

Milena do Carmo Pantrigo França

Pós-graduada em Dança Terapia pelo
Faculdade Serra Geral – FSG
Timóteo – MG

RESUMO

O presente trabalho comenta as várias danças ciganas pelo mundo afora e delas temos muito que aprender, uma vez que a cultura cigana tem uma diversidade de danças e uma cultura peculiar a ser estudada e os elementos de dança cigana seus significados e como utilizá-los nas aulas de dança terapia. Destacar que a dança cigana pode sim ajudar na dança terapia envolvendo-se nas mais diversas danças e ajudar homens e mulheres a se encontrar e ter mais sensibilidade a vida.

Palavras-chave: elementos de dança cigana; danças ciganas; costumes; dança terapia.

INTRODUÇÃO

Com todas as evoluções na vida, e grandes tecnologias e muitas informações correndo de forma ágil e enlouquecida, ainda há permanência da cultura cigana, claro existem ciganos que se afastaram e que escondem a sua origem, mas, contudo, eles tentam permanecer dentro do foi ensinado, a cultura cigana é repleta de histórias, porém não vemos muita coisa escrita, isso porque isso e passado de pai para filho de forma oral.

As danças ciganas possuem uma variedade muito grande, e temos muito que aprender com todas elas, sempre há algo novo a ser estudado, mesmo de forma oral os ciganos trazem a cultura, a dança de forma mágica que encanta a todos por onde passam.

Aqui veremos as variações de danças ciganas, o uso de acessórios, os estilos de dança, seguiremos para a relação a dança terapia, uma vez que os acessórios usados na dança cigana têm muitos significados e porque não usar na dança terapia e unir o conteúdo na dança cigana e deixar mais aflorado na dança terapia, e com esta proposta que desenvolverei este texto relacionado a dançaterapia.

Tudo isso colocando a dançaterapia como alvo assim a utilização do método o tema a ser dançado se torna prática e intensa, não apenas para quem dança, mas para aqueles que o prestigiam, isso torna um estudo que passa muito além de passos, levando emoção e sensibilidade para quem o

vê ou sentem.

Rumbas

Há um notável crescimento na arte Flamenca no ocidente, sobretudo no Brasil, onde se pode encontrar uma grande quantidade de escolas de danças deste estilo. O mesmo acontece em países como Alemanha, França e Estados Unidos, mostrando assim que este tipo de dança desperta o interesse de muitas pessoas.

A Rumba Flamenca/rumba catalana é um estilo musical considerado um ramo do flamenco e emprega vozes tanto masculinas como femininas, bem como execuções puramente instrumentais.

Este estilo de música se originou a partir da rumba cubana que por sua vez é bastante intensa, seus instrumentos da rumba flamenca são as palmas, o violão flamenco e as castanholas, acessórios de dança para este estilo são: leque, rosa, xale.

Dança Cigana Russa

Antes da primeira guerra mundial houve uma grande imigração dos ciganos da Polônia para Rússia, após a guerra houve muita distinção de pessoas, ou seja, os ciganos começaram a ser tratados como a escória (HILKNER, 2008). Na dança cigana russa podemos utilizar o pandeiro, enfeitado com fitas coloridas, acompanhando o ritmo musical, durante a execução da dança este acessório pode ficar no chão enquanto a bailarina realiza a sua dança e posteriormente voltar a pega-lo para finalizar a sua dança.

Ruska Roma é chamado para a dança cigana Russa, essa dança foi inspirada no ballet Russo com alguns movimentos corporais. As saias são bem rodadas, faz uso de mangas, algumas bailarinas mostram um pouco da barriga, seu olhar é mais altivos porém com movimentos delicados, nesta dança as mulheres usam pandeiro e xale, em sua cabeça é usado uma espécie de fita, podendo ser usada rosas na cabeça, já a dança masculina é bem parecida com a dança tradicional russa, e suas vestimentas são simples. O passo principal da dança cigana russa seria a dança rom 1-2-3-1, passo usado na dança romanês, conhecido como passo cigano, não apenas usado na dança cigana russa, mas usado nas danças húngaras e é claro na dança romani, quanto as músicas o violino e sempre o principal instrumento.

Dança Cigana Hungara ou çinderica

Hungria e Romênia são os dois países que a discriminação contra os ciganos é bem mais latente, isso porque os ciganos sempre foram perseguidos e expulsos de onde ficavam que por sua vez absorviam a cultura local, por este motivo a dança cigana contém muitas faces, mas voltando a perseguição em 1492 no descobrimento da América.

