

# "היא הייתה לי כמגדלור" תלמידות מספרות על ירדנה כהן

"אני זוכרת את הנסיעות כל יום ראשון, שהיה יום מיוחד, בו הייתי רוקדת את עצמי לדעת. עליתי במדרגות התלולות במעלה הרחובות ארלזורוב וגלומב בחיפה לסטודיו וחייתי לירדנה שתגיע. צלצולי הצמידים בישרו על הנעתה. אהבתי את קומתה הזקופה ואת נוכחותה המיוחדת, את מבטה החם והאוהב. אהבתי את ניסים המתופף ומרים הפסנתרנית וצללתי לריקוד".

לכתיבת הכתבה הגעתי בעקבות חנינה ומפגש עם חברים ועמיתים בזום לרגל מלאות לי 80, כששיטפתי אותם בהיסטוריה התנועתית שלי עד היום שיש בה פרק חשוב ששמו "ירדנה כהן". אמי הגיעה מנרמניה לישראל בשנות ה-30 של המאה הקודמת. היא באה עם דעות מהפכניות על קשר גוף-נפש והתנגדה לבלט הקלאסי שנראה לדבריה לא טבעי לנוף ולנפש. "אני מבינה שאת רוצה מאד להמשיך בבלאט הקלאסי", אמרה לי בסיום השנה, "אבל כדאי שתכירי סגנון נוסף במחול". לאחר שהתנגדתי, אמי הציעה לי שניסע יחד לפגוש חברה שלה וכך הגענו שתינו לבית בחיפה. את הדלת פתחה אישה מרשימה עם שיער עבות עד הכתפיים בצבע ג'ינג'י מקושטת בצמידים ותכשיטים צבעוניים, לבושה בחצאית ארוכה מבד מורחי. ביתה היה מלא כלי נגינה תופים ומצילות ועל הקירות סלים יפים. היא דיברה על עצמה כילדה רוקדת, דבר שריתק אותי וכבש את ליבי. אני זוכרת שאחד הנושאים המרכזיים שרקדתי אצל ירדנה היה ריקוד המכשפה, שהיו בו עוצמות שכנראה לא אפשרתי לעצמי לבטא ביום יום. בגיל 14, כשלמדתי אצל ירדנה, רציתי לתת שיעור מחול לילדים בני שמונה במוסד אהבה בקרית ביאליק. בהשראת שיעוריה פניתי לחברתי יפעה חפץ שתנגן על הפסנתר ובסוף המפגש החלטתי שזה יהיה המקצוע שלי, אטפל בילדים ומבוגרים דרך תנועה ומחול. כמו שהמחול עזר לי אעזור לאחרים דרכו.

**דמותה של ירדנה**  
ההתייחסות של הנשים אל ירדנה מלווה בסופרלטיבים: "היא נראתה לי כאילו יצאה מהתניך". "אישה קטנת גוף וקומתה הזקופה מתנשאת לנבחים שממלאים את הממדים והרבים של חיי". "ירדנה הייתה בשבילי במשך שנים כמגדלור", "היא הייתה כמו שמאנית, ... בעלת עוצמה, יצירתיות ודיבור תקיף" "אני עדיין שומעת בתוכי משפטים שלה, את צליל דיבורה וחייתך מילותיה" "אהבתי את האישיות שלה את הידיים שלה את הקול שלה כשעמדה היה כאילו משהו מכושף". "אני זוכרת את ירדנה, כאילו זה היה אתמול. השמלות המיוחדות שלה, התכשיטים התימניים, ההליכה הזקופה. את רותה שניגנה על פסנתר, את המתופף".

אחרי החנינה בזום החלטתי לאסוף תלמידים של ירדנה ולהוביל ערב של תנועה וחוויית משיעוריה. תוך כשבוע נפגשנו בזום במפגש מרגש שבו גם התנועענו וגם העלנו זיכרונות על אישה נפלאה שתרמה לחייהם של רבים והייתה מורה למחול ומטפלת בתנועה. לצורך כתיבת הכתבה שלחתי שאלון אינטרנטי לתלמידותיה ובו שאלות לבני המפגש שלהן עם ירדנה וכן ראייתני כמה נשים. בכתבה אתאר את ממצאי השאלון והראיונות האלה.

