המַרְאָה - הנראה והבלתי נראה - השתקפויות, השלכות ומֵעֵבֶר...

דינה אלעד

מבוא

קסיוס: אָבֵן שָׂגִיתִי, עַל-כֵּן בְּחֻבִּי צָפַנְתִּי וָאַעְלִים
מִמְּךָ מְזִמּוֹת גְּדוֹלוֹת וּנְצוּרוֹת.
הַגִּידָה לִי, בְּרוּטוּס הַטּוֹב, הֲיָכֹל תּוּכַל
לִרְאוֹת אֶת-חָזוּת פָּנֶיךָ אַתָּה?
ברוטוס: לֹא, קַסְיוּס. לֹא תּוּכַל תֵּרֶא עַיִן
פְּנֵי בְעָלֶיהָ אִם לֹא בַמַּרְאָה.
קסיוס: כֵּן דִּבַּרְתָּ. אָבֵן רַע הַדָּבָר עָלַי
כִּי אֵין מַרְאָה לְנֶגְדְּךָ אֲשֶׁר תַּעֲרֹךְ
אֶת-כְּבוֹד נַפְשְׁךָ פְּנִימָה לְעֵינֶיךָ
וְרָאִיתָ בָהּ אֶת-צֶלֶם פָּנֶיךָ.

שייקספיר -יוליוס קיסר (בתרגום ח.נ. ביאליק)

המראה מוכרת לנו היטב מחי היום יום במובן השימושי, בנוסף, למראה משמעויות פסיכולוגיות בתרבויות השונות. מאז ומעולם מראות ומשטחים דמויי מראות רתקו וחלחלו עמוקות לדתות, למיתוסים, לאגדות, לספרות, לאמנות, לקולנוע, לחלומות ולהבנות הפסיכולוגיות. לעיתים הייתה למראות איכות מאגית. במאמר הנוכחי נבחן את המוטיב של המראה כחוצה תרבויות וזמנים מה שמעלה את הצורך של האדם להשתקפות דמותו כתבנית ארכיטיפית התפתחותית. דוגמאות מתוצרי התרבות השונים יהיו שזורים בפרקים השונים של המאמר.

<u>מקור השם</u>-

מקור השם בלטינית – mirari שמשמעותה לתהות על משהו. מלה מקבילה בלטינית היא SPECULUM כאשר SPEC משמעו להביט. בספרדית מאותו השורש ESPEJO - מראה. בצרפתית miroir- שמשמעה להביט בדבר או להשתקף בו. בספרדית להביט – MIRA.

בארמית נמצא את המילה אספקלריה שמשמעותה מראה, נקודת מבט והשתקפות של היבט מסוים. בעברית יש לנו ראי ומראה. באנגלית- mirror ומילה נוספת, looking glass (מראה), שלה יש כפל משמעות מסוים שנעדר מן העברית – אנו מסתכלים במראה עם

העיניים שלנו והזכוכית המביטה משמשת אותנו להביט בה ולראות את עצמנו, משיבה לנו מבט מתוך עינינו אנו.

הראי דרכו לשקף את כל המתרחש מולו, וגם בעיתונות אנחנו פוגשים את ה Daily Mirror-ו-Der Spiegel- (מראה) העיתונים שבחרו בשם מבטאים את הגישה שהעיתון הוא ראי למציאות.

<u>ההיסטוריה של הופעת המראה</u>

ההשתקפות בטבע הקדימה את הופעת המראה בתרבות. כאשר אור פוגע במשטח, וחלק ממנו או כולו מוחזרים אל המרחב בזווית מסוימת, נוצרת השתקפות. גם הציפורים מגלות את השתקפותן בטבע.





יש להניח שבשחר האנושות, האדם היה רואה את עצמו בהשתקפותו במים, כמו בעלי החיים... המראות הראשונות שנמצאו, היו ככל הנראה צלוחיות מלאות בנוזל כלשהו. כמו כן נמצאו מראות מזכוכית שנוצרה באופן טבעי מהתקררות מהירה של הלבה המתפרצת מהרי הגעש. ממצאים כאלה נמצאו בטורקיה ומתוארכים לכ-6000 לפני הספירה. https://www.furniturelibrary.com/mirror-glass-darkly

סלעים מלוטשים ששימשו כמראות נמצאו במרכז אמריקה הדרומית ב- 2000 לפנה"ס. הממצאים הראשונים של מראות מלוטשות ממתכת נמצאו מתוארכים ל-3000 לפנה"ס בצפון סוריה ובמצריים. בסין וביפן ייצרו אז את המראות מברונזה. (Enooch, 2006).

כיום ניתן לראות כיצד האדם משתמש באפקט המראה (ההשתקפות) במבנים ארכיטקטוניים – למשל "גשר השטן" בקרומלאו גרמניה:



שייקספיר ביצירתו "המלט" מבטא כיצד המראה משקפת את דמותו של האדם, המלט לשחקן א': "...מטרת המשחק, שמאז ועד היום הייתה – והיא עדיין – להניף, בוא נגיד, <u>ראי אל מול הטבע</u>, להראות לטוב את הקלסתר שלו, לרשע את הפרצוף שלו, ולכל הדור את

החותם והצורה שלו. עכשיו, אם זה עשוי בהגזמה, או ברשלנות, גם אם זה גורם להדיוטות לצחוק, זה גורם לנבונים עוגמת-נפש"... (מערכה 3, תמונה 2).

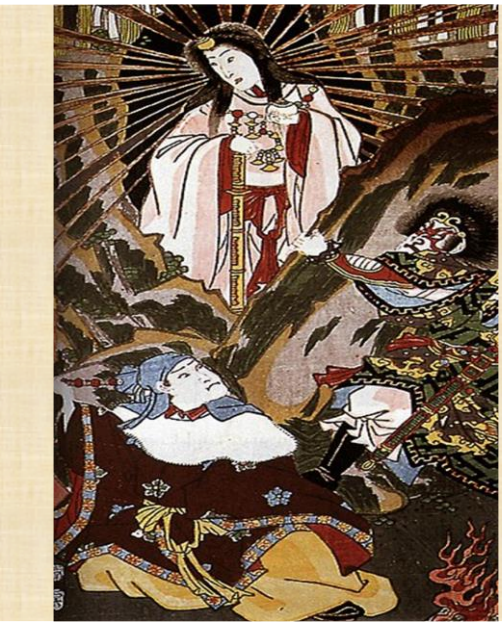
<u>משמעות המראה בעולם העתיק</u>

ממצאים ארכיאולוגים ומיתוסים עתיקים מלמדים אותנו שכבר בעולם העתיק נשאה המראה משמעות נוספת מעבר להשתקפות האישית היום יומית. פון פרנץ, שעבדה בטיפול ומחקר לצידו של יונג במשך 31 שנים, כותבת שלאובייקטים מחזירי אור הייתה חשיבות נושאת קדושה מימים קדומים, החל ממשטח המים המאפשר השתקפות. בהסתמכה על ספרו של מרטין ניק "משמעות המים בפולחן ובחיים של הקדמונים: חקירה סימבולית -היסטורית" (נכתב בגרמנית), מתארת פון פרנץ, שהמים נחשבו כיסוד קטוני, המים נובעים ממעמקי האדמה ומקושרים ל"מצבי לילה" של הנפש, הכוללים חלומות, שיכרון חושים, מצבי טרנס ומוות. מצבים אלה תמיד היו מקושרים עם המסתורין של מעמקי המים. בחשיבה פסיכולוגית, המים נחשבו כאחד הסימבולים השכיחים ביותר של הלא מודע ולפיכך מעמקי המים נחשבו במקומות רבים כמקור כל הנבואות. במים כל אחד יכול לראות את צילו, את דמותו וכן דמויות של מתים ושל אלים. כך התהוו בעולם העתיק ולמשך מאות שנים, במקומות שונים בעולם, טקסים המאפשרים ניבוי של אירועים בהסתכלות על מים, הנשמרים בתוך כלים מיוחדים ובמשך הזמן גם בהסתכלות במראה (Von Franz, 1993; p. 183-184).

גיימס פרייזר חקר את האמונות הקשורות בנפש /נשמת האדם, בקרב שבטים פרימיטיביים, במקומות שונים בעולם. האמונה הייתה שנפש האדם שוהה בצל שלו ובהשתקפות שלו במים ובמראה. הצל של האדם וכן השתקפותו במים או במראה נחשבו סימני אזהרה לחיי האדם. פרייזר מצא אמונה גורפת בהודו העתיקה וביוון העתיקה - לא להסתכל להשתקפות במים. היוונים האמינו שאם אדם חולם על השתקפותו במים, זה סימן שהוא ימות. הם פחדו שרוחות המים ימשכו את השתקפות הדמות, שהיא נשמתו, מתחת למים, וישאירו אותו למות. פרייזר חשב שכנראה זהו המקור לספור הקלאסי על נרקיס שדעך כאשר הסתכל על בבואתו באגם. בנוסף הוא מתאר את המנהג הנפוץ של כיסוי המראות או הפיכתן לצד השני אחרי שמישהו מת בבית. הפחד הוא שהנשמה של המת המתעכבת בבית, משתקפת במראה ותילקח ע"י הרוחות. המנהג הנפוץ בקשמיר שבהודו - לא לישון בבית שבו נפטר מישהו מהפחד שמא יחלמו עליו –משמעו שנשמתו מושלכת מגופו ואז הרוח ייקח גם את החולם (Frazer, 1950; p. 220-223).

<u>המיתולוגיה היפנית</u> של דת השינטו (רז, 2000; ע' 17-64-66,33,16) מספרת על אלת השמש - אמטרסו אומיקאמי, העומדת בראש פנתיאון האלים ונתפשת כאם הקדמונית של המשפחה הקיסרית. אלת השמש ציוותה ליצור מראה שבעזרתה, היא קיוותה, יוכלו צאצאיה לראות את

השתקפותה במקום לחזות באורה במישרין. אחיה אל הסערה הכעיס אותה מאוד וברוב זעמה על מעלליו הלכה וכלאה את עצמה במערה וגללה סלע גדול שיחסום את הפתח. עלטה נצחית ירדה על הכל , ואיש לא הבחין עוד בין יום לבין לילה. האלים נחרדו וטכסו עצה כיצד יוציאו את אמטרסו מן המערה ויחזירו את האור לעולם?





https://www.japanese-finearts.com/item/list2/A1-97-135/Toyokuni%20III%20(Kunisada)/Origin%20of%20Iwato%20Kagura%20Dance

לבסוף תלו את המראה שלה על העץ הקדוש והאלה אמה-נו-אוזומה פרצה בריקוד סוער לפני המערה (מזכיר מאוד את הריקוד של באובו מהמיתוס על דמטר ופרספוני). אמטרסו אומיקאמי הציצה כדי לגלות את הסיבה למהומה וזוהרה השתקף במראה. היא חשבה שהאלים מצאו שמש אחרת ויצאה מהמערה בזעם וכך חזר האור לעולם. המראה הקדושה נשמרה במשך מאות בשנים במקדש איסה. אפשר לראות במיתוס הזה את משמעות המראה כמושכת תוכן חבוי לעבר ההתגלות, כמביאה את האור, או המודעות, או האמת. אחד מהסמלים החשובים של החוק והסמכות של קיסרי יפן הוא המראה בנוסף לאבן הטובה ולחרב המיוחדת (קמפבל, 2008, ע' 198-203).

