

## **MANGIARE E' ARCHETIPICO**

**Claudio Widmann**

### **Mangiare è alle origini**

Fin dove occorre spingere lo sguardo per rintracciare l'origine del mangiare?

Se lo si spinge a ritroso nella storia di un individuo, l'atto del mangiare si situa all'alba dell'individualità. E' un atto istintivo del neonato e la mitologia psicoanalitica fa dell'oralità il primo stadio dello sviluppo psicologico. Per la psicoanalisi la fase orale rappresenta una massiccia opera di erotizzazione, dove la bocca diviene una zona erogena e il mangiare un appagamento libidico. Ma nel trattare dell'oralità, Freud sposta rapidamente l'accento dagli aspetti dell'erotizzazione a quelli della relazione: oralità non è tanto una zona erogena e un'erotizzazione del mangiare, quanto un modo di interagire retto sull'incorporazione. Questa modalità viene successivamente trasposta su funzioni diverse del mangiare (la respirazione, la visione e più genericamente l'azione) e su figure diverse dalla madre, così che la psicoanalisi erige sulle vicende alimentari precoci l'intero edificio della personalità o le sue più patologiche destrutturazioni. Mangiare, per l'individuo appena nato, è esperienza fondativa dell'individualità.

Se si spinge lo sguardo a ritroso nella storia dell'uomo, il mangiare si situa all'alba della civiltà. Narra la leggenda della fondazione di Roma, che Rea Silvia ebbe due gemelli dal dio Marte. Sapendo quanto sia stupido lasciare in vita i figli dopo averne ucciso i padri, Amulio pensò di fare annegare i due gemelli nel Tevere, per evitare che da adulti potessero rivendicare il trono che lui usurpava. I figli di Rea vennero allattati da una leggendaria lupa (la Lupa Capitolina, che abitava l'antro lupercale presso il colle Palatino) e fondarono più tardi la città di Roma. La leggenda pone il singolare allattamento di Romolo e Remo all'origine della civiltà romana e fa del loro mangiare la vicenda fondante di un'intera civiltà.

Se si spinge lo sguardo a ritroso nella storia del mondo, il mangiare si situa all'alba del cosmo. In Giappone la dea shintoista Ukemochi è una dea delle origini ed è espressamente la dea del Nutri-mento. Ovviamente beneamata da tutto ciò che vive e cresce, destava l'invidia degli altri dei. Un mito narra che il dio Tsuki-Yom venne incaricato di farle visita, per trovare il modo di screditarla. Benevolente e accogliente, Ukemochi si sentì onorata dalla visita del dio e preparò un banchetto in suo onore. Piegò la testa verso la terra e produsse piantagioni di riso; agitò le mani sopra il mare e pesci, granchi, aragoste saltarono fuori dall'acqua andando a colmare ceste di cibo; ammiccò in direzione delle foreste e animali corsero verso gli allevamenti. Infine, un suo sorriso e un suo inchino guarnirono ogni cibo nel più raffinato dei modi e lo deposero sul tavolo del banchetto. Tsuki-Yom fu tutt'altro che soddisfatto dell'offerta di Ukemochi; era abituato a ricevere in dono oro, gemme preziose e oli profumati e ritenne l'offerta di semplice cibo un affronto alla sua dignità gerarchia nella graduatoria degli dei. Furente per l'indignazione, estrasse la spada e trafisse Ukemochi. La dea cadde colpita mortalmente, ma con uno sforzo estremo riuscì a differire di un poco la morte, per far sì che insieme a lei non morisse di fame tutta l'umanità. Steso a terra, il suo corpo si fece un tutt'uno con la terra stessa; dai capelli germogliò il grano e lei, con una lieve scossa della testa, ne diffuse i semi in tutto il paese; sul suo ventre molle come la terra umida crebbe il riso; le sue membra divennero piantagioni di miglio e di fagioli; le sue gambe si trasformarono in bovini per arare la terra; le sue lacrime furono acque marine per ospitare tutte le forme di vita acquatica. E le sopracciglia divennero banchi da seta, per tessere veli dai colori dell'arcobaleno con cui rendere gradevole ogni tavola imbandita (Ashkenazy, 2003). Ancora oggi i santuari di Ukemochi non vengono profanati con doni di denaro, d'oro o di essenze profumate, ma vengono venerati con offerte di cibo; è tipica l'offerta di fagioli cagliati avvolti nel riso.