16 נשים ענו על השאלון בטווח הגילאים של 41-83. הגיל בו התחילו ללמוד אצל ירדנה היה מגיל שנתיים (מישהי שהגיעה עם אמה שהייתה אז תלמידתה של ירדנה) ועד גיל 81. משך הזמן שלמדו אצלה היה מ-10 עד 78 שנים. רק שתיים מתוך המשיבות אינן רוקדות היום, מחצית מהמשיבות עוסקות בטיפול בתנועה. אצל רובן הקשר עם ירדנה היה רציף והתהדק דווקא בשנותיה האחרונות. כולן, פה אחד, אמרו שירדנה ידעה לשמור על קשר וכוחה ספרתי שאני שומרת עד היום בטלפון הנייח את הודעתיה ושאלותיה לשלומנו ובקשתה שבואו לבקר.

היינו משפחה במצוקה. הייתי באה לסטודיו ומציצה מהחלון. ירדנה שאלה "למה



ירדנה כהן  
Yardena Cohen

רק מהחלון?" והזמינה אותי לשיעורים ללא תשלום. היא הייתה מאירה פנים ואחת מהחוויות המנחמות והמרגיעות בבגרותי". מראיינת אחת ספרה על חוויה שלילית שבה היא רצתה ללכת לקורס למוזרים למחול מורים וירדנה כעסה על כך. היא נאלצה להפסיק את לימודיה אצל ירדה ולחזור עם התנצלות כעבור שנים, "אבל", היא מוסיפה, "מאוחר יותר כשספרתי לה שהתקבלתי ללימודי טיפול בתנועה היא קמה וחייבקה אותי".

אחרת הוסיפה "הקשר שלי עם ירדנה נמשך עד ימים ספורים לפני מותה. כל שבת הייתי מבקרת אותה. "כל מפגש היה משמעותי לשתינו. אישה משכמה ומעלה צלולה וחדה במעשיה בטון דיבור בעושר שהעניקה לנו כרקדניות, לשמחתי ירדנה לא נעלמה, פשוט היא העבירה לתלמידות שלה את היצירתיות את החוון והרוח ... תמיד כשאני רוקדת אתך מירי אלון זה כמעט כמו. אני מסתכלת על תמונות משיעורים עם ירדנה והזיכרונות צפים. למדתי אצלה לאורך כמעט כל שנות העשרה שלי והיא אף ליוותה אותי בעבודת הגמר שלי במחול עיוני ומעשי. לפעמים הרגשתי שלקחה אותי תחת חסותה. בתמונות נוכחת השתתפות בין־דורית מדהימה (שכיום לא רואים בשיעורי מחול) ויחד עם זה חופש ביטוי פשוט ומרגש של כל אחת".

### דרכי הוראה

אחד הדברים הנפלאים בשיעורים של ירדנה היה הריקוד האישי של כל רוקדת. נושאי הריקוד שעלו מתוך הזיכרונות מגוונים מאוד החל בנושאים אישיים וכלה בנושאים הקשורים בטבע ובמורשת התרבותית של התנך. הנושאים שהוזכרו היו: **ביטוי רגשות**: המפגש עם עצמי, הברווזון המכוער, זיכרונות, הרצון להגיד משהו, חלום, שיר ערש, פגישה, הילדות, ילדה שאיבדה בובה, שולם ברוגו, הלכתי לאיבוד במדבר, מכשפה, נשימה ונשמה, בנים, קשרים, "קוף עצוב, כי אימא שלי קראה לי קוף כשחשבה שזה מבטא אהבה ואני לא אהבתי את זה". **דמויות של נשים**: אימהות, חנה סנש, בת יפתח, יעל וסיסרא, בעלת האוב מעין דור, הגר שבה הביתה. **נושאי טבע**: שורשים, אדמה, אש, אור, עץ שחיוקו וטיפלו בו, תחת עץ הזית, פולחן אש, ריקודי בעלי חיים. **נושאים מהתנ"ך**: בריאת העולם, איוב, נשמות בשאול, שבת.

