

- שמן זה לא סקסי
- אף גבר לא ירצה אותך אם תהיי שמנה
- עם כרס כזאת אף אישה לא תסכים לעשות איתך אהבה

אלו הם רק קצת מההיגדים השכיחים המנהלים את מערכת היחסים ואת המיניות המורכבת של האנשים השמנים. הם כולם מבוססים על ההנחה שהמיניות של השמנים פגומה והפגם הוא השומן. כדי להיות אובייקט תשוקה הראוי למבט ולתשומת ליבו של הגבר, נדרשת האישה לעצב את גופה לפי סטנדרטים מחמירים התובעים גוף צעיר, מורעב, א-מיני ובתולי. גוף שיהפוך את האישה מסובייקט חושב, פעיל ובעל רצונות משלו לאובייקט נחשק בשביל הגבר. הרזון הנשי מודיע לגבר שהאישה היא צייתנית וחלשה מכאן אבל גם מעיד על שליטה גופנית ואיפוק יצרי מכאן. הגוף הרזה מעיד על קבלת הסדר החברתי והפנמתו הגופנית. השומן, לעומת הרזון, מייצג תשוקה נשית שיצאה מכלל שליטה, מרידה במוסכמות וכמובן אי-נשיות. הוא נתפס כבזוי, כחריגות וכסימן לאנטי סוציאליות. בה בעת ההשמנה היא גם דרך להימנע מלהפוך לאובייקט מיני.

של החפצה ותחושות אפליה. מעמדם החברתי, דימויים העצמי, מיניותם וזהותם נקבעים לפתע על ידי הסטנדרטים שהיו פעם מנת חלקן של הנשים. המציאות הזו כוללת חיבור הרסני בין משקל למיניות. היא מקטלגת את השמנים כא-מיניים, כבעלי מיניות פגומה או חריגה, ויותר מכול כמי שאינם ראויים לחוש משיכה מינית. הם אינם ראויים לחוש משיכה מינית מכיוון שהם עצמם, לכאורה, אינם יכולים להיות מושא לתשוקה מינית. גופם אינו מתאים לסכמת היופי והחושניות של התרבות המערבית, ומי שגופו אינו מציית לכללים אינו זכאי ליהנות ממנו.

מציאות זו מעצבת את מערכות היחסים. את מאזן הכוחות במערכת הזוגית, בתוכה את חווית העונג, היצריות הבושה וההסתרה. מערכת יחסים זו נשענת על אשמה, בושה, פחד ובעיקר על תחושת כישלון מתמשך המאפיינת את מרבית האנשים השמנים. כאילו אינם ראויים, כאילו הם אנשים סוג ב. כאילו איך בכלל יכול להיות שמישהו יתאהב בהם, יחשוק בהם ירצה אותם. אבל בפועל חווית המיניות משתנה מאדם לאדם. אין היא תלויה משקל כפי שנוטים לחשוב. אבל היות והאדם הנושא את משקלו מודהה עם מקומו בהיררכיה החברתית, מודהה עם חולשתו, הופך משקלו לזה המגדיר את מקומו גם בקשר האינטימי עם בן הזוג והוא מתנהג מתוך התפקיד שלכאורה הושתת עליו. יש מצבים בהם שני בני הזוג שמנים ואז לכאורה הבעיה מתגמדת, בעוד שכאשר רק אחד מבני



איילת קלטר / צילום: גל חרסובי

חוויה בריאה או פתרון בר קיימא ולרוב יוצרות קרע קשה בין בני הזוג.

לא השתנות המשקל הוא הפתרון. המשקל, העומד כחוצץ בין בני הזוג מסמן את המציאות הטורדנית, המעריכה את בני האדם בחברה העכשווית באמצעות קילוגרמים וקובעת את זהותם, אופיים ויכולותיהם. אבל משקל אין בו באמת מאום. לבד מהיותו אסופת מספרים ריקה מתוכן שבימרה מתנשאת תופסת בעלות על מערכת היחסים של האדם עם עצמו ועם בני זוגו.

וכתמיד אנחנו נדרשים לשאלה אז מה עושים עם זה? הפתרון ככל שנפשפש בו אינו טמון במערכת טיפיים או עצות אלא בשינוי תפיסה. בשינוי זווית ההסתכלות. בהיותנו נדרשים לשחרר את המשקל מתפקידו הכוחני על מיניותנו ועל מערכת היחסים שלנו.