במיתולוגיה הסינית, למראות היה כינוי מיוחד (Hu Hsin Ching) וכוח קסם, להגן על בעליהן מפני רוע. האמונה הייתה שהמראה מגלה רוחות חבויות וסודות של העתיד.



בנוסף המראה נחשבה לסמל של זוגיות יציבה ומאושרת. שבר במראה סימל פרידה או מוות של בן הזוג. יותר מכך, היו אמונות שהמראה שומרת על הבעלים מפני שדים ורוחות רעות, מאחר וכאשר הן היו מסתכלות במראה הן היו נבהלות ובורחות. בנוסף מראת הנחושת היוותה כלי לרפא שיגעון. (Williams, 2012; p. 270-271).

מכאן צמחה אף חשיבות המראה בעיצוב הבית- פנג שואי- המראה מסננת את האנרגיה השלילית המגיעה מהסביבה ומאפשרת רק לאנרגיה החיובית להיכנס לבית, בנוסף ניתן להיעזר בה כהגנה מפני שכנים צרי עין ואז נהוג לתלות את המראה מחוץ לבית, מעל דלת הכניסה או מצידה הימני (Schafer, 1968, p. 30-31).

<u>בבודהיזם בטיבט,</u> למראה תפקיד חשוב כדימוי בכל הדהארמה- עקרונות הדת והמוסר המכתיבים את התנהגות הפרט וכן משמעות סימבולית עמוקה. חוקרים הבחינו בשלוש קטיגוריות של הסימבוליזם של המראה (Bentor, 1995): 1. המראה כמטפורה של ה-mind.2. המראה כדימוי לתופעות הטבע שטבען האמיתי דומה להשתקפויות במים. 3. שימוש במראה בנבואה, בטקסים דתיים, הקדשה וחניכה. כדוגמא ישנה מראת החוכמה – Melong - 'The Mirror of Pure Truth'– כאן דוגמא של מסכת עץ בה עגילים המזכירים את פרח הלוטוס כסימן לנוכחות הרוחנית של בודהה וכתר שבמרכזו מראה שהוא סימבול טנטרי של חוכמה. המסכה שימשה את הנזירים הטיבטיים בזמן טקסים כאשר היו נכנסים למצב



מדיטטיבי עמוק לפני הריקוד בו ייצגו את האלוהות.

<u>מצרים העתיקה</u> הייתה ידועה בזמנו כמרכז לייצור מראות. המראה בין שאר החפצים האישיים נטמנו בקברות המלכים. הפרעונים האמינו בכוחם המאגי של חפצים שונים, כמו גם המראה. צורתן הייתה עגולה כמו של דיסק או גלגל חמה. על המראָה נחקקו כתובות שונות. המראה המבריקה נחשבה כסמל של השמש, והשתקפות האדם בה סימלה יצירה



והתחדשות. (ca. 1492–1473 B.C.)

בחפירות הארכאולוגיות באתרים שונים התגלו ממצאים שונים המתוארכים ל-2600 לפנה"ס, ביניהם מראות ושברי מראות. המראות הרבות שנמצאו גם בציורי הבתים של אנשים חיים

וגם בקברים מבטאים את הערך הסמלי הרב שהיה למראה. למראת היד במצרים הייתה צורת אנקה.






https://www.egypttoursportal.com/images/2018/06/The-Ankh-Ancient-Egyptian-Symbols-Egypt-Tours-Portal-1.jpg

אנקה הוא אחד מהסימנים בכתב ההירוגליפי ומשמעותו חיים. האנקה מזכירה בצורתה את הצלב הנוצרי וגם צורת קשר. הקשר סימל את סגירת השערים לעולם התחתון, הוא עולם המוות. בציורי הקיר נראים האלים המצרים נושאים את האנקה כסמל של מתנת החיים הנצחיים למלכים ולכוהנים. לאנקה ולמראת היד אותה משמעות - חיים.

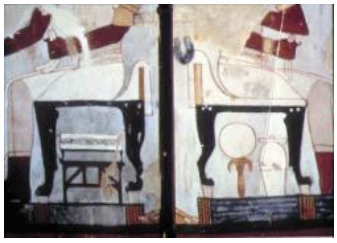
המראות של המלכים והאנשים מהמעמד הגבוה הובאו לקבר והונחו על יד גופות הנפטרים.

המצרים האמינו כי המתים יקומו לתחייה על ידי הנגיעה במראות או ברגע שפניהם יופיעו על פני דיסק המראה.

הם האמינו כי במראה הופקדה נשמתו של המת. האמונה שרווחה הייתה שחלק מה'אני' של האדם (KA) נשאר במראה לאחר העלמות הבבואה מעיני האדם.

בטקסטים שנמצאו על אחת הפירמידות מסתבר כי בהחזרתו לחיים של המלך אוסיריס גם הושבה אליו ראייתו. הראייה של אוסיריס המלך הושפעה והשתפרה גם מהאור של RA (אל השמש) מאחר ודיסק המראה היה סמל השמש. ניתן לשער כי המיקום והעמדת המראות בצד המזרחי של ארונות הקבורה בקדמת פני המתים, נוצרה כדי לעזור להם לקבל שוב את ראייתם.

המראות לא נארזו בתיבות יפות על מנת שתהיינה מוכנות וזמינות לשימוש המיידי של הקם לתחייה (https://he.wikipedia.org/wiki). ממצאים מקברו של סנפר שהיה ראש העיר של תבאי ובעל השפעה רבה בחצר המלך בשנים 1413-1439 לפנה"ס, מראים שמתחת לכיסאו של המת יש מראת אנקה ומיכל המכיל חפץ בצורת עיין כדי לשמור בו את מאור העיניים, כאשר המת יחזור לחיים.



<u>בתרבות האינדיאנית בדרום אמריקה</u>, הבורא הוא אומאוטל - אל ההוויה הכפולה, אביהם של התאומים טצקאטליפוקה (Tezcatlipoca) וקצאלקואטל (Quezalcoatl) . (הפולחן מהתרבות האולמקית 600-1700 לפנה"ס). טצקאטליפוקה הוא "אל הראי המעשן", מלך הלילה והכישוף ומקומו בצפון החשוך של היקום. העיניים עשויות אבן מלוטשת מסמלות את הראי שבאמצעותו האל רואה הכל (מגד,2001 ; ע' 66-60).


(ויליס, 1999, ע' 239)

<u>ביוון העתיקה</u>, עד התקופה ההלניסטית (300 לפנה"ס) היו 4 מרכזי ייצור של מראות, בהם יצרו שלושה סוגים של מראות: מראות יד, מראות עם מעמד על שולחן (כדוגמה בתמונה


מהמוזיאון הבריטי- 460 לפנה"ס) וקופסאות עגולות של מראה. למראות שויכו משמעויות מעבר לשימוש הפרקטי לצרכי טיפוח המראה של הנשים. לפי מחקר הסמלים שהופיעו על כדים במאה הרביעית לפני הספירה, עולה כי למראה היו משמעויות נשיות, ארוטיות, מיסטיות, דתיות, טכסיות (בלוויות) ונבואיות (Cerqueira, 2018).

את המיתוסים העתיקים של תרבות יוון כתב אף המשורר אובידיוס (נולד בשנת 43 לפנה"ס). בהקשר המשמעות של המראה נזכיר שני מיתוסים ידועים. המיתוס של פרסאוס והמיתוס של נרקיסוס אותם נזכיר בהמשך (Ovid, 2010).

בממצאים שנותרו מפומפי משנת 80 לפנה"ס, ב"וילת המסתורין", שהייתה שייכת לאשתו של אוגוסטוס קיסר, נשמרו 29 תמונות המתארות את פולחן דיוניסוס. בתמונה שהיא

הסצנה השישית מופיע פאון (יצור מיתולוגי שחציו אדם וחציו תיש) המתבונן בקערת-מראה



ופוגש בה את דיוניסוס האיום שבתוכו.

דוגמא בת ימינו המזכירה את אפקט המראה שהופיע בוילה, היא ממטופל, בן 40, שבחדר השינה שלו תלה מראות בתקרה כדי להגביר את החשק המיני ולהתמלא באנרגיות כאשר היה צופה בעצמו ובבת זוגו בזמן קיום היחסים.

<u>ביהדות.</u> במקורות היהודיים מופיעה המראה במשמעויות שונות (Dennis, 2016; p. 240-248):
השימוש במונח "מראות לילה" כמונח מקביל לחלום מבטא את המראה של מציאות אחרת:
"וַיֹּאמֶר אֱלֹהִים לְיִשְׂרָאֵל בְּמַרְאֹת הַלָּיְלָה, וַיֹּאמֶר יַעֲקֹב יַעֲקֹב; וַיֹּאמֶר, הִנֵּנִי." (בראשית, מו, ב).
המראה כמשטח מלוטש המחזיר השתקפות מתואר אף בפסוק הבא: "וַיַּעַשׂ אֵת הַכִּיּוֹר נְחֹשֶׁת וְאֵת כַּנּוֹ נְחֹשֶׁת בְּמַרְאֹת הַצֹּבְאֹת אֲשֶׁר צָבְאוּ פֶּתַח אֹהֶל מוֹעֵד" (שמות לח, פסוק ח)
המראה משקפת את מה שנמצא לפניה והמסתכל בה רואה את ההשתקפות של עצמו או של כל דבר אחר. דרך ההסתכלות במראה יכלו הנשים האסורות מלהיכנס, לראות מה קורה בתוך בית המקדש או שהכהן הגדול יכול היה לראות את פני הנשים המביאות את הקורבן באמצעות המראה.