כל אחת בחרה נושא ואחת אחרי השנייה רקדו והחברות בקבוצה צפו ברוקדת. הזיכרון המשמעותי אצל הכותבות היה ההוראות של ירדנה לילדות הצופות. "רק חיובי" היא אמרה, כשמישהי התחילה לומר מה לא היה טוב בריקוד. בתנועה חדה ובתיפוף חזק (פעימה אחת) על תוף המרים שלה אמרה: "רק טוב, כי כדי שימשיכו לפתח את הנושא הדברים צריכים להיות חיוביים, תגובות בונות, כולל הצעות לפיתוח".

כבר אז כילדות הן התבקשו לראות את החיובי באדם ולעודד את הרצון לעזור לכל אחת להתפתח, "למדתי אצלה להקשיב לאחר ולא רק להתעסק עם עצמי". לכל אחת הייתה מחברת שבה ציירה וכתבה לפני או אחרי השיעור. היום כחלק מדרכי טיפול עובדים הרבה על המעבר בין אופניי הביטוי השונים – כתיבה, תנועה ויצירה שירדנה השכילה לעשות כך כבר אז. ירדנה הבינה שילדים ואנשים לא רוצים להיות שקופים, "מה אני רוצה? ... שיראו אותי! ... וירדנה ראתה".

אחת הנשים ספרה על זיכרון שלה שבו ירדנה נייסה אותה לעזור לאחת הילדות. היא מספרת שנגשה אל ירדנה כדי להסב את תשומת ליבה ואולי לבקש את עזרתה כשאחת הרוקדות נראתה לה מוטרדת. ירדנה ענתה יתשמרי על קירבה אליה ושימי לב אליה". אחר סיפר שהדרך בה ירדנה ישבה אתו וחקרה את נושאי המחול שלו השפיעה עליו ועד היום הוא נוהג כך בעבודתו במחול. "השיעורים של ירדנה היו מאד יצירתיים, שיעור על חגים, שיעורים עם אבירים – צעיפים חישוקים, כמו תיאטרון קטן".

מוסיפה אחרת, "החיבור לאדמה ולנוף, המוסיקה הנפלאה והקצבית, התוף של נסים, החליל של אליהו ונגינת הפסנתר, כשעל כולם מנצחת ירדנה קטנת הקומה ונדולת הרוח – בהתאמה למה שהיא קולטת כתהליך הנפשי נופני שעובר על הרוקדת, זה היה תהליך של אמפתיה במובן הכי עמוק שאני יכולה להעלות על הדעת".



Students at Yardena Cohen studio

בהתייחסות שלה אל הרוקדות הן למדו על עצמן ועל תפיסה חדשה של גופן "למדתי רבות על הגוף המביע ובמיוחד על היציבה, החוזקת הגוף והתנועה במרחבי". "למדתי להתבונן פנימה בגוף שלי, בנפש שלי, והחוצה להתבונן בתנועתם של האחרים". האמונה של ירדנה בכוחו של המחול לרפא גם ללא מילים חלחלה גם אל הרוקדות "היא חיברה אותי לדרך המיוחדת שלה לרפא באמצעות המחול".

### השפעת הלימודים על החיים הפרטיים

המשיבות לשאלון נשאלו עד כמה השפיעו הלימודים אצלה על חייהן האישיים והתבקשו לדרג תחושה זו על סולם של 6 דרגות, מ1 בכלל לא ועד 6 במידה רבה מאוד. 12 משיבות דרגו את תחושתן בדרגה 5. הן התבקשו לספר את סיפוריהן המובאים להלן.

