

כוח האיזון

אוריה קדרי פרק מתוך הספר **ורטיגו - כוריאוגרפיה של אנשים וחלומות**¹

כוח האיזון הוא ענף בעולמה של להקת **ורטיגו** המתמקד בעבודה משותפת בקונטקט אימפרוביזציה של רקדנים נכים ושאינם נכים. מושבו בכפר האמנות האקולוגי של **ורטיגו**, והוא כולל סדנאות לאנשים בעלי יכולות פיזיות שונות ותוכנית הכשרה למנחים בסדנאות מחול משולב.

כמו פיסות נוספות בפאזל הצבעוני של **ורטיגו**, גם זו החלה באוסף מפגשים מקריים מעבר לים. כבר בראשית ימיה של הלהקה, בשנת 1996, זכו נעה ועדי בפרס מטעם הקונסוליה הבריטית ונשלחו לשהות של חודש בלונדון כאורחים של להקות מחול בריטיות. בין שאר חוויותיהם באותו ביקור הם הוזמנו לצפות במופע של כוראוגרף יהודי בריטי בשם אדם בנג'מין, מקימה של להקת **קאנדוקו**, שהייתה אז להקת מחול ראשונה מסוגה המשלבת רקדנים בעלי מוגבלויות ביצירות מחול מקצועי.

נעה מספרת כי היה זה אחד המופעים הכי מרגשים שנחשפה אליהם. היא חשה לכל אורכו כי היא ננגעת באופן עמוק ומעורר. תחושות בתוליות הצטרפו לתמונות ועברו המשנה: המפגש עם המגבלה כערך היה בעל עוצמה והבהיר לה את מרכזיותו כרכיב בעולם התנועה. כיוצרת, האמינה תמיד כי ככל שאדם, ורקדן בפרט, יקדים להכיר במגבלה שלו ולקבל אותה, הוא ייטיב להתפתח ולגדול. היצירה של **קאנדוקו** הייתה עדות חיה ויפהפייה לנטיית הלב ההיא. משהסתיים המופע יצאה בדמעות וניגשה עם עדי אל מאחורי הקלעים. הם הציגו את עצמם בפני הכוראוגרף אדם בנג'מין, והוא הזמין אותם מיד להצטרף לארוחת ערב עם הלהקה. הערב כולו נחקק בזיכרונם כאירוע מכונן ומעורר השראה.

רנה, אחותה הצעירה ושותפתה לדרך של נעה, נחשפה גם היא במהלך שהותה הממושכת באירופה לעבודותיו של בנג'מין. עבודתו האנושית והאמנותית נגעה בה עמוקות, ויצירותיו נרשמו ונשמרו בתודעתה. נדמה כי ההבנה שהתנסחה בעת ההיא אצל שתיהן במקביל הייתה כי באופן פרדוקסלי, יש הרבה מאוד חופש במרחב שבו אדם יודע את הגבול ומכיר במגבלה שלו. שתיהן היטיבו לראות כי היכולת של החופש הוא הרוח והמחשבה וכי לגוף, מעצם מהותו, יש קצה ליכולותיו. הן חשו עוד כי ההבנה הזאת מתעצמת ומתבארת אצלן במפגש הקרוב בין רקדנים נכים לרקדנים שאינם נכים, מרחב שבו קיומו של הגבול הפיזי ותיחומו נראה לעין ונוכח יותר, אך בולטת בו חירות מחשבתית המאפשרת להגיע רחוק. רקדן מקצועי מן השורה מורגל לאתגר את עצמו כל העת, כדי להגיע אל מעבר לקצה היכולת ואל האינסוף שבגוף. לא פעם תהא זו תנועה נגד הגוף, כמו ניסיון לאלף אותו על פי צורך. נדמה כי עבור אנשים באשר הם, ללא תלות במגדע יכולותיהם הפיזיות, קבלה מודעת של גבולות הגוף ושל מושג הקצה מעניקה חופש ושחרור גדולים מאוד.

בחלוף חמש שנים, בשנת 2000, כשהיו בסיור הופעות של **ורטיגו** ביפן, הבחינו עדי ונעה בפרסום על סדנאות מחול לנכים שמנחה שם באותה עת אותו אדם בנג'מין מבריטניה. הם נפגשו עמו והזמינו אותו לבוא ארצה ולחבור לעבודתם. היה זה הימור מקצועי גדול בנקודת הזמן ההיא. הלהקה הייתה אז בשלבים ראשוניים

<http://www.neurology.com/9D%D7%99%D7%A4%D7%95%D7%A1%D7%A0%D7%99%D7%A7%D7%A8%D7%A4%D7%93%D7%99%D7%91%D7%93%D7%A2%D7%A8%9F-%D7%99%D7%99>

³ The Grinberg Method נוסדה על-ידי אבי גרינברג (נ' 1955). התנסויות והתעמקות בשיטות גוף-נפש נוספות, כגון trans healing therapy, רייקי ועוד; כל ההתנסויות היו מבורכות והביאו ללמידה ומחשבה, אך בשל קוצר המקום לא אוכל לפרט את תפקידן במהלך לימודי הרעד.