הפסוק הבא מספר איוב מביא את המשמעות של המראה כדימוי לכוחות הנפש: "תַּרְקִיעַ עִמּוֹ לִשְׁחָקִים חֲזָקִים כְּ**רְאִי** מוּצָק" (איוב, לז', פסוק יח').

בתלמוד, סימבול המראה מופיע מספר פעמים בהקשר של הנבואה. לדוגמא: "כל הנביאים הסתכלו באספקלריא שאינה מאירה, משה רבינו נסתכל באספקלריה המאירה (יבמות מט ב, פסוק י'). מכאן, האספקלריה היא אמצעי המעביר הארה כמו גם משקף אותה.

לפי ההלכה, בשולחן ערוך, ישנם מספר נוהגים אסורים ומותרים בנוגע לשימוש במראה שנתפסת בעיקר לשם בחינת היופי: ..."וְכֵן אָסוּר לְאִישׁ לְהִסְתַּכֵּל בַּמַּרְאָה. וְאִם רוֹאֶה מִשּׁוּם רְפוּאָה, אוֹ שֶׁמְּסַפֵּר אֶת עַצְמוֹ, אוֹ כְּדֵי לְהָסִיר הַכְּתָמִים מֵעַל פָּנָיו אוֹ הַנּוֹצוֹת מֵרֹאשׁוֹ, מֻתָּר. וּבְמָקוֹם שֶׁהַדֶּרֶךְ הוּא שֶׁגַּם הָאֲנָשִׁים רוֹאִים בַּמַּרְאָה, בְּכָל עִנְיָן מֻתָּר". כמו כן אסור להתפלל תפילת שמונה עשר כנגד המראה, גם בעיניים סגורות, שנראה שמשתחווה לדמותו. (אורח חיים סימן צ').

פרייזר מתאר את המנהג הקיים ביהדות של כיסוי המראה בזמן השבעה, כדי שלא יתלבשו רוחות רעות באותן דיוקנאות שרואים במראה. בנוסף מראה מעודדת את שיפור המראה וקבלה חברתית, בעוד שאבלות יהודית אמורה להיות עיסוק אינדיווידואלי ושקט באובדן האישי (Frazer, 1950; p. 220-223).

<u>אגדות העם</u> כמבטאות את המודעות הקולקטיבית של התרבויות השונות מביאות גם את דימוי המראה וניתן לראותו כדימוי ארכיטיפי. אביא שתי דוגמאות:

למשל, אגדת "שלגייה". למראה באגדה יש תפקיד מרכזי במסע ההתפתחותי של הנשי. בהתחלה המלכה יושבת ליד החלון ומחשבותיה נודדות עם הרעיון על הילדה היפהפייה שתהיה לה. ניתן לפרש את החלון כגבול שבין הפנים והחוץ, בין המציאות והעתיד הנכסף. הילדה שמגיעה אינה ילדה רגילה, היא אידיאל. אידיאל המפעיל את ההיבט השלילי של האם הנוראה. היופי הטהור והאידיאלי של שלגייה מעורר את השנאה הנוראה של האם החורגת, שרוצה להיות האישה היפה ביותר בעולם. המראה מחזירה למלכה את דמותה של שלגייה, היבט פנימי של אנימה הבאה לידי ביטוי בהשלכה חזקה של המשאלה הארכיטיפית להתפתחות מעבר לפיקסציה הנרציסטית.
דוגמא נוספת היא אגדה יוונית בשם "מראת הקסם". באגדה מסופר על צייד שתפס דג, אך שחרר בתמורה לקשקש, שיוכל להיעזר בו כאשר יהיה בצרה. לאחר מכן הוא צד נשר, אך שחרר אותו בתמורה לנוצה בה יוכל להיעזר בעת צרה. בפעם השלישית הוא צד שועל וגם עליו הוא חס בתמורה לשערה מפרוותו. השועל אמר לו, כאשר תזדקק לי תחזיק בשערה ואני אגיע. בהמשך מסעו הוא הגיע לחצר מלכות. הנסיכה היפהפייה הביאה לאובדן כל מחזריה ע"י כך שנתנה להם משימה שעליהם להתחבא מפניה 3 פעמים. אם תמצא אותם דינם למות. היא תינשא לאותו אחד שלא תמצא אותו. הצייד בעזרת הדג החביא את עצמו במעמקי האוקיינוס. אך לנסיכה הייתה **מראה קסומה** שכאשר הביטה בה, ראתה את הצייד בתחתית האוקיינוס. או אז הוא התרומם בעזרת הנשר למרומי השמיים, אך שוב בעזרת המראה הנסיכה מצאה אותו. או אז הוא קרא לשועל וזה חפר מאורה תת קרקעית ממש מתחת לכיסא של הנסיכה. לפי עצת השועל הוא התכרבל במאורה וכל פעם שהנסיכה ניסתה לצפות בו בעזרת המראה הוא דקר אותה בישבנה. המראה נפלה מידיה וכך לא גילתה את מיקומו. לאחר נישואיהם הצייד נהפך למלך.

מראת הקסם באגדה הזו היא דימוי ליכולת נשית נסתרת, המביאה תועלת ע"י שליטה ערמומית, מניפולטיבית, בגבר שיש לו פונקציה רגשית/אינטואיטיבית נחותה או/ו שהאנימה שלו אינה מפותחת. היא רואה תמיד כמה צעדים לפניו מה מתרחש בתוכו, לפני שהוא יודע, ונוקטת בצעדיה לפי מטרותיה. איך הגבר יתמודד עם אישה כזו- העזרה לא באה מהבריחה

למעמקי הים, ללא מודע, שבאה לידי ביטוי ביחסים נסתרים מחוץ לנישואים ולא מהבריחה למחוזות האינטלקט. האגדה מציעה חיבור לגבריות חכמה, מציאותית, השואבת את מקורותיה מהיכולת הטרנספורמטיבית ומההיבט הטריקסטרי שמייצג השועל. (Von Franz, ע' 166 ; 1999). ישנן אגדות עם נוספות בהן המראה מופיעה בהיבטים שונים ונוספים.

<u>המראה ומשמעותה ברמה הנוירופיזיולוגית</u>

מחקרי המוח בארבעים השנים האחרונות מגלים את התפקודים של האזורים השונים במוח ואת האופן בו נעשית אינטגרציה של כל הפעילות המוחית הזו, וזאת באמצעות הרשתות ובעיקר שתי הרשתות הגדולות -

רשת מערכות המראה ורשת ברירת המחדל – default mode network

ומכנים אותן 'העצמי המוחי' (LeDoux, 2003). ככל שהתפתח חקר המוח באמצעות הדמיות עם שיטות מדידה שונות, התגלו יותר ויותר פונקציות המיוחסות לנוירונים של מערכות המראה כולל הבנת הפעולה, חיקוי, אמפטיה וקריאת מחשבות. גילויים אלו החלו כאשר בשנות ה-90 של המאה העשרים נעשו מחקרים על תגובות נוירונים לתנועות של הגוף. החוקרים גרמו לקופים לבצע תנועות מסוימות וע"י חיבור אלקטרודות למוחותיהם עקבו אחר פעילות הנוירונים. החוקרים שמו לב שמתרחשת פעילות בנוירונים של המערכת המוטורית אצל הקופים לא רק בעת צפייה בתנועות קוף אחר אלא גם כאשר הם צופים בתנועות החוקרים. הייחודיות של קבוצות נוירונים אלו הייתה התגובה שלהם לאינטראקציה. נצפה רישום זהה של פעילות המוח של הקוף, כמו במצב שבו הוא ביצע את אותה פעילות מוטורית ולא רק צפה בה. כך התהווה מודל המראה המדגיש את הפעילות הנוירונלית ההדדית המתרחשת בעיקר באזורים מסוימים בקליפת המוח. נוירוני מראה באזור המוטורי יקודדו הן את הפעולה והן את כוונת הפעולה. הבנה תחושתית זו של האחר היא אוטומטית, פרה-קוגניטיבית ובחלקה לא מודעת. תפקיד נוירונים אלו הוא חיקוי ממשי או מנטאלי של התנהגות האחר וכפי הנראה עומד בבסיס יכולת המנטליזציה (Gallese et al; 1992; Rizzolatti, Fabbri-Destro & Cattaneo, 2009). ממצאים אלה מחזקים את הבנת הבסיס של מנגנון ההשלכה ותהליכי ההעברה.

מחקרים נוספים הבהירו את מעורבות מערכת האמיגדלה - אזור מוחי שמזוהה עם עיבוד רגשות, בעיקר רגשות של פחד והאינסולה - איבר מוחי הנחשב לשער הראשי בין גוף ותודעה. האינסולה האחורית מייצרת ייצוג כללי של המצב הפיזיולוגי של הגוף. האינסולה הקדמית מייצרת על בסיס זה ייצוג של החוויה הסובייקטיבית (Modinos, Ormel & Aleman, 2010).

הבסיס להבנת האחר היא היכולת של הגוף-מוח לשקף את מצבו של האחר. היווצרותם של מעגלים עצביים המעורבים בחוויה אישית של הרגש וגם תומכים בהבנה ושיתוף של אותו הרגש באנשים אחרים. לדוגמה שמחה, דחיה חברתית עצבות, טעם, חרדה וכו'

(Campbell, Mehrkanoon, & Cunnington, 2018). בנוסף התגלה כי מערכת הנוירונים של המראה משקפת את כלל מנגנוני האמפתיה במוח (Raine, Chen, Waller, 2022).

לסכום, מערכות המראה במוח שמופעלות באופן אוטומטי מביאות לשיתוף בחוויה הרגשית והגופנית של אדם אחר. הבסיס להבנת האחר היא היכולת של הגוף-מוח לשקף את מצבו של האחר. מערכת מראה היא כל מערכת מוחית אשר מגיבה גם לחוויה עצמית (אני) וגם לצפייה (אחר) . התפקיד של מערכת המראה הספציפית נקבע על-פי מיקומו במוח.

<u>משמעות ההשתקפות והמראה בפסיכולוגיה ובפסיכותרפיה</u>

יש הסכמה בכל הגישות ההתפתחותיות שמירורינג (mirroring) או ההשתקפות ההדדית של הילד בעיני הדמות המשמעותית, היא קריטית בילדות המוקדמת ונחוצה בהמשך מעגל החיים.

