

"עוד פעם את רוקדת? אבל לפחות את נושמת!" חוויות של תלמידות ממגמות המחול עמקים תבור ומנור כברי בזמן מגפת הקורונה

ביום ראשון, 15.3.2020, אמורה הייתה להתקיים בחינת הבגרות המעשית במחול לתלמידות י"ב ממגמת המחול עמקים תבור, שפועלת בבית האמנויות עמק יזרעאל ליד קיבוץ מזרע. למרות שכבר ביום חמישי, 13.3.2020, הופסקו באופן רשמי הלימודים בבתי הספר במדינת ישראל בעקבות מגפת הקורונה, היו באותה עת החרגות שכללו המשך לימודים במוסדות החינוך המיוחד וקיומן של בחינות בגרות מעשיות ובהן בחינת הבגרות המעשית במחול. אולם, כבר בסוף השבוע התברר שקיום הבחינה מוטל בספק. רכזות מגמות המחול החלו לקבל מהילה פנחסי קובריגרו, מפמ"ר מחול, הנחיות בנוגע להגבלות השונות שצריכות לחול על בחינות הבגרות המעשיות. אלו כללו פיצול הקבוצה הנבחנת לשתיים, כך שבעת הבחינה לא יהיו בתוך הסטודיו יותר מ-9 אנשים (כולל הבוחנות), והורדתן של עבודות קומפוזיציה שמשותפות בהן 5 תלמידות ומעלה. תלמידות י"ב מעמקים תבור, שביום חמישי הספיקו להופיע בפני הוריהן בשיעור בלט קלאסי ובשיעור מחול מודרני, קיבלו ממני חלק מההודעות. בשיחה שקיימתי איתן כעבור חודשיים הן סיפרו לי שלמרות חשיבות הבחינה, המהווה עבורן אירוע שיא, בשל המגבלות החדשות והמתח במהלך אותו סוף שבוע הן התפללו שהבחינה תתבטל, מה שאכן קרה בסופו של דבר. למעשה, מאותו רגע התחילה עבורן ועבור שאר תלמידות המגמה, כמו כל התלמידות והתלמידים בארץ ובעולם, התמודדות עם מציאות חדשה ולא מוכרת שכללה לימודים מרחוק, ריחוק חברתי מחבריהם לכתה ומהמורים, סגרים, התמודדות עם שהות ממושכת עם בני המשפחה בבית, דאגה לבריאותם של המבוגרים במשפחה, התערערת הביטחון הכלכלי, כשמעל לכל אלו ריחפה תחושה חריפה של חוסר וודאות.

שונה מאוד ממצבי איום וחרדה שידעו אזרחים ותלמידים במדינת ישראל בעבר. תלמידי מדינת ישראל בכיתות א-י"ב הייתה זו למעשה ההתמודדות הראשונה עם איום קיומי, שונה מאוד ממצבי איום וחרדה שידעו אזרחים ותלמידים במדינת ישראל בעבר. המגבלות החדשות וצמצומו של מרחב התנועה השפיעו על כולם, אך נראה שאצל תלמידות מגמת המחול, כמו שאר "קרובי משפחתן" מקהילת המחול, נפגע גם משהו בסיסי הקשור לצורת הביטוי המרכזית שלהן: התנועה והגוף.² התלמידות, שרגילות לזוז ולהתנועע באופן חופשי ובצורה רחבה ומקיפה יותר מאחרים, שהתנועה והגוף הם כלי הביטוי המרכזי שלהן, מצאו עצמן כלואות בין ארבעת קירות ביתן לתקופה ממושכת. בנוסף, מחול הוא פעולה שנלמדת ומבוצעת על ידי מספר משתתפים וקיומו תלוי ביכולת של המבצעות והיוצרות ליצור חיבורים ושיטות פעולה מורכבים בחלל; זו אמנות שמציעה לבחון נקודות מבט חדשות, המאפשרות ליצור חיבורים למרות הבדלים השונים הקיימים בין המשתתפים, באמצעות חיבור קומפוזיציה בתנועה. הקורונה שפצלה והפרידה בין בני אדם וגרמה להם להמעיט במפגשים ומגע השפיעה על האפשרות ליצור מחדש חיבורים אלו.