- במהלך ריקודי אצלה. רקדתי כשאני בהריון של בני הבכור כמעט עד הלידה. נוצר איתה קשר אישי עמוק. הושפעתי מהחוכמה והנדיבות שלה. הזדהיתי עם אהבתה למחול, לאדמה. היא מאד עוודדה אותי. קיבלה אותי איך שאני.
- בתקופת גיל ההתבגרות, שני השעורים הרצופים שלמדתי מדי שבוע באולפן, אפשרו ללחץ ולטרופ להשתחרר. הייתה לניטימציה לכל רגש.
- באתי אל ירדנה שנתיים אחרי אסון משפחתי שקשה לתאר את עוצמתו, ולא היו לי מילים, לא עיבדתי את מה שקרה, לא רציתי ולא יכולתי לשתף פעולה עם טיפול מילולי. שם, באולפן, עשיתי את עיבוד האבל הראשוני שלי. שם הסערה הרגשית שלי הצליחה לשתוף החוצה ולא רק להציף אותי מבפנים. ההשפעה של זה עלי הייתה מידית ועוצמתית. מתוכה גם בחרתי את ייעודי בחיים הבוגרים כמטפלת בתנועה.
- הזיכרון החזיר אותי לרקוד בתקופה של משבר גירושין. הריקוד החזיר אותי לחיים, לרצות לחיות ומשם המשכתי לרקוד ולטפל בגוף ובתנועה.
- ירדנה היא מקור השראה עבורי, מורה שגם מחנכת לעקרונות יסוד כמו כבוד הדדי, דיוק, רצינות, חריצות ועוד.

- אני חושבת שירדנה קודם כל הייתה מורה לחיים, לערכים של סובלנות, קבלת השונה. עד היום אני זוכרת את האופן שבו קיבלה ילד עם קשיים שהיה חלק מהקבוצה שלנו. ירדנה הייתה קפדנית, מי שחס וחלילה איחר לשיעור התבקש לחכות מעבר לדלת עד שתסתיים המוסיקה ורק אחי"כ להיכנס בשקט ולשבת על המחצלת כדי להבין מה מתרחש בשיעור. עד היום לא אכנס לחדר בזמן מוסיקה, לא אלעס מסטיק בזמן מופע. חינוך לחיים.

### השפעת ירדנה על החיים המקצועיים

המשיבות התבקשו לדרג על סולם של 1-6 את השפעתה של ירדנה על חייהן המקצועיים. 12 משיבות דרגו את ההשפעה בדרוג 5. כשהן התבקשו לספר את סיפורן עלו הסיפורים הבאים.

- אני רואה אותה כחלוצת המטפלות בתנועה הארצישראלית. הייתה מטפלת בתנועה עוד לפני שנתנו לזה שם. למדתי ממנה להתבונן בגוף ובנפש.



Students at Yardena Cohen studio

- למדתי ממנה את אהבת השונה. ראיית ייחודיות בכל תלמיד/ה ואת הידיעה שמתוך הכאב יכול לצמוח יופי גדול.
- למדתי ממנה "חנוך לנער על פי דרכו", מאמינה בדרכה שלא משנה באיזו טכניקה תבחרי האותנטיות היא העיקר.
- החוויה הטיפולית שעברתי בגופי ובנפשי אצל ירדנה, הוליכה אותי מהר מאד לתובנה שמה שעזר לי כשלא היו לי מילים היה הריקוד וזה מה שאני רוצה לעשות "כשאהיה גדולה" – לעזור באמצעות ריקוד למי שנמצאים במצוקה נפשית. אמנם עברו עוד 20 שנה עד שמימשתי את ההחלטה באופן מלא, אבל מקומה של ירדנה כמחוללת החוויה המכוונת נותר מרכזי בחיי.
- כשבחרתי להיות מטפלת בתנועה אספתי מתוכי את הזיכרונות והתובנות מהסטודיו שהנחו אותי לחפש בתוכי את הדרך לממש ולהיות מטפלת בתנועה. כמו שאבי לימד נערים מוסיקה בדרך טיפולית, ירדנה שותפתו למסע היצירה יצקה בי את ניצני החוויה המשמעותית לרצות לטפל גם אני בריקוד ובמחול.
- ירדנה עזרה לי לגלות נחישות, יושרה, התעקשות להבין את המקור והיסוד הובילו אותי והנחו אותי לדברים מדהימים וייחודיים.
- אני זוכרת שאמרתי לעצמי שוה מה שאני רוצה לעשות כשאהיה גדולה, ואפילו לא ידעתי מה זה ה"זה" שאליו אני מתכוונת. הכוונה כמובן למחול המחלים. מאוחר יותר למדתי פסיכולוגיה קלינית.
- אני הולכת בדרכיה. נזכרת פעמים רבות בדבריה ובמראות הדמיון של הנערה היחפה על חוף הים, היוצרת רצף תנועתי מלא חיים וייחודי בין הטבע, הנשיות, ומעשה האומנות הטוטאלי הגופני של ריקוד, לבין הנפשי והריפוי.
- במבט לאחור היא כיבדה כל תלמיד באופן מלא. נתנה לנו להביע את עצמנו דרך המחול וכיוונה בדרכה המיוחדת להוציא מאתנו את האמת, בלי זיופים. לזכותה יאמר שעד היום זה הדבר הכי חשוב לי לחפש, להעביר, להקרין כשרוקדת, מופיעה, מנחה ומלמדת. ותמיד יש עודי באוצר הזה של גופנו והווייתנו.