Havia muitos ciganos onde foram perseguidos e escravizados e levados para outros países, como por exemplo no descobrimento do Brasil, portugueses trariam alguns ciganos para o Brasil. Então a perseguição contra ciganos não é algo novo, e a Europa geral tem ainda tem perseguições grosseiras contra ciganos.

Na Hungria existem dois tipos de dança cigana a tradicional e as de missia como se fossem uma espécie de restaurante. Na música húngara há o tocar do violino que foi incluído no século XIX antes a música era apenas percussão e voz, contém o som do jarro e o som das colheres que por sua vez é destaque na música cigana húngara, as colheres usadas na dança são de madeira e soam um som diferente das colheres convencionais, as colheres não são apenas usados pelo

instrumentista mas também é usado na mão da bailarina que por sua vez dança e toca no ritmo da música.

O ritmo musical neste estilo de dança é o TÁ TUM TÁ TUM. As Csárdás na grafia colocam-se czardas/ taberna geralmente são tocadas com mais de um violino, são músicas de origem húngara, são músicas alegres popularizados pelos ciganos, há países próximos da Hungria que tocam este tipo de música, alguns países que tocam este tipo de canção são: Sérvia, Eslovênia, Ucrânia, Transilvânia, Croácia, Eslovênia

O principal passo na dança cigana húngara também é o passo 1,2,3,1 que chamamos de passo romani.

As roupas femininas são simples podem ser usados com duas peças ou um vestido como se fosse roupas de senhoras tradicionais, usam na cabeça o lenço com um coque ou duas tranças, sempre usam avental simples avental. Seu olhar é reto, mas com um ar de timidez e não há o uso de maquiagem ou pouquíssima maquiagem e acessórios nesta dança menos e mais em caráter de roupas e acessórios, já os homens as roupas são simples e se assemelham com a dança russa, porém a dança masculina na dança húngara é mais altiva, geralmente eles batem as mãos no corpo como se deles saíssem o som percussivo, bater com a mão no peito, pernas, pés, braços e mãos diferente da dança cigana feminina os homens pulam, descem ao chão com muito estilo abrem braços e até cantam junto.

Dança Cigana Manea

Podemos chamar a dança Manea de Mahala ou Maneli, considerada uma dança Balcã com influências Turcas, vinda do Sul da Romênia.

Maneli significa comerciante de rua, para se dançar a dança cigana Maneli precisa de um lenço na cabeça, saia não rodada, camisa com gola arredondada avental drapeado com bastante roda, que as vezes este avental é confundido com uma saia devido a sua roda, utilizam sapatos para dançar, mas pode se dançar descalço, seus movimentos são mais sensuais, pois existem deslocamentos pélvicos(como encaixe e desencaixe de quadril), esta transferência sempre é marcada na dança, com estalar de dedos e batidas no quadril com a mão fechada lembrando até mesmo a dança turca, há

também movimentos delicados com a mão aberta, existem poucos giros e a mão geralmente em movimentos circulares, é uma dança que não vemos uma coreografia marcada o que tem denotação livre.

A música manea é muito tocada em restaurantes tem influência do hip hop, com músicas balcânicas e orientais, suas letras geralmente falam de amor, alcoolismo, dificuldades da vida também tem há composições para casamentos. Segue alguns cantores: Adrian Minune conhecido como menino maravilha, Florin Fermecatorul, Jean de la Craiova, Prinesa de Aur, Sorin Copilul de Aur.

Estes estilos de músicas são tocados nas rádios piratas e em pequenas rádios, em algumas tvs como ProTV, Prima TV e Antena 1, aparecem com frequência cantores de manea.

Dança Cigana Balcãs

De acordo com Maia (2013), na Península Balcânica, todas as músicas da Romênia são consideradas Balcãs, mas são diferentes Cocek ou Chocek é um dança de roda não considerada uma dança cigana, popular entre os ciganos, principalmente na região dos balcãs, ritmo preservado de gerações e preservada pelos ciganos, muito usada em casamentos e festas, dançado no compasso 9/8, pode ser dançada em grupos ou em solo com movimentos pequenos, pode ter ou não uma coreografia marcada.