⁴ ההבחנה בין ה"תלמיד" – קרי האני החושב לבין "גופו" היא הבחנה דואליסטית חשובה, שיש להרחיב עליה במקום ובזמן אחר את הדיון ולדייק את הבנת מקורותיה הפילוסופיים והדתיים שלה לאורך הדורות – החל מפילוסופים פרה-סוקראטיים ועד רנה דקארט, כמו גם דיון על מהלכי הבחנות אלו בין גוף לנפש בדתות השונות.

⁵ תאוריות של מיתוס מתחלקות בין גישות מופשטות וסימבוליות (הבלטת התוכן האידיאלי של המיתוס, הנתפס ככלי להעברת אמיתות – קיומיות, פסיכולוגיות או פילוסופיות), לבין גישות ביצועיות יותר. הגישות הביצועיות מנתחות את המיתוס כפרקטיקה חברתית, הקשורה למעשים – פולחניים או פוליטיים – יותר מאשר לרעיונות. דיון במונחים של מיתוס וריטואל מצביע כמעט על כיוון של הקשרים פוליטיים, חברתיים והיסטוריים מדויקים של המיתוס (ראו יונתן גארב, כח ריטואל ומיתוס – הצעה מתודולוגית והשוואתית, מתוך: משה א. ואתמר ג. (עורכים), המיתוס ביהדות היסטוריה, הנות, ספרות (ירושלים, תשס"ד) עמ' 53-72).

⁶ הטקסט אינו נכלל רשמית כספר קבלי, אלא כספר מוסר והלכה. קצרה היריעה מלפרט כאן את המהלך ההיסטורי בו עולה תורת הסוד דרך מגוון סוגות טקסטואליות המנגישות את הידע הקבלי לציבור הולך וגדל.

⁷ אני מביא את המשך המובאה לטובת הקוראים בעלי הכשרה בשיטות גוף, כגון קליין, אלכסנדר ופלדנקרייז, שמוזמנים לבחון את הטקסט מול יחסו לעבודה על החוליות והקשרן לגפיים:

ובקומו להתפלל, יכוון רגליו זו אצל זו, וישוח ראשו, וידחוק אציליו לנופו נגד חגורתו, וישים ידיו תחת לבושו, הימנית על השמאלית. ועושה שבע כריעות: ישחה בברכת "אבות" תחילה וסוף, ישחה "בברוך אתה" במהירות ויזקוף בשם בנחת, וישחה ב"מודים" תחלה וסוף, ולא יותר בברכות.

אבל כשהוא פוסע שלש פסיעות, נותן שלום בשמאל בתחילה וכורע, לימין וכורע. לפניו וכורע ותהיה הכריעה כמו שאמרו חכמים (ברכות כח ב) עד שיתפקקו כל חוליות שבשדרה, ועד כדי שייראה איסר כנגד לבו, וזהו בשר ברוחב איסר בין פרק חוליות השדרה כנגד הלב. וכשאדם זקוף, מובלע ואינו נראה. וכשהוא שוחה, אז יתפרדו החוליות ונראה אותו בשר. ואל יחזור מיד למקומו, פן ייחשב ככלב שב על קיאו..."

⁸ ספר **שערי תשובה** – שער שני אות טו עמ' 36, הדרך השישית.

⁹ ראו את דבריו של רבינו יונה נירונדי לאחר הדברים שצוטטו קודם, המדגישים את הצורך ביצירת סיסטמה שבה הדברים כל פעם מחדש יחוו כחדשים וראשוניים: "ויסדר תפילתו, אך לא יעשנה קבע כאדם האומר חוק קבוע הוא עלי בכל יום, כך וכך תפלות מוטלות חובה עלי. אלא יעשנה תחנונים לפני המקום."

¹⁰ סקירה נרחבת על רעד כהפרעה נירולוגית ניתן למצוא בעמוד "רעד" מאת ד"ר רון דבי (צוטט ב־24.4.18). <http://www.neurology.com/93%D7%A2%D7%A8%co.il/%D7>

גיא הנלר, משורר וחוקר עצמאי של מופעי "פחד" ו"יראה" בתחומי ידע מגוונים, כגון בכתבים קבליים עבריים של המאה ה־13. בין השנים 2007-2018 עבד עם יסמין גוזר כמנהל אדמיניסטרטיבי ומפיק של להקתה. כיום עובד כמנכ"ל תיאטרון הבית.