### **Mangiare è relazione con la Grande Madre**

La figura di Ukemochi è un'immagine archetipica della Grande Madre. Personifica in maniera esemplare il Femminile Trasformatore di Neumann (1956 p. 38) ovvero la capacità della Grande Madre di dispensare energie nutritive e trasformative. Le potenzialità trasformative di quelle ener-

gie sono ben rappresentate dall'avventura di *Alice nel paese delle meraviglie* (1865), che trova dapprima una bottiglietta con scritto "bevetemi" e poi una focaccia con la parola "mangiatemi" composta direttamente con le uvette. Alice beve e mangia e va incontro a vistose trasformazioni che la rendono ora minuscola e ora gigantesca; nella sua avventura tanto immaginale quanto esistenziale bere e mangiare scandiscono la sua travagliata trasformazione evolutiva.

Ukemochi è dea Nutrice, parola che origina dal radicale sanscrito *nu* e che ha attinenza con il colare, lo stillare. Si costituiscono sul quel radicale parole come l'inglese *nourishing* o *nursery*, il tedesco *Nahrung*, il francese *nourrir*, l'italiano *nutrimento*.

Il nutrimento che stilla dalla Grande Madre torva un rimando concreto nel seno, da cui stilla la prima forma di cibo. Si è spesso affermato che è l'esperienza primaria dell'allattamento a conferire rilevanza simbolica al seno, ma si può anche ipotizzare che il seno sia un'immagine archetipica e che sia la potenza dell'archetipo a trasfigurarne l'immagine e ad amplificarne la risonanza emotiva. Nella regione di Efeso la dea Artemide veniva raffigurata con il busto ricoperto di protuberanze rotondegianti, interpretate come una molteplicità di seni. Quest'immagine di Diana Efesia ricoperta di seni qualifica la Grande Madre come Signora del Seno e dea del *Nutrimento*. Neumann segnala che il seno è un suo simbolo universale e Melania Klein, con operazione tipicamente simbolica (*pars pro toto*) identifica il seno con la mamma, così che "seno buono" e "seno cattivo" equivalgono a mamma buona e mamma cattiva. Ukemochi, la dea del *Nutrimento* che dà se stessa in pasto agli uomini, è un grande, metaforico seno.

### **Simbolica del seno**

La forza archetipica del *Nutrimento* è tale da concentrare sul seno un forte investimento libidico, così che in molte aree culturali esso diventa attributo sessuale e zona erogena.

L'attrazione maschile per il seno è più che sessuale, è numinosa; è potenza magnetica della Grande Madre. Nella percezione differenziata di seni diversi risuona la molteplicità esperienziale del mangiare e la molteplicità di sfaccettature della Grande Madre: il seno prosperoso richiama quello della puerpera, enorme nella percezione del lattante; il seno minuto richiama quello dell'adolescente, androgino e ancora chiuso alle funzioni del nutrire; il seno flaccido della vecchia evoca immagini di svuotamento non del seno, ma della vita. L'archetipo nutrizionale impronta anche il rapporto della donna con il proprio seno e determina un cospicuo investimento femminile per l'estetica del seno. Il ricorso alla chirurgia plastica è sempre più diffuso e si ipotizza che in futuro diventi di routine; consente a donne non più giovani di ammainare incrollabili seni giovanili, a donne magrissime e incapaci di ovulare di ostentare rigogliosi seni da puerpere, a donne di ogni età, che poco o mai sono state nutrici, di indossare un seno turgido come quello che stilla latte e che costella l'archetipo del mangiare.