O Kolo é uma dança em linha que lembra o Dabik (dança folclórica oriental Árabe). Dança da região dos balcãs, tradicional de grupo, parte superior imóvel, pode ser feita com circula fechado ou duas linhas paralelas.

As roupas femininas são bem diferentes usa -se saia ou uma calça "Aladin", uma espécie de e-charpe amarrada na cintura, blusinha um pouco mais colada e um colete, podendo usar lenço na cabeça. *A dança e bem parecida com a dança Manea, muda mais as vestimentas (SIMÕES, 2007).*

A música Balcã tem influência Turca devido a ocupação turca na região que se deu por volta de 500 anos, antigamente era tocado com uma zurca que é uma espécie de flauta de madeira hoje é substituído com saxofone/clarinetes.

Dança cigana Turca ou Roma Havasi

Para Maia (2013), a dança cigana Turca tem influência Árabe, chama se roma Havaz ou Turkish roma dance, é considerada também uma dança Balcã. Esta dança representa o cotidiano, exemplo dançar limpando casa, lavando roupa, indo para uma festa, tocando algum instrumento musical, representando algum sentimento alegria ou tristeza, sua música é 9/8, porém necessita respeitar mesmo os dois primeiros toques mais altos DUM DUM, DUM, TA, TA ,ou seja uma dança extremamente marcada, necessita o conhecimento da melodia para dança-la.

O figurino da dança turca é bem simples, saia sem roda com duas marcações, lenço de quadril amarrado na frente, pode usar um lenço de

moedas e um sem moedas juntar os dois e colocar na cintura amarrado na frente para dar ênfase ao movimento, lenço de cabelo amarrado de lado, bolero manga longa ou curta, camiseta de alcinha de algodão para não marcar, brincos maquiagem simples, no lugar da saia pode usar a calça gênio da lâmpada, a vestimenta será parecida com dança balcã, a diferença entre uma e a outra serão o uso de alguns acessórios.

Kalbelia

Rajastão fica no norte da Índia, próximo ao Paquistão é uma região desértica, a região de Japur-Capital moram mais de três milhões de habitantes, e bem abastada, faz parte do deserto de Thali. Criada pelo governante da Umer 1728, sua moeda é a Rupia Japur é considerada a cidade rosa, não necessariamente rosa, tem cor salmão e é regularmente pintada dessa cor, desde 1876 devido a um decreto do marajá Sawai Ram Singh, para receber o príncipe Albert.

Kalbelia foi considerada patrimônio desde 2010 pela UNESCO da humanidade é uma dança que lembra o movimento das serpentes, região muito conhecida pelos encantadores de serpentes que por sua vez a serpente é negra (HILKNER, 2008).

A dança Kalbelia contém uma variedade de giros as de mãos são delicadas e parecem uma serpente, os quadris se movimentam sempre para baixo, as pernas estão ligeiramente flexionadas, esta dança fascinante faz uso de cambres e quedas turcas, nesta dança não se usa snujs, e suas músicas não envolvem questões políticas ou algo do gênero.

As roupas tem tecido de fundo preto para se parecem com as serpentes do deserto em suas saias e blusas são costuradas bastante fitas coloridas, saia rodada, blusa simples, e adereços costurados como pom pom , não se usa moedas na testa, tem uma calça por baixo muitas pulseiras e para marcar o som da música nos tornozelos são amarrados os gungrus ou guizos, fazem uso de muita maquiagem, também é necessário o uso do véu, pode ser usado o pirceng indiano que vai do nariz a orelha, muitas bailarinas usam o bindi para enfeitar a testa.

O Ghoomar é outra dança cigana indiana feita por mulheres do povo nômade a diferença das roupas para Kalbélia e que o fundo dos tecidos a roupa geralmente são bem coloridas é uma dança circular, que na primavera dançam em homenagem a deusa Saravasti deusa hindu da sabedoria, é uma dança de festa a utilização do véu é bem maior, dançada geralmente em palacetes é associado a riqueza.

Ghawaze

Grande parte das pessoas que tem interesse pela cultura árabe conhecem sobre a dança ghawazee. Os ghawazee são um povo cigano que passou a morar de modo sedentário no Egito, depois de viverem como nômades por uma pequena parte da África. *A palavra ghawazee pode ser*

traduzida como “cigana” de forma literal, e como “invasoras de coração”, em sua forma poética, devido a maneira sedutora e delidada de seduzir o seu público (ALFAYA, 2016).