נדמה שהצורך לנוע ולחבר אף על פי כן ולמרות הכל היה חזק מהמציאות. עד מהרה נמצאו פלטפורמות, חלקן וירטואליות, שאפשרו זאת. חוקרת המחול הודל אופיר, שבחנה את ההפגנות שהתקיימו באותה עת בבלפור כאירוע פרפורמטיבי,³ טענה שדווקא הגבלות התנועה שהוטלו על אזרחים על רקע המשבר הפוליטי המחריף יצרו מבטי תנועה רחבי היקף אחרים (אופיר 2021: 226). ביטוי ויזואלי לכך, מעבר לאלו שחקרה אופיר בהפגנות, ניתן היה לראות בפרומואים של להקת המחול בת"שבע. הלהקה סיימה את כל סרטוני הפרסום עם המילה "Extension" שנמתחה כלפי מעלה וכלפי מטה. במקביל הציעה את שיעורי הנאגא, שהתקיימו עד אז רק בסטודיו, כפלטפורמת זום פתוחה לקהל הרחב.

ה־Extension המרכזי שחוו תלמידות מגמת המחול היה מעבר ללימודי מחול בזום. באחת נסגר הסטודיו שהיה עבורן מרחב פתוח, מכיל ומאתגר ואת מקומו תפסו בתייהן הפרטיים. בין המיטה לסלון, עם הכיסא שהפך לבר, הכלב שנבח והמשפחה שלא הפסיקה להפריע, נאלצו התלמידות למצוא מחדש את מקומן. על כל אלו ריחפה תחושת ריחוק וצער על הדבר הידוע והמוכן מאליו שנקלח מהן. אלה רובינגר, תלמידת כתיב "באולפן למחול בגעתון, תיארה את התחושה הזו כאבל: "אני כבר מחכה שנחזור באופן קבוע לגעתון, גם כי כל כך התגעגעתי למקום הזה וגם כמובן כדי שאוכל להתחיל לעבוד שוב ולתקן את האבל הפיזי וגם קצת הנפשי שגרם לי הזום".⁴

לתלמידות שתי המגמות – עמקים תבור ומנור כברי שייכות לשתי מועצות אזוריות שונות, עמק יזרעאל ומטה אשר – התאפשרה (לא בזמן הסגרים) חזרה מבוקרת

ממגמת המחול עמקים תבור, שפועלת בבית האמנויות עמק יזרעאל ליד קיבוץ מזרע. למרות שכבר ביום חמישי, 13.3.2020, הופסקו באופן רשמי הלימודים בבתי הספר במדינת ישראל בעקבות מגפת הקורונה, היו באותה עת החרגות שכללו המשך לימודים במוסדות החינוך המיוחד וקיומן של בחינות בגרות מעשיות ובהן בחינת הבגרות המעשית במחול. אולם, כבר בסוף השבוע התברר שקיום הבחינה מוטל בספק. רכזות מגמות המחול החלו לקבל מהילה פנחסי קובריגרו, מפמ"ר מחול, הנחיות בנוגע להגבלות השונות שצריכות לחול על בחינות הבגרות המעשיות. אלו כללו פיצול הקבוצה הנבחנת לשתיים, כך שבעת הבחינה לא יהיו בתוך הסטודיו יותר מ-9 אנשים (כולל הבוחנות), והורדתן של עבודות קומפוזיציה שמשותפות בהן 5 תלמידות ומעלה. תלמידות י"ב מעמקים תבור, שביום חמישי הספיקו להופיע בפני הוריהן בשיעור בלט קלאסי ובשיעור מחול מודרני, קיבלו ממני חלק מההודעות. בשיחה שקיימתי איתן כעבור חודשיים הן סיפרו לי שלמרות חשיבות הבחינה, המהווה עבורן אירוע שיא, בשל המגבלות החדשות והמתח במהלך אותו סוף שבוע הן התפללו שהבחינה תתבטל, מה שאכן קרה בסופו של דבר. למעשה, מאותו רגע התחילה עבורן ועבור שאר תלמידות המגמה, כמו כל התלמידות והתלמידים בארץ ובעולם, התמודדות עם מציאות חדשה ולא מוכרת שכללה לימודים מרחוק, ריחוק חברתי מחבריהם לכתה ומהמורים, סגרים, התמודדות עם שהות ממושכת עם בני המשפחה בבית, דאגה לבריאותם של המבוגרים במשפחה, התערערת הביטחון הכלכלי, כשמעל לכל אלו ריחפה תחושה חריפה של חוסר וודאות.