הסכמה זו עולה מהרבה מאוד מחקרים המתבססים על הטענה שהיכולת לזהות את הדימוי שלנו נשענת על התפתחות של התחושות הגופניות הבסיסיות ואינטגרציה מוצלחת של אותות רב חושיים. היכולת לזהות את התמונה של עצמי במראה מופיעה בד"כ בגיל 18-14 חודשים. יכולת זיהוי זו במראה, משפיעה על תשומת הלב של האדם לעצמו ועל תפיסת שלמות הגוף שלו (Gallup, 1977).

פונגי מדגיש שבמהלך ההתפתחות, התינוק משלב עוררות תחושתית, פיזית -פנימית ומוטורית עם דימויים ומילים וכך מרחיב סכמות אמוציונליות. אספקט יסודי ביותר של הלמידה הזו תלויה ביכולת ההורים לשקף ולווסת את המצבים הרגשיים של התינוק ובדרך זו הם עוזרים לו להמיר עוררות אמוציונלית לאלמנטים נפשיים שאפשר בהמשך לחשוב ולתקשר אותם (Fonagy et al., 2004).

מחקרים באוכלוסיות שונות השתמשו במראה על מנת לאבחן קשיים בזיהוי העצמי, למשל בקרב ילדים שעברו התעללות (Ensink, et al, 2016), בקרב אנשים עם סכיזופרניה (Bortolona et al, 2017), בקרב מתבגרים (Sommerfeld, 2017).

ז'אק לאקאן (1901-1981) מתייחס בהרחבה לדימוי של המראה, להשתקפות במראה. למשנתו, העולם האנושי מורכב משלושה סוגי סדר: הסמלי, הדמיוני והממשי. הסדר הסמלי מאופיין על ידי הניגוד הכפול בין היעדר לנוכחות. הסדר הדמיוני שהוא שלב המראה, הוא הסדר של מראית העין, של התופעות הנצפות המוליכות שולל בהסתירן את המבנה שביסודן. הדמיוני מפעיל על הסובייקט כוח משיכה כמו זה של הדימוי המשתקף במראה. שורשיו של הדמיוני נעוצים ביחסו של הסובייקט לגופו ולדימוי גופו. הסדר הממשי מנוגד לדמיוני וממוקם מעבר לסמלי. הממשי הוא גם המצע החומרי העומד ביסודם של הדמיוני והסמלי. לאקאן השתמש בדימוי של המראה על מנת להסביר שלב התפתחותי - שלב המראה מתייחס לשלב התפתחותי של התינוק מגיל שישה חודשים עד גיל 18 חודשים. בגיל

זה חווה התינוק את דיוקנו המשתקף מן המראה כאילו היה "אמיתי". שלב המראה מכונן את האני מתוך סימביוזה עם האם. (לאקאן, 2015; ע' 94-87).

תרומה מרכזית של **היינץ קוהוט** (1913-1981) היה הרעיון של השיקוף – mirroring. מירורינג היא החצנה של מציאות פנימית נפשית. קוהוט תיאר את העצמי כמבנה נפשי המבוסס על חוויות הפרט. הוא דיבר על "העצמי הטריפולרי" - מושג המתייחס לשלושה צרכים נפשיים הכרחיים: ערך עצמי, תאומות (חלק של העצמי המתייחס לצורך לחוות את האובייקט כדומה וכמשקף את העצמי הגרנדיוזי) וויסות רגשי, אשר סיפוקם המאוזן נדרש להתפתחות פסיכולוגית בריאה אצל כל ילד.

כאשר ההורות אינה מצליחה לספק אותם, או חלקים מהם, תפקידו של המטפל להתייחס אליהם בשלבים שונים של התהליך הטיפולי, בין השאר, באמצעות שיקוף - Mirroring**.** כשלים חוזרים בסביבה ההתפתחותית בילדות עלולים לגרום לחוויה עצמית שחסרה בהכרה. העברה באמצעות השתקפות מתרחשת כאשר המטפל ממלא עבור המטופל תפקיד מתפעל שהמטופל זקוק לו בנקודת הזמן הנוכחית כדי להתפתח. קוהוט זיהה מספר סוגים של העברות זולת עצמי: העברת מראה (העברה בה המטופל מרגיש מוחזק ויכול להתחיל להרגיש אמיתי יותר), העברת האדרה, העברת תאומות (מיטשל & בלאק, 2006; ע' 232-234).

דונלנד ויניקוט (1896-1971) מעיד על עצמו שהושפע ממאמרו של לאקאן על שלב הראי, אך בשונה מלאקאן, התמקד ביחידה אם-תינוק כאשר האם המסתכלת על תינוקה, מראה פניה מבטא את מה שהיא רואה. במצב פחות רצוי, בו, האם משקפת את מצבי רוחה, התינוק אינו מזהה את עצמו. פני האם כבר אינם תמונת ראי. למצב זה מספר השלכות התפתחותיות בהן לא נדון כאן. בשלבים יותר מאוחרים של ההתפתחות, כאשר התלות בסביבה פוחתת, יש עדיין חשיבות לשלמות המשפחה וגישתם של בני המשפחה. ניתן לכלול בזה את המראות המוחשיות התלויות בבית ואת ההזדמנויות שיש לילד לראות את ההורים ובני משפחה אחרים מתבוננים בעצמם.

בעקבות התייחסותו ליחסי אם ילד, ויניקוט, תפס את הראי כמטפורה לטיפול הפסיכואנליטי כולו. הטיפול הוא ההשבה ארוכת הטווח שאנו משיבים למטופל את מי שהוא (ויניקוט, 1967; ע' 134-128).

הפסיכותרפיה היא בעיקרה נגזרת מורכבת של הפנים המשקפים את מה שישנו שם להיראות. הפסיכותרפיה, הדיאלוג והאינטראקציה בין המטפל והמטופל, מביאה למצב בו המטופל מסוגל להתקיים ולהרגיש ממשי כלומר להתקיים בתוך עצמו, להתייחס לאובייקטים בתוך עצמו ולהפיק התרגעות והתחדשות. המירורינג מאפשר להרגיש מובן, להרגיש שמישהו עוקב באמפתיה אחר המחשבות, החוויות והרגשות שלנו. זה דורש רצון והתכוננות להיכנס לעולמו של המטופל.

משמעות ההשתקפות והמראה לפי הפסיכולוגיה האנליטית

"הלא מודע הקולקטיבי הנו תמונת ראי היסטורית של העולם" (Jung, 1977, par. 507).
המשפט הזה המעלה את המראה כדימוי ארכיטיפי, נעשה מובן יותר כאשר מבינים את גישתו של יונג בנושא ההשלכה.

יונג הכיר את מושג "ההשלכה" עליו דיבר פרויד, אך הוא השתמש במושג זה באופנים נוספים. לפי פרויד, אנו משליכים על אובייקטים חיצוניים את המשאלות והדחפים המודחקים שלנו כאשר ההשלכה משמשת כמנגנון הגנה מפני קונפליקטים פנימיים (Freud, 1975; p. 61-64).

יונג מתאר שהביטוי הסימבולי של הלא מודע ע"י המים ומשטח המראה שלהם, מתכתב עם מושג ההשלכה. כשם שאיננו יכולים לראות את מעמקי הים, כך גם איננו יכולים לראות רבדים עמוקים של הנפש. על פני השטח, על סף האזור בין המודע ללא מודע, דימויי חלום מופיעים באופן ספונטני ומביאים אתם מידע על המעמקים ומשקפים את האישיות המודעת, גם אם לא באופן זהה לחלוטין. ההשתקפות מגיעה באופן של דימוי סימבולי שיש לו מקום בשני העולמות (Jung, 1973; p. 255).

לפי יונג, כל תוכן לא מודע, ולא רק המודחק, מועד להשלכה. ההשלכה, שהינה לא מודעת, מעבירה חומרים לא מודעים לאובייקט חיצוני.

בספרו, הארכיטיפים והלא מודע, כותב יונג: "זה לא העולם כפי שאנו מכירים אותו, כאשר הוא מתגלה מתוך הלא מודע, אלא העולם הלא ידוע של הנפש, המשקף את עולמנו האמפירי רק בחלקו ומעצב אותו בהתאמה להנחות המנטליות שלנו... ". "כל התהליכים בטבע מקדמת דנא, כגון קיץ וחורף, עונות הירח וכו' הם התרחשויות אובייקטיביות כמו גם ביטויים סימבוליים של הדרמה הפנימית הלא מודעת בנפש, הנגישה למודעות ע"י מנגנון ההשלכה".

"ההשלכה היא כה בסיסית כך שזה לקח אלפי שנים של ציביליזציה להפריד אותה מהאירועים החיצוניים. מנגנון ההשלכה פועל באופן חיובי כאשר הוא מהווה גשר בין הליבידו והאובייקט החיצוני, תוך הכרת הערך הסימבולי שלו. אובייקט חיצוני מהווה אקטיבציה של תכנים לא מודעים וכך מופעל מנגנון ההשלכה שהאגו מעניק לו את המשמעות עבורו".
(Jung, (1990; p. 6). ההשלכה צובעת ומפעילה את מרבית היחסים הבין אישיים והיחסים מתפתחים תוך כדי החזרת/נסיגת ההשלכות (Jung, 1978; par. 507-508). במאמר הנוכחי, האובייקט להשלכה הוא המראה.

המחשבה של יונג ושל נוימן בעקבותיו, שהלא מודע הקולקטיבי הוא המקור הראשוני ליצירת דימויים וסימבולים המתגלים ביצירת המיתוסים, האגדות, הספרות, האמנות ובקולנוע, מהווה את הבסיס של הפרשנות הפסיכולוגית לדימוי של המראה.

כאן דוגמה של ציור בה למראה תפקיד סימבולי:





נישואי הזוג ארנולפיני- ציור של יאן ון אייק, 1434; בגלריה הלאומית בלונדון.
במראה, במרכז הציור מאחורי בני הזוג משתקפת ההיסטוריה של יחסי הזוג והתפתחות המשפחה.