As mulheres normalmente são muito exóticas, mantendo os pés e as mãos pintados com hena e utilizando muitos colares, pulseiras, anéis e tornozeleiras. Muitas vezes elas dançavam em eventos como celebrações de casamentos e outras ocasiões alegres, além de lerem a sorte, realizarem partos e tocavam uma infinidade de instrumentos com o objetivo de ganharem dinheiro e sustentarem as suas famílias.

Ghawazee significa invasora de corações ou cigana, estes ciganos ficam na região da Síria, Palestina e Egito. A primeira aparição das Ghawazee foi em 1835 no Egito. Antes da invasão inglesa no Egito existiam mais ou menos sete mil ciganos, após esta invasão não ficam mais de quatrocentos. As Ghawazees dançavam na rua e com isso não tinham boa reputação devido sua exposição, elas dançavam para o povo é uma dança de resistência, mas até hoje é uma dança marginalizada infelizmente.

De acordo com Assunção (2016), as dançarinas do Ghawazee por volta de 1798, foram proibidas de se aproximarem do exército de Napoleão Bonaparte, pois esse imperador encarava a atividade delas como perigosa para os soldados, com medo de transmissão de doenças sexualmente transmissíveis. Napoleão também temia pela miscigenação racial.

Alfaya (2016, p. s/n), menciona que:

No ano seguinte, em 1799, o ditador de origem albanesa Mohammad Ali é nomeado vice-rei do Egito com o apoio das autoridades europeias e com a promessa de modernizar o país. Em 1834, por conta de pressões religiosas e políticas, Mohammad baixa um decreto que bane as ghawazee do Cairo e elas são obrigadas a migrar para a Região Sa'idi (também chamada de Alto Egito, ao sul do país). No tempo em que estiveram na região sul do Egito a cultura ghawazee, como é característico das culturas ciganas, se adaptou e incorporou a musicalidade local e é por isso que se pode ver tantas músicas para dança ghawazee com o ritmo sa'idi e dançadas com bastão ou bengala.

Posteriormente em 1866 foi revogado o decreto de banimento para as ghawazee que puderam retornar à cidade do Cairo para exercerem as suas atividades, desde que recolhessem os devidos tributos. Embora se fale muito da linhagem de Ghawazee relacionando-os a mulheres e dançarinas. Essas pessoas comuns nasceram e se criaram nas famílias Mazzin e El Ghazay. Ghawazee é uma dança alegre, espontânea, muito animada e carismática.

Normalmente marcada por movimentos amplos, ondulações de abdômen, marcações de quadril, travadas, encaixes e desencaixes de quadril,

batidas de pés, cambres e trabalhos de chão. O objetivo principal é chamar a atenção do público, e um aspecto interessante é que a dança com candelabros (Raks el Shamadam) se originou com uma ghawazee.

Alguns ritmos podem ser apreciados nas músicas próprias para dança, nas quais as principais são o maksum, o fallahi e o sa'idi, para a bailarina e escritora Márcia Dib “quando for dançar said seja mais ghawazee”, contendo força e expressão que é necessária.

Suas roupas são: saia longa levantada aos lados ou não, pode ser usada por baixo uma calça de “Aladim”, uma bata comprida com mangas, na cabeça lenço até metade da cabeça e moedas, cinturão de moedas ou outros cinturões que são de suma importância para trazer o foco para o quadril, elas não usam flores na cabeça, acessórios brincos pulseiras. Em sua dança há bastante deslocamento com muita movimentação de quadril, podem usar pandeiro egípcio.

Os snujs são instrumentos que marcam o ritmo da música, além de ser um adereço para a bailarina usar em sua performance, dançar e tocar ao mesmo tempo.

Zambra

A zambra, conhecida também como mora ou moura é uma dança flamenca, feita geralmente pelos ciganos de Granada, Espanha. Há uma possibilidade desta dança ser o resultado da evolução de antigas danças dos mouriscos ou espanhóis muçulmanos forçados a converterem-se ao cristianismo em 1502.

Conforme Bourguetti (2004, p. 131):

A zambra é a dança típica das cerimônias nupciais ciganas e nas últimas décadas foi transformada em atração turística. Os espetáculos para turistas decorrem nas cuevas (grutas, ou seja, casas escavadas nas encostas) do Sacromonte, o bairro cigano de Granada. Durante algum tempo a zambra esteve proibida em Espanha por se considerar uma dança pecadora, devido à sensualidade que envolve. Em tempos mais recentes foi adotada por dançarinas como Carmen Amaya (1917–1963),

La Chunga (n. 1938) e Pilar López Júlvez (1912–2008 e foi popularizada pela dançarina Lola Flores e pelo cantor e compositor Manolo Caracol nos anos 1940 e 1950.