בדף הפייסבוק הפרטי שלי, דימיתי את הבנות שממשיכות לרקוד בערב האחרון מול ההורים לתזמורת שניגנה על סיפונה של הטיטניק הטובעת.¹ הדימוי לא היה מופרך, הרגשנו שאנו ניצבים בפתחו של עידן חדש ולא מוכר, שבו הקיום שלנו פחות בטוח ויותר מעורער. מגיפה מסתורית שהחלה בסין והתפשטה במהירות ברחבי העולם התבררה כאיום קטלני שגבה את חייהם של אנשים רבים. הדרך היחידה להישמר מפניה, עד למציאתו של חיסון, הייתה באמצעות הצבת מגבלות על מרחב התנועה. סגרים, בידודים ומגבלות תנועה שונות הוטלו על האזרחים כדי למנוע מגע בין אנשים. הסדר החדש פגע בכולם ויצר מערכת חוקים שהיה צריך להתרגל אליה מהר. באחת, הפכו הבתים הפרטיים למרכז החיים: בנוסף לתפקידים הרגיל הם שימשו כעת מקום עבודה להורים, מקום למידה לילדים וכפי שנראה גם סטודיו לריקודים עבור תלמידות המחול.

להתרגל למציאות החדשה והדינמית הייתה משימה לא פשוטה. אמנם המגיפה התבררה כפחות קטלנית עבור אנשים צעירים ובני נוער, אך הפחד להדביק את אחד ההורים, שחלקם סובלים ממחלות כרוניות, היה מאוד נוכח. לרוב תלמידות



גאיה בן יצחק, Wizo School, Nahalal

גאיה בן יצחק, בית ספר יוצו נהלל

לעבודה בחלל הסטודיו תחת מנבלות כבדות של עבודה חלקית בקבוצות קטנות וחובת עטיית מסכות. החזרה לעבודה במסגרת זו הייתה מאוד מנחמת והתקבלה בשמחה רבה, אך גם יצרה קשיים, כמו עבודה מאומצת עם מסכות, שהכבידה מאוד על יכולת התנועה.

בסוף ינואר 2021, לקראת תום הסגר השלישי, כשכבר היה ברור שהולכים לקראת יציאה מבוקרת אך אל מציאות שעודנה לא בטוחה, ביקשתי מהן לכתוב על חוויותיהן במהלך השנה האחרונה. התלמידות חלקו בכתיבתן את הקשיים אך גם את הרגעים הטובים והמנחמים, הן כתבו בכנות על הקושי הפיזי שחווה גופן, שהיה רגיל לעבוד בצורה יותר אינטנסיבית וחופשית, וגם על המרחב החדש שבו נאלצו להתנהל השיעורים: הבית. הקושי לעבוד בבית והיחסים הטעונים עם משפחותיהן נמצאים בשפע בכתיבתן והתייחסות לכך, מתוך עדותה של נועה אלמוגי, אף נבחרה ככותרת המאמר. המשפט, שנאמר ספק בצחוק וספק בציניות, מציג את המציאות המורכבת שלתוכה נקלעו משפחותיהן של תלמידות מגמות המחול. לצד הקושי, השכילו התלמידות לתאר גם את יתרונות התקופה כמו הזמן הפנוי שהתווסף וירידת העומס בזכות הנסיעות שהתבטלו. העדות שלהן מסיפה נדבך לידע שאנו ממשיכים לצבור על האפקט שיצרה המניפה שטרם שככה.

במהלך כל התקופה הייתה לי ולצוות המסור שאיתו אני עובדת הזכות ללוות את התלמידות ברגעי האושר והאכזבה. זו הזדמנות שלי ושל שותפי לדרך, שרון הדס, נבי צפניה ושולמית ברניא, להודות לתלמידות על התקופה שעברנו יחד ועל כך שהן נעתרו לבקשה להעלות בכתב את תחושותיהן. תודה מיוחדת מגיעה לנועה אלמוגי, ליאור ישראלי, שיר מאירוביץ, אלה רובינגר, טליה נוטקין וליהי אבוחצירא, שהסכימו לפרסם את מה שכתבו.