## מדבריהם של תלמידיה צופיה נהרין, ענת מרנין, טליה הלקין,

### ירון מרגולין ורות אשל

#### צופיה נהרין

"שמרתי על קשר עם ירדנה עד יומה האחרון, למדתי אצלה שנה בשנת 1945 – 1946. ההשפעה של שיעוריה עלי הייתה גדולה, כמו קסם. נכנסתי לדמותה רצייתו להיות כמו ירדנה קטנה וכבר בגיל 17 בהיותי בגרעין במשמר העמק פתחתי חוג למחול לנשים. כמה חודשים לאחר מכן פרצה ההתקפה על הקיבוץ. כשנהרגו מסביב אנשי הקיבוץ, חברי החוג, להפתעתי, ביקשו שלא אפסיק את השיעורים. כל הדרך החינוכית שלי הושפעה מירדנה, גם כשעבדתי עם ילדים בסטודיו, כשלימדתי באורנים נגנות ומורים, בסמינר הקיבוצים בתל אביב מורות למחול ובתלמה ילין. בחלק גדול מהשיעורים שלה עבדנו עם חפצים שונים או עם חפצים אישים, כמו – טס, צעיפים וחישוקים. הנחנו את הטס על חלקי גוף שונים, למשל על כף היד, עבודה שדורשת שיווי משקל, זרימה והמשכיות של תנועה מהיד, הזרוע, הכתף

י מתוך השרי"ש פרחים" של נתן יונתן 1974: 18

והצלעות. כל הגוף השתתף בתנועה הזאת. לעיתים היה הטס על הרצפה, או כמה טסים והיינו נעות ביניהם עם כיווני תנועה קדימה, אחורה, הצידה, במעגלים ושמנייות, כאשר גם חלקי גוף שונים מובילים את התנועה. ההשראה של הטסים הובילה להתייחסות לטס עם משמעות נוספת. הבנתי שחפצים עוזרים להרגיש שאנחנו לא לבד וגם אמצעי לגלות אפשרויות תנועה אחרות לא הרגליות.

בחלק האחרון של השיעור היו כמה בנות הופכות לרקדניות יותר המשתתפות היו צופות בהן. כשעבדנו על נושא היינו חייבות לתת שם לריקוד והשם ריכז אותנו בנושא. הריקוד הראשון שרקדתי היה ריקוד י'אסיר – הרצון לצאת לחופשי". הרצון להשתחרר מכוח הכבידה העומסים שמשכו למטה. קבעתי לעצמי מצב לא נוח שבו שתי הידיים שלובות מחוברות וקיים מאבק מתמשך להשתחרר. זו הייתה הזדמנות לבטא את מה שהיה קשה לי לבטא במילים.

לריקוד אין זיכרון, הוא מיד נעלם. האפשרות שהרבה עיניים צופות ברוקדת מכפיל את הריקוד שנחרט בעזרת העיניים המסתכלות במבט חיובי שנותן הרגשה של הכרה והוקרה. ירדנה לימדה אותנו להיות מרוכזים, להתבונן בעצמנו ובאחרים, התבוננות חיצונית והתבוננות פנימית כאחד, כשחלק גדול מהריכוז בשיעוריה היה עבודה בעיניים עצומות. עד היום רוב הנשים שרקדו אצלה מוצאות את עצמן עוצמות עיניים על מנת להתרכז ומנסות לא לאבד ריכוז גם בעיניים פקוחות".