יונג וקמפבל טענו שהמיתולוגיה משקפת תהליכי נפש וסיטואציות ארכיטיפיות, ותוך כך, מקדמת את המודעות ואת התרבות בכלל. בהקשר זה, יונג מביא את המיתוס של פרומתיאוס (תרגום רנן, 2000; 2.3) כביטוי לתהליך שכזה, כאשר דימוי-המראה של תיבת פנדורה הוא המאפשר את גאולתו של פרומתיאוס במציאות הנפשית שלו.
הקשר ביניהם אינו של אינטראקציה במציאות אלא מתקיים מכוחו וזעמו של זאוס אשר מעניש את פרומתיאוס בשל גניבת האש עבור בני האדם ואת בני האדם ע"י שליחתה של פנדורה עם תיבת האסונות/הקללות/המצוקות כאשר מתוכי/מעמקי התיבה עולה התקווה, הגאולה, ההתחדשות.
תיבת פנדורה הינה <u>דימוי-מראה</u> המסמל את התהליך הנפשי אותו עובר פרומתיאוס כאשר הוא צולל למעמקי הלא מודע שלו עצמו בשל העונש מהאלים (Jung, 1976; par 294-297).
יונג כותב שאומנם נהוג להמשיג השתקפות כמצב קוגניטיבי של האגו, כמו למשל כאשר אישה מסתכלת במראה ובבואתה עומדת מולה, אך לדעתו, ההשתקפות מהווה גם אינסטינקט.
אינסטינקט ההשתקפות, שונה מהדחף לפעילות ומאפיין את האדם. המילה השתקפות- ובאנגלית- Reflection מקורה במילה - Reflexio שמשמעותה התכופפות לאחור. באופן פסיכולוגי המשמעות היא שיש התערבות בפעילות של הרפלקס הנושא את הגירוי, לקראת שחרורו האינסטינקטיבי. קודם השחרור הוא פנימה, בניגוד לאינסטינקטים האחרים שמשתחררים לעולם החיצוני. ההשתקפות משחזרת את העוררות ומביאה את הגירוי לסדרות של דימויים

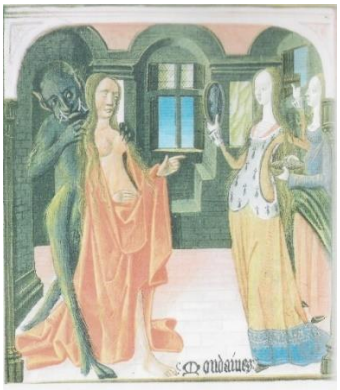
היכולים לבוא לידי ביטוי או בדיבור, או במחשבה מופשטת, ייצוג דרמטי או התנהגות מוסרית, או הישג מדעי או עבודת אמנות. באמצעות אינסטינקט ההשתקפות, הגירויים מותמרים לתוכן נפשי וכך נוצרת החוויה העושה דרכה למודעות (Jung, 1978; par 240-243).

לדוגמא, המיתוס של פרסאוס. פרסאוס, נשלח ע"י פולידקטס, שליט האי סריפוס בים האגאי, שרצה במותו, לכרות את ראשה של המפלצת מדוזה. ברם, כל המסתכל על ראשה, היה נהפך לאבן. אתנה, אלת החוכמה, באה לעזרתו ונתנה לו מגן-מראה, כלומר, הפעילה בתוכו את אינסטינקט ההשתקפות (reflexio- התכופפות לאחור) שמנע ממנו להביט באופן ישיר במדוזה ולהיחשף לסכנה של התאבנות וכך הצליח לכרות את ראשה. בנוסף, ניתן לפרש את משמעות השימוש במגן-מראה כדימוי לחוכמה אנושית, לאינטלקט בפעולה כפי שיונג כותב:

"המראה ככלי הכרחי/חיוני של הניווט, ללא כל ספק משתייכת לאינטלקט שיש לו את היכולת לחשוב ותמיד משכנע אותנו לזהות את עצמנו עם הרפלקציות, התובנות שלנו. הראי הוא אחד הדימויים המועדפים גם ע"י שופנאואר עבור האינטלקט" (Jung, 1993; par. 149).

יונג מתייחס להיבט של הצל העולה כאשר היחיד מביט במראה: "המסתכל במראה רואה את פניו. מי שמסתכל על עצמו לוקח סיכון של קונפרונטציה עם עצמו. המראה אינה מחמיאה היא מחזירה את כל מה שמשתקף בה. הכוונה לאותם פנים שאנחנו לא מראים לעולם משום שאנו מכסים אותם עם הפרסונה, המסכה של השחקן. המראה שוכנת מאחורי המסכה ומראה את הפנים האמיתיות... הפגישה של האחד עם עצמו היא קודם כל הפגישה עם הצל" (Jung, 1990; par. 43).

נזכיר כאן את האגדה על שלגייה.. האם החורגת מאוימת מיופייה של שלגיה וכך מביטה במראה: **"ראי ראי הגד נא לי, מי היפה בתבל?"** היופי הטהור והאידיאלי מעורר את הקנאה והשנאה הנוראה של האם החורגת, שרוצה להיות האישה היפה ביותר בעולם. הקיטוב בין הניגודים, בשלב הזה הוא בלתי מודע. במראה משתקפת הצד הנורא של האם החורגת. כאשר האם החורגת מסתכלת בדמותה במראה היבטים אילו של הצל מתעוררים. בתמונה הבאה אפשר לראות את השתקפות הצל כאשר הנסיכה הענוגה מסתכלת במראה:



דוגמא נוספת להשתקפות הצל במראה ניתן לראות בסדרת הטלוויזיה האמריקאית "טווין פיקס", כאשר האב "הדואג והאבל" של הנערה הנרצחת (כאשר עדיין לא ידוע שהוא הרוצח), מסתכל במראה ומתוך המראה עולה ומתגלה דמותו השטנית מתוך הצל הארכיטיפי המשתלט על האישיות.

פעמים רבות המראה עם עומק ההשתקפות שלה, מאפשרת אבחנה או תיקוף של מצבו הנפשי של האדם. לדוגמא, ויטמונט, מתאר טפול בנערה בת 19 שבגיל שנה נפטרה אחותה הבכורה וכל שנות ילדותה גדלה בהרגשה שהיא צריכה להיות מושלמת על מנת לפצות את הוריה על העדר אחותה. והנה חלומה:

"אני עומדת באולם גדול. מאוד קר בו. אני מודאגת שמא הגעתי למקום הלא הנכון... החרדה שלי מתעצמת ואני מסתובבת בשביל לברוח, אבל לא יכולתי לזוז. לפני הייתה מראה גדולה שבה ראיתי את עצמי לבושה באופן מהודר. לבשתי פיג'מה ממשי שחור. רציתי לפשוט את הפיג'מה, לא מעצמי אלא מההשתקפות שלי במראה... הורדתי מעצמי ז'קט אחר ז'קט ולא היה לזה סוף ותמיד היה שם ז'קט מתחת".

החלום מציג את החוויה הפנימית הקרה והמנוכרת שלה ללא זהות אישית (האולם הקר) כאשר היא מפחדת שאינה במקום הנכון. ואכן כך. היא באמת לא במקום הנכון. היא לא יכולה לברוח מאחר ואינה יכולה למצוא את עצמה או להיות בקשר עם חלקים של עצמה. היא לא במגע עם עצמה אלא רק עם התדמית המשתקפת שלה. המראה מאפשרת לראות את הדיסוציאציה של האישיות מאחר והיא רואה בה רק את הפרסונה (לבושה מהודר בלבוש קולקטיבי) והאגו החולם מנסה ללא הצלחה להגיע לדיפרנציאציה מזהות הפרסונה ללא הצלחה. היא אינה יכולה להיות במגע עם הזהות העצמית הערומה באולם הקר –בהעדר רגש חם ואוהב – כאשר היא חייה באמצעות תדמית. המראה משקפת את הקושי שלה להגיע לזהות הפנימית שלה עצמה (Whitmont, 1978; P. 157).

פון פרנץ מתארת את הקוואטרניו שנוצר ע"י מודעות האגו והמרחב הלא המודע ומושתת על יחסי-מראה סימטריים של השתקפות והשלכה הדדית. היחסים בין האגו והסלף, מצביעים על מבנה ריבועי שיש לו משמעות רבה בתהליכים פסיכולוגיים. לשני החלקים של האישיות, האגו ומרכז הלא-מודע, מבנה המקביל לדימוי המראה. ההופעה של ההשלכה, קרוב לוודאי קשורה עם היחסים הסימטריים של המראה, בין קומפלקס האגו ומרכז האישיות הלא מודעת. היכולת לשקף, קשורה ביחסים אלה (Von Franz, 1998; p. 49; 81).

כדוגמא ליחסים הסימטריים ניתן למצוא בספרות גם בספרו של לואיס קרול "הרפתקאותיה של אליס בארץ הפלאות, מבעד למראה":



..."עוד רגע ואליס עברה מבעד למראה, ונחתה בקפיצה קלה אל תוך חדר המראה. היא שמחה לגלות שם אש אמיתית באח, בוערת בזוהר עז, ממש כמו האש שנטשה מאחור. "אז יהיה לי כאן חם כמו שהיה לי בחדר הישן," חשבה אליס: "הו, כמה זה יהיה משעשע, כשיראו אותי כאן מבעד למראה, ולא יוכלו להגיע אלי!" היא התחילה להתבונן סביבה, והבחינה שמה שניתן היה לראות מן החדר הישן היה די רגיל ולא מעניין, אבל כל השאר היה שונה בתכלית. למשל, התמונות על הקיר ליד האח נראו חיות לגמרי, ואפילו לשעון שעל כרכוב-האח (אתם יודעים שאפשר לראות במראה רק את גבו) היה פרצוף של זקן קטן והוא חייך אליה"... (קרול, 1966; ע' 10).

במאמר " סמליות החלום האינדיבידואלי בהקשר של האלכימיה", מביא יונג ניתוח של סדרת חלומות של הפיזיקאי וולפגנג פאולי (1900-1958) שהיה מטופל של רופאה בהדרכתו ואחרי הפסקה המשיך את האנליזה אצלו. בגיל 29, פאולי חווה משבר נפשי בעקבות אירועים קשים – גירושי הוריו ונישואי האב לבחורה צעירה, התאבדותה של אימו וגירושיו שלו מרקדנית קברט לה היה נשוי שנה. בנוסף התמכר לאלכוהול.
בחלומותיו של פאולי מופיע לא פעם דימוי המראה. בחלום הבא, תפקוד המראה נפגע: "אני, רופא, טייס ועוד אישה לא ידועים לי בטיול במטוס. לפתע כדור קרוקט מנפץ את המראה, שהיא חיונית עבור הניווט והמטוס מתרסק על האדמה".
יונג מסביר, כי הרופא, הטייס והאישה הינם זרים ולכן מייצגים היבטים של הלא מודע. כך שאגו החלום, הרופא, הטייס והאישה יוצרים את מבנה הקוואטרניו.
האישה הזרה / האנימה, מייצגת את הפונקציה הנחותה של החולם – הרגש. הכדור, שהוא עגול, מסמל אולי את תחושת השאיפה לשלמות שכאן פוגעת במראה. הנטייה להמריא עם מחשבות גבוהות ואמביציות מוגזמות פוגעות באיזון התפקוד הנפשי. שבירת המראה הורסת את פעולת אינסטינקט ההשתקפות והחולם תוך שימוש יתר באינטלקט פוגע בתהליך האינדיבידואציה שלו. הקרוקט, במציאות הוא משחק על האדמה ולא באוויר. כאשר הכדור יוצא החוצה, תוך כדי "טיסה מרקיעת שחקים" המצב נעשה מסוכן.