ד״ר יונת רוטמן היא מנהלת פרויקט הארכיון של להקת המחול הקיבוצית, מרכות מגמות ומחול עמקים תבור ומנור כברי, מחברת הספר *הגרעין והקליפה - סיפורה של להקת המחול הקיבוצית*, הוצאת יד יערי, 2021.

יונת רוטמן, אחת המורות הראשונות של להקת המחול הקיבוצית

נועה אלמוג מתמרת - תלמידת כתה י' בבית ספר יוצו נהלל שתלמידותיו שייכות למגמת מחול עמקים תבור, 7.2.2021

בהתחלה זה היה רק זום. זה היה קשה, נוראי, לא היה את המקום עדיין, לא היה את הידע, את הברים ואת הסטודיואים. אחר כך זה היה זום ואולפן מתחלפים. הייתה בי התלבטות מה יותר נורא: לרקוד מול מסך כשאת לא ממש מבינה מה את עושה ומה קורה בסטודיו ואת לבד בבית בסלון, שבו אין הרבה מקום והמשפחה מתלוננת "עוד פעם את רוקדת אבל לפחות את נושמת", או לרקוד באולפן מול המורה ועם כל החברות ממש כמו בתקופה הרגילה, אבל עם הפחד התמידי הזה

שמישהי חולה ואז תכנסי לבידוד, ועם המסכות אי אפשר, לא מצליחים לנשום, באמת שלא. המסכה סופגת את הזיעה הרטובה שנוולת מהפרצוף, מרגיש כאילו רצתי מרתון. אז מה עדיף? אני לא יודעת.

אז הקשיים בלרקוד בבית הם שאין הרבה מקום, אין בר, אין את חויות החברה ואת אוירת הריקוד. ממש קשה ללמוד קומבינציית ולהבין תיקונים כי לפעמים מתנתק, לפעמים לא מבינים, לא שומעים, אין אינטרנט, אין קליטה. וגם את כל היום בבית אז לפעמים אין מוטיבציה ואין מי שידחוף אותך להתאמץ.

הגענעו הוא עוד קושי. מכתה ז' אני באולפן למחול בכל ראשון, רביעי וחמישי (והשנה גם שני), הייתי קמה בשש בבוקר, הולכת ליום לימודים מעייף של שמונה שעות, ורק אחר כך לאולפן, לשלוש שעות של ריקוד. זה עומס בלתי מוסבר, ובכל זאת משהו דוחף אותך להמשיך ללכת לשם ולפגוש את המורים האהובים ואת כל החברות. בתקופה הזאת, זה חסר.

כשחושבים על זה, הגוף מאוד מוגבל, אבל אני חושבת שבעצם זה אחד היתרונות של התקופה הזאת: היה לי זמן להקשיב ולהתרכז בעצמי. מכיוון שאת לבד בבית, בסלון, זה רק את והגוף שלך וזה מאפשר לך לדחוף כל שריר וכל איבר למקסימום. היתרונות הנוספים בלרקוד בבית הם שירדו הרבה דברים רעים מהמערכת: הלחץ, העייפות, זמן הנסיעה המיותר ועומס. זה גרם לי להתאהב שוב ברקוד והזכיר לי למה אני אוהבת אותו כל כך. זה הראה לי את כל הדברים הטובים, את התנועה, את הרוגע, את הריכוז, את המאמץ, את ההשקעה והחזרה לפרופורציה.

עכשיו כבר התרגלנו, סוג של... מציאנו את המקום, יש את הלויז עם המשפחה, את הכיסאות הנוחים, את הכוח העצמי ואת התקווה שזאת סופה של תקופה. כבר אפשר לראות את האור בקצה המנהרה וזה נותן קצת שלווה.

ליאור ישראלי מגבת - תלמידת כתה י' בבית הספר העמק המערבי, שתלמידותיו שייכות למגמת מחול עמקים תבור, 7.2.2021
תקופת הקורונה ללא ספק שינתה את החיים של כולנו ושלי בפרט, והשפיעה בצורה דרסטית על החיים שלי בהיבט של המחול. נאלצנו לעשות מעבר קיצוני ולא טבעי: משיעורים בסטודיו לצד 20 בנות נוספות ומורים לסגנונות שונים, לשיעורים בבית; בחדר, במרפסת, בסלון או אפילו במטבח. שיעורי הזום אילצו אותנו להתאים את עצמנו מבחינה נפשית, פיזית ומחשבתית לתנועה בחלל קטן יותר, להתמודדות עם רעשי רקע והסחות דעת ולעבודה יותר עצמאית ואישית.

