

"כשהאדם שר" מאת גיורא רפאלי

קטעים מתוך הספר

ישות הצליל

ישות הצליל היא האידיאה של הצליל השלם.

צליל אידיאלי, הקיים רק בעולם הרוח (עולם השלמות), הוא אינו צליל פיזי, אך כל צליל שאנו שומעים מכיל חלק מישות הצליל, במידה זו או אחרת. הצליל שלנו יכול יותר מישות הצליל ככל שהוא צלול יותר, זורם יותר, משוחרר יותר, מכיל יותר ומתמזג יותר. ישות הצליל היא ישות רוחית היכולה להשתקף בעולם הפיזי. האדם השר או אנשים המנגנים בכלי הנגינה השונים יכולים לשקף את הישות הזו במידה רבה או מועטה יותר.

"ישות הצליל" הוא מושג שנטבע על ידי הזמרת השוודית ולבורג ורבק סוורדסטרום. בעבודתה היא הולכת בעקבותיו של גיתה, אשר חקר את העולם והגיע מחקר התופעה הבודדת להבנת הקשר שבין התופעות. "הוא צולל עמוק אל המציאות, לתוך צורות התהוותה ותהליכיה, לתוך המשתנה עדי עד – כדי לחשוף את חוקיה הבלתי משתנים לעד. הוא חוקר את הפרט הנפרד ומגלה בו את המשותף, את האב-טיפוס."¹

בספרה "הדרך לגילוי הקול", בפרק הראשון, פותחת ורבק באזכור תופעת האב-טיפוס הצמחי כפי שנוסחה על ידי גיתה. "כפי שגיתה התבונן בצמחים הבודדים על מנת לתפוס את המשותף להם, כך עלינו לתת לגילויים של עולם הצלילים לפעול עלינו, על מנת למצוא מהו המשותף להם. אוזננו צריכה ללמוד להאזין להם בקשב פנימי עד אשר יגלו לנו את העיקרון המשותף להם."²

קשב פנימי זו היכולת לחוות ולהבין את ישות הצליל מתוך הקשבה לתופעות המשותפות לצלילים השונים. "מתוך הקשבה כזו ניתן ללמוד כי הצליל מתגשם בשתי דרכים: בדרך סובייקטיבית ובדרך אובייקטיבית. החלק הסובייקטיבי הוא אותו חלק הנובע מתוך הצבע המיוחד האישי של הזמר – האורגניזם האישי שלו, מבנה גופו, חללי התהודה שבגופו – וכן מושפע מהסביבה הפיזית-אקוסטית שבה הוא שר. החלק האובייקטיבי הוא האלמנט המשחרר את הצליל. זהו אלמנט חי, זורם, הנמצא מסביב לצליל ובין הצלילים. מהות זו מעניקה לצלילים את דמיונם זה לזה ומגשרת ביניהם."

מורה אמיתי לזימרה או לנגינה חייב להיות מסוגל להציג את ישות הצליל בפני התלמיד, וזאת פשוט על ידי זימרה או נגינה שיכילו את האיכויות של ישות הצליל. למעשה, כל צליל או שורת צלילים יכולים להכיל ישות זו, פחות או יותר. על המורה ליצור עם התלמיד את האיכות הצלילית הזו בכל טקסט.

אנו יכולים להכיר את ישות הצליל גם באופן מעשי בכל עת. ישנם ביטויים לישות זו בחיי היומיום שלנו. למשל, יכולים אנו להאזין לצלצול פעמון, לעקוב אחר הופעת הצליל וזרימתו הלאה, או לצבוט מיתר של כינור, או

¹ ר. שטיינר, האסתטיקה של העתיד, עמ' 20.

² הדרך לגילוי הקול, עמ' 20.

לשים לב להופעת הצליל בכינור כשהקשת מונחת על המיתר ומתחילה לנוע, או לנשוף בחליל או קלרנית בעדינות ולעקוב כיצד מופיע הצליל וזורם הלאה. אפשר גם לחוות את ישות הצליל ככוח בלתי נשמע. אנו יכולים לשיר ללא קול מנגינה יפה או קטע קצר מיצירה אהובה ולנסות לחוות את המתח שנוצר בתוכנו. אותו כוח בלתי נשמע שכאילו נושא את הצלילים ומצרפם למנגינה.