### ענת מרנין

לא רק ילדים ובני נוער מצאו מזור באולפן של ירדנה, היא ליוותה גם מבוגרים, עם טראומות, עקרות, שכול ואבל. מלחמות ששת הימים ובהמשך מלחמת יום־כיפורים הביאה עימה הרבה כאב וצער, דבר שבא לידי ביטוי גם בתכנים של אבדן וייאוש שנשים צעירות התחילו להתמודד איתם אצל ירדנה. אביא את דבריה של ענת מרנין, תלמידתה של ירדנה, לגבי תהליך שעברה, שימחיש את מסע השינוי, מחוויית מוות לחזרה לחיים. ענת הייתה בת 19, שנתיים אחרי מלחמת יום־כיפור, שבה חוו היא ומשפחתה שכול כבד. שני אחיה נהרגו במלחמה זו. "לכאורה תפקדתי בכל המסגרות, הייתי מוקפת בחברות וחברים קרובים ותומכים, סיימתי לימודי בתיכון עם תעודת בגרות מלאה ואפילו ציונים טובים, התעקשתי להתנייס לצבא וגם המשכתי לרקוד. אך חשתי שמשוה בתוכי מת. צופיה נהרין, שהייתה מורתי למחול שנים רבות וליוותה את דרכי מילדותי, המליצה בפני לעבור לרקוד אצל ירדנה כהן.

ירדנה ידעה את סיפורי, הבינה את מצבי ופרסה עלי את כנפיה החסודות. היא הזמינה אותי להשתתף בכל קבוצות הריקוד באולפן. הסכמתי מיד להצעתה של ירדנה, כי היא הייתה עבורי כמו ימים לצמא במדבר". כך זכיתי להיות לאורך כל יום כזה, מעין יאחות בוגרת' המסייעת ותומכת בקבוצת הילדות, חברה ושותפה בקבוצת הנערות בנות גילי, ומושא לחמלה, קבלה והבנה בקבוצת הבוגרות. עקרון מרכזי זה בתפיסתה של ירדנה, שהעזרה לזולת מחזקת ומעצימה, אפשר לי להיות בשני התפקידים, להעניק ולקבל.

שם, בקרב קבוצות הריקוד, התחלתי לחזור למגע עם שכבות הרגש העמוקות שלי. בעידודה ובתמיכתה של ירדנה, באווירת החום העוטף שהיא הפליאה ליצור בקבוצות, יכולתי לבטא את מה שלא יכולתי לבטא לפני כן באף מקום אחר ובשום דרך אחרת. החימום בעבודה על הגוף והנפש, החיבור לאדמה, לנוף, לתרבות ולזולת, האווירה המכבדת, אהדת ותומכת בין כל השותפות לקבוצה, אותה השרתה ירדנה, המוסיקה רבת העצמה, שנוגנה במקום על־ידי נגנים רגישים בהנחייתה, ההזמנה לחפש ולבטא את האמת האישית – כל אלה יחד כיוונו אותי לרקוד את עצמי באופן שפתח את סגור לבי, שינה את ההתמודדות הרגשית שלי עם האובדן והשכול והחייה אותי.

בין ריקודי האישיים היו הריקוד, "אני רוצה להגיד משהו" – כך רקדתי את מה שלא יכולתי לדבר, והריקוד, ידמעותיו הפכו לאבן, אבניו בכו פרחים" שהיה ביטוי להתמודדותי עם בית־העלמין ומשמעותו בחיי, שכן הוא הפך באותן שנים להיות מקום המפגש המשפחתי שלנו, במקום שולחן השבת שבבית הורי".

אפשר לומר שהלימוד אצל ירדנה היה בעל משמעות טיפולית מיוחדת עבורה, שהחזיר אותה לחיים, במובן המלא של הביטוי. ואכן, ענת החליטה שוה המקצוע שהיא רוצה לעסוק בו, וכך סיימה את התכנית להכשרת מטפלים בתנועה ומחול בסמינר הקיבוצים.

