כדי להגיע למצב תודעה רוחני. רעב וצמא ממושך משנים את מצב התודעה ויכולים להיות מצבים הזייתיים. לכן הצום משמש הכנה למצבים מיסטיים ומקודשים או כניסה של שמאנים לטרנס. לכן משה צם ארבעים יום בעלייתו להר סיני. קרוליין ביינום כתבה על מרכזיותם של המזון ושל הצום בפרקטיקות הדתיות של נשים נוצריות בימי הביניים. הצום תפס מקום חשוב באדיקותן של נשים יותר מאשר בוז של גברים. היו לפחות שלושים נשים שיצאו להן שם של מי שסירבו לאכול דבר זולת לחם הקודש שבאמצעותו התמזגו עם האל, צמו עד מוות ונחשבו קדושות. הנשים שחיו בצום זכו ביוקרה דתית ובכבוד (Bynum 1987). למעשה הן פיתחו אנוקסיה שקיבלה פרשנות דתית וכנראה לוותה בשינוי מצב תודעה שיש בו גוון של אופוריה, כפי שקורה באנוקסיה. חוקרת הקבלה חביבה פדיה הסבירה שבתפיסה הקבלית הפחתת האכילה הממשית היא תנאי לאכילה הוודאית של אור האלוהים. בטקסטים הקבליים מסומלת

הדבקות באל כאכילת האור. פדיה הביאה את דברי ר' עזרא מגירונה: 'על אחת כמה וכמה הדבך והרואה בעין הלב סיבת הסיבות שהוא ניוון ומתענג והיא האכילה הוודאית וכתוב "באור פני מלך חיים". ועל זה נאמר "ויהי שם עם ה' ארבעים יום וארבעים לילה לחם לא אכל ומים לא שתה" כי בזה יתחזק כח הנשמה כי בהדבקה בבוראה יתבטלו ההרגשים הצמאים לתענוגי העולם השפל וזהו 'טרף נתן ליראיו יזכור לעולם בריתו'" (מצוטט אצל פדיה 2002: 162).

המגמה הדתית היא לאפשר את תהליך ההתפתחות הרוחנית שבו האדם חש 'לא רעב ללחם ולא צמא למים כי אם לשמוע את דבר ה'" (עמוס ח, 11). מסופר על רבי שמעון בר יוחאי, שלפי המסורת כתב את ספר הזוהר, שניזון מערב שבת עד ערב שבת מקב חרובים. נאמר עליו שהוא מגלה את סודות התורה שמשולים לאוכל מתוק, 'שהוא מכין תבשילים מתוקים כמו שהכינים עתיקא קדישא' (תשבי 1985: 75).

האדם המתפתח מכיר שהחסר בנפשו הוא לא רק חסר בסיפוק קונקרטי כמו אוכל, ולא רק חסר בסיפוק רגשי, אלא חסר רוחני. כדברי הפתגם העממי בשפת לדינו, 'מלים משביעות מלחם'. בספר הקבלי ברית מנוחה מקבלים 'קברות התאוה' של בני ישראל (שמתו ונקברו במדבר בגלל תאוותם לאוכל במקום לדבר אדוני) משמעות הפוכה: במוות מתהפכת התאוה לאוכל לתאוה לאלוהות, כי במוות מתחברת הנשמה לאלוהות.

אני עצמי זוכרת, כחוויה מכווננת, שיום אחד, בשנות העשרים לחיי, למרות דחף חזק לאכול, במקום ללכת למטבח לקחתי ניירות וצבעים. יצרתי קולז' גדול שהיה הפתח להתמסרותי לביטוי באמנות פלסטית. בדיעבד אני מבינה שהחושניות של הצבע והחומרים הפלסטיים היו כעין שלב מעברי (שהוא חומרי ונפשי כאחד) בין החומריות הפיזית-קונקרטית של האוכל לבין המשמעות הנפשית-סמלית של דחף היצירה.

ילדה שעברה תהליך מופלא של התפתחות בעת טיפול, סיפרה וציירה את 'אדון פה שקם מן המתים': על ידי ציורים וסיפורים שלה קמה היא עצמה לתחייה, והפה קיבל את משמעותו – מפה אוכל לפה מדבר. היה זה מעבר מהפה האורלי האוטיסטי – פה של אכילה, צריכה ולקחה – שלב אגוצנטרי עדיין, אל שלב חברתי של פה מדבר – ביטוי מילולי ודיאלוג מילולי שמאפשר גם יצירה ובריאה.