השלים בדרך

ורבק קראה לשלב הראשון בדרך **שלב ההולכה**. באמצעות תרגילים פשוטים, אנו מוליכים את הקול מ"הבית הישן" – הגרון, אל הבית החדש – מרכז המצח.

כל התרגול הוא מאד חרישי. ככל שיהיה חרישי יותר, כך הוא משחרר יותר, זורם על "כנפי ההשתאות". בשלב הזה הקול מכוון למעלה, למצח והלאה, לשמיים. הוא מצלצל זורם בחופשיות, "שמימי", "בהיר", חסר צבע, חסר עוצמה, עדין, סימפטי. שקוף. כעין ביטוי מלאכי.

אנשים מסוימים מרגישים מאד נוח עם היופי הזה שזורם דרכם ומרים אותם לספירה של זרימה ויופי, אך זהו רק חציה הראשון של התמונה השלמה. החצי השני, המשלים, הוא **שלב ההתרחבות**. הקול שזורם בערוץ צר למרכז המצח והחוצה לעולם, מתרחב בעזרת תרגילים, הפותחים את המעבר מחלל הפה לאוזניים והחוצה. הזרם הצלילי הרוחבי הנוצר כך, עולה למעלה ומתחבר לזרם ההולכה שתואר לעיל. ורבק מציינת, שבשלב זה המשימה היא לחבר את הקול לגוף כולו. "ניתן להתחיל לחוות כיצד יותר ויותר מהווה הגוף האנושי כולו את הבסיס הפיזי להפקת הצליל".³ פירוש הדבר, הרחבת הכיוונים – שהיו ממוקדים בראש ולמעלה – אל כל הגוף האנושי, ל**רוחב ולמטה, לאדמה**. המשפט האחרון – האדמה - לא נאמר במפורש על-ידי ורבק, אבל התרגילים שהיא נתנה והועברו אלינו על-ידי תלמידיה, מכוונים את הקול כלפי האדמה. תרגילי ההתרחבות מוליכים את הקול לאוזניים כפי שהיא לימדה, וגם כלפי מטה, לחזה ולמטה, עד לאדמה. הקול, שהיה בשלב הראשון דק, ליניארי, דומה לקו החשיבה, נעשה כעת רחב, מלא, כהה, כצבע האדמה.

שלב ההתרחבות מתאפיין גם על-ידי העובדה שהוא מתחבר לרגש, מתפשט ומתחמם. בשלב הזה אנחנו יכולים להתחיל לשיר ולהתחבר לטקסט. ההגאים, כלומר – התנועות והעיצורים, מצטרפים לתהליך ביתר שאת. זהו שלב דרמטי, המוריד את הקול ומחבר אותו לאדמה. העיצורים במהותם מבטאים איכויות של האדמה והינם הגורם המעצב, בניגוד לתנועות, שבאופיין הן זורמות מן השמיים ומבטאות את עולם הנפש.

התנועות חיות בזרימה. **העיצורים**, כעין יתדות המגבילות את התנועות, נותנים להן צורה, מסגרת, מדגישים את האיכות הזורמת שלהן.

³ "הדרך לגילוי הקול", עמ' 69

כוח הדימוי

בהבאת הקול האנושי לידי ביטוי ישנו גורם מכריע, שהוא הדומיננטי בכל תהליך גילוי הקול החדש, החופשי, והוא **כוח הדמיון**. אנשים האוהבים לשיר ולא למדו מעולם לשיר, מדווחים על שעות של "קול חופשי השר מעצמו" לעומת שעות אחרות ש"זה תקוע". ברור שקיים קשר בין התחושה של האדם באופן כללי, "מצב הרוח", לבין היכולת לשיר בחופשיות. בעזרת תמונות דמיון אנו יכולים לשחרר, למלא את הקול ולרוממו לגבהים. מניסיוני אני יכול להעיד שאדם יכול "בהרף עין" להרים את קולו לפסגות חדשות, כאשר הוא מתחבר לתמונה כלשהי. משמעות הדבר, שהדמיון האנושי מהווה כוח מניע בתהליך שחרור הקול – והקול, ככל שיוזר ויגלה צבעים חדשים, כך ייבנה ביתו החדש. **הקול הוא הבנאי של ביתו**.