La mitica Signora del Seno si staglia dietro alla madre reale che si concede all'oralità del bambino e dietro alle innumerevoli madri archetipiche sempre pronte a colmare la ricerca archetipica del mangiare, come Nonna Papera con le sue mitiche torte di mele o la Fata dai Capelli Turchini con le sue "dugento tazze di caffelatte" o altre donne reali e immaginali, che hanno sempre un dolcetto pronto. La dea che si concede al desiderio di mangiare trova assonanze nella casetta di marzapane su cui Hansel e Gretel riversano la propria avidità orale, immagine paradisiaca di madre dalla generosità senza riserve, dentro cui vive -tuttavia- un'antimadre che mangia anziché essere mangiata, una strega cannibale, che scalda il pentolone dove intende cucinare i due bambini.

Ogni imago materna che dà se stessa in nutrimento è, propriamente, *Alma Mater*, poiché *alma* significa letteralmente nutrice e l'*alma Mater* è la fonte munifica di alimento e ristoro. Questa denominazione, però, mostra che il mangiare non attiene solo al cibo del corpo, ma anche a quello dello spirito e in particolare a quello della *mente*: *Alma Mater Studiorum*, difatti, è la denominazione dell'università di Bologna e *Alma Mater* è locuzione inglese che indica il college, la matrice da cui provengono le menti più raffinate. Mangiare non è un atto puramente nutrizionale: è operazione simbolica primaria, è esperienza di captazione, introiezione, assimilazione, incorporazione.

Anche nella mitologia biblica la storia dell'uomo inizia con un mitico pasto, ma è un mangiare riferito alla conoscenza più che al cibo. Narra la Genesi che "Dio diede questo comandamento all'uomo: 'Potrai mangiare di tutti gli alberi del giardino, ma dell'albero della conoscenza del bene e del male non ne devi mangiare'" (2, 16). Pare evidente che mangiare dell'albero della conoscenza, implichi un mangiare simbolico e un nutrimento della psiche; lo conferma l'esito fatale di quel pasto ancestrale: "la donna vide che l'albero era buono da mangiare e desiderabile per acquistare saggezza; ne mangiò e ne diede anche al marito. E allora si aprirono gli occhi di tutti e due" (3, 6). Fin dalle origini, mangiare è un'operazione più che biologica; impronta l'affettività e le modalità di relazione, la nascita della coscienza e la ricerca di conoscenza; è operazione archetipica che attiene alla crescita del corpo e all'evoluzione della psiche. Poiché copre un'area simbolica tanto ampia, le sue caratterizzazioni non investono solo il comportamento alimentare, ma quello più ampio dei rapporti con le energie che sgorgano dall'inconscio e che sono proiettate sulla realtà esterna.

"Mangiare" è qualcosa di più che ingoiare e ingerire; è un rifornirsi di principi vitali non solo fisici, ma anche psichici ed esistenziali; è un attingere alle sorgenti inconscie della libido. Implica propriamente un alimentare, ma in senso letterale e non banale, perché alimentare deriva dal radicale *al*, che ha attinenza, per esempio, con l'*alto* e con l'*alzare*; *alimentarsi*, quindi, non concerne solo il farsi grandi, ma l'innalzarsi, l'elevarsi, l'erigersi e il nobilitarsi.

### **L'Eroe alla prova del mangiare**

La dilatazione semantica del verbo 'mangiare' e l'espansione simbolica dell'atto alimentare collocano in una luce particolare certe narrazioni archetipiche, che si sviluppano attorno a una gara alimentare. La mitologia nordica, per esempio, narra che il re dei Giganti sfidò Thor a vuotare un corno pieno di birra, la cui punta in realtà pescava nell'Oceano (Tufano, 1987 p. 129). Le leggende di Alessandro Magno narrano delle sue competizioni nel vuotare la "coppa di Eracle", un contenitore di circa cinque litri di vino (Diodoro, 1822). La fiaba dei *Due fratelli* narra che, per dare prova di essere un eroe, il più giovane viene invitato a mangiare tutto il pane che è nel forno e a bere tutto il latte che è nel mastello, ma siccome non ci riesce, finisce prigioniero del drago. Per liberarlo, il fratello maggiore non solo deve mangiare il pane del forno e bere il latte del mastello, ma deve mangiare anche le mele e le prugne che crescono nel giardino del drago (von Beit, 1952, I, p. 551). Mangiare è un caratteristico atto di eroismo in cui l'Eroe mostra la capacità di appropriarsi della forza e l'Io mostra la capacità di acquisire l'energia psichica necessaria alla sua autonomia. Talvolta gli uomini si vantano ancora di quanto riescono a mangiare o a bere e i bambini fanno spesso a gara a chi mangia di più o più in fretta. Dal punto di vista simbolico la prova della tavola è un'autentica prova di eroismo.