במיתוס ההודי מסופר על פארגאפאטי, הבוראה-המוות, שהזדווג עם אלה, שהיא הרעב, והוליד את העולם-התינוק, ומיד רצה שוב לבלוע אותו משום הריקנות שחש בקרבו. התינוק נבהל וצעק, מהצעקה הראשונה הזאת נולדה השפה (שולמן 1986: 17). אלמלא הצעקה של הרך הנולד שהייתה לשפה הראשונה, היה העולם שב ונבלע. הפה שהוא כבר לא רק פה אורלי של אוכל אלא פה צועק, והשפה-דיבור שהם הבסיס לתודעה ולבריאה במילים את המיתוס והשירה שנולדו עם הצעקה, מונעים את ההיבלעות על ידי ההורה, ומאפשרים את ההיפרדות ממנו ואת הבריאה

של התינוק-עולם. המיתוס הזה מיטיב לתאר את הריקנות של ההורה שמניעה אותו לבלוע מחדש את ילדיו ולמנוע מהם התפתחות, ואת המעשה האקטיבי של הילד שמחאתו הקולנית מביאה להיפרדותו ולקיומו האוטונומי היוצר.

מההזנה ההורית אל הזנה עצמית

אנו רואים שמוטיב האוכל הוא ציר סביבו מתרחש תהליך הסובלימציה וההסמלה כחלק מתהליך ההתפתחות של התודעה האנושית. כבר אחרי הגירוש מגן העדן נמשכו הגעגועים הארכיטיפיים לגן העדן האבוד של הענקה שופעת מתמדת אינסופית של חלב האהבה האמהית. דוגמאות מספר: במיתולוגיה ההודית משקה האלמוות, הסומָה, שהאלים והשדים נאבקים עליו, הגיח מתוך ים החלב. ברומן הנבחר סיפר תומס מאן (1951 [1979]) על אדם שמתבודד 17 שנה על סלע, כשהוא ניזון מחלב האדמה שנובע יום-יום משקע באבן. בתמונה אלכימית מימי הביניים רואים אישה שצינורות חלב בוקעים משדיה והחלב ממלא את הים. כל אלה הם סמלי השפע המתמיד של הלא-מודע האמהי שנחוה ככוחות מזינים מהעולם החיצוני והפנימי כאחד. בציור מוזגת החלב של ורמיר אפשר לראות את האישה העומדת בתווך כאם גדולה שהיא ציר העולם, כשהיא אוחות בידה את הכד שממנו שופע החלב בנביעה מתמדת ונצחית.

הקשר בין השפע האינסופי הנצחי של ההזנה הראשונית לבין דמות האם קיים גם במיתוסים. במיתוס הסיני האלה הגדולה שולטת על אפרסקי הנצח, במיתוס היווני תפוחי הזהב מעניקי האלמוות נשמרים על ידי ארבע נערות המערב – ההספרידות, במיתוס הוויקינגי האלה פרייה היא האחראית לתפוחי הזהב שמעניקים חיי נצח לאלים בלבד. נראה שמיתוסים מטריארכליים אלה קדמו למיתוס היהודי על גן עדן שבו שולט האל האב. הזיית השפע הנצחי השתלבה אולי בהזיית המשאלה של האדם שמבקש את הבטחת הזנתו הממשית והרגשית המתמדת. יש קשר בין הגעגוע לגן העדן של שפע אמהי אינסופי לבין המיתוס הקלטי על קדרת הלוחמים שמעניקה אוכל אינסופי ללוחמים ואף משיבה את המתים לתחייה. כל אלה קשורים לגעגוע לשפע מיטיב נצחי שמתגלם בארכיטיפ קרן השפע ששייך לאלה הרומאית פורטונה, באגדה על בארה הנובע תמיד של מרים, ובאגדת חנוכה על פך השמן שאינו כלה. כל אלה מסמלים את האם הגדולה.