בכל יום אנו יכולים להרים את הקול "על כנפי השמחה", וכל נסיקה כזו מעצבת את היכל השירה ההולך ונפתח לגבהים חדשים. קורה לעתים (די קרובות), שאדם מגיע לשיעור ורוחו כבדה עליו. אירוע כלשהו מעיק על ליבו. וכאן מתרחש נס. כאשר האדם מתחבר לתרגילי הזרימה וההתמלאות וכן לשיר כלשהו, המחשבות נדחקות הצידה ותחושה של התמסרות לזרימה הצלילית ממלאה את הנפש. המצוקה, המבטאת עצמה במחשבות מטרידות, נסוגה לשוליים, כשהיא מפנה מקום לחוויה של התחיות.

כשהקול זורם בחופשיות דרך התנועות, העיצורים מהווים כעין מסגרת המבליטה את הזרימה. התמונה השלמה היא תנועה חופשית של הקול המחובר לזרימה – לשמים, ודרך העיצורים – לאדמה. השמים הם מקור הזרימה הרוחנית, שאליה מתחברת נפשנו דרך התנועות, בעוד שהאדמה – דרך העיצורים – היא המהות המעצבת החומרית של הקול. השמים זורמים, הרמוניים, סימפטיים, לעומת האדמה, המכילה ניגודים ואנטיפתיים. בקול האנושי השלם חיים שני הניגודים האלה באיזון.

לשיר מהלב

המושג "קול יפה" אינו רלוונטי. הקול היפה של כל אדם הוא הקול האמיתי שלו. הדרך לגילוי הקול יכולה לאפשר לכל אדם לגלות את קולו החופשי והאישי, שתי איכויות שהינן מנוגדות כביכול. האישי ככול לאדם המסוים. החופשי מנותק מהאדם באשר הוא. החיבור בין שתי איכויות אלה מתבטא בקול חופשי, בעל ביטוי אישי. חיבור זה הוא שיקוף התמונה השלמה של האדם.

התואר "זמר" הוא, לדעתי, ביטוי מוגבל מדי לאדם הבוחר בשירה כדרך מרכזית בחייו. כאילו נחלקת האנושות לזמרים ולא-זמרים... החברה מגדירה את הזמר כאדם המתפרנס משירתו. אבל השירה אינה מקצוע, היא ביטוי שלם לעולמו של כל אדם. יש אנשים, כמו מרסדס סוסה או חווה אלברשטיין, או ויקטוריה חנה ועוד רבים, המביעים בשירתם עולמות שלמים, ולכן המושג "זמרת" פשוט מגביל את תמונת אישיותם.

הרבה "זמרים" צעירים מנסים "לכבוש את העולם" כמה שיותר מהר. הם מכוונים את שירתם לרגשות הנמוכים ומצליחים לתפוס את "הקהל הרחב", אולם למעשה, הם משתמשים בכישרון – "מתנת השמים" – לתועלתם האישית, והופכים לחלק מתעשיית הבידור המשועבדת לרייטינג, שמשמעותו התכוונות למכנה המשותף הנמוך ולכן הרחב ביותר.

על דרך הפרדוקס ניתן לומר: **השירה האמיתית לא נועדה לזמרים, היא נועדה לכל בני האדם**.

