

הגופים הנמנעים

מיכל שחק

בני האדם שייכים¹ למשפחת היונקים. נולדנו מחוטים לנגוע ולהינגע. רקדנים צריכים, פועלים ויוצרים מתוך מגע ממשי של גופים שנמצאים יחד בחלל משותף, משפיעים ומושפעים ביוזעין ושבלא יודעין. אבל במשך חודשים ארוכים רובנו מנועים לנעת ולהינגע; להוות גוף; לדעת גוף; ליצור גוף; לרקוד גוף; לחשוף גוף; להיות חלל; להיות מרחב; להיות הד; להתגלגל למטה ולמעלה ולצדדים ולמתוח את המפרשים, ומתוך הגוף להיכנס למחשכים ולרצד שם עם נחליות האור שבפנים, וכך או אחרת לצאת עם ידע עצמי חדש ולהביאו אל החוץ. הגופים הנמנעים. הגופים הנמנעים.

אני תוהה מה קורה לגופים, לקדמת הגוף – לגדה הגופית הקדמית שאינה מוזנת בתחושת הביטחון הקדום, הבראשית. עוד לפני היותנו עובר שמחובר דרך חבל הטבור אל רחם אימו ובכך אל גופה ממש, השכבה הקדמית של הגוף מתהווה בתודעה גופשית (גופית־נפשית) של קשר, התקשרות, תקשורת. בתקופה התוך רחמית אנחנו כבר נוגעים ומשחקים עם חבל הטבור ויודעים באופן גופי עמוק ומכוון, שחלק מתחושת העצמי־הגופי שלנו ניזון ומתהווה באמצעות קשר ומגע. מה יקרה עם התדלדלות המגע או עם הימנעות ממנו? מה יקרה לרפלקס הקדום המוטמע בכל גוף אנושי של פרישת הזרועות וכינוסן סביב גוף אחר?

מה מחולל בגופשיות שלנו הריסון שמתרחש מאליו כשאנו רואים מישהו אהוב? מה קורה כשהתנועה הספונטנית של "לבוא לקראת" גוף, להתקרב, לבוא אל החיבוק והמחבוקות, מעוכבת, מרוסנת, מוחזקת בפנים כאנרגיה עצורה ואצורה? מה קורה לאנרגיה הזו שמצטברת, וכיצד היא נפרקת? האם נוצרים בנו גבישים של מצב "לקראת מרוסן" בתוך הגוף, ואיך הם יבואו לידי ביטוי בכריאוגרפיות המתעברות עכשיו?

אנחנו לכאורה נעים בחופשיות בגופים הכלליים, במרחבים הציבוריים. אך כמו תודעה תחת משטור, הגוף עצמו, שנע הלך וחזור בין פעילויות שטוחות בזום לפעילויות תלת ממדיות ברחוב, ממוסך בחופש התנועה הכוזב הזה. לאמיתו של דבר, הוא מורעב, מוחסר, עוצר מעצמו תנועות בסיסיות, פרימיטיביות, של ההיבט היונקי המקודד שבנו. הוא תופס את זולת גופו כאיום, סכנה, אובייקט המעורר חשש, פחד, היסוס והימנעות, הסתייגות והתרחקות.

הגוף, המחסה הבטוח היחיד, נעשה איום לכל זולת גופי, וכל זולת גופי למעט אלו הכמוסים עימי בכמוסת המשפחה, אם ישנה כזו, הוא איום לבריאות גופי. הליכה ברחוב הפכה לפעולה ששורה בה הימנעות, ו"חישוב מסלול מחדש" מתקיים כמעט כדרך הטבע, באופן לא לגמרי מודע. הריסון הולך ומתנרמל בעיכוב רפלקסים קדומים ביותר כמו פתיחת זרועות וכינוסן סביב גוף חי אחר, סביב מבט הפנים המשתנה ומעוכב באמצעות המסיכה הנדרשת.