Bourguetti (2004, p. 120), menciona que a “zambra é composta por três subgéneros, correspondentes às partes em que se divide o ritual nupcial originalmente associado à dança: a alboreá, a cachucha, a mosca e a zambra propriamente dita”. Assim, pode-se dizer que a zambra tem algumas semelhanças com a dança do ventre do Médio Oriente.

Esta dança é extremamente forte contém deslocamentos, há algumas ondulações e redondos da dança árabe, juntamente com a dança flamenca, batida dos pés, giros das mãos, fazem a junção e que ao final dará a zambra.

O figurino para esta dança é uma saia não necessita muita roda, camiseta, um bolero de mangas curtas ou longas, pode ser usado um xale na cintura, pode colocar cinturão de moedas para representar a parte árabe que há na música, flores na cabeça é muito bem-vindo, é necessário que se dance descalço este estilo de dança, uma vez que se dança calçado terá de seguir as normas da dança flamenca a risca.

Aos acessórios para esta dança são leque, xale, castanholas. O melhor desta dança é a sua simplicidade.

Flamenco Árabe, as músicas são de origem espanhola, com bastante acompanhamento do derbake, ou não, pode haver algumas músicas que são puramente flamencas e então a bailarina vai misturar movimentos do flamenco com a dança árabe.

Kawleya

A dança qawliya não é bem vista uma vez que as ciganas sofrem intensa discriminação e uma vez que o país tem a religião muçumana que tem muitas regras e proibições para todos. Muitos Iraquianos associam a dança com prostituição ou simplesmente pessoas desqualificadas. A dança considerada pelos Iraquianos se chama Chobi ou Dake iraquiano.

O ponto forte desta dança são os movimentos de ombro, peito e quadril, giros de cabeça, jogadas de cabelo e estalar dos dedos. Todos esses movimentos retratam muita sensualidade, por isso, as mulheres que a dançavam não eram bem vistas pela sociedade, uma vez que se expunham demais através da dança.

De acordo com Salgueiro (2012), quando o exército de Napoleão invadiu o Egito, havia ali bailarinas que dançava, qawliya, conhecidas como ghawazee.

Dança terapia e a dança cigana

A dançaterapia ela tem o espelho da dança contemporânea uma vez que a mesma não se limita ao conjunto de técnicas, então podemos colocar a dança cigana junto com a dança terapia, porque as duas tem uma relação íntima entre o eu e os movimentos, liberdade e prazer, nos tópicos anteriores vemos as mais variadas características das danças ciganas seus costumes, agora vamos colocar a dança cigana juntamente coma dança terapia, sem precisar usar tantas técnicas, mas usar a sua alegria e seus acessórios na dança terapia, por exemplo podemos usar.

DANÇA CIGANA COM XALE

Ritmos como rumbas ou danças ciganas russas podem dançar com xale (inclusive deixa-lo no chão, costumes das ciganas russas).

Uma vez que os ciganos tinham hábitos nômades, o uso dos xales era comum entre as mulheres, inclusive nas festividades. E assim o xale passou a ser incorporado como acessório na dança cigana, trazendo encanto e maturidade, trazendo em seu seio os traços de sua ancestralidade e o seu sagrado interior, possibilitando a bailarina se transformar e trazer a sua dança algo tocante e chegar mais próximo ao público, uma vez que xales também foram usados por nossas avós e trás essa lembrança boa e envolvente com seus ancestrais.

Dançar com o xale representa agradecer todas as dádivas ao criador, a sua força, o poder de ser mãe, o poder de seduzir o seu amor, e também proteção e família. É usar toda poesia, força e magia. Nunca deixe outra pessoa pegar o xale, não derrubar, pois ele é a sua essência feminina. Enfim... Dançar com o xale é agradecer, exibir e proteger suas estrelas, e podemos usar este significados tão lindos na dança terapia trazer o feminino de volta e sua alto estima para quem o manuseá-lo.