## טליה הלקין

אני כמעט בת תשע, עומדת במרכז הסטודיו למחול של ירדנה כהן בחיפה. זוהי אחת הפעמים הראשונות שלי בסטודיו, וכעת הגיע תורי לרקוד בפני הקבוצה את הנושא האישי שלי. אני חשה את הדחף לנוע אל תוך המרחב הריק, לצד החשש להיחשף בפני קבוצת הבנות היושבות ומתבוננות בי. אני מסתכלת בירדנה, בפסנתרן שיושב לשמאלה, בעץ החושש שניבט מבעד לדלת הזכוכית הנדולה, וברגע אחד הכמיהה לרקוד ולתת ביטוי לרגשותיי והפחד לעשות זאת חוברים יחד לנושא שלי. אני קוראת לריקוד יהדג שלא רוצה לצאת מהמים. הקונפליקט הרגשי הופך לתהליך יצירתי. במשך קרוב לעשור, חזרתי מידי שבוע אל אותו מרחב פיזי ששימש כמיכל וכתבת תהודה לעולם הפנימי שלי – מרחב שבו רגש, מחשבה, תחושה, תנועה ודימוי חברו יחד ומשהו חדש נולד.

## ירון מרגולין

פגישתי האחרונה עם ירדנה כהן הייתה בימיה האחרונים. מרי קדוש שלנו, (שליוותה את ירדנה בנאמנות כל השנים) הייתה בחדר, והציעה אבטיח. הגעתי עם סטיב אורנשטיין, אמריקאי נלהב, ציוני מניו יורק, איש עסקים חביב. הגעתי אליה הפעם כדי להכיר לו לאמריקאי הנלהב הזה את ארץ ישראל שלנו. לסטיב אתר מצליח היחוויה הישראלית באנגלית שגולשים אליו מכל העולם. הוא בא עם מצלמה שמצלמת ועורכת סרטים. ירדנה קמה לחתוך מהאבטיח, סטיב כבר הבין

חלפו עוד שנים ואני ממשיכה לבקרה פעם בשבועיים, ומספרת לה על להקת המחול האתיופית אסקסטו שהקמתי באוניברסיטת חיפה. ירדנה התלהבה והזמינה את הלהקה לשיעור וחזרה אצלה בסטודיו וכולנו חשנו את האישיות החזקה של האישה המבוגרת שיושבת זקוף, מקרינה שלווה ואנו מקשיבים להערות המתומצות שלה. העבודה עם בני העדה האתיופית הייתה בשבילי מאד חווייתית אבל מאד קשה בהתנהלותה. מבלי שהבנתי, ומבלי שהיו לי כלים לכך, מצאתי עצמי מנהלת ויוצרת ללהקה כשאני מצויה בעין הסערה של מפגש עוצמתי של שתי תרבויות. בפגישות עם ירדנה פרקתי לפניה, לעיתים בבכי, את כל הקורה, והיא הקשיבה בסבלנות, מבינה, מעכלת את דברי, ובמשפטים קצרים וחדים מסכמת שעלי להמשיך. לולא התמיכה של ירדנה ושל גילה טולדנו, אינני יודעת אם היו עומדים לי כוחותיי להמשיך ולהתמודד עם הקשיים.

## סיכום

אני שמחה על הזכות שניתנה לי ללמוד אצל ירדנה לקבל ממנה השראה, ללכת לדרכי המקצועית, לחזור אליה כעבור שנים רבות עם תלמידי המתכנית להכשרת מטפלים בתנועה במכללת סמינר הקיבוצים, לשתף אותם בחוויית ילדותי ולקרר אותם בדרך נוספת לרעיון של ירדנה שהמחול מחלים אותנו.

ברצוני להודות לכל המשתתפות שענו במהירות על השאלון, הגיעו למפגש הערב ותרמו בסיפוריהן האישיים. כמו כן ברצוני להודות לדגנית בנטל שמיר, על עזרתה

בקיום הערב הזה ובהצגת החומרים מעבודת הגמר שלה במסגרת לימודיה בסמינר הקיבוצים, עבודה שנמצאת בארכיון בספרייה למחול בית אריאלה (דפים ממחברות של ילדות ועוד). אני מקווה שמורות למחול שקראו כתבה זו קבלו השראה לשיעורי התנועה והמחול שלהן, היום.

