

אמנות החיים

מאז ומעולם ביקש האדם להתחבר לדרכים שיאפשרו לו להביע את עצמו כחלק מהחברה ומהיקום.

אחת מהדרכים האלה היא אמנות. תהליך היצירה מתקיים מתוך מפגש עם דבר מה שמעבר לזמן – "קסם", "השראה" או "אלוהות" – שיוצא מתוך נפשו ורוחו של היוצר, מוצא ביטוי בעולם החומר ומהדהד. שיחה עם אמנים מתחומים שונים – תיאטרון, מנדלה, קליגרפיה וקול – על המשמעות הרוחנית של האמנות ועל מהות היצירה

מאת: רינה בן-עמי

ואת האישיות שלהם בצד, להתחבר למשהו גדול ועמוק יותר מהם – לאלים או לאידיאל – ולשמש כצינור שיאפשר גם לאנשי השבט חיבור לאותו מקור נשגב", אומר **צחי גליק**, פילוסוף, שחקן, במאי ומייסד תיאטרון "במהות" – תיאטרון עם משמעות שהקים ב"אקרופוליס החדשה" במטרה ליצור וללמד ביטויים אמנותיים המכוונים אל חלקיו הגבוהים של האדם. "גם במנדלה השתמשו רבות בתרבויות עתיקות", מספר **איתן קדמי**, אמן מנדלה ומכשיר מורים להוראת המנדלה. "ציורי המנדלות שימשו, למשל, את האינדיאנים באמריקה לטקסי ריפוי והודיה, אבל החיבור למעגלים היה קיים גם לפני כן בכל התרבויות העתיקות". עם הזמן הלכו ביטויים אלה והשתנו. יצירת האמנות הפכה להיות "מלאכה" שצריך ללמוד אותה, והאמן, שהיה אנונימי בדרך

המתבונן, המאזין או הקורא אינם יודעים דבר על תהליך היצירה או על הדרך של האמן, אבל ייתכן שיתעורר בהם רגש כלשהו בעת מפגש שלהם עם היצירה. קסם, דבר מה שיצא מתוך נפשו או רוחו של היוצר, מוצא ביטוי בעולם החומר, פוגש מקום עמוק כלשהו בתוכו ומהדהד. כך נוצר מפגש בין בני אדם גם אם מעולם לא פגשו זה בזה.

לתת מרחב ליופי

מאז ומעולם ביקש האדם להתחבר לדרכים שיאפשרו לו להביע את עצמו כחלק מהחברה, מהעולם ומהיקום. בתרבויות השבטיות היה החיבור לטבע אחת מההשראות או ההשפעות הכי חזקות. הוא התבטא בטקסים או בפולחנים שנועדו לקיים חיבור לאל או לאלים. "שחקנים הם השמאנים של התרבויות השבטיות. תפקידם היה לשים את עצמם

בכל אדם קיימת איזו שלהבת פנימית – מעין זרע של אור, פוטנציאל ליצור ולברוא – המבקשת להיוולד ולהתבטא בעולם הזה שוב ושוב. כשהאדם מוצא אותו הזרע ואת הדרכים לבטאו, נחשפת המשמעות העמוקה של החיים שלו, ואולי נחשפים עוד אי אלה סודות. אחת מהתוצאות המתקבלות לאחר מסע כזה היא מה שאנחנו מכנים "יצירת אמנות". ככותבת, לא פעם אני מתבוננת בתהליך היצירה שלי – לעתים במנותק ממני, לעתים בעת התהוותו. לפעמים אני מתבוננת בתוצאה הסופית עצמה, שנולדה מתוך מפגש או סדרה של מפגשים שלי עם חלקים שונים בתוכי. זהו תהליך היצירה; מאפייניו יכולים להיות כה דומים כלפי חוץ, אבל מהותו מתקיימת בזמן מסוים, מתוך מפגש עם דבר מה שמעבר לזמן. תקראו לזה "אלוהות", תקראו לזה "השראה".