DANÇA CIGANA COM LEQUE

Na dança cigana os primeiros passos começam pela postura, caminhar, ombros, braços e giros; o leque passeia há séculos nas mãos das mulheres, mas seu uso prático pouco tem a ver com os aspectos valorizados pela cigana ao dançar. Da maneira que se abre pode representar as fases da lua e da mulher, seus reais desejos ou apenas o que quiser demonstrar; é um poderoso instrumento de limpeza energética, magia para a cura e sedução.

Sendo assim, está constantemente nas mãos espertas de uma cigana, atraindo a atenção para seu mistério e poder. O leque é mais característico nas danças kalóns (Espanha), mas pelo seu encanto as mulheres que gostam, usam sempre que podem na sua dança. Podendo usar na dançaterapia como forma de engrandecer o feminino.

DANÇA CIGANA COM LENÇO E ECHARPE

O lenço ou echarpe são encantadores segurado delicadamente nos dedos da cigana, envolvendo-a de mistério e aos poucos revelando sua beleza e poder.

Ao dançar com o lenço, seus desejos, sentimentos e sonhos são movidos pelo deslizar do lenço pelo ar, no transe da música, livre como o vento e infinito como o céu. O lenço também transforma e limpa o ambiente, pode representar pedidos ou coisas da vida que queremos mudar ao dançar. É uma das danças ciganas femininas mais belas, por isso pode ser encontrada de várias formas nas danças de todos os grupos ciganos. Representa união, casamento e amor. O lenço também é utilizado para a

prova da virgindade.

DANÇA CIGANA COM FITAS

Dançar com fitas é quase uma brincadeira de criança, alegre qualquer tipo de ambiente, festejam os nascimentos e casamentos, os movimentos das fitas rodopiantes manifestam o ritmo da vida e a alegria de fazer parte dela. As Fitas são mais utilizadas nos ritmos Rons, porém conforme o que se quer passar a dança se adéqua a qualquer ritmo alegre. Inserir as fitas na dança terapia e voltar a ser criança trazendo a inocência e a alegria ao participantes.

DANÇA COM PANDEIRO

Os sons do pandeiro, juntamente com a dança exercida por meio dele, têm um simbolismo rítmico de grande importância na vida das pessoas que buscam harmonizar o corpo e a mente. Em algumas culturas a percussão é fundamental para fazer um elo entre o homem e sua própria consciência, ou entre o homem e a divindade; devido aos movimentos cadenciados despertarem os estímulos não apenas corporais, mas também emocionais e espirituais.

DANÇA CIGANA COM ROSAS

Elemento terra. Representa o amor, a beleza, a conquista, sedução e a sensualidade. A rosa é a beleza interior e a beleza exterior. A rosa vermelha na boca que os ciganos costumam levar em suas danças – presa entre os dentes – levam para presentear a mulher que está envolvida na dança. As alianças para os ciganos são simbolizadas por duas rosas vermelhas, em seus casamentos.

Rosa: Representa conquista, sedução, amor, com essa representatividade podemos deixar a dançaterapia além de mais cheirosa, podemos fazer com que além de dançarmos com as rosas podemos entregar e receber rosas ao mesmo tempo transformando a dança o ato de dar e receber sem a mentalidade de dizer que a rosa que estou dançando é apenas minha.

OUTROS ELEMENTOS E ACESSÓRIOS USADOS NA DANÇA CIGANA.

Saia: Representa toda a força cigana, a sedução, respeito e alegria e quanto mais rodada a saia, maior é a sua força. Bater a saia é limpar, ordenar ou mesmo harmonizar as energias que estão equilibradas. A saia guarda o nosso útero que ser mãe é uma dádiva divina dançar balançando a saia traz não apenas a terapia para dança mas também seus sentimentos infantis a tona.

Pulseiras: Representa o poder material que a cigana tem.
Cestas de flores, frutas e pães: Oferendas e presentes.
Castanholas e snujs: Ritmo e musicalidade.

Segundo Strazzacappa (2011, p.5), “a dança é a arte do espetáculo vivo”. Para se apreciar a dança é necessária uma familiarização com o universo da dança, com seus símbolos, seus códigos implícitos em cada linha de dança e, para isso acontecer, por sua vez, torna-se basilar que haja certa frequência de contato que trará aos indivíduos a aproximação com suas linguagens específicas e expressivas de movimento.