השיעורים בבית ובזום דורשים מאתנו, הרקדניות, לעבוד קשה יותר ולדאוג "להרים את עצמנו" כי עכשיו המורה לא נמצאת לידנו והיא לא תמיד יכולה לראות את הקושי או לתקן טעויות. בנוסף, ההתמודדות עם רעשי רקע והסחות דעת מקשה מאוד על ההשתתפות בשיעור. אני באה ממשפחה של ארבעה ילדים (כולל אותי) וכלב. עם המעבר לשיעורי זום, הייתי צריכה למצוא מקום בבית לרקוד בו. בעצת אמא שלי החלטנו להזיז את שולחן האוכל לתוך המטבח לפני כל שיעור ולהקים לי סטודיו קטן בפינת האוכל. אך עם משפחה גדולה יחסית כמו שלי אי אפשר לצפות שלא יהיו הפרעות. כשיש טלוויזיה ברקע ושלושה אחים, לא מציאותי לצפות מהם להיות בדממה מוחלטת במשך כל שיעורי הזום שלי. ולהי יש להוסיף כלב שפעמים רבות מוצא את התנועות שלי מעניינות וניגש לבדוק את העניין מקרוב, מה שהעמיד במבחן את יכולות הקשב והריכוז שלי כל פעם מחדש.

עם כל ההפרעות הבלתי־נמנעות, המשפחה שלי מאוד תומכת ועוזרת בתקופה הזו, אם בלמצוא מקום לעשות בו את שיעורי הזום, בלהתאים את עצמם אליי ולצרכים שלי או בלהצליח לשכנע אותי להיכנס לשיעור כשאני חושבת שאני לא יכולה יותר ונמאס לי כבר. למרות שאני בטוחה שפעמים רבות שיעורי הזום מעיקים

על המשפחה שלי ולא בדיוק מתאימים להם, כששאלתי אותם הם אמרו שהם דווקא נהנים לראות אותי רוקדת, שהשיעורים "מכניסים קצת קצב לביתי", ושנחמד לשם שינוי לראות חלק מהתהליך במהלך השנה ולא רק את המופע בסוף.

שיעורי הזום גם מספקים חוויות וסיפורים מצחיקים. לאחד משיעורי הזום התחברתי מהחצר של חברה. שתינו היינו מרוכזות בשיעור ובדיוק כשהיינו צריכות למצוא שיווי משקל בתנוחה מסוימת, חבר טוב שלנו עבר ליד, ראה אותנו ואמר שלום, ושתינו כל כך נבהלנו שפשוט נפלנו אחת על השנייה ואז ביחד לרצפה ולא הצלחנו להפסיק לצחוק. לעומת זאת, כשאני עושה את השיעורים לבד בבית, הרבה יותר קשה לי לשמור על מצב רוח טוב ונחישות. החברה מהסטודיו - המורים, החברות והרקדניות - מאוד חסרים וזה משפיע על ההתנהלות בשיעורים.

דבר שלי אישית קשה מאוד בתקופה הזאת הוא ההתמודדות שלי עם עצמי. משהו בעובדה שאני עושה את השיעור לבד בבית מעצים כל אי הצלחה שאני חווה וגורם לתחושת כישלון מסוימת. אני מאוד ביקורתית כלפי עצמי וההרגשה שלמרות שאני עובדת קשה ומתמידה אני לא רואה השתפרות או התקדמות וממשיכה להיכשל באותם דברים, ההרגשה הזו שאני לא מספיק טובה, לא מספיק נמישה, לא מספיק חזקה, זאת הרגשה שיכולה לשבור ולמוטט. לכן אני מרגישה שאני נמצאת במעין מאבק תמידי, הן מבחינה פיזית מפני שהשיעורים מאתגרים אותי כל פעם מחדש, ואף יותר מכך מבחינה מנטלית בשל הניסיון לא "לשקוע", לא לתת לעצמי ליפול ולוותר, ולהמשיך לנסות.