חלום נוסף של פאולי, כחודש לאחר החלום הקודם, מדגים את תפקוד היחסים הסימטריים של דימוי המראה וכן את השיפור במצבו הנפשי שבא לידי ביטוי בתנועה ההיקפית לטובת תהליך האינדיבידואציה:

"בחלומי לילה, כוכבים בשמיים. קול אומר – 'עכשיו זה יתחיל'. שאלתי- 'מה יתחיל?' הקול ענה- 'הסירקולציה (תנועה סיבובית) יכולה להתחיל'. ואז נפל כוכב בעקומה שמאלה. הסצ'נה משתנה ואני נמצא במועדון לילה עלוב. בעל המועדון – איש חסר מצפון ונוכל מבלה שם עם נערות מפוקפקות. מתחילה מריבה לגבי שמאל וימין. אני עוזב את המועדון ומקיף בנהיגה את הכיכר ושוב מוצא את עצמי במועדון. בעל המועדון אומר: 'מה שהם אמרו לגבי שמאל וימין לא תואם את הרגשתי. האם באמת יש דבר כזה כמו שמאל וימין בחברה האנושית?' עניתי לו: 'הקיום של שמאל אינו סותר את זה של הימין. שניהם מתקיימים בקרב כל אחד. השמאל הוא **דימוי המראה** של הימין. **תמיד כשאני מרגיש כך**, **כדימוי מראה**, **אני מרגיש כאחד, כשלם עם עצמי**. אין צד שמאל וצד ימין בחברה האנושית, אבל יש אנשים סימטריים, חד-צדדיים. החד-צדדיים הם אותם אנשים שיכולים לממש רק היבט אחד באישיותם – או שמאל או ימין. הם עדיין במצב ילדותי'. בעל המועדון, מהורהר, אומר: 'עכשיו זה נשמע הרבה יותר טוב' ופונה לענייניו"(Jung, 1993; par. 227).

תחילת התרחשות החלום קורית ברובד של הלא מודע הקולקטיבי, או ברובד הקוסמי בשפתו של יונג. דימוי המראה מאפשר אינטגרציה של מכלול האישיות. הסימטריה היא תשובה לקונפליקט הפנימי. כל צד צריך לאזן את הצד השני. במילים אחרות- הלא מודע נהייה המשלים הסימטרי של המודע למרות שעדיין לא ברור מי משניהם המשתקף.

רואים בחלום את היחסים הסימטריים בין הלא מודע והמודע שמשתקפים בדימוי המראה, כאשר העלילה בחלום מקרבת ניגודים אלה בהפיכת השמאל והימין לסלוגן חברתי-היבט באישיותו של פאולי -ומקדמת את תחושת השלמות. גם אזורי הצל מתמקמים טוב יותר באישיות. ניתן להבין כאן את פעילות הפונקציה הטרנסצנדנטית, כאשר המראה היא סימבול שלה.

יונג קרא לפעילות הלא ידועה של הלא מודע, זו המייצרת באופן ספונטני את הסימבולים, בשם "הפונקציה הטרנסצנדנטית". הוא בחר בשם הזה, כי הפונקציה מאפשרת מעבר מעמדה אחת לאחרת. התפקוד הטרנסצנדנטי מאפשר תהליך של העלאת חומרים מהלא מודע לתודעה, שחרור המטען האנרגטי שלהם והתמרתם לכוחות הפועלים בשירות ההתפתחות והאינדיבידואציה (Jung, 1976; par. 759; Jung, 1978; par. 145, 189).

חלומות אף משקפים, לעיתים, ליקויים בתפקוד של הפונקציה הטרנסצנדנטית, באמצעות סימבול המראה. לדוגמא, חלום של מטופל של ד"ר באואר:

"אני צועד בעלייה. ההליכה מאוד מכאיבה כך שאני מתחיל לדלג ומתקדם מהר מאוד, חצי מעופף וחצי מדלג תוך כדי שאני נוגע בקרקע באופן מקרי. בדרך פוגש בקבצן זקן המחפש

את דרכו.... הדרך מובילה לבניין, מאבן צהובה עם שני אגפים וחצר מלפנים. אני מתרשם שזה סוג של בית סוהר... בגן יש ילד ערבי בן 6 או 8 שמלגלג עלי. אז אני קופץ ונתלה על הקורה של השער והילד הערבי מתחיל לצעוק וליילל שאסור להיכנס. לא אכפת לי ואני מתקרב לדלת הבניין. מאוד חם וליד הקיר מונחים חלקים של רהיטים חדשים, כאילו שעכשיו פרקו אותם מהמשאית. ביניהם יש כיור עם **מסגרת עבור מראה אבל ללא מראה.** אני מתקרב יותר ורואה שעל הדלת יש שלט וכתוב: ד"ר באואר. אני מצלצל בפעמון". (Jung, 1995; P. 274).

בלי להיכנס להקשרים במציאות של המטופל, הרי שהחלום מצביע על קשיים רבים בדרך בה הוא מתנהל בחיים, המובילים אותו לטפול אצל ד"ר באואר. ברמה הסובייקטיבית החלום מעלה כי בבואו של החולם לטפול יש קושי לפגוש את עצמו (אין מראה בתוך המסגרת). ייתכן וניתן להבין זאת גם ברמה של היחסים הטרנספרסיאליים וגם בקושי של המטופל על רמת התפקוד הטרנסצנדנטי ובתהליך יצירת התובנות (המראה גם כדימוי לאינטלקט).

בספרה של אילנה ברנשטיין, סופרת בת זמננו, מגלמת המראה, את השבר בנפשה של אם יחידנית לשני ילדים: "במראה שבחדר האמבטיה הסתכלה עלי אמא של הילדים שלי. לא נפגשנו זמן רב. גם אני הסתכלתי עליה. בקושי היה אפשר לזהות פרטים. בחוץ עמד חורף גס, מת מאדישות. שמעתי את הנשימות של הקור... בעודי שקועה בחיים הייתי מנותקת ממנה רוב הזמן, על כן מופתעת הייתי לראותה כה מצומקת, העיניים הבהירות הגדולות התרוצצו בתוך מכרות כהים... לא דמו כלל לעיניים שלה... גם האף בלט יתר על המידה... זאת אני אמרתי לה, זאת אני... היה אפשר לחשוב שניטלה ממנה רוח חיים. הייתי מנותקת מעצמי. זרה"...(2018; ע' 52-53). ברמה הראשונית של מטפורה, הרי מדובר במשבר בחיי האדם, ברמה עמוקה יותר מדובר בניתוק, בהיעדר התפקוד של הפונקציה הטרנסצנדנטית.

הקושי לפגוש את עצמך בהשתקפות דמותך עלה לראשונה במיתוס של נרקיס.
במיתוס כפי שמסופר על ידי אובידיוס בספרו מטמורפוזות, מסופר על נרקיסוס, שהיה עלם יפה ויהיר. אביו אל הנהר קפיסוס ואמו הייתה נימפת העצב ליריופה. ליריופה חרדה לעתיד בנה, הלכה להיוועץ בנביא תרסיאס שאמר לה כי נרקיסוס "יאריך ימים בלבד אם לא ידע את עצמו". כלומר, אם יבין כי הוא אוהב רק את עצמו, ימות. נרקיסוס, שהיה עלם יפהפה, בילה את זמנו בצייד ודחה את אהבתה של אקו, על כך נענש ע"י האלה נמסיס, אלת הזיכרון והנקם. כאשר היה מאוד צמא, ניגש לשתות ממי-נחל. ברגע שהבחין בבבואתו הוא התאהב בה מבלי לדעת שזה בעצם הוא וברגע שהתכופף לנשק את הבבואה, היא נעלמה והוא נותר עם לב שבור. צימאונו גבר עליו אך לא העז לגעת במים מחשש לפגוע בבבואתו, בסופו של דבר מת מצמא ומאהבתו העצמית, תוך בהייה מתמדת בבבואתו.



(הצייר Waterhouse 1849-1917)

המראה, או השתקפותו של נרקיס במים, מייצגת את הנטייה המסוכנת שיש לבני אדם כאשר לא מתפתחים יחסי אובייקט על בסיס של התייחסות לאחר. הדוגמא בת זמננו, עם התפתחות הטכנולוגיה, היא תמונת ה"סלפי" שכה שכיחה ומקבלת עידוד מתרבות הצרכנות והפרסום.

מעבר להיעדר התפתחות יחסי אובייקט, יש כאן ניתוק בין האגו והסלף כאשר לא מתקיימים היחסים הסימטריים בין האגו לסלף והאגו אינו פוגש במבטו את הסלף וכך אין לו יכולת קיום. הדימוי הארכיטיפי של הגיבור מייצג את היכולת של הנפש לבנות כל פעם מחדש יחסי שיקוף בין המודע והלא מודע (Schwartz-Salant, 1982, p. 45-46). לפגוש, מעבר לנרקיסיזם, את האחר שקורא לנו ללא הרף מתוך אותם מעמקים של המים, מקור החיים והשתקפויותיו, תוך התבוננות עמוקה יותר לתוכם .

ורסיה נוספת של המיתוס של נרקיס נמצאה ע"י פאוסניאס אשר סקר את תולדות יוון במאה ה-II לספירה, בה מסופר שלנרקיס הייתה אחות תאומה; הם היו דומים מאוד במראה החיצוני, השיער שלהם היה אותו דבר, הם לבשו בגדים דומים, ויצאו יחד לצייד. נרקיס התאהב באחותו אך כאשר היא מתה, היה הולך למעיין, מביט בו ורואה את השתקפותו. למרות שידע שזו בבואתו, מצא הקלה לאבל שחש על אחותו-אהובתו, כאשר בדמיונו ראה, לא את בבואתו שלו, אלא את דמות אחותו.
רק לאחר מותם של מבנים נרקיסיסטיים, נרקיס יכול להתאחד מחדש, לא עם עצמו, אלא עם החצי השני של עצמו - אהובתו, מתה אך לא מתה, האנימה שלו. התאוששות הנשמה כעצמי, של הצד הנשי של כל בן אנוש ללא קשר למין (כולל פרספונה) דורש הקרבה של הגברי, המרוכז באגו, המגולם ע"י הצד מודע של הזהות שלנו. (Schwartz-Salant, 1982, p. 140-141).
מריו יעקובי מרחיב את משמעות ההפרעה ומציין שנרקיס בנעוריו היה צייד, ז.א. מה שמאפיין אותו הוא התנהגות אינסטינקטואלית-גברית ברמה בסיסית ביותר כאשר אין התפתחות נוספת אלא טרנספורמציה שלילית, תוך כדי שהוא מוקסם מבבואתו המשתקפת איליו, עמדה אשר לא מאפשרת את תהליך האינדיבידואציה (Jacoby, 2006; p. 16-19).

