

מאת רות אשל

סיבוב, דילוג, גלגול או כאלה המוכרות מריקודי עמים, כמו דהירה (gallop) למשל, או כאלה שאמצו על ידי המחול המודרני כמו הפרנס (prance). בחרתי להבהיר את נושא הכיוונים והמסלולים באמצעות תנועות מתקדמות הנפוצות בריקודי עם, כמו הליכה, ריצה, ניתור וקפיצה. סימוני הכיוונים המופיעים לאורך הכתבה הושאלו מכתב-התנועה של בנש (Benesh).

תיאוריה

כיווני ההתקדמות הם קדימה, אחורה, הצידה ובאלכסון והם יכולים להיקבע אי בהתייחסות לגוף הרקדן ובי בהתייחסות לחלל שבו הוא רוקד.

כשכיוון ההתקדמות נקבע ביחס לגוף הרקדן (בדרך כלל באימפרוביזציה חופשית) הוא נע קדימה כאשר חזית הגוף שלו מובילה את כיוון ההתקדמות, אחורנית כאשר הגב מוביל ולצדדים כאשר צד הגוף מוביל. מקובל שבבניית כוריאוגרפיה הכיוונים מתייחסים למרחב שבו רוקדים. חזית קדימה (פ) - הכוונה לקדמת הבמה או הסטודיו; חזית אחורה (א) - למסך האחורי, ובהתאם לכך הצד הימני (י) והצד השמאלי (ש) של הבמה.

מטעמי נוחיות וביטחון בחיי היומיום אנו מעדיפים להתקדם במסלולים שבהם חזית הגוף מובילה, אבל דווקא הכוריאוגרפיה עשירה בתנועות התניידות שכיוון אינו תואם את חזית הרקדן, ויש לכך משמעות דרמטית (חלק מתפיסת המשמעות בתורתו של פרנסוואה דלסארט בנויה על עיקרון זה) וגם משמעות מופשטת, הקשורה לקומפוזיציה של הקווים החוצים את המרחב. רקדן יכול להתקדם לעבר הצד הימני של הבמה כשצד הגוף מוביל אבל גם כשהגב מוביל. כאשר הרקדן מתקדם לעבר המסך האחורי כשעיניו פונות אל הקהל יש לכך משמעות אחת ומשמעות אחרת כשהוא עושה את אותו נתיב התקדמות כשגבו פונה לקהל ועיניו למסך האחורי.

כשרקדן מתקדם הוא "מצייר" בכפות רגליו מפת מסלולים. המסלול יכול להיות קו ישר או קו מעוגל. שילוב של קווים ישרים ייצור מסלולים בצורת ריבוע, משולש, זיגזג ואילו שילוב קווים מעוגלים ייצור מעגלים ופיתולים. בעבודות עם מטען דרמטי מקובל (אף שלגמרי לא הכרחי) ליחס לקווים ישרים משמעות של נוקשות (כך השתמשו בהם בריקודי חצר מאוד פורמליים במאות שעברו) ולקווים מעוגלים זרימה ורכות. ניתן לשלב בין השניים, אבל לצורך הבהרת הנושא בחרתי דווקא להפריד ביניהם.

תרגול

משימה א'

- אלתר התקדמות במרחב ובדוק כל אחת מהאפשרויות הבאות:
- חזית הגוף מובילה... ז
- הגב מוביל... 1
- צידי הגוף מובילים... ←

משימה ב'

- בצע תרגילי אימפרוביזציה שבהם כיווני ההתקדמות מתייחסים למקום שבו אתה רוקד. הדגש את ההבדלים בין כיווני ההתקדמות הבאים:
- קדימה (לקדמת הבמה) ואחורה (למסך אחורי)...
 - קדימה והצידה
 - באלכסון וקדימה או באלכסון והצידה, או באלכסון ואחורה

משימה ג'

בצע את הוראות "מפת" המסלול. מטרת התרגיל להבהיר את נושא ההתקדמות בהליכה (או ריצה או דילוג) בקווים ישרים, שמשנים את כיוונם אבל חזית הגוף כל הזמן מובילה. כדי

אני מאמינה שריקודי עם, ששרדו מאות שנים, משקפים את תמציתה של התרבות שבה התפתחו. בתורת הֶזֶן, כשמבקשים לאפיין אמנות גדולה מייחסים לה את איכות ה"ייובש", כלומר אמנות מרוכזת ונטולת לחלוחית של ילדותיות. מחול עם אמיתי דומה ליהלום שלוטש מאות שנים עד שהגיע לצורתו הפשוטה והטהורה.