Là dove la prova alimentare è una prova eroica, il principio di quantità costituisce il criterio più elementare: il bravo bimbo mangia tanta pappa, un irlandese che si rispetti beve tanta birra e quanto più un montanaro è forte e robusto, tanto più onora la tavola. In queste immagini, voracità non è solo la fame di un corpo che si rifornisce di energie; è un'espressione della psiche assetata di vita, bramosa di crescere, di elevarsi e di affermarsi vigorosamente. Oggi le dominanti della coscienza collettiva non avvalorano positivamente una voracità concretistica, che ingoia cibo a dismisura, ma idealizzano altre forme comportamentali, dove la voracità è appena velata; così, lo shopping sfrenato è una forma di avidità che molti praticano ed è un ideale che ciascuno realizza a misura delle proprie capacità; la curiosità intellettuale è un'avidità mentale ampiamente idealizzata nella community intellettuale; il turismo "mordi e fuggi" (*sic!*) viene praticato in massa e adeguatamente pubblicizzato per la quantità di cose che si possono vedere e/o fare nel più breve lasso di tempo. In un'epoca in cui la spesa alimentare assorbe una percentuale minoritaria del reddito pro capite, la voracità è un'esperienza praticata prevalentemente sul piano simbolico.

Nel cammino dell'Eroe le sfide alimentari procedono in parallelo con le prove di forza e la capacità di mangiare è spesso proporzionale alla sua capacità di combattere. Non si tratta solo di un'equivalenza metabolica fra forza muscolare da un lato e apporto proteico o calorico dall'altro, ma piuttosto di situazioni che illustrano una sinergia evidente fra impulso accrescitivo e impulso di-

struttivo. M. Klein ha accuratamente indagato le dinamiche profonde dell'avidità, individuando in essa la convergenza fra l'impulso captativo all'assunzione e l'impulso aggressivo alla distruzione (1952). Il confine fra voracità e avidità è sottile, ma essenziale: la spinta all'accrescimento si intreccia con la spinta alla distruzione e la sete di vita si contamina con la sete di morte. Figure mitologiche ritraggono con la purezza dell'immagine archetipica la tragica convergenza fra oralità e distruttività.

Erisittone fu un eroe forte e violento, ma inflazionato ed empio. Carico di *hybris* e privo di "timor di dio" (e della Grande Dea!), per costruirsi una sala dai banchetti abbatté un bosco sacro a Demetra, la grande dea delle messi, l'*Alma Mater* dell'alimentazione. Demetra gli ordinò di desistere e, per tutta risposta, egli minacciò di colpirla con l'ascia che aveva in mano; la dea lo condannò a fame perpetua: a un'avidità incontenibile e insensata. Letteralmente folle per la fame, Erisittone divorò tutti i suoi beni e quelli dei suoi genitori, ma più mangiava più diventava magro; roso dai morsi della fame, finì col divorare se stesso (Graves, 1979 p. 78). Nella realtà e non più nel mito, certi disturbi del comportamento alimentare mostrano nella forma più evidente che l'essenza dell'avidità consiste nella confluenza fra impulso accrescitivo e impulso distruttivo. Costumi collettivi e perfino istituzioni sociali si reggono su forme di avidità economica, mostrando che un'oralità cupida e avida impronta comportamenti diffusi della vita sociale e assume dimensioni collettive; ma sono ancora le narrazioni archetipiche a mostrare nel modo più chiaro gli sviluppi dinamici dell'oralità e dell'avidità.