הצורך בהזנה נצחית של חלב אינסופי שמקורו אמהי מותמר באמונה הדתית המונותאיסטית לצורך בשפע חסד-אהבה של האל-אב ולאוכל האלוהי (בברכת המזון אומרים: 'ובטובו הגדול תמיד לא חסר לנו ואל יחסר לנו מזון לעולם ועד'). כך המשאלה לאהבה האמהית מועברת בהדרגה אל משאלת אהבת האב. הגעגוע לאם הראשונית מותמר בגעגוע רוחני טרנסצנדנטי. כך האנושות במהלך התפתחות

התודעה הקולקטיבית מפנה את התשוקה להזנה אינסופית מהאוכל הקונקרטי ומהעולם ההורי אל התשוקה הרוחנית, אל התשוקה הדתית והמיסטית. במישור הפסיכולוגי המהלך הוא מחיפוש ההזנה בדמויות הוריות אל הנפש פנימה, כדי לגלות את מאגרי הנפש, את העצמי כקורן שפע יצירתי וכגביע קדוש של רוחניות. הפסיכותרפיה נועדה לסייע לסלול דרך למעיין ההזנה הפנימי בנפשו של כל אחד.

המשמעות הסמלית של מאכלים

התרבויות מעניקות למאכלים שונים משמעות לאומית וכך הם משמשים כעין סמל קולקטיבי שמסייע לליכוד הקבוצתי-לאומי ולכינון העצמי החברתי. כמו כן התרבויות מעניקות למאכלים שונים משמעות טקסית סמלית וכך הן מאפשרות לאדם להתייחס אל האוכל לא רק כספק של צורך גופני אלא כבעל איכות סמלית. האכילה מקבלת משמעות רוחנית. לסמלים אלה יש משמעות תרבותית חדר-משמעית ולכן היא קרובה יותר לסימן מאשר לסמל. להלן דוגמאות אחדות לסמליות של מזון.

בתרבויות רבות הביצה מסמלת את מעגל החיים והמוות. בטקסי אבלות, וגם בטקסי מעבר אחרים (כמו טקסי התבגרות וחניכה לקבלה לכת רוחנית), מקובל לאכול ביצה כי היא מעגלית כמעגל החיים. היא סוף תהליך ההפריה (המעגל של ביצה ותרנגולת) והיא גם התחלה חדשה – בתוכה מתפתח אפרוח חדש. יש מיתוסים שבהם העולם נברא מביצה שנבקעה (הודו, סין, מצרים, יון, הגנוסטיקה, האלכימיה ועוד). לכן אוכלים או משתמשים בביצה בטקסי מעבר, שבהם תמיד בא לביטוי ארכיטיפ המוות והתחייה. אישה בסיום טיפול חלמה שהיא יושבת עם המטפלת ועם מעגל נשים מסביב למדורה וכל אחת מחזיקה ביצה. כך היא חלמה לעצמה מעין טקס סיום מעברי, שבו היא חוותה את השייכות לעצמי הנשי ולמעגל החיים הנשי, כשהביצה מסמלת את ההזנה הפוטנציאלית הטמונה בידה לקראת העתיד.

רימון הוא סמל של שפע ופריון בגלל שפע גרגריו, ובגלל צבעו האדום במכל הפרי הוא גם סמל למיניות נשית. בדברי חז"ל משמש הרימון לא אחת משל לריבוי חכמה ומצוות. בשל יופיו שימש לקישוט בית המקדש. בשיר השירים האהובה מתוארת 'כפלה הרמון רקתך' (שיר השירים ד, 3), ובתלמוד נאמר שהרוצה לראות את יופיו המופלא של ר' יוחנן, 'יביא כוס של כסף צרוף וימלאנו גרעינים של רימון אדום [...] ואותו זוהר מעין יופיו של ר' יוחנן הוא' (בבא מציעא פד, ע"א).

הגשת מלח ולחם היה טקס מקובל בעיקר באירופה המזרחית ובתפוצות ישראל בקבלות פנים. לחם כמאכל הבסיסי, והמלח כמאכל שימור שנחשב יקר ערך בימי קדם. גם בתרבות הערבית היה טקס הגשת לחם ומלח, שמשמעותו הייתה כריתת ברית וידידות.