אני תוהה מה קורה להורמוני החברות, האהבה, החדווה, שיכון הכאב ושיפור מצב הרוח, ליצירתיות, לחשיבה הגבוהה, לכינון ולשיקום של תחושת הביטחון הבסיסית וליצירת האמון הבין־אישי; לאנדורפינים, לדופמין, לאוקסיטוצין ולסרוטונין

המופרשים במצבי חברות ומגע. מבטי הפנים המכוסים נקראים ומתפרשים פחות ופחות, ובכך הפעילות ההורמונלית־חברתית הנחוצה לקיום גופשיות נמישה, עמידה וחסונה, מוחלשת. אנחנו נעים בעולם של פשט גופי. המדרש הגופי נכנס להקפאה ואנחנו מתרגלים. יש לנו חוסן ויש לנו עמידות. היצור האנושי, כמו גם הפסיכו־פיזיולוגי שלו, נמישים ומסתגלים. ובכל זאת – אנחנו יונקים. אנחנו זקוקים למגע, לתהודה משותפת, להפרשה פעילה של הורמונים, להתמשכות חיים גופשיים בריאים וליצירה אמנותית המושתתת ומונעת מחוויות עשירות של גוף וגופים. איך נקיים אותם בתוך העוצר הגופי־מנעי, הריקודי, האמנותי? איך נשוב ואם נשוב לתנועה חופשית "באמת" בגופי המרחבים המוכרים של הסטודיו; מה יקרה כשנשוב לאפשר ל־"felt sense" המולד שלנו, המצפן הסומטי הפנימי, להתקרב ולחבור גופית לגופים אחרים, להתעניין בהם, לנעת ולהינגע? ואולי לא נשוב לעולם. אולי, כמו שפרקטיקות מיניות השתנו מאז הופעתו של וירוס ה־HIV, ישתנו גם פרקטיקות גופניות וריקוד.

ואולי ניצוק, נמצא או נמציא משמעויות ופרקטיקות חדשות; אולי נתחיל (נמשיך) בפעילות גופית ריקודית מחתרתית, שמתקבעת על הגעגוע למוכר, וננסה בכל דרך לשחזרו ולקיימו, ולו חלקית; ואולי הריקוד ימציא את עצמו מחדש, בתוך המרחב הפנימי הבלעדי, מושתת על זיכרון וחיסרון ופועל ב"יש" שב"אין". אולי נצליח לנבוע מחדש, מתוך הגמישות הגופית אל תוך גמישות מנטלית־אמנותית ונחזור לגוף עצמו, לבשר החי; להיותה של ממשות הגוף מעבדה ומכרה של יצירה; אולי נמשיך ונמציא מרחבי מופע חדשים בנוסף לאקווריום ולמרחב הציבורי. אולי נרתום את גמישותנו לפיתוח דרכים חדשות מחפשות של עשייה מחולית.

תודה על שיחות עם נועם בייטנר ביחס ל"גוף בקורונה" שהיו ברקע המחשבות/שאלות שבכתיבה לעיל.

הערה

¹ המילה "להינגע" לא קיימת בשפה העברית אבל המחברת מעדיפה אותה על "לחוות מגע" או "לקבל מגע".

מיכל שחק, BA Dance; MA Dance Movement Therapist; מוסמכת בכירה מטעם בוני ביינברידג' כהן כמטפלת וכמורה של BMC (BodyMind Centering). מלמדת בתוכניות הכשרה של בית הספר ללימודי BMC באירופה, ארה"ב וברזיל. מוסמכת ומורשת הדרכה Somatic Experiencing. משתלמת בפרקטיקות סומטיות ומתמחה בטיפול סומטי בטרומה. מלמדת קורסים וסדנאות של חקר גוף ב"מעבדת גוף" בתיא ובירושלים. מלמדת באקדמיה למוזיקה ולמחול בירושלים. מקיימת פרקטיקה פרטית בתיא ובירושלים.