יצירה

"בשבריר השנייה שהמברשת פוגשת את הנייר, אנרגיה טהורה מתבטאת בצורה מלבד הצורה, הנייר נותר מיותר. בלעדי האנרגיה, הצורה חסרת חיים. צורה מופיעה מתוך הריקות. היא ממשיכה לזרום כאילו מעצמה, מותרת קו דיו דרך הריקות, זרימה טבעית של נשימה לתוך צורה. ברגע מכריע המברשת עוזבת את הנייר, מסתובבת באוויר וחוזרת לסיום דרמטי. זוהי הפעימה האחרונה שמביאה את הצורה לחיים, הנקראת 'עין הדרקון'".
מתוך הספר: "One Breath: Shodo - The Way of the Brush"



צילומי קליגרפיה של קזואו אישיי

כלל, עדיין שימש כמתווך. עבודתו ביטאה את האידיאולוגיה שאותה ביקש המעמד השליט להעביר לאנשים באותה תקופה. מתקופת הרנסנס החלו הדברים להשתנות. יצירת האמנות זכתה במקום משל עצמה והאמן החל להשתחרר מהאידיאולוגיה של הדת או של המדינה ולהיתפס כאינדיבידואל. האמן זכה, לכאורה, בחופש היצירה שלו, אבל יצירותיו הפכו ל"מוצר" עם תג מחיר והוא החל לתור אחר קהל או צרכנים. היום, מחנכים אותנו להתבסס על "השכל הישר" ועל מה שגלוי, מובן ונמדד. בשל עומס הגירויים שסובב את עולמנו החיצוני,

אנחנו מאטים את המקצב. "לפני שאני מתחיל לצייר, אני עוצם את העיניים, יושב בשקט ומתחיל לנשום. אני יודע כמה זמן, אבל אין צורך למהר", מתאר **קזואו אישיי**, אמן קליגרפיה סינית ויפנית, צייר ומורה, את תהליך ההכנה שלו. "לאחר מכן אני לוקח את קערת הדיו, מוזג לתוכה מים ומתחיל לסובב בתוכה באטיות את אבן הדיו כמה סיבובים שנדרש. אני מתחיל להכין את החומר שעמו אני עומד לעבוד." "ציור מנדלה הוא קודם כול הנאה שקטה ומרגיעה", אומר קדמי. "זה לעצור את מרוץ החיים ולחוות לרגע את הנוכחות המלאה

קזואו אישיי: "לפני שאני מתחיל לצייר, אני עוצם את העיניים, יושב בשקט ומתחיל לנשום. אני יודע כמה זמן, אבל אין צורך למהר. לאחר מכן אני לוקח את קערת הדיו, מוזג לתוכה מים ומתחיל לסובב בתוכה באטיות את אבן הדיו כמה סיבובים שנדרש. אני מתחיל להכין את החומר שעמו אני עומד לעבוד"

נפגמת יכולתנו להתחבר לדמיון, וגם אם אנחנו מצליחים בכך יכולת זו מוגבלת להקשרים שאנחנו כבר מכירים. אמנם ההתפתחויות הטכנולוגיות מאפשרות לנו להשיג כל מה שנחפוץ בו כמעט בלחיצה על כפתור, אבל הן גם הופכות אותנו לפסיביים ולעצלים, לחסרי סבלנות והתמדה ולמבקשי סיפוקים מיידיים. קצב החיים הואץ, ובהתאמה אליו גם אנחנו רצים, חסרי נשימה, בקצב מטורף. איננו עוצרים, איננו חיים בשלום עם עצמנו וגם לא עם אף אחד אחר. אנחנו מתמקדים בהבדלים ובמה שמכוער ושנוא, בלי להותיר איזה מרחב שיופי ואהבה ייכנסו אליו.