בקבלה ובחסידות רואים באכילה משמעות של בירור הניצוצות שנפלו אל החייצומח, והם גורמים התעלות לאדם האוכל אותם. לכן יש לכבד את האוכל ולברך ולהודות עליו, כי יש בו עוצמות רוחניות גנוזות. הענקת משמעות סמלית דתית למאכל נועדה לסייע לאדם להעניק משמעות רוחנית לפעולה הגשמית, ובכך להתחבר למהותו הרוחנית בלי להימנע מעונג האכילה הגשמית. זאת לעומת עמדת הסיגוף, שבה הימנעות מאכילה (צום) מביאה לחוויה רוחנית שנובעת מן הנתק מאכילה הגשמית. דוגמה למשמעות סמלית של עבודת אלוהים בגשמיות ברוח החסידות: דג שכסמל כלל אנושי מסמל את תכני הלא־מודע, מתגלם בגימטריה במספר שבע, ושבע הוא מספר של שבת ושל הצדיק. הקרפּלך לסעודה מפסקת של יום הכיפורים מבטא באותיותיו את המילה 'כיפורים', ומתפרש כבצק רך, שהוא מידת החסד שעוטפת את הבשר הקשה, שהוא מידת הדין. במאכלי החגים אוכלים תפוח בדבש לשנה החדשה כדי להמתיק ימים, ובפסח – מצות כסמל ללחם העוני, מרור כמרירות, זרוע כזכר לזרוע האל, וכך הלאה.

ביהדות הצירוף 'חלב ודבש' הוא כינוי לשפע של ארץ ישראל. בחג שבועות אוכלים מאכלי חלב כשהחלב סמל לתורה המספקת הזנה רוחנית לנשמת האדם. הגימטרייה של המילה 'חלב' היא ארבעים, ואוכלים מאכלי חלב בשבועות לזכר ארבעים הימים שבהם שהה משה על הר סיני ולמד את התורה כולה. בט"ו בשבט נוהגים לאכול פרות, והפרשנות הקבלית היא שאכילת הפרות היא תיקון עץ החיים, כלומר תיקון הנשמה שחטאה על ידי אכילת פרי עץ הדעת. על הקשר שבין המתקת הגוף להמתקת הנפש מכאביה, כתהליך תיקון של האוכל והנאכל, כתבה חמוטל בר יוסף בשיר 'תקון':

המתיקות של תאנה מבוקעת ושל תות מעוך
 הדביקות המתוקה של תמרים כתומים, מקומטים,
 ואפילו המתיקות של שברי חרובים...
 כולם היו בקצה הקיץ הפרום, הקרוע.
 לכן תקומי, בחשך, בכאבים,
 תגידי מתיקות כמו גון.
 תעשי מתיקות, כמו גון
 תעשי לקצה הקיץ תקון (בר־יוסף 2001: 69).

המתיקות של הפרי מתקנת את כאב החיים. התיקון הוא לא רק טעם המתיקות בפה, אלא במילה 'מתיקות' עצמה. התהליך שבו טעם המתיקות עובר מטמורפוזה ממתיקות של טעם חושי למתיקות המילה השירית, הרייתמית: 'תגידי מתיקות כמו גון', כשהניגון הוא תיקון לנפש.