שיר מאירוביץ מיהיעם - תלמידת כתה י' מבית ספר אופק שתלמידותיו שייכות למגמת מחול מנור כברי, 15.2.2021

לרקוד בזום היה לא פשוט בכלל. טכניקה שלמה, שלמרות שהיא מושרשת בנוף שלי, פתאום הרגישה קצת שונה. אין את המורה שמתקנת אותך במגע פיזי שעוזר המון. כל השנים שלי באולפן למחול בנעתון לימדו אותי מהי התמדה, רצינות ואחריות, ולא אשקר אם אומר שבתקופת הזום הייתי צריכה את זה יותר מתמיד. להיכנס לשיעורים, להניע את עצמך לעשות את המיטב ולהשקיע את כל כולך לא היה קל בצל הסחות הדעת הרבות ובמיוחד בגלל כאבים למיניהם שחזרו בתקופת הזום. הרגליים נחלשו והמנטליות קצת שבורה, אבל אני אומרת בלב שלם שהסיפוק שחשתי לאחר כל שיעור ושיעור בזום נתן כוחות להמשיך, זה היה סיפוק של "וואלה, עשיתי את זה בעצמי, נכנסתי לשיעור ונתתי את הכי טוב שאני יכולה", למרות שלפעמים לא הייתה מוטיבציה, ותאמינו לי זה קרה הרבה. בזום כמו בזום יש הרבה מגבלות. לרקוד בחדר הפרטי שלי היה קצת משונה, הכיסא הוא הבר ולפעמים הרגל נתקעת בארון, ללא ספק מאתגר.

כל תלמיד תיכון בתקופת הקורונה יכול לספר על לפחות משהו אחד מביך שקרה לו בזום, אז כן גם בזום מגמה יש קצת פדיחות. פעם אחת נכנסתי בטעות לשיעור הלא נכון ואפילו הספקתי לעשות תרגיל שלם לפני שהמורה שאלה אותי מה אני עושה שם. זה לא היה נעים אבל היי, לפחות הגעתי חמה לשיעור הנכון.

רגישות לצרכים שלי, תשומת לב לקשיים שלי והקפדה על הפרטים הקטנים הם יתרונות משמעותיים שהשגתי בתקופה הזאת. הם בהחלט יליו אותי גם בחזרה לסטודיו. ואם כבר מדברים על שיעור מ"קרוב", אוסיף ואומר שהשיעורים בסטודיו לאחר הזום היו כמו אוויר לנשימה, יציאה מהבית ומפגש עם אנשים שיש להם חלק ענק בחיים שלי עשה לי כל־כך טוב, וכן, גם אם זה אומר שרוקדים עם מסכות. שיעור טכניקה עם מסיכה אתנם נשמע כמו סוף העולם אבל לא, הקושי הזה מתגמד לצד ההרגשה של לעבוד שוב בסטודיו, הרגשה של קצת שפיות בכל הטירוף הזה.

אלה רובינגר מחניתה - תלמידת כתה י' ממגמת מחול בבית ספר מנור כברי, 15.2.2021



אלה רובינגר

הזום מקשה עליי, ואני מניחה שלא רק

עליי, לשמור ולשפר את הטכניקה שעליה אנחנו עובדות כל כך קשה בסטודיו. אני לא יודעת למה, אנחנו עובדות כמעט אותה כמות שעות שעבדנו בסטודיו, אני מתאמצת ועובדת כרגיל, אבל פתאום התרגלים כל כך קשים ואני לא מצליחה לעמוד על הרגליים. אולי זה כי הבר שאני מחזיקה הוא בעצם חלון, או שהרצפה שאני עומדת עליה היא בלטות ולא רצפת עץ של סטודיו? אולי זה כי האינטרנט התנתק לי והייתי צריכה להתחבר מחדש או כי נגמרה לי הסוללה בטלפון משיעורי זום אחרים שהיו לי במשך היום? חוץ מבעיות האינטרנט, חוסר המקום בחדר והמחסור בקפיצות באמצע ומהפינה, יש את הבעיה שאני נמצאת בבית עם עוד אנשים. אני לא מאשימה אותם, הם מבינים כמה זה חשוב לי וכמה השקעה זה דורש, אבל מה לעשות שאני לא חיה לבד בבית ואני לא יכולה להשתיק את כולם רק כי יש לי זום, וזה קשה כי כל הפרעה קטנה מצדם פוגעת לי בריכוז.

כן יש גם כמה דברים שהשהייה בבית כן נתנה לי: זמן לעבוד על דברים שאני בדרך כלל לא נותנת להם תשומת לב, כמו להתנמש, או לעבוד על הפוינט שלי, היא נתנה לי גם זמן לחשוב ולהבין את הגוף ואיך להשתמש בו נכון.