אז אמנם אנחנו חיים בעולם שכזה ואמנם חיינו אותו שלא כל אחד יכול להיות יצירתי, אבל אם נסכים לתהות באשר לקביעה הזאת (וגם באשר לאחרות), ואם נסכים לטעות ונאפשר לעצמנו לצאת למסע של התנסויות, נוכל לגלות כיצד כל אחד יכול להיות אמן, בעיקר של החיים שלו, ואולי בטעות נוכל גם לפגוש אחרים בדרך.

להיות ברגע הזה

אחד המאפיינים של יצירה אמנותית הוא היכולת להיעלם במרחב ובזמן ולברוא עולם חדש בתוך בועה שיצרנו בעולם הזה. כשאנחנו מקצים זמן ומרחב, קודם כול

שהוא חווה ופוגש במרחב המציאות שלו. "כשאני חווה תסכול, למשל, אני מתחיל לשיר את התסכול שאני מרגיש, ואז קורה הקסם והחיבור מתרחש. בפעמים אחרות אני שר בג'יבריש - הקול הופך לכלי ללא המשמעות של הדברים ומבטא רק את ההרגשה שבלב". לעתים נוכחות מלאה מצריכה מאיתנו מאמץ רב, בעיקר בלשחרר, אבל תרגול של ביטוי אמנותי יכול לסייע לנו לתרגל את הנוכחות שלנו, להעיר ולעורר אותנו.

להתמסר ולהיות כלי

בתרבות המערבית עולות התנגדויות גלויות וסמויות לעצם המילה "התמסרות". לעתים אנחנו מקשרים אותה עם ביטול עצמי, ולעתים עם התמדה או עם דברים אחרים. ביטוי אמנותי, כמו דרך רוחנית, חייב לבוא מתוך בחירה חופשית וסביר להניח שהיא תצטרך לעמוד במבחן.

"הרבה מתחילים, אבל רק מעטים ממשיכים. יהיו זמנים שתצרו לעזוב, אבל אתם חייבים לעבור את הנקודה הזאת, אם אתם רוצים להמשיך", כך מצטטת **קרול רינג** את המורה שלה לקליגרפיה, אישיי, בספרה "One Breath: Shodo – The Way of the Brush". לאחר מכן היא משתפת: "אני מבינה כמה חשוב היה לדעת מההתחלה שהספקות האלה הם חלק בלתי נפרד מהתהליך, משהו שבסופו של דבר מופיע ושחייבים לעבור אותו".

ההתמסרות מאפשרת לנו גם לחוות ממד שונה של הקיום שלנו כבני אדם, להיות חלק ממשהו גדול הרבה יותר. "אחרי שאני מרגיש מחובר ונוגע במעיין, היצירה שלי אמורה להתרחש בלי מאמץ", משתף קדמי. "כלומר, אני הופך להיות צינור שמעביר את האנרגיה האלוהית, את הפוטנציאל האינסופי, אל תוך עולם החומר. אני עושה את הדברים מתוך התמסרות לאלוהות ולא מתוך רצון להוכיח משהו. הדברים נעשים ללא אגו מכיוון שאין זה נוגע אליי; אני רק האמצעי. במקום כזה אין נכון, יפה או מוצלח. זוהי זרימה אינסופית שהאמן מחובר אליה. המנדלה מבקשת להתחבר שוב למהות הזאת של חיפוש הקשר שבין האלוהים לאדם".

גם בתיאטרון השחקן משמש כאמצעי "הייעוד של התיאטרון הוא לתת לאדם

שבפנים. ה'בינדו', נקודת האמצע שעמה מתחילים במנדלה, היא המקור של הכול, מעיין היצירה של החיים. אמן המנדלה צריך להיות בנוכחות ולחפש את המעיין הזה בתוכו, את האלוהים שבתוכו. זהו תרגול יום-יומי. עצם זה שאני מאמין שקיימת בתוכי נקודה כזאת ומבקש למצוא אותה כבר מתחיל איזשהו תהליך".