השירה היא דרך לחבר בין החלק הגבוה, החי, הזרימה, לבין החלק הנמוך – הארצי, הפיזי, המעצב, בן התמותה. זהו תהליך המנסה לחבר בין שני קטבים מנוגדים. מתחולל מאבק. העיצורים "מושכים" את הקול למטה לאדמה, לחומר הקשה. הצלילים והתנועות "מושכים" למעלה לקול החופשי, לשמים. המאבק מוכרע כאשר הצלילים והתנועות זורמים דרך העיצורים ומחיים אותם. הדרך "זרועת חתחתים", אך תמיד מגלה סודות על הצועד בה. אדם רואה את השתקפות אישיותו, הוא יכול לשמוע את נפשו המשתקפת בקולו ולקבל תמונה אמיתית, כיצד קשיי השירה מבטאים מצוקות מסוימות בחייו. זוהי דרך התחנכות. האדם לומד לסגת, לפנות מקום ולאפשר לאידיאל להתגלות.

"משמעות הדבר שאין שם אמביציה או חיפוש עצמי במוטיבציה שלנו, אלא שאנו נכונים לקראת קשיים ועיכובים כאינדיקציות אמיתיות לחסרונותינו ולחולשותינו האנושיות, ושאנו נכונים לאסוף את כל כוחותינו כדי להתגבר עליהם ולאזנם. בכמיהתנו להיות אמנים מתוך גישה כזאת, יזרמו בהדרגה כוחות אמיתיים וחיוביים לתהליך צמיחתנו כבני אנוש; אימפולסים מוסריים, חברתיים ואימפולסים של חופש. מוסריים, בה במידה שאנו מפנים את עבודתנו הפעילה כלפי עצמנו, כנגד המשגים של עצמנו וחוסר השלמות שלנו."⁴

כשאנו נמצאים בדרך, אנו חווים את חוסר השלמות ומקבלים אותה כחלק מהשלמות. הדרך ה"ממסדית" מקדשת את המטרה, את "השירה הקלאסית". זוהי תפיסה הנובעת מהשקפת עולם חומרנית, הרואה ב"מוצר הסופי" אידיאל, בעוד האדם עצמו נשחק בדרכו להשגת ה"שלמות האמנותית", הנתפסת כמטרה הבלעדית. כל מי שאינו "מוכשר" נושר מן המירוץ.

מה שעובר על אדם הנאלץ ללכת בדרך זו, אין לו חשיבות, כביכול. הורים מקריבים את ילדותם של צאצאיהם. אנשים צעירים מקפחים את נעוריהם, מחמיצים את שמחת החיים, "לא נושמים", נלחצים במרוץ אחרי הפרפקציוניזם, הנתפס כשלמות היצונית.

כאשר מבינים שהדרך היא העיקר, נפתחים לראיית הקושי המופיע בדרכנו אל השלמות, כחלק חי, חיוני ואמיתי בתהליך. לכן חוסר השלמות הוא חלק אמיתי מהקול השלם. קבלת חוסר השלמות בענווה מחבר את האדם לאמת ולכן נוגע תמיד ללב.

"אין שלם מלב שבור."

- ר' נחמן מברסלב

האמת המוזיקאלית

כשאנו נולדים, אנו במצב טבעי של התגלות והשתאות. אנו קשורים לחוויית השלמות האלוהית. התינוק מתבונן במציאות המתגלה בעיניים פקוחות לרווחה ובפה פעור. הוא פתוח לעולם ללא חשש, מתוך בטחון שלא קיים איום או סכנה. עם חלוף השנים פוגש הפעוט באיומים שהמציאות מזמנת לו (אלימות מצד אחיו, אגרסיביות של אנשים מבוגרים, רעשים פתאומיים, תמונות זוועה – בטלוויזיה, במציאות, ועוד ועוד...). וכך, העיניים מצמצמות את פתיחתן, הפה נסגר יותר ויותר והאדם הקטן מתמודד עם המציאות המאיימת כשהוא "בודד בצריח".

⁴ רובק, "הדרך לגילוי הקול", ע' 123.

בשלב ההתבגרות מתפתחת החשיבה והביקורתיות ומרחיקה את חוויית ההשתאות, הנותרת כזיכרון ילדות קלוש. האדם המבוגר סגור כמעט הרמטית לחוויה זו – להוציא אנשים מסוימים, משוררים בנפשם, העוסקים בעניינים רוחניים כמו אמנות, ספרות וכדומה.