יש להבחין בין פשטנות, שנובעת מבורות, לבין פשטות, שנובעת מבחירה ומודעות. האחרונה נסמכת על ידע רב והיכרות עם מגוון האפשרויות, שאחרי סינון, מיון ובחירה צומצמו לעיקר. לעומת זאת, פשטנות היא שימוש חוזר במעט צירופים, חיקוי וצורך מתמיד "להעשיר את החומר הדל" בשאלות מאולצות של חומרים ממחולות אמנותיים או מתרבויות עממיות אחרות. אין דבר מוזיק יותר מהעמסה של שכבות מיותרות עד שהעיקר מיטשטש והכל נראה כעיסה דביקה וחסרת שורשים, בעיקר על מחול עם כשלנו, שהוא כה צעיר.

תהליך החיפוש של האפשרויות העומדות בפניך מצריך ידע והוא רצוף שאלות הדורשות פתרון. ההחלטה מה לברור מתוך עושר האפשרויות קשור בטעם האמנותי, ביושר ובכשרון.

כאשר יודעים איך לחפש את העושר הטמון בתנועות החוצות את החלל, כמו ריצה, קפיצה, ניתור, רקיעה והליכה, ולקשרן למרחב, לצורה, לזמן ולכוח, האפשרויות הן אין סופיות. למרות שתנועות המחול הבסיסיות מופיעות בריקודי עם של עמים רבים, הריקודים אינם דומים וזה קשור במינוחים השונים של התנועות הבסיסיות, בהבדל בדגשים על אברי הגוף השונים, באנרגיה שונה ובמקצבים האחרים של כל תרבות.

"התנועה אינה משקרת", אמרה מרתה גראהם, וזה תמיד נכון. במקרה של ריקודי עם זה נכון אולי אף יותר, כי בריקודי עם אי אפשר להסתתר מאחורי וירטואוזיות של רקדנים מקצועיים או תחכום בימתי. הפשטות של האמת והטהרה היא העיקר.

המשימות המתוארות בכתבה שלפנינו קשורות לידע שנרכש על דרך הגילוי תוך כדי חיפוש של פתרונות לבעיות. הבעיות מוצגות בצורת משימות התוחמות את הנושא. המורה והתלמידים חייבים להתייחס למשימות אלה כאל בעיות שאין שום שיטה מקובלת וידועה לפתרונן ושאלן פתרון קיים אינו בבחינת הפתרון הנכון או היחיד. חיפוש אחר אפשרויות הפתרון חייב על כן להיות מלווה במחשבה יוצרת, בסקרנות, ברצון לדעת, להעמיק ולחקור, ובהעזה לקרוא תגר על רעיונות מקובלים וסמכותיים.



אנסה להאיר ברמה בסיסית חלק מאפשרויות השימוש בתנועות מסלולים במרחב (space) לרקדן בודד. אתייחס רק למסלולים ניתנים לזיהוי על פני הקרקע ולא למכלול האספקטים הקשורים לנושא ההתקדמות במרחב.

למשפחת התנועות המתקדמות (locomotive movements) במרחב הכללי, כלומר, תנועות שמניעות את המתנועע ממקום אחד לאחר שייכות תנועות יומיומיות כמו הליכה, ריצה, זחילה,

משימה ה'
 לך (רוץ, דלג או קפוץ) לפי הוראות המפה המבוססת על מסלולים של קווים מעוגלים. המסלול מתמשך לעבר קדמת הבמה כשחזית הגוף והגב מובילים לסירוגין.



הסבר למפה:
 • חמישה צעדים קדימה בחצי עיגול עם כיוון השעון (רגל ימין פותחת);
 • חצי סיבוב דרך כתף שמאל ושלושה צעדים בחצי עיגול (רגל שמאל פותחת) כשהגב מוביל.

משימה ו'
 חבר משפט מורכב מארבע תיבות (בקצב של 4/4 או 3/4) ובהם החומרים התנועתיים הבאים: צעד, קפיצה, ריצה, ניתור (hop) ורקיעה. המשפט יהיה בנוי על מסלול של קו ישר אחד כשחזית הגוף מובילה. אין עדיפות בשימוש בתנועות או סדר מוכתב.

פתרון אפשרי:

רק	ק	נ	ק	נ	ק	נ	ק	נ	ק	נ	ק
צ	צ	צ	צ	צ	צ	צ	צ	צ	צ	צ	צ

צ - צעד; ר - ריצה; ק - קפיצה; רק - רקיעה; נ - ניתור

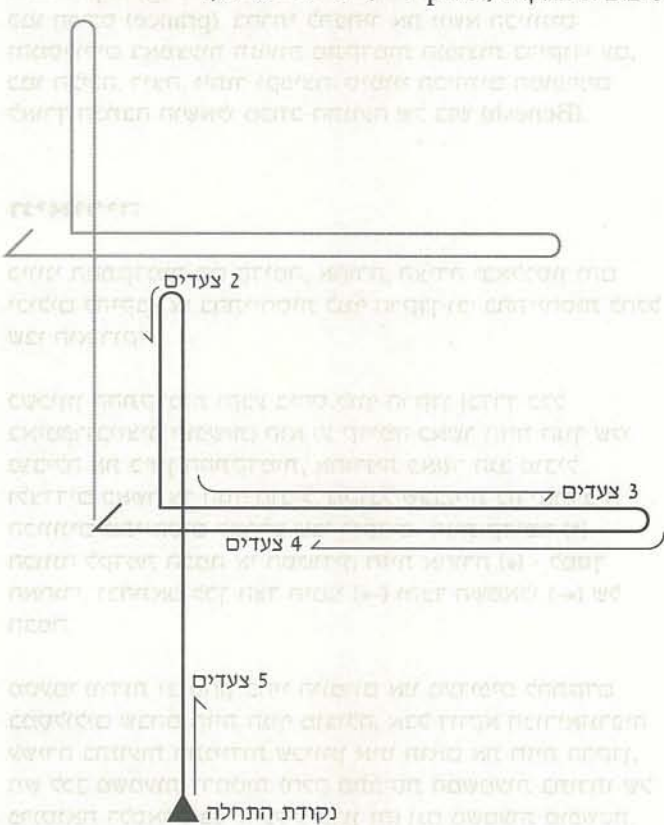
משימה ז'
 החלט על מסלולי התקדמות והתייחסות הגוף לכל אחת מהתיבות של המשפט שחיברת. זוויי לא יאזן או שני יזכיר את החיפוש או הניצוץ שחברת אל התיבות או התיבות שחיברת. זמנה לא תוספה. זמניה מוכתב.

- תיבה ראשונה:
- שני צעדים קדימה (ימין פותחת)
 - שני צעדים אחורה
 - צעד קדימה
- תיבה שנייה:
- שני צעדים קדימה (שמאל פותחת)
 - צעד, שיכול, צעד, שיכול, צעד - התקדמות הצידה

- תיבה שלישית:
- להתקדם במעגל עם כיוון השעון: קפיצה וניתור (חזית הגוף)
 - חצי סיבוב וקפיצה וניתור (הגב מוביל)
- תיבה רביעית:
- ארבע ריצות קדימה
 - שני צעדים אחורה ברקיעה

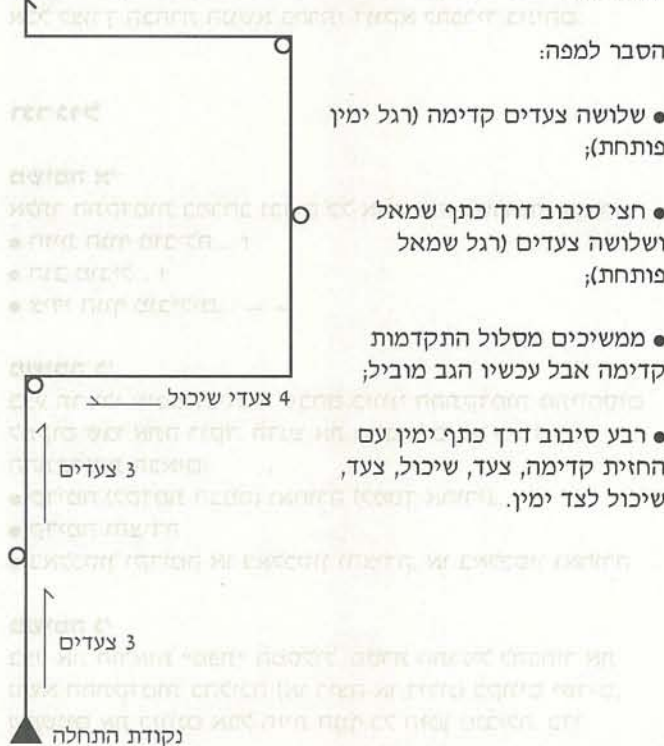
משימה ח'
 בחר כמה משפטים מתוך מכלול הפתרונות וצור מהם חיבור אחד

להתאים את הגוף מחדש לכיוון המשתנה מבצע הרקדן תנועה סיבובית במקום (pivot).



הנחיות המסלול:
 • חמישה צעדים קדימה (רגל ימנית פותחת);
 • חצי סיבוב אחורנית דרך כתף שמאל ושני צעדים אחורנית;
 • רבע סיבוב דרך כתף שמאל ימנית והתקדמות של שלושה צעדים (שמאל, ימין, שמאל);
 • חצי סיבוב דרך כתף ימין שמאלה והתקדמות של ארבעה צעדים (ימין, שמאל, ימין, שמאל).

משימה ד'
 לך (רוץ, דלג או קפוץ) לפי הוראות מפת המסלולים. המטרה היא לתרגל תבנית שבה הכיוונים משתנים ועימם חלקי הגוף המובילים.



הסבר למפה:
 • שלושה צעדים קדימה (רגל ימין פותחת);
 • חצי סיבוב דרך כתף שמאל ושלושה צעדים (רגל שמאל פותחת);
 • ממשיכים מסלול התקדמות קדימה אבל עכשיו הגב מוביל;

- רבע סיבוב דרך כתף ימין עם החזית קדימה, צעד, שיכול, צעד, שיכול לצד ימין.