גליק, לעומת זאת, מתאר חיבור ברגע "בתיאטרון ביוון העתיקה היה צורך לראות את הדברים", לא רק לשמוע אותם. זהו מעין טקס שנועד להחיות את המיתוס. ברגע שאני עולה על הבמה, אני מתחבר למסכה שאני שם על עצמי, כמו האישיות שהשחקן היווני היה שם על עצמו - ה'פרסונה'. באותו רגע אני מאבד את 'עצמי' למסכה שאני לוקח לעצמי, ודרך המשחק מגיע למקום עמוק בתוכי שהוא חסר קול".

לעומתו, **נתנאל גולדברג**, אמן קול ומוביל מעגלי ריפוי בשירת הלב, חוקר את נוכחותו ואת התקשורת שלו עם אלוהים דרך המוזיקה והקול. "יש פעמים שבהן אני מחובר והכול זורם. בפעמים אחרות החיבור קורה ברגע שאני אוחז בכלי נגינה. ואולם, יש פעמים שבהן אני מתקשה ומרגיש תסכול". אחת הדרכים של גולדברג להתחבר לעצמו היא מופעי אלתור שבהם הוא מבטא, דרך הקול וכלי הנגינה שמלווים אותו, כל דבר



”צחי גליק בפעולה. ”שחקנים הם השמאנים של התרבויות השבטיות“

צחי גליק: ”הייעוד של התיאטרון הוא לתת לאדם הזדמנות להתבונן לתוך עצמו, דרך השחקן שעל הבמה, דרך המופע האמנותי, על השחקן לאבד את עצמו במובן מסוים. האגו שלו אינו במרכז, אלא כלי שרת שנועד להעביר איזו מהות פנימית ועמוקה הקיימת בכל אדם. כשהשחקן מתמסר לאותה מהות, זה עובר הלאה לקהל ונוצר רגע קדוש שהוא חיבור אנושי“

כדרך חיים שאפשרה להם לעשות תהליך של היכרות עם עצמם. לכן, האימון הראשוני של הקליגרפיה הוא בעצם ללא מטרה. המיקוד בתהליך או בדרך מוטמע גם בתהליך הלמידה. ”כשמתחילים להתאמן בקליגרפיה, מתחילים להתאמן בציור קו אחד ומציירים אותו הרבה מאוד פעמים. לאחר מכן מתאמנים על ציור נקודה אחת הרבה מאוד פעמים. הטבע האנושי הוא חמדון, והאדם רוצה לעשות וליצור כל מיני דברים שהוא מדמיין, אבל העבודה האמיתית שלנו היא לא להיצמד לתוצאה שאנחנו מבקשים לראות, אלא להתמסר

בסדר או לא בסדר, אין דרגות ליופי, מכיוון שהמיקוד הוא בתהליך עצמו, במסע הגילוי שלנו, ולא בתוצאה הסופית. ”המסע שלי הוא השימוש בקול“, משתף גולדברג. ”לכל אחד יש ארגז הכלים שלו והוא בוחר במה להשתמש. הדרך שלי היא לטעום מהכול, להתנסות בכול, לערער ולהתערער. לעתים אני פוחד לעשות את זה, אבל איני יכול בלי זה. זאת הדרך שלי. כל שאני עושה הוא להשתעשע בארגז הכלים שיש ברשותי. זהו מסע של חקירה עצמית.“ ”בעבר, שימשה קליגרפיה יפנית בעיקר את נזירי הזן“, מספר אישיי. ”הם השתמשו בה