### **Enantiodromia dell'avidità**

La mitologia shivaista tramanda un racconto che costituisce un autentico contrappasso dell'avidità e che illustra il suo rovesciamento enantiodromico. Narrano, difatti, i *Purana* che l'avidio dio della ricchezza, Kubera, un giorno invitò Shiva a cena nella sua sfarzosa città di Alakapuri, per mostrargli le sue sterminate ricchezze. Shiva declinò l'invito, ma propose di inviare al suo posto il figlio Ganesha, un bambino piccolo, ma dall'appetito robusto. Kubera dovette pensare che l'appetito di Ganesha avrebbe messo in risalto anche maggiore la sua opulenza e accettò di buon grado di invitare il giovane dio. Il banchetto fu dei più ricchi e Ganesha mostrò di apprezzarne l'abbondanza e la raffinatezza; mangiò tutto ciò che gli portarono e anche ciò che era nei piatti degli altri commensali, ma non fu sazio. Così, dopo aver divorato tutte le portate, prese a mangiare suppellettili, decorazioni, mobili e Kubera lo supplicò di risparmiare almeno il palazzo. La risposta di Ganesha fu quella impaziente del bambino affamato: "ho fame!, dammi da mangiare o divorerò anche te!". Kubera tornò precipitosamente da Śhiva, per chiedere un rimedio e il dio gli diede una manciata di riso abbrustolito, dicendogli di dare quello all'insaziabile bambino. Quando il dio dell'opulenza fece ritorno ad Alakapuri, Ganesha aveva divorato non solo il palazzo reale, ma quasi tutta la città; Kubera gli offrì umilmente la manciata di riso e con quello, finalmente, la fame di Ganesha venne placata.

Questo mito, come molti altri, mostra che l'avidità segue una traiettoria distruttiva; non risparmia niente e nessuno, distrugge cibi, oggetti, affetti, relazioni, persone. Molto prima delle patologie del comportamento alimentare i miti misero in evidenza l'essenza perniciosa di certe dinamiche psichiche. La voracità di Ganesha si riversa in maniera enantiodromica sull'avidio dio dell'opulenza e mostra che l'Io ha non solo il compito di attingere alle sorgenti vitali dell'esistenza e di assorbire forza dall'inconscio, ma anche quello di dare contenimento all'avidità. Le pulsioni captative, di incorporazione e di accrescimento sono essenziali alla crescita psicologica e non solo fisica, ma il loro dispiegarsi in maniera unilaterale o esasperata comporta inversioni enantiodromiche di portata devastante e dall'effetto autodistruttivo.

E' illuminante a questo proposito un'altra narrazione archetipica, che è contenuta nel libro dell'*Esodo*.

Quando Mosè sottrasse gli Ebrei alla schiavitù dell'Egitto, iniziò per loro un epico viaggio attraverso il deserto. E' probabile che non si trattasse di un viaggio letterale (l'attraversamento del deserto del Sinai non è la via più breve né quella più agevole per andare dall'Egitto a Israele), ma di un viaggio simbolico attraverso il deserto psichico dell'indigenza libidica e dell'aridità affettiva. Fu un

deserto caratterizzato da un lungo peregrinare in carenza di acqua e di cibo, scandito da ripetute esperienze di frustrazione orale. Alquanto significativamente, il primo episodio si verificò presso l'oasi di Mara, così denominata per le sue imbevibili acque amare (*mar*) dove il popolo pellegrino non poté estinguere la propria sete. Il cammino dell'indipendenza individuativa è sempre un cammino tortuoso per terre desertiche, che non di rado induce a rimpiangere l'inerzia nel grembo della passività pre-individuativa e perfino la sudditanza nei confronti di una Grande Madre che limita ogni libertà di sviluppo, ma che offre appagamento ai desideri orali di captazione. Così, gli Ebrei presero a protestare contro Mosè, che li aveva sottratti a uno stato privo di libertà e a condizioni di servitù dove, però, ogni giorno “sedevano presso la pentola della carne” (Es. 16, 3).

