

לילך גליל

ועכשיו שימי לב לנשימה, מינהיות. הנשימה בהולה. קצרה. לא פלא שיש לך אסטמה. אין לך קצב משלך. איבדת אותו לגמרי. יש רק דחק, האצה, דחיפה ונפילה. קדימה, מהר יותר, אם אין לך אוויר אז קחי שאיפה. עוד פעם את לא נושמת? מה יהיה איתך? למה את לא נושמת? למה את לא נושמת?



את משתבללת. נטמנת. השברים עוד אחוזים כך ואת שוכבת על צד שמאל ומעגלת את הגב. תנוחת מנוחה, קורא לזה המורה ליוגה ואומר להניח את כפות הידיים על האוזניים. את לא יכולה, בגלל השברים. את מצמידה אותן לחזה ועוצמת עיניים. את מחכה שהשיעור ייגמר.

קטעים מתוך מינהיות, ספר בכתובים



אולם מהי בעצם הקשבה, כשמנתקים את ה"הקשבה" מכל המשמעויות הללו? הקשבה היא פעולה של השהיה, פעולה של יצירת מקום ומרחב. "להקשיב לגוף שלנו" פירושו לנסות להפסיק את העיסוק של המוח ביוזמות, פעולות, תוכניות, בניסיונות לשנות משהו בהווה, במציאות החומרית ובמרחב המנטלי. כשאנו מנסים להקשיב לגוף שלנו אנו נקראים לשים לב לכל אזור בגוף, ואולי אף לכל תא ותא. הקשבה היא פעולה המאפשרת היווצרות משהו חדש, מעבר לסיפורים שהתודעה מספרת לעצמה.

כי נכון לעכשיו, עדיין יש לנו גוף, שנוכח גם באולם הקונצרטים ומהדהד את המוזיקה שאנו שומעים וגם את זו שאיננו שומעים אלא מדמיינים ויוצרים מתוכנו.



מקורות ומקורות השראה

קיצור תולדות האנושות, יובל נוח הררי, דביר 2011

Cross I (2003a). **Music and biocultural evolution**. In M Clayton, T Herbert and R Middleton, eds, **The cultural study of music: A critical introduction**, pp. 19-30. Routledge, London.

Brown S (2000a). The musilanguages' model of music evolution. In N Wallin, B Merker and S Brown, eds, **The origins of music**, pp. 271-300. MIT Press, Cambridge, MA.

Masataka, N. (2009). The origins of language and the evolution of music: a comparative perspective. **Physics of Life Reviews**, 6, 11e22.