הזדמנות להתבונן לתוך עצמו, דרך השחקן שעל הבמה, דרך המופע האמנותי“, אומר גליק. ”על השחקן לאבד את עצמו במובן מסוים. האגו שלו אינו במרכז, אלא כלי שרת שנועד להעביר איזו מהות פנימית ועמוקה הקיימת בכל אדם. כשהשחקן מתמסר לאותה מהות, זה עובר הלאה לקהל ונוצר רגע קדוש שהוא חיבור אנושי.“ כשגולדברג יוצר הוא מפקיד את רוחו בידי מה שהוא מכנה ”הרוח הגדולה“, מתמסר וסומך. ”אני מאמין ברוח שתוביל אותי למקום הנכון. אני נח, אבל בערות, בבחירה, הלב הוא שמוביל אותי. התקשורת שלי היא עם אלוהים.“

להתמקד בדרך ולא בתוצאה

אחת מהתופעות שהכי מאפיינות את הזמן שלנו היא המרדף אחרי תוצאות. כולם רוצים לראות משהו פיזי שאפשר לבחון ולשפוט אותו. בביטוי אמנותי, כמו בדרך רוחנית, אין



מנדלה

מקור המילה "מנדלה" הוא מסנסקריט, מחיבורן של שתי מילים שמשמעותן יחדיו היא "מעגל המכיל מהות". המהות הטהורה שאותה עוטף המעגל היא ה"בינדו", נקודת המרכז של המעגל.

איתן קדמי: "הגדילה של המנדלה היא כמו התנועה של האנרגיה - תנועה מייצרת תנועה. הבינדו, כמו אבן שזרקה לאגם, יוצרת אדוות שמתפתחות באופן טבעי. כשאנחנו לומדים לעבור מאדווה לאדווה, אנחנו כל הזמן מחוברים למרכז. להיות כל הזמן מחובר ובהקשבה פנימית הוא תרגול חשוב של החיים, הנמצאים בתנועה מתמדת. מעבר לחיבור למרכז, יש הבנה בסיסית שכל דבר בעולם משתנה והופך להיות משהו אחר"

משתנה והופך להיות משהו אחר. אנחנו מתרגלים זאת באמצעות מנדלה מגרגירי חול צבעוניים. זהו תרגול מצוין בקבלת הזרימה של החיים, הזמניות של החיים, העובדה שהכול מתכלה. יש לשחרר אחיזה, להמשיך ולהתחדש".

גליק מתאר סוג אחר של תנועה שקיימת בתוכנו פנימה - הקונפליקט. "כשאני משחק דמות מסוימת, אני מבקש להתחבר ולחבר אחרים למהות של מה שהדמות מסמלת ושל מה שהיא יכולה לסמל בתוך כל אחד מאיתנו.

קדמי. "הגדילה של המנדלה היא כמו התנועה של האנרגיה - תנועה מייצרת תנועה. הבינדו, כמו אבן שזרקה לאגם, יוצרת אדוות שמתפתחות באופן טבעי. כשאנחנו לומדים לעבור מאדווה לאדווה, אנחנו כל הזמן מחוברים למרכז. להיות כל הזמן מחובר ובהקשבה פנימית הוא תרגול חשוב. כל מה שאתה עושה בחוץ, יהיה תמיד בהקשבה פנימה. זהו תרגול של החיים, שהם בתנועה מתמדת. מעבר לחיבור למרכז, יש הבנה בסיסית שכל דבר בעולם

לדרך העבודה, למה שקורה ומתאפשר בכל רגע נתון. אין זה פשוט".

ליצור תנועה ולתרגל

התנועה היא חלק בלתי נפרד מהטבע, מהחיים, אבל הטבע האנושי מעדיף להיצמד למוכר ולידוע. החיים, כתנועה בלתי פוסקת, מביאים אלינו מצבים ושינויים שלעיתים מקשים עלינו אבל גם מאפשרים לנו לגדול. פעמים רבות איכות חיינו נקבעת בהתאם ליכולתנו להיות חלק בלתי נפרד מהתנועה הזאת.