בין הסגרים לבידודים יצא שעברנו בין הסטודיו לזום לא מעט, אבל עכשיו, אחרי הסגר האחרון, שוב חזרנו באופן חלקי לסטודיו ואני מבינה כמה באמת אני זקוקה לזה בחיים שלי ובמיוחד כרגע. גם אם רוקדים עם מסכה שלא קל לנשום איתה ובטח לא תוך כדי ריקוד, עדיף סטודיו על זום. אני כבר מחכה שנחזור באופן קבוע לנעתון, גם כי כל כך התגעגעתי למקום הזה וגם כמובן כדי שאוכל להתחיל לעבוד שוב ולתקן את האבל הפיזי וגם קצת הנפשי שגרם לי הזום.

טליה נוטקין מנהלל - תלמידת כתה י"ב, מבית הספר יוצו נהלל שתלמידותיו שייכות למגמת המחול עמקים תבור, 7.2.2021

עוד לפני שעברנו לזום רקדנו באולפן עם מסיכה. החנק שאני מרגישה בתקופה הסגורה הזאת מתבטא גם בלרקוד עם מסכה על הפנים, לחסום את דרכי הנשימה שלי, שזה אתגר ענק בפני עצמו בלי קשר לקושי הפיזי.

זום זו חוויה לא פשוטה, התחושה שאני רגילה להרגיש בסטודיו, התשוקה שמתעוררת אצלי כשאני נכנסת לשיעור, פתאום נעלמת בזום, בלי הקבוצה שסביבי והמורה שלא איתי פיזית. אני מוצאת את עצמי בחדר קטן שעות ארוכות מול מסך, מול הזום הארור הזה שלא נגמר מהשעה 8 בבוקר כי גם בבית הספר לומדים דרכו, ואז, במקום להשתחרר בסטודיו אני נשארת ועושה את השיעור מהבית.



טליה נוטקין

אז נכון, יש בתקופה המשוגעת הזאת כל כך הרבה חסרונות ובעיות שהתמודדנו איתם, התלוננו עליהם והתבאסנו מהם. הרגשנו שדווקא בתקופה שאנחנו רוצות ויכולות להיות בשיא שלנו אנחנו יושבות בבתיים ומתעצלות לקום לשיעורים בזום. התקופה הזאת הוציאה לנו את החשק לרקוד כי בזום לא באמת משתפרים, לא באמת מצליחים ולא באמת נהנים. אבל מה שהתקופה הזאת גרמה לנו להבין הוא כמה זה מדהים, כמה מוזל יש לנו בחיים. איזה כיף זה לרקוד בסטודיו, איזה כיף זה שיעורים רגילים. זה גרם לי להרגיש את ההבדלים בין שיעור רגיל בסטודיו לשיעור בזום. ההבדלים כל כך גדולים ומשמעותיים שכשחזרנו לסטודיו ורקדתי היו לי פרפרים בבטן, זה היה פתאום מרגש כל כך, פתאום הבנתי איזה מטורף זה וכמה הריקוד משמעותי עבורי.

הערות שוליים

¹ לפני שהטיטניק טובעת, תלמידות מגמת המחול בבית האמנויות עמק יזרעאל רקדו לצלילי הפסנתר והתוף בשיעורים של גיאנה ציקשיראן ודניאל און. היה נפלא התלמידות וצוות המורים מחכים עדין לתשובה אם יתקיים מבחן הבגרות במחול ביום ראשון הקרוב. אני מחכה יחד אתם לימים טובים יותר שבהם נמשיך לרקוד בתפילה ובחסד. "13.3.2020 ציטוט מתוך דף הפייסבוק הפרטי של יונת רוטמן.

² להרחבה ראו ראיונות ודברי ההקדמה של יעל (ילי) נתיב עם כוריאוגרפים מעמותת הכוריאוגרפים, בגליון מחול עכשיו 39 "עמותת הכוריאוגרפים – בצורת בצל הקורונה".