במבט נוסף, נרקיס, כאילו מסתכל למעמקים, אך לא מסוגל להתחבר עם האנימה שלו, עם האחר שבתוכו. כותב יונג בספר האדום: "הדרך האמיתית אינה מובילה למעלה, אלא לעבר

המעמקים, מאחר ורק האחר שלי מוביל אותי מעבר לעצמי. קבלת האחר משמעותה ירידה לקוטב המנוגד" (Jung, 2009; p. 293).

במאה -13, נכתבה וורסיה נוספת בשם ה"רומנטיקה של הוורד" (Schwartz-Salant, 1982, 141; quoted from Vigne, 20) כאן, המספר מספר לנו כיצד ה"אני-כאגו" מגלה את מרכז גן התענוגות אליו הצליח להיכנס – ושם המעיין של נרקיס. במקום לשכפל את הטעות הקטלנית של נרקיס, המספר הצליח להבחין בתוך מעמקי המים מראה מסנוור - כזה שישנה לחלוטין את הדרך שלו להתייחס לעולם. הוא חזה בשני גבישים קריסטלים אשר הפיקו שלל צבעים. שני הגבישים שזוהרים מתוך מעמקי אביב החיים, הם "העיניים של האחר" . כאן מוטיב המראה מאפשר טרנספורמציה.



Garden of Pleasure, miniature, c. 1400; Guillaume de Loris and Jean de Meung, Roman de la Rose; ms. Egerton 1069, f.

יצירה ספרותית ידועה על גבר המתאהב בדמוי המראה שלו עצמו, נכתבה ע"י אוסקר ווילד ב- 1891: "תמונתו של דוריאן גריי". הספר מתאר את קורותיו של דוריאן גריי, צעיר יפה תואר, כפרי ותמים, המגיע ללונדון – העיר הגדולה. דוריאן הוא אדם בעל תווי פנים אציליים ועדינים להפליא, המקרינים טוב לב, יושר, צדק וצניעות. דוריאן הצעיר מתפעל מאורחות החיים בעיר הגדולה וחובר אל צייר מוכשר, באזיל הלווארד, המצייר את דיוקנו האישי. הדיוקן מצויר בדייקנות רבה ודוריאן מביע משאלה, שתמיד ימשיך להיראות צעיר ויפה כמו בציור. במהלך העלילה, דוריאן לא מפתח יחסים הדדיים בין אישיים ונעשה מושחת, משקר, מתעלל ורוצח. הוא נשאר עם יופיו החיצוני אך תמונתו שמשקפת את נפשו, מתכערת. התמונה שבזיל צייר משקפת את תהליך ההתדרדרות המוסרית של דוריאן והיא מזדקנת ומתכערת במקומו. בעצם יש פה הזדהות של האגו עם הפרסונה והתכחשות לצל הפועל ומתעצם בתוכו. הספור מסתיים ברצח הצייר, השמדת התמונה\ציור ובהתאבדותו, מדגים את היעדר האפשרות לחיות כאשר אין יחסים סימטריים בין האגו והסלף וציור הדיוקן של דוריאן, ע"י הצייר באזיל, מזדקן ומתכער

ונהיה מפלצת במקומו, משקף את האני הפנימי שלו, תחליף לשיקוף הפנימי של המראה, של הסלף.

לאורך ההיסטוריה, הניסיונות של ציירים לצייר דיוקן עצמי תוך מבט במראה, תוך כדי הפעלת הדמיון הארכיטיפי (Uraneck, 2021), באים לידי ביטוי בציורי דיוקן עצמי. ציור הדיוקן של ליאונרדו דה וינצ'י המביא לידי ביטוי את השתקפות ארכיטיפ הזקן החכם המסמל את ההיבט הרוחני באישיות (Jung, 1990 ; par. 396) ואפשר אף לומר שכאשר צייר את המונה ליזה, השתקפה בציור האנימה שלו. ציורי הדיוקן שלו הם רבים לאורך השנים וניכרת בהם בדיקה עצמית אינטנסיבית.



Leonardo da Vinci, circa 1512, “Self Portrait as an Old Man”

Leonardo da Vinci,1513, Mona Lisa, Museum de Louvre

הילמן מתייחס לתמונת "הצייר הצעיר" אותה פיקסו מצייר בערוב ימיו, שנה לפני מותו, בהקשר המחשבות שלו על "לחיות את החיים אחורנית". הילמן מביא את דברי פיקסו: "הנה מי שאתה פיקסו, אתה הוא אני, הצייר הצעיר לעד. אני הוא הליצן, אני המבט התם, הרענן, האפל, אני הוא מרקורי התזזיתי, המלנכוליה הסנטימנטלית, הכחלחלה, הנער הצעיר". "כשאני שומע אנשים מדברים על התפתחותו של אמן, נדמה לי שהם רואים את האמן כמי שניצב בין שתי מראות מנוגדות המשקפות עד אינסוף את בבואתו במראה" (הילמן, 2022).



1972 מוזיאון פיקסו בפאריז



דיוקן משולש של הצייר האמריקאי נורמן רוקוול (1960)

הרבה מאוד ציירים מציירים איש/אישה המביטים במראה. לעיתים המראה מדגישה את היופי ולעיתים היבט אחר של האישיות, כאשר לעיתים הדמות הניבטת במראה שונה מהדמות המביטה:


פיקסו


מגריט


מאנה


צ'ייז


אקארד




רוקוול

נורית צדרבוים, אומנית וחוקרת אומנות גם כן מביאה את נושא דיוקן העצמי באמצעות המראה (Cederboum, 2009).

דימוי המראה מופיע גם בשירים. למשל בשיר המראָה של סילביה פלאת' (מתוך: אלקטרה בשביל האזילאות, הוצאת ספרים כרמל). בשיר, המראה מתארת את עצמה, כאילו יש לה חיים משל עצמה, בלי קשר לאישה שמביטה בה, ועדיין מספרת את הסתירות והדילמות של נפש האישה במסע החיפוש אחר זהותה האמיתית:

אֲנִי עֲשׁוּיָה כֶּסֶף ומדויקת. אֵין לִי כָּל דֵּעוֹת קְדוּמוֹת.
כָּל מַה שֶׁאֲנִי רוֹאָה אֲנִי בּוֹלַעַת מִיָּד
בְּדִיּוּק כְּמוֹת שֶׁהוּא, לְלֹא עֵרְפּוּל שֶׁל אַהֲבָה אוֹ סְלִידָה.
אֵינֶנִּי אַכְזָרִית, אֲנִי רַק אמיתית,
עֵינוֹ שֶׁל אֵל קָטָן בַּעַל אַרְבַּע פינות
רוֹב הַזְּמַן אֲנִי הוֹגָה בַּקִּיר שֶׁמִּמּוּל.
הוּא וָרֹד עִם כְּתָמִים. הִבַּטְתִּי בּוֹ זְמַן כֹּה רַב
עַד שֶׁאֲנִי חֶשָׁה שֶׁהוּא חֵלֶק מִלִּבִּי. אַךְ הוּא מְהַבְהֵב.
פָּנִים וַחֲשֵׁכָה שָׂבִים וּמַפְרִידִים בֵּינֵינוּ.
עַתָּה אֲנִי אֲגַם. אִישָׁה גּוֹחֶנֶת מֵעָלַי,
מְחַפֶּשֶׂת בְּכָל תְּחוּמַי מַה הִיא בֶּאֱמֶת.

וְאָז הִיא פּוֹנָה לְאוֹתָם שַׁקְרָנִים, הַגֵּרוֹת אוֹ הַלְבָנָה.

אֲנִי רוֹאֶה אֶת גַּבָּהּ, וּמְשַׁקֶּפֶת אוֹתוֹ בְּנֶאֱמָנוּת,

הִיא גּוֹמֶלֶת לִי בִּדְמָעוֹת וּבְסַעֲרַת יָדַיִם.

אֲנִי חֲשׁוּבָה לָהּ. הִיא בָּאָה וְהוֹלֶכֶת.

כָּל בֹּקֶר פָּנֶיהָ מַחְלִיפוֹת אֶת הַחֲשֵׁכָה.

בְּתוֹכִי הִטְבִּיעָה נַעֲרָה צְעִירָה, וּמִתּוֹכִי אִישָׁה זְקֵנָה

צָפָה וְעוֹלָה לְעֶבְרָהּ יוֹם אַחַר יוֹם, כְּדָג נוֹרָא.

משיריה של לאה גולדברג:

מִבֵּית אִמִּי (שירים, כרך שני, ספריית הפועלים 1973, ע' 256.)

מֵתָה אִמָּהּ שֶׁל אִמִּי
בַּאֲבִיב יָמֶיהָ. וּבְתָהּ
לֹא זָכְרָה אֶת פָּנֶיהָ. דְּיוֹקָנָהּ הֶחָרוּט
עַל לִבּוֹ שֶׁל סָבִי
נִמְחָה מֵעוֹלָם הַדְּמֻיּוֹת
אַחֲרֵי מוֹתוֹ.

רַק הָרְאִי שֶׁלָּהּ נִשְׁתַּיֵּיר בַּבַּיִת,
הֶעָמִיק מֵרֹב שָׁנִים בְּמִשְׁבָּצֶת הַכֶּסֶף.
וַאֲנִי, נֶכְדָּתָהּ הַחֲוֶרֶת, שֶׁאֵינֶנִּי דּוֹמָה לָהּ,
מַבִּיטָה הַיּוֹם אֶל תּוֹכוֹ כְּאֶל תּוֹךְ
אֲגַם הַטּוֹמֶן אוֹצָרוֹתָיו
מִתַּחַת לַמַּיִם.