מיליוני אנשים החיים כיום, במיוחד במערב, שכחו את החוויה ממנה באו. הם מרגישים שחסר להם אלמנט חי במציאות החומרנית-האינטלקטואלית שהם חלק ממנה, מים חיים שיזרמו ויחיו את מעיין הנפש, ההולך ומתייבש. הם חווים כמיהה לחלק הזורם בתוכנו, השואף להתחבר לעולם הרוח ממנו נותק. זהו הצורך של כל אדם – לשיר. אין אדם שצורך זה אינו חי בו. הוא דוחק, מבקש לצאת החוצה, יוצר לחץ, קושי ותחושה של תסכול: "קשה לי לשיר". האם ניתן להסיר את אבני הנגף הסותמות את נביעת המעיין ולאפשר למים החיים לזרום שוב? האם כל אדם יכול לגלות בתוכו את מקורות הנביעה ולאפשר להם לזרום מחדש?

ככלל ניתן לומר: כולנו – בני תרבות המערב – חיים בחוויה של השתלטות – השתלטות על הטבע, על גורלנו, על זולתנו וכן הלאה. כך אנו מתייחסים גם לאמנות. אנו מנסים לשלוט בקול (או בכלי) ולדחוף אותו "כמה שיותר גבוה, יותר מהר ויותר חזק". ואז, כשתהיה לנו טכניקה כאמור, נוכל "לעשות" מוזיקה.

מחשבה כזאת היא השלכה של תפיסה חומרנית השולטת בתרבות המערבית, מאומצת על-ידי הממסד המוזיקאלי ונתמכת בתמריצים: מבחנים, סלקציה, תחרויות ופרסים. לימוד השירה ה"רציני" אפשרי רק ל"מוכשרים", הוא אינו פתוח לכל אדם.

לעומת זאת, נוצרת כיום "תנועת נגד" של צעירים שפונים לשירה ולנגינה בדרך אישית וחופשית. הם מחפשים את המורים המתאימים להם, המדברים בשפתם. הם מחפשים את "דרך הלב" ועוקפים את הממסד המאובן.

הדרך לגילוי הקול לא מתחילה מהטכניקה, היא מתחילה מנשמת המוזיקה – הזרימה. זהו כיוון הפוך. ההשתאות היא "התנועה הנגדית". אנחנו לומדים להיפתח – להקשיב, לאפשר. כך אנו משחררים את נפשנו מהלחץ "לעשות".

זה מתחיל מהקשבה לישות הצליל, לאידיאל הצלילי. הקשבה היא היפתחות לצליל הזורם אלינו מבחוץ, תנועה נגדית לאקטיביות שאנו חווים כדחיפה. אנו מרגישים שאנו שרים מבחוץ פנימה. זאת התנועה הנגדית. הבנה זו הופכת את תמונת ה"ביצוע המוזיקאלי" על פיה, מצביעה על כיוון חדש המאפשר חוויה מוזיקאלית חדשה, (האפשרית כמובן לא רק בשירה אלא גם בנגינה בכלי הנגינה השונים). אנחנו לא דוחפים את הצליל, אלא נפתחים אליו והוא זורם דרכנו. אפשר להירגע, להישען אחורה, לא להתאמץ כל כך. "תן לזה לשיר, לנגן, להיות!".

חשוב להבהיר: שחרור הקול מחייב כמובן אקטיביות פנימית מסוג שאינו מוכר לנו. אנו מתאמנים לפנות עצמנו מהאקטיביות החיצונית המנסה להשתלט על הקול, מן האני המסיט את הנפש מהמרכז ומאפשר לקול לזרום בחופשיות.

כשאנו מביטים ביופי שבטבע ונותנים לו לדבר, הוא זורם עמוק לכל ישותנו. אנו יכולים להקשיב לזולת בהשתאות, בהקשבה, ללא התערבות האני בביקורת או בהסכמה, לתת לדברים להדהד בתוכנו בשקט וללא כל שיפוט. אנחנו יכולים לשיר כשאנו "נישאים על כנפי ההשתאות", שרים ומשתאים בעת ובעונה אחת. ואז "זה" שר בנו.