רשימת המקורות

- אידל, מ' (1993). קבלה: היבטים חדשים. ירושלים: שוקן.
- בולאס, כ' (1987 [2000]). צילו של האוביקט: פסיכואנליזה של הידוע שלא נחשב, תרגום: מ' קראוס. תל-אביב: דביר.
- בכר, א' (2001). הפחד לתפוס מקום, אנורקסיה ובולמיה: טיפול לפי גישת הפסיכולוגיה של העצמי. ירושלים: מאגנס.
- ברייסוף, ח' (2001). תקן. בתוך: מזון. ירושלים: כרמל, עמ' 69.
- הס, א' (2007). הבולמיה של הנשמה. תל-אביב: הליקון.
- וסרמן, נ' (2007). אין לי נשק. שנתיים. ירושלים: כרמל, עמ' 60.
- נצר, ר' (2004). מסע אל העצמי – אלכימית הנפש – סמלים ומיתוסים. בן-שמן: מודן.
- מאן, ת' (1951 [1979]). הנבחר, תרגום: מ' אבי-שואל. תל-אביב: ספרית פועלים.
- מגד, נ' (1998). שערי תקווה שערי אימה: שמאניזם, מאגיה וכישוף בדרום ומרכז אמריקה. בן-שמן: מודן.
- ענגון, ש"י (1980). האדונית והרוכל. בתוך: כל סיפוריו של שמואל יוסף ענגון, כרך ו: סמוך ונראה. ירושלים: שוקן, עמ' 92-102.
- פדיה, ח' (2002). המראה והדבור: עיון בטבעה של חווית ההתגלות במסורתן היהודי: לוס אנג'לס: כרוב.
- פריד, ז' (1913 [1988]). טוטם וטאבו ומסות אחרות, תרגום: ח' איזק. תל-אביב: דביר.
- פרייזר, ג' (1890 [2004]). ענף הזהב: על המגיה והדת, תרגום: י' הראובני. תל-אביב: נמרוד.
- ציטלין, ה' (1997). בפרסד החסידות והקבלה. תל-אביב: יבנה.
- קנו, י' (2008). דירה עם כניסה בחצר וספורים אחרים. תל-אביב: עם עובד.
- קסירר, א' (1944 [1972]). מסה על האדם, תרגום: י' לנדא ור' עמית. תל-אביב: עם עובד.
- רביקוביץ, ד' (1959). אהבת תפוח הזהב. בתוך: אהבת תפוח הזהב. תל-אביב: ספרית פועלים, עמ' 6.
- שולמן, ד' (1986). פרקים בשירה ההודית. תל-אביב: אוניברסיטה משודרת.
- שימל, ה' (1996). חלון פתוח מעל צפת. הליקון, 17: 89.
- תשבי, י' (1985). פרקי זהר, א. ירושלים: מוסד ביאליק.

- Bynum, C.W. (1987). *Holy Feast and Holy Fast: The Religious Significance of Food to Medieval Women*. Berkeley and Los Angeles: University of California Press.
- Goodsitt, A. (1997). Eating disorders: A self-psychological perspective. In D.M. Garner and P.E. Garfinkel (eds.). *Handbook of Psychotherapy for Eating Disorders*. New York: Guilford, pp. 205–228.
- Hillman, J. (1985). *Archetypal Psychology: A Brief Account*. Dallas, TX: Spring Publications.

- Jacobi, J. ([1959] 1974) *Complex / Archetype / Symbol in the Psychology of C.G. Jung*, tr. R. Manheim. New York: Princeton University/Bollingen.
- Jung, C.G. (1951). *The Collected Works of C.G. Jung*, tr. H.G. Baynes, ed. R.F.C. Hull. New York: Princeton University/Bollingen.
- Kalsched, D. (1996). *The Inner World of Trauma: Archetypal Defenses of the Personal Spirit*. New York: Routledge.
- Masterson, J.F. (1995). Paradise lost: Bulimia, a closet narcissistic personality disorder: A developmental, self, and object-relations approach. In R.C. Marohn and S.C. Feinstein (eds.), *Adolescent Psychiatry*. Hillsdale, New Jersey: Analytic Press, pp. 253–266.
- Moulton, R. (1942). A psychosomatic study of anorexia nervosa including the use of vaginal smears. *Psychosomatic Medicine*, 4: 62–74.
- Neumann, E. ([1954] 1989). *The Origin and History of Consciousness*. London: Karnac.
- Neumann, E. (1976). *The Child*. New York: G.P. Putnam and Sons.
- Samuels, A., B. Shorter and F. Plaut (1986). *A Dictionary of Jungian Analysis*. New York: Brunner/Routledge.
- Seligman, E. ([1976] 1991). A psychological study of anorexia nervosa: An account of the relationship between psychic factors and bodily functioning. In A. Samuels (ed.). *Psychopathology: Contemporary Jungian Perspectives*. New York: Guilford, pp. 71–89.
- Stein, L. (1967). Introducing Not-Self. *Journal of Analytical Psychology*, 12: 97–113.
- Woodman, M. (1980). *The Owl was a Baker's Daughter: Obesity, Anorexia Nervosa and the Repressed Feminine*. Toronto: Inner City Books.

פסיכולוגית קלינית, אנליטיקאית יונגיאנית ומנחה בחברה היונגיאנית הישראלית החדשה; מרצה במכללת סמינר הקבוצים ובמכללת אורנים. פרסמה ספרי שירה וספרי עיון. בהם: מסע אל העצמי (מודן 2004), הקולנוע מטפל בנו (רסלינג 2013).

רות נצר

רח' ציפמן 93

רעננה

netzerr@bezeqint.net