³ ההפגנות בבלפור שהתחילו ביוני 2020 היו חלק מסדרה של מחאות ציבוריות כנגד ראש הממשלה בנימין נתניהו. המפגינים מחו נגד המשך כהונתו של נתניהו בצל אישומיו הפליליים. אחד ממוקדי ההפגנות המזוהה ביותר עם מחאה זו היה רחוב בלפור בירושלים, הסמוך למעון ראש הממשלה. גל המחאות המשיך להתנהל מדי שבוע גם במהלך הסגרים שהגבילו את חופש התנועה וההתאספות של אזרחי ישראל, במסגרת המאבק נגד התפשטות נגיף הקורונה.

⁴ ראו עדותה בהמשך הכתבה.

ביבליוגרפיה

אופיר, הודל. "תנועה ללא נחת המודרניות הפרפורמטיבית של הפגנות בלפור". סוציולוגיה ישראלית, 2021. עמ' 219-227.
נתיב, יעל (ילי). עורכת "עמותת הכוריאוגרפים – בצורת בצל הקורונה משתתפים: אהרונה ישראל, סאלייאן פרידלנד, אורן נחום, אילנית תדמור, דנה פדר, דנה רוטנברג, רחל בנגורה, דניאל שופרא, מעיין ליבמן שרון, נטע פובלמכר, סהר עזימי, שרונה פלורנסהיים" מחול עכשיו 39, 2021. עמ' 3-14.
רוטמן, יונת. "לפני שהטיטניק טובעת". דף פייסבוק 13.3.2020.

אני חושבת שהיתרון היחיד שאני מוצאת במצב הוא שאני לא מאחרת יותר לשיעור. למרות בעיות האינטרנט, יש משהו משמח בזה שאני בכל זאת רואה את החברות שלי לקבוצה ואת המורה שלי, גם אם זה בריבוע קטן, אז אני לא מרשה לעצמי לאחור כי אני מתגעגעת. אני יורדת לבית למטה, שם יש לי שקט וחדר משלי כך שלא רקדתי במטבח או בסלון, אבל חסרים לי שם התנועה החופשית, המרחב, האפשרות לקפוץ לא על ריצפה או פרקט שלא מיועד לכך ומבלי לפחד לבעוט בשידה או ליפול על השפיץ של השולחן.

השהיה לבד בחדר השפיעה על המוטיבציה ועל השמחה שלי. הרגשתי שככל שאני ממשיכה להיות בזום הכושר שלי יורד. אני לא לומדת תנועות חדשות כי יש מגבלה ואני חוששת שהמורים מצפים שנחזור בכושר שהיינו בו לפני אבל אני לא רואה את זה קורה.

הזום לימד אותי להעריך את מה שלקחתי די כמובן מאליו: את האפשרות להיות בסטודיו, לרקוד במרחב שיש לי בו מקום, לראות את החברות שלי יום יום וללמוד מהמורים שלי פיזית. אני הולכת ליהנות יותר מתמיד מזה שאני נוסעת לסטודיו, יוצאת מהבית וחוזרת אליו מאוחר בערב, משתחררת אחרי יום לימודים ארוך ורוקדת בלי מסכה!

ליהי אבוחצירא מאלון הגליל – תלמידת כתיב, בבית הספר ויצו נהלל שתלמידותיו שייכות למגמת המחול עמקים תבור, 8.2.2021



ליהי אבוחצירא Lihya Abuhatzera

להיות תלמידה במגמת מחול זה לקחת על עצמך הרבה אחריות. את צריכה להיות רצינית, לנהל את הזמנים שלך כמו שצריך ולהתמודד עם הרבה קשיים פיזיים ולא מעט קשיים מנטליים. להיות תלמידה במגמת מחול לא היה דבר פשוט בשבילי עוד לפני תקופת הקורונה. היינו צריכות לנהל את הזמן שלנו ולהבין שכל דקה ביום חשובה, למדנו לנצל כל רגע ביום ולנהל את עצמנו בצורה טובה ומסודרת. בתור תלמידה במגמת מחול אני צריכה לוותר על המון דברים, אם זה ימי הולדת של חברות או אפילו אירועים ופגישות משפחתיות. הקורונה הגיע לחיינו באמצע כיתה י"א, כיתה לא פשוטה בכלל. נאלצנו לאלתר מופע מהיום למחר וללמוד ריקודים באותו היום אחרי בגרות בבית הספר. ללא ספק אלו התמודדויות קשות ולא תמיד נעימות אך בסופו של דבר אלו הדברים שבונים אותנו והופכים אותנו ליותר חזקות.