“Ed ecco la Gloria del Signore apparve nella nube. E il Signore disse: ‘Ho inteso le mormorazioni: al tramonto mangerete carne al mattino vi sazierete di pane’. Quella sera stomi di quaglie salirono fino a coprire l'accampamento degli Ebrei e il popolo mangiò carne; il mattino successivo uno strato di rugiada bianca ricoprì il terreno tutto intorno all'accampamento, poi lo strato di rugiada svanì e sulla superficie del deserto rimase una cosa minuta e granulosa. Gli Israeliti la videro e si dissero l'un l'altro: ‘*Man hu?*’, che significa ‘Che cos'è?’ (Es. 16, 11-15). Da allora chiamarono *manna* quella cosa, ma ecco cosa comandò loro il Signore:

“Raccoglietene quanto ciascuno può mangiarne” e così gli Israeliti fecero: “Ne raccolsero chi molto chi poco. Si misurò con l'*omer*: colui che ne aveva preso di più non ne aveva di troppo, colui che ne aveva preso di meno non ne mancava: avevano raccolto secondo quanto ciascuno poteva mangiare” (Es. 16, 16-17). Nel sesto giorno raccolsero il doppio di quel pane, perché il settimo giorno è sabato e non ne verrà; per questo il Signore nel sesto giorno vi dà il pane per due giorni (Es. 16, 29). “E gli Israeliti mangiarono la manna per quarant'anni, fino al loro arrivo in una terra abitata” (Es. 16, 35).

L'indicazione di questo mito non potrebbe essere più esplicita: mangiare è un atto di partecipazione all'energetica della vita che va coltivato secondo il principio di misura e non secondo il principio di quantità: chi attinge di più non ne abbia di troppo, chi attinge di meno non ne abbia di bisogno. Anoressia e bulimia sono stigmatizzate non come disturbi del comportamento alimentare, ma come disturbi nell'approvvigionamento energetico, come dissonanze nel rapporto con l'energetica psichica.

In questo contesto suona appropriato e significativo il significato originario della parola cibo, che deriva dalla voce *cipio*, un'antica misura delle biade, e che contiene il rimando a quanto è necessario al mantenimento di un uomo per un giorno.

Merita un cenno anche il dettaglio dell'alimento che scende dall'alto. L'immagine mitologica della manna qualifica il cibo come simbolo di un'energia che gronda da una dimensione sovrapersonale ampia e avvolgente; la libido discende da una sorgente cui l'Io attinge, ma non è dell'Io.

Innumerevoli narrazioni archetipiche ascrivono al cibo un carattere numinoso e lo ascrivono agli dei; per esempio, nettare e ambrosia in Omero hanno il carattere numinoso del *panis angelicus* cristiano; il banchetto in cui Dioniso dà se stesso in pasto riecheggia l'ultima cena e l'istituzione dell'Eucarestia. Pare che l'uomo abbia immaginato in molti modi che l'energetica psichica non è dell'Io, ma del Sé e giunge all'Io come un'emanazione. E' esplicito in questo senso l'esagramma *Hsu* dell'*I Ching*, che dice: “Tutti gli esseri umani hanno bisogno di essere alimentati dall'alto. Ma l'elargizione di nutrimento ha il suo tempo e si può solo attenderla. Il segno mostra le nuvole nel cielo, dispensatrici della pioggia che allietta tutto il mondo vegetale e che fornisce cibo e bevanda all'umanità. Ma questa pioggia verrà a suo tempo. Non si può costringerla a scendere, bisogna attenderla”. Per questo *Hsu* significa il Nutrimento, ma il corrispondente esagramma numero cinque viene indicato come l'Attesa.