יכולות גופניות שונות. בשפת הקונטקט משתמשים במגע, בכיוון, בכוח הכבידה ובמומנטום כדי ליצור תנועה זורמת שמולידה הקשבה ומפגש פשוט. באמצעות הכלים הללו מצאו חי וטלי כי האפשרות של מישהו בעל מגבלה לתת משען, נוסכת ביטחון ויוצרת מרחב לשינוי תפיסתי ונייעות של תפקידים חברתיים.

הזיהוי המהותי ביותר היה, ועודנו, כי הבחירה של הגוף המוגבל לעבוד דרך המגבלה מזמינה גם את הרוקד שאינו נכה לפגוש את המגבלות שלו, הנלויות והסמויות. לפעמים הגבול הפיזי שמציבה הנכות או הגבול הנפשי שמציבה התודעה משול לכלא, והמחשבה שזהו מצב בלתי הפיך, כמוה כסוהר בשער. היכולת לייצר תנועה מרחיבה, קונקרטי וסימבולית במקום הצר ביותר של הגוף והנפש, מחוללת התמרה.

הדגש בעבודה המשותפת הוא על מה שכן אפשר לעשות, לא על הליכה נגד הגוף או עימות עם קצוות. נקודת ההתחלה היא המפגש האנושי באופן שאינו מבקש להסיר מכשולים נתונים, אלא לבנות גשר למציאות חלופית, כזו התומכת במבנה הפנימי הקיים. ערוצי ההקשבה עוקפים את אי היכולת הפיזית, והגוף הופך כלי ביטוי. עבור טלי וחי זו המשימה, שלא לומר השליחות שלהם בעולם, הם מבקשים לקיים ולמסור הלאה את אותה איכות ראשונית ונדירה שהשתמרה בתהליך העבודה מתחילתו ועד היום: הקשבה עדינה לשקט, לאינטימיות מביכה ונעימה. ברגעים הללו ההבדלים אינם נוכחים. הריכוז כולו מכוון אל המגע. מה הוא מחולל? מה אני מרגיש? הריקוד מתרחש לא פעם בעיניים עצומות, באופן שעוזר להתמקד במגע ובהקשבה ולוותר על שיפוט. הוא מייצר דו-שיח פשוט ונקי ממקום שיוויני ונטול פטרונות, משיב את האינטימיות על מקומה כאיכות טבעית וראשונית וכמה, מבטל כהרף את חלוקת התפקידים הקלאסית של תומך ונתמך, סועד ונסעד. בתוך השפה האמנותית של הקונטקט והשיח האנושי שנברא, הישענות היא חלק מהשפה והיא דו-כיוונית.

היום מקיים ענף *כוח האיזון* בכפר האמנות האקולוגי ומחוצה לו עשרות אירועים וסדנאות בשנה בהיקפים שונים: שיעורים שבועיים, סדנאות מתמשכות, מפגשים חד-פעמיים ותוכנית הכשרה למנחים. ביסודו מונחת האמונה כי תיקון עולם אינו קשור במעשה

חסד פטרוני כלפי מישהו חלש או נזקק, כי אם בהשבת הסדר על כנו ובאוקיינוס הגדול של הנפש שנמצא מעבר להגדרות שלנו על נכות ובריאות. פעם אחר פעם מבקשים חי וטלי אחר אותה תקשורת עדינה, כמעט נלחשת, שנוולדת במגע הבלתי אמצעי בין בני אדם. הם מתעקשים לראות אופק בהיר ורחב מבעד למגבלות, למסננים ולמונחים המוכרים, תרים אחר המקום שהמחיצות בטלות בו, נושרות בזו אחר זו ונותר מפגש של אדם מול אדם. לב אל לב.

הערות

¹ כוח האיזון (2001) / ניהול אמנותי: נעה ורטהיים ועדי שעל / בימוי: אדם בנג'מין, אנגליה / כוראוגרפיה: אדם בנג'מין בשיתוף רקדני להקת ורטינו / מוזיקה: אבי בללי / תלבושות: רונן חן מתוך הספר *כוראוגרפיה של אנשים וחלומות*, כתיבה: אוריה קדרי, הוצאה לאור חדקון, 2017 לרכישת הספר בהנחה מיוחדת היכנסו לאתר חדקון והקלידו קוד הנחה: vertigo25