הסימניות הסיניות מורכבות מצורות שמושפעות מעולם הטבע, וככאלה הן מבטאות המון תנועה. הן נראות יפות ולעיתים אף קלות לביצוע, אבל למעשה כתיבתן דורשת מהאמן שליטה במברשת ובתנועה. "המברשת גמישה מאוד, ולכן קל לאבד את השליטה עליה, גם במהירות הכתיבה", מספר אישיי. "לכן מספר האפשרויות בקליגרפיה תלוי במצב התודעה של האמן. המברשת היא רק פוטנציאל שמתגשם דרכו".

"תרגול של המנדלה עוזר לנו להבין את החיים ואת המהות של החיים", מסביר



צילומי מנדלה של איתן קדמי. "המנדלה מבקשת להתחבר שוב למהות הזאת של חיפוש הקשר שבין האלוהים לאדם"

"לכל אחד יש המשיכה הכי טבעית שלו לביטוי אמנותי, הדרך לבטא את האלוהי שבתוכו, גם אם הוא 'ריאלי' או אינו נוטה לאמנות", מיטיב לסכם קדמי. "אנחנו עכשיו בעידן אחר. אמנות היא הזרמת החיים לעולם, ולכל אדם יש הפוטנציאל הזה. כל שעליו לעשות הוא להאמין שיש בו את הפתח ולהתחיל לחפש, וזה יקרה". וכשהדלת פתוחה, הדבר הנכון יבוא, ויאפשר למי שמבקש זאת גם מסע אל תוך עצמו.

יוצרים לעתים מרחב המאפשר גם ריפוי. "אני מאגד בתוכי את סך החוויות שאני חווה ברגע נתון, ומאחד אותן לכלל יצירה אחת שאני מבטא", מתאר גולדברג. "זהו סוג של תקשור קולי ואני מבקש ליצור באמצעותו מרחב שאליו אני מזמן אנשים לבוא ולשיר או להתפלל ביחד. אין זו תפילה דתית, אלא תפילה אישית של כל אחד ללא קשר לדת או לאמונה. העיקר הוא להיות ביחד. כשאדם מתחבר לכוונה האישית שלו וכולם שרים אותו טקסט, נוצר חיבור מדהים שמעצים את כולם".

כשאני משחק את הדמות של מקבת למשל, אני מציג דרכה את המקומות האפלים ביותר באדם, את המקום שבו בידועין הוא נכנע לחשכה. התיאטרון מאפשר לי להעלות דברים שלא תמיד קל לאדם לדבר אותם בקול רם. זה מעיר אותו ומעורר בו תנועה פנימית ושאלות שכל אחד חייב להפנות לעצמו - 'היכן החשכה בתוכי והאם אני בוחר באור?'. כך הוא לומד על עצמו".

לחולל אינטגרציה וריפוי

האינטגרציה היא אחת מהיכולות המשמעותיות שיש לאדם, ומתבססת על יכולתו להשתמש באינטליגנציה שלו. זוהי אותה יכולת שמאפשרת לנו גישה גם לתובנות שאינן זמינות דרך המחשבה ההגיונית. תהליך היצירה מאפשר לאמן לתרגל את יכולתו ליצור אינטגרציה דרך חיבור סך היכולות, ההבנות והחוויות שלו באותו זמן והבעתן ביצירת אמנות אחת. כמו כן, הוא מאפשר לו לחבר דברים ואנשים שלכאורה אין קשר ביניהם. חיבורים כאלה

מרואינים

איתן קדמי | www.mandalaway.ne | נתנאל גולדברג | www.netanelgoldberg.com
צחי גליק | zahiglick@gmail.com | קזואו אישי | www.shiboku.com

מקורות ביבליוגרפיים

"דרך המנדלה", מאת: איתן קדמי

"One Breath: Shodo – The Way of the Brush", Carol Ring

"The Relationship between Spirituality and Artistic Expression: Cultivating the Capacity for Imagining", Christine Valters Paintner, Ph.D, Spirituality in Higher Education, January 2007, Vol. 3, Issue 2
"Art and Spirituality", Andrej Tisma