## מקורות

אשל, ר' (1991). *לרקוד אם החלום ראשית המחול האומנותי בארץ ישראל 1920-1964*. ספריית הפועלים, הספרייה למחול בישראל. אשל, ר' (2016). *מחול פורש כנפיים: יצירה ישראלית לבמה 1920-2000*. יומני מחול הוצאה לאור, עמ' 38-41.

ברין-אינגבר, י' (2009). "נקודות מבט אמריקאיות וגרמניות ישראליות על מחול: מסע אישי בעקבות ההתפתחות המחול המודרני העממי בישראל" בתוך: הניה רוטנברג ודינה רוגינסקי (עורכות). *רב קוליות ושיח מחול בישראל*. רסלינג עמ' 33-59.

בינג'היידיקר, ל' (2010). "אימהות המחול העברי". *פנים*, 49, 4-15. ברקאי, י' (1996). "מפגש עם אומן: שיחה עם ירדנה כהן". *תרפיה באמצעות אומנויות*, כרך 2 חוברת 2, 97-90.

ברקאי, י' (2013). "המחול המחלים אותנו עבודתה של ירדנה כהן ותרומתה לתחום הטיפול בתנועה ומחול". *מחול עכשיו*, 26, 63-53.

ילין-מלכא, ל' (2018). "כנעניות וקדמוניות במחול של ירדנה כהן". *עיונים*, 30, 204-234.

כהן, י' (1963). *בתוף ובמחול*. ספריית הפועלים. כהן, י' (1976). *התוף והים*. ספריית הפועלים.

Rottenberg, H, (2017). "Yardena Cohen: creating Hebrew dance in Mandatory Palestine (1924-1942)." Published online: 24 Aug 2017-<https://doi.org/10.1080/13537121.2017.1360051>.

**יעל ברקאי** M.S מאוניברסיטת Wisconsin Madison USA 1968, מטפלת בתנועה ומטפלת זוגית. השתלמה אצל Chace Marian 1966 מקימה מגמות למחול, לחינוך גופני בגיל הרך ולחינוך גופני בחינוך המיוחד במכון ווינגייט 1969-1978, הקימה וריכזה את התכנית להכשרת מטפלים בתנועה במכללת סמינר הקיבוצים 1993-2014 מנחה קורס שילוב התנועה בעבודה קבוצתית בקורס להנחיית קבוצות באוניברסיטת תל אביב מעל 30 שנה, אחת ממייסדות האיגוד לטיפול באומנויות ב' 1971 יושבת ראש האיגוד לקדנציה אחת, מטפלת בתנועה ביחידים ובזוגות, מנחה קבוצות מאימפרוביזציה לתנועה אותנטית בסטודיו פרטי.



Yael Barkai and Yardena Cohen

יעל ברקאי וירדנה כהן

שהוא נמצא בעולם שכל חייו קרא עליו וחלם לנעת בו. היא נעה בקלילות בחדר וביקשה להכיר אותו. השיחה הייתה בעברית ועוד רגע סטיב נרשם כסטודנט לריקוד בגולומב 10. נזכרתי שרצה לתעד את המפגש, והזכרתי לו. רק אז הוא שם לב שההתרגשות עלתה על גדותיה והטביעה את תוכניותיו. כשפתח את המצלמה החלה שיחה שרק אנחנו מכירים. שיחת המחול, בעברית.

## רות אשל

הייתי רקדנית חיפנית המופיעה בתוכניות סולו שנחשבו אוונגרדיות כשהגיע אלי מכתב של ירדנה בחתימת "ברכת כוהנות" שביקשה להיפגש איתי. באותה פגישה היא נתנה לי במתנה אצעדת כסף גדולה (אחת מהשתיים התאומות שהיו לה) ושאלה אותי אם הייתי רוצה לרקוד כמה מריקודי התנ"ך שלה. ספרתי על כך לגיורא מנור שעמד מאחורי יוזמת הכנס הבינלאומי לתנ"ך בירושלים (1979) והוא חשב שזה רעיון מצויין שאופיע שם עם הריקודים של ירדנה. התקשרתי לירדנה לקבוע חזרות והיא החלה להתחמק. לימים סיפרה שנפל עליה הפחד שאולי מה שהקהל יראה יהיה פחות מהדימוי או האגדה שהוא יוצר בדמיונו על ריקודיה.