של הכרה בחשיבותה האמנותית ובפעילותה בארץ ובעולם, וההחלטה להעלות מופע משותף עם רקדנים נכים עוררה התנגדות מכמה וכמה כיוונים. ביסודה הייתה מונחת דאגה אמיתית פן יסורו יוצרי ורטינו מדרך המלך שאך זה עתה החלו להלך בה. אולם, לנעה, עדי ורנה, באופן שמתגלה כאופייני מאוד, הייתה משיכה עזה לחלוק את המסע הזה, והם הקשיבו לקולות שעלו מתוכם, בעודם הודפים בעדינות את הקולות מן החוץ. הם הבינו כבר אז כי הם אינם מחפשים אחר כללי המשחק ה"נכון" והאליטיסטי. עוד הבינו שביטול מחיצות הוא חלק אינטגרלי מתפקידם בעולם, והתעקשו ליצור מציאות אמנותית וחברתית שמתחולל בה מפגש אנושי במבט ישיר ובלב פתוח.

הנחת היסוד המוסרית שהנחתה אותם הייתה כי אין דבר "פגום" כשם שאין דבר "שלם", וכי גם רקדן בעל מגבלה גופנית כלשהי הוא רקדן. ובמילותיו של אדם בנג'מין: "כל אחד יכול לרקוד". בורטינו הבינו אז שהחיפוש האמנותי שלהם אינו

מתחקה רק אחר הדבר הפנטסטי, המושלם, אלא אחר המפגש, אחר היופי שבאנושי, בחלקי, בפרום. אדם בנג'מין נענה להזמנתם של נעה ועדי ובה לארץ לפרק זמן שבמהלכו הנחה סדנאות משותפות לרקדנים נכים ולרקדני ורטינו הוותיקים. בעקבות ההתנסות הזאת יצר עם הלהקה את המופע *כוח האיזון*. תהליך המחקר בסטודיו התרכז בשאלות על מציאת איזון ואובדן יציבות בעולם חסר סדר, תודתי, לא פעם נטול פשר. השאלות נשאלו באופן מוחשי דרך הגוף, שהיטיב לשקף את המאבק לשימור שיווי המשקל הממשי והמטאפורי.

באחת מהסדנאות שהוביל אז בנג'מין, נפגשו חי כהן וטלי ורטהיים אנרגיוניקי. היא – האחות השלישית לבית ורטהיים, רקדנית ומנחה סדנאות בקונטקט אימפרוביזציה. הוא – לשעבר עורך מוזיקה בגל"צ, בוגר בית הספר לקולנוע סם שפיגל, מרותק לכיסא גלגלים מאז נפצע בבריכה של סבא שלו, כשהיה בן 13. הוא הגיע לגמרי במקרה, ללא רקע קודם בריקוד, לסדנה המשותפת של ורטינו ובסוף כל יום פגש את עצמו בערות מפתיעה, נרגש ומלא לראשונה, מעיד חי, התרחש בתוכו משהו לא שכלתני, חזק מאוד וחדש מאוד שמשך אותו להישאר ולהתמסר אליו.



רקדנים: טלי ורטהיים וחי כהן, צילום: אלעד דבי
Dancers: Tally Wertheim and Zahi Cohen, photo: Elad Debi

לאחר מופע *כוח האיזון*, חברו חי וטלי למסע של חיפוש דרך משותפת. הם תרגמו את כתביו של בנג'מין לעברית, העמיקו בלימוד ותרגול בקונטקט אימפרוביזציה וחיברו יחד ריקוד שנקרא דואט אינטימי, המוצג בנרסאות שונות מאז ועד היום. לאורך השנים יצרו השניים עבודות נוספות: טריו עם הרקדנית מיה רשף, ריקוד המבוסס על שירי הייקו, והמתחקה אחר מבנים בגוף ובמרחב בחיפוש אחר תמונות שרירות צלולות ופשוטות; Homezone, מופע משותף להם ולכוראוגרפית גרמניה נכה שיועד לקבוצה של רקדנים בעלי יכולות פיזיות שונות. חי הופיע בדואט נוסף עם רקדנית מצפון אירלנד; ועם אלכס שמורק, רקדנית עבר בורטינו, יצר כוראוגרפיה ללהקת מחול משולבת באתיופיה.

מאז אותו מפגש מכונן עם אדם בנג'מין ועם משנתו, הפך *כוח האיזון* משמו של מופע פרי עבודתו, לענף אמנותי וחברתי בורטינו, בהובלתם של טלי וחי. השניים ביקשו לחבר בין הכלי האמנותי של קונטקט אימפרוביזציה לעבודה עם אוכלוסיות מגוונות, ופיתחו לאורך השנים מודל עבודה זוגי באמצעות כלים משפת הקונטקט, עבודה באלתור וליווי של תהליכי יצירה לבמה במחול משולב. בדרך הם למדו את איכויותיו הייחודיות של מחול ספונטני ואת רזי התקשורת הפיזית בין רוקדים בעלי