עָמֹק מְאֹד, מֵאֲחוֹרֵי פָּנַי,
אֲנִי רוֹאָה אישה צְעִירָה
וְרֵדַת לְחָיַיִם מחייכת.
וּפֶאָה נָכְרִית לְרֹאשָׁהּ.
הִיא עוֹנֶדֶת
עָגִיל מָאֶרֶךְ אֶל תְּנוּךְ אָזְנָהּ, מַשְׁחִילַתְהוּ
בְּנָקֵב זָעִיר בַּבָּשָׂר הענוג
שֶׁל הָאֹזֶן.

עָמֹק מְאֹד, מֵאֲחוֹרֵי פָּנַי, קוֹרֶנֶת
זְהוּבִית בְּהִירָה שֶׁל עֵינֶיהָ.
וְהָרְאִי מַמְשִׁיךְ אֶת מָסֹרֶת
הַמִּשְׁפָּחָה:
שֶׁהִיא הייתה יָפָה מְאֹד.

הראי של הסבתא שנשאר בבית, הוא זה המשמר את דיוקן פניה ולמעשה גם את מסורת המשפחה. הראי שומר לנצח את הבבואה שנשתקפה בו בעבר, או במילים אחרות הראי כדימוי לארכיטיפ האם, כאשר דרך ההתבוננות הנכדה/המשוררת, היא מתחברת לרבדים פנימיים של נשיותה.

הראי, לאה גולדברג
מתוך: **שירים**, כרך ראשון, ספרית פועלים, תשל"ג 1973, עמ' 106

בְּקִפְלֵי הַוִילוֹן מִתְחַבְּאִים הָרוּחוֹת
וְהַחֶדֶר הוּא אִי בְּיָם הַסַהַר.
בְּרִאִי מִשְׁתַּקְפוֹת אַגָּדוֹת הַפּוּכוֹת -
הַסוּסוֹן הַגְּבֶן מְגַמֵּא מַמְלָכוֹת,
מְהַלְכִים בְּיַעַר אָח וְאָחוֹת,
וּזְאֵב וְצַיָּד בַּיַּעַר.
וְשִׁבְעָה גְּדָיִים מְצַפִּים לְאִמָּם,
וּמַלְכָּה אֲצְבָעָהּ בַּמַּחַט דּוֹקֶרֶת,
וְשִׁבְעָה גַּמָּדִים חוֹגְגִים אֶת חַגָּם,
וְהָרִאִי הוּא אַרְמוֹן, וְהָרִאִי הוּא אָגָם
וְשָׁטָה בּוֹ סְפִינָה עִם הַתֹּרֶן הָרָם -
וְיַלְדָּה - לְכְלוּכִית מְאֻשָּׁרֶת -

הַיַּלְדָּה הַקְּטַנָּה בִּסְפִינָה לְבָנָה
מַפְלִיגָה אֶל אֶרֶץ אַחֶרֶת.

בשיר הזה ניתן לראות את השתקפות העולם הלא מודע באגדות העם השונות.

הָרִאִי (מתוך "מוקדם ומאוחר" של לאה גולדברג)
עָמֹק בְּתוֹךְ הָרִאִי הוּא חַי-
הֶמְשֵׁךְ פָּנַי, הֶמְשֵׁךְ סְפָרַי,
עָמֹק בַּשֶּׁטַח הַמְלֻטָּשׁ,
בְּאוֹר שֶׁקְּרִינָתוֹ אַחֶרֶת
נִלְוָה אֵלָיו פֶּרוּשׁ חָדָשׁ.
הֲכָךְ הוּא חַי בְּתוֹךְ שִׁירַי?

הָפוּךְ בְּתוֹךְ הָרִאִי הוּא חַי-
הֶמְשֵׁךְ פָּנַי, הֶמְשֵׁךְ סְפָרַי.
הָאוֹתִיּוֹת עַל הַסְּפָרִים
בְּפַשְׁטָנוּת שֶׁל כָּל כּוֹתֶרֶת
נֶהְפָּכוֹת לִכְתַב-סְתָרִים.
אֵמֶת נוֹדַעַת וְאַחֶרֶת,
אֵמֶת הָרִאִי וְהַשָּׁרִים.

היחסים המיוחדים שבין המשוררת ויצירתה לבין המראה מבטאים את אותם היחסים בין האגו והסלף כפי שתוארו ע"י פון פרנץ.

ביבליוגרפיה:

ברנשטיין א. 2018. מחר ניסע ללונה פארק. כנרת זמורה-דביר.

הילמן, ג'. 2022. לחיות את החיים אחורנית. הוצאת בבל.

ויליס, ר. 1999. המיתולוגיה של עמי העולם. הוצאת הד ארצי, אור יהודה.

ויניקוט, ד. ו. 1967. "תפקיד הראי של האם והמשפחה בהתפתחותו של הילד", בתוך ר. קולקה (עורך), משחק ומציאות (עמ' 128-134). תל אביב: עם עובד, 1986.

לאקאן, ז. 2015. "שלב המראה כמעצב הפונקציה של האני." בתוך :*כתבים, כרך א* .'תרגום: נועם ברוך. תל אביב: רסלינג.

מיטשל, ס.א. & בלאק, מ. ג. 2006. פרויד ומעבר לו. תולדות החשיבה הפסיכואנליטית המודרנית. תולעת ספרים.

מגד, נ. 2001. המיתולוגיה האינדיאנית של מרכז אמריקה. ספרי תל-אביב.

נצר, ר. 2004. מסע אל העצמי. הוצאת מודן.

קמפבל, ג. 2008. הגיבור בעל אלף הפנים. הוצאת בבל.

קרול, ל. 1966. אליס בארץ המראה (תרגום אהרון אמיר) הוצאת מחברות לספרות.

רנן, י. 2000. ספרות המערב. קובץ מסות. (דיגיטלי).

Bentor, Y. 1995. ON THE SYMBOLISM OF THE MIRROR IN INDO-TIBETAN CONSECRATION RITUALS. Journal of Indian Philosophy. Vol. 23, No. 1 , pp. 57-71.

Bortolona,C., Capdevielleb,D., Altmana,R., Macgregorb, A., Attalb, J.& Raffard, S. 2017. Mirror self-face perception in individuals with schizophrenia: Feelings of strangeness associated with one's own image. Psychiatry Research. 253, P. 205-210.

Campbell, M. E., Mehrkanoon, S. & Cunnington, R. 2018. Intentionally not imitating: Insula cortex engaged for top-down control of action mirroring. Neuropsychologia,111, 241–25.

Enoch, J. M. 2006. History of Mirrors Dating Back 8000 Years. *Optometry and Vision Science* 83(10): p 775-781.

Ensink, K., Berthelot, N., Biberdzic, M., & Normandin, L. 2016. The Mirror Paradigm: Assessing the Embodied Self in the Context of Abus. Psychoanalytic Psychology, 33, 3, 389–405.

Fonagy, P., Gergley, G., Jurist, E. L., & Target, M. (2004). Affect regulation, mentalization, and the development of the self. London: Karnac Books.

Freud, S. 1975. Totem and Taboo.London.

Gallese V et al. 2004. A unifying view of the basis of social cognition. Trends Cogn Sci 8: 396–403.

Gallup Jr., G.G., 1977. Self-recognition in primates: a comparative approach to the bidirectional properties of consciousness. Am. Psychol. 32 (5), 329–338.

Jacoby, M. 2006. Individuation & Narcissism. Routledge, London.

Jung, C.G. 1964. Man, and his symbols. Routledge, London.

Jung, C.G. 1973. Letters. Vol. I. Bollingen Series, Princton University press.

Jung, C.G. Psychological Types.1976. CW 6. Bollingen series. Princton university press.

Jung, C.G.1977. Two Essays on Analytical Psychology, V. 7. Bollingen series. Princton university press.

Jung, C.G.1978. The Structure and Dynamics of the Psyche. CW 8. Bollingen series. Princton university press.

Jung, C.G.1990. The Archetypes and the Collective Unconscious. Bollingen series. Princton university press.

Jung, C.G.1993. Psychology and Alchemy. CW 12. Bollingen series. Princton university press.

Jung, C.G. 1995. Dream Analysis, part I. Routledge, London.

Jung, 2009. Liber Secundus, ch. xiv, 100; Liber Novus, 293.

Lacan, J. (1937). 'The mirror stage'. In Ecrits: The First Complete Edition in English, trans. Bruce Fink (2007). New York: W.W. Norton & Co

LeDoux, J. 2003. The Self, Clues from the Brain. Annals New York Academy of Sciences, 1001; 295-304.

Modinos, G., Ormel, J., Aleman, A. (2010). Altered activation and functional connectivity of neural systems supporting cognitive control of emotion in psychosis proneness. Schizophrenia Research, 118(1-3), 88–97.

Murphy, M. 1971. Stories from Ovid. Oxford University Press.

Rizzolatti, G., Fabbri-Destro, M. & Cattaneo, L. 2009. Mirror neurons and their clinical relevance. Nature Clinical Practice Neurology. 5, 1, 24-34.

Schafer, E. D. & Ed. Of Time-Life Books. 1968. Ancient China. Time Life International N. V.

Schwarts-Salant, S.N. (2009). The Mystery of Human Relationship. London, Routledge.

Schwarts-Salant, S.N. 1982. Narcissism and Character Transformation. Inner City Books.

Raine, A., Chen, F. R., Waller, R. 2022. The cognitive, affective and somatic empathy scales for adults. Personality and individual Differences; 185, 111, 238.

Schwarts-Salant, N. 1982. Narcissism and Character Transformation. Inner City Books.

Singer T., 2006. The neuronal basis and ontogeny of empathy and mind reading: review of literature and implications for future research. Neurosci Biobehav Rev 30: 855–863.

Uraneck, J. P. 2021. Picasso and the Archetypal Imagination. Jung Journal: Culture & Psyche, 15, 2, pp. 81–102.

Vinge, Louise. 1967. The Narcissus Theme in Western Literature up to the Early Nineteenth Century. Lund: Gleerups.

Von Franz, M. L. 1993. Projection and Re-collection in Jungian Psychology. Open Court Publishing.

Von Franz, M. L. 1998. C.G. Jung – His Myth in our Time. Inner City Books.

Von Franz, M. L. 1999. Archetypal Dimensions of the Psyche. Shambala.

Whitmont, E. C. 1978. The Symbolic Quest. Princeton University Press. 156-159.

Williams, C. A. S. 2012. Chinese symbolism and Art Motifs. Tuttle Publishing.

Whitmont, E.C. 1978. The Symbolic Quest. Princton University Press.

Woodman, M. (1982). Addiction to Perfection, the Still Unravished Bride. Toronto Canada, Inner City Books.