### **Mangiare come opera di trasmutazione**

Mangiare è attività primordiale e universale; è esperienza alimentare di accrescimento nel senso più ampio che si possa immaginare; è relazione dell'Io con il bacino transpersonale dell'energetica vitale e confronta l'Io con precise funzioni: attingere copiosamente alle energie dell'inconscio per acquisire forza e autonomia, passare dal principio di quantità al principio di misura per non isterilirsi

nella traiettoria distruttiva dell'avidità, mantenere il contatto recettivo con gli strati transpersonali della psiche, per recepire energie specificamente colorate dall'essenza individuativa; assimilare, metabolizzare, filtrare l'energetica grezza dell'inconscio attraverso le funzioni della coscienza. La parola 'mangiare' si costruisce sul radicale sanscrito *mad*, da cui deriva anche *mastax* (bocca) e da *mastax*-bocca discendono i verbi masticare, mandigare, manducare, mangiare. Simile a *mada* (fiu-me) *mad* è liquidità e fluidità; significa bagnare, umettare, liquefare. Porta con sé evocazioni di una fondamentale operazione alchemica che consiste nel *solvere* e comporta passaggi che sciolgono, fluidificano e facilitano l'assimilazione. E' momento di trasmutazione, ma non si esaurisce nella capacità di assorbire e nella passività del ricevere, mangiare è un atto partecipativo e costella archetipicamente l'esigenza di contribuire in prima persona alla *dynamis* della vita e dell'evoluzione.

Se l'*I Ching* parla di un cibo che scende dall'alto a ristorare l'uomo e a irrorare l'Io, altre immagini archetipiche parlano di un cibo che sale dal basso ad alimentare il divino e a impregnare il Sé. Le tombe egizie sono monotonamente decorate con tavole delle offerte che rigurgitano frutti, pani, pesci, uccelli, cacciagione e altri cibi che il defunto offre agli dei. L'antropologia recita un elenco interminabile di sacrifici in cui viene bruciato il grasso degli animali per impinguire gli dei e ingrassare i sacerdoti. Offerte di frutta fresca si praticano tutt'oggi nei santuari orientali; omaggi di dolci, vini, prodotti tipici, alimenti naturali o raffinatamente elaborati sono regali consueti nelle relazioni sociali. Le offerte alimentari sono la forma più diffusa ed eloquente di sacrificio; simbolizzano le privazioni e gli apporti dell'Io necessari per sostenere progetti che sono più grandi dell'Io, per alimentare prospettive che trascendono l'Io. Le offerte alimentari sulla scena dei presepi e la più laica convivialità di capodanno declamano entrambe l'esigenza che l'Io non solo nutra una nuova vita, ma che alimenti ogni rinnovamento della vita, ogni nuova fase dell'esistenza.

Mangiare è operazione elementare di trasmutazione: materia inerte viene trasmutata in vita, energia generica viene convertita in energia specifica, libido indifferenziata viene trasformata in forme psichiche differenziate. E' esperienza di ordinaria sacralità: qualcosa di ordinario viene trasmutato in qualcosa di straordinario, ciò che è inizialmente personale si dischiude al transpersonale. E' esperienza simbolica attraverso cui ciascuno partecipa in prima persona al grande banchetto della vita, che è l'*aurea mensa* degli alchimisti, sulla quale avviene il mistero della trasmutazione individuativa.

## **Bibliografia**

Ashkenazy m., *Handbook of Japanese Mythology*, Santa Barbara, ABC-Clio, 2003.

Carroll L. (1865), *Le avventure di Alice nel paese delle meraviglie*, Milano, Mondadori, 1978.

Diodoro Siculo (I sec. A. C.), *Bibliotheca Historica*, Milano, Sonzogno, 1820-1822.

Neumann E. (1956), *La Grande Madre*; Roma, Astrolabio, 1981.

von der Leyen F., Zaunert P. (a cura di), *Die Märchen der Weltliteratur*, Jena, Eugen Diederichs, 1926.

Graves R. (1955), *I miti greci*, Milano, Longanesi, 1979.

Klein M. (1952), *Alcune considerazioni teoriche sulla vita emotiva del bambino nella prima infanzia*, in: *Scritti (1921-1958)*, Torino, Boringhieri, 1978.

*I Ching* (a cura di R. Ritsema e S. A. Sabadini), Como, RED, 1996.

von Beit H., *Symbolik des Märchens*, Tübingen-Basel, Francke Verlag, 1952.

Tufano S., *Miti e leggende nordiche*, Roma, Newton Compton, 1987.