אותו משקל שמצד אחד נדמה לנו ששומר



איילת קלטר / צילום: ז'רם אש



איילת קלטר

עלינו מפני חופש, אינטימיות, יצריות, ובעיקר מפני עונג, המסמנים את סכנת אובדן השליטה בהתמסרות אליהם. אותו משקל שיכול לשמש גם כמחבוא ומקלט הוא בעצם ריק מכל התפקידים שיחסנו לו. והוא גם לבטח ריק מהכוח שהענקנו לו. והיות ואנחנו הפכנו אותו למפתח למערכת היחסים, למיניות ולאינטימיות רק אנחנו אלו היכולים לשלול את כוחו ולייתר אותו מתפקידיו.

איילת קלטר היא מנהלת מרכז "שפת האכילה" ללימוד ולטיפול בהתנהגויות אכילה ותפיסת הגוף; מחלוצות המאבק בארץ נגד אפליה על רקע משקל, ופעילה לקידום חיים מלאים ובריאים בכל צורה וגודל. ספרה "שמנים" ראה אור בהוצאת הספרים אפיק, במסגרת סדרת גלוסקאות - סדרה החוקרת את תרבות המזון הישראלית, מסורות הבישול וטקסי האכילה המקומיים, ובעריכת יחיל צבן.

הזוג מתהדר במשקל גבוה נוצר חוסר איזון ופער שלעיתים קשה לגשר עליו. בן הזוג השמן עלול להסתגר ולהתרחק, עלול להזמין את זה הרזה ולמצבו בתפקיד רודן או שומר ראש. כזה שעוקב, סופר, מתחשבן עבורו. מצבים אלה מובילים לרוב למחלוקות, היעלבויות, השפלה ובעיקר ריחוק.

המצב הולך ומסתבך כאשר בני הזוג בהיותם צעירים שוקלים משקל מסוים ועם אירועי החיים, השתנות הגיל, המצב בריאותי, מצבים רגשיים משתנה גם המשקל. מציאות זו פוגשת את הקשר הזוגי בתחושת אכזבה, לעיתים אף רמאות, בושה וכעס. אנשים מסוגלים לקבל אופנים רבים של השתנות בני הזוג, התקרחות, בעיות ראייה, בעיות הליכה אבל כרס משתפלת או כל סוג אחר של השמנה הם כמו גבול בל יעבור. המשקל לתחושתם הוא עדות כואבת, לחולשה, בושה, אוזלת יד ובעיקר לחוסר כוח רצון. האדם שמשקלו השתנה נשפט באכזריות ועם מינימום חמלה והצפייה ממנו שיחזור לממדיו הקודמים היא כמעט קטגורית. מצב זה גורם לריחוק, כעס, אשמה, חוסר אונים והרבה בדידות. בן הזוג שמשקלו השתנה מרגיש ננטש ותגובותיו תהיינה או הסתגרות או התנחלות

האישה השמנה מתביישת בגופה, מתקשה לראות אותו, ועוד יותר מתקשה להראות אותו. היא מסתרת מעיני עצמה אבל גם מעיני בן זוגה. חוויית הסקס מתממשת מתוך ההסתרות, מתוך המחבוא. היא אינה מעזה להיחשף ואינה מעזה לחשוף את צרכיה, את תשוקותיה וגם לא את כאביה. פצעים נותרים חבויים משום שבעיניה ובעיני הסביבה הם נתפסים כלא לגיטימיים. בה בעת השמנות נתפסות גם כתאוותניות מדי, נעדרות שליטה ובעלות מוסריות מפוקפקת. הן מותרות לכול: למבט, לנגיעה ולביקורת, ושיגידו תודה שבכלל מתייחסים אליהן.

במאה העשרים ואחת השתלט אידיאל הרזון, גם על מעוזי הגבריות. הגברים, שפעם נמדדו במעמדם, במשרתם ובכספם, שבטחו בגופם ואפילו מצאו בכרסם עדות לעוצמתם, לעושרם וליופיים, החלו גם הם לפחד. בשנים האחרונות מתגברים הקולות המדווחים על הקושי והתסכול הגברי להתנהל לפי אמות המידה של עריצות הרזון. הגברים נדרשים להיות שריריים יותר, בנויים לתלפיות, עם "קוביות בבטן". הם נתבעים לאכול בריא, להישקל, להתעמל ולעשות דיאטה דרישות המלוות בחוויות