Desse modo podemos e devemos colocar a dança cigana com a dança terapia pior que dela podemos tirar proveito do seu melhor e assim melhor quem necessita dela sem distinção de idade credo, ou religião, aliança da dança cigana com movimentos terapêuticos trás a força, leveza e clareza.

A dança como atividade física melhora a disposição para as atividades do dia-a-dia podendo proporcionar ao indivíduo que a pratica, força muscular, estética corporal e autoestima, através dos movimentos realizados pela atividade. (HASS e GARCIA, 2006).

Dentro da dança cigana encontram-se inúmeros benefícios, que podem ser sentidos logo no início da dança, A saúde é o nosso mais completo bem-estar seja mental, físico ou social (VILARTA e GONÇALVES, 2004).

Podemos mencionar os seguintes benefícios:

Alinhamento postural- é primordial para ter uma boa experiência, a dança em geral nos cobra postura para a realização dos movimentos de maneira sincronizada e correta.

Percepção e Ritmo-Deve sempre se atentar ao ritmo e melodia da música, normalmente são músicas carregadas de boas energias. É importante se atentar ao ritmo para ter um melhor aproveitamento na execução dos passos.

Boas energias-Como já dito anteriormente, as boas energias presentes em uma apresentação de dança cigana, carregada de alegria e felicidade.

É claro que cada corpo possui suas particularidades e restrições, a dança cigana proporciona uma experiência para todos os tipos de corpos, idades e gostos.

Interação social-Existe uma grande interação entre os alunos da dança, onde os mesmos se ajudam nos passos e até mesmo dançam de maneira conjunta.

Fazendo assim da dança cigana uma possibilidade de interação entre diversas pessoas.

Melhora a concentração - A concentração dos integrantes conseqüentemente passa por uma melhora, visto que é necessário concentrar para a realização correta dos movimentos passados. Com isso, a concentração dos participantes é melhorada.

Ajuda a emagrecer - Dançar é sem sombra de dúvidas uma grande

forma de perder calorias, é estimado que aproximadamente gasto calórico de 600 calorias em 1 hora de dança.

A dança com certeza é uma excelente maneira de perder peso e até mesmo definir músculos por todo o corpo.

Amplia a criatividade - A criatividade dos participantes é sempre estimulada nas danças terapêuticas e danças ciganas, como forma de sair da mesmice e colocar algo autoral em seus movimentos

De forma que os alunos devem improvisar em alguns momentos, tendo liberdade na execução dos movimentos, fazendo assim com que a criatividade dos integrantes prevaleça.

Aumenta a coordenação motora - A coordenação motora dos integrantes também é sempre testada e estimulada durante os movimentos que devem ser realizados, é necessário equilíbrio e coordenação.

Mas não se preocupe, são duas coisas que são estimuladas com a prática constante.

Enaltece a feminilidade - Com toda certeza é uma dança que enaltece a feminilidade da mulher.

Onde os adornos e cores, seguidos de passos que enaltecem o corpo e a feminilidade das praticantes da dança cigana. A figura feminina é enaltecida e vista com admiração por aqueles que assistem o espetáculo.

Proporciona desenvoltura - A desenvoltura dos participantes claramente é melhorada, as pessoas vão se tornando mais desinibidas e desenvoltas. Onde melhoram a performance ao lado de outras com naturalidade.

É importante ressaltar que pessoas com maior timidez utilizam da dança para perder um pouco do receio ao público e afins.

A dança é uma expressão genuína de sentimentos, costumes, artística dentre outras. Szuster (2011) ainda assegura que a dança é um tipo de atividade física que permite ao indivíduo melhorar sua função física, sua saúde e seu bem-estar.

Bailando segundo as batidas do coração envolvendo nos com o corpo, alma na dança conquistando a tão sonhada liberdade interior.

Transmitindo a dança de um povo através da liberdade, alegria e tradição: é considerada uma dança étnica. Absorve influências de diversos países, agregando a cultura local, com utilização de vários instrumentos e acessórios. Rica em seu repertório musical e mescla cultural, sua movimentação corporal vai depender da região e do clã de origem.

CONSIDERAÇÕES FINAIS

O desenvolvimento do presente estudo possibilitou uma análise de como é uma vida cigana, que muitas vezes enfrentam muitos preconceitos, e necessitam por questões de sobrevivência negar a sua ancestralidade para viver em paz. Além disso, também permitiu uma pesquisa de campo para obter dados mais consistentes formas de dançar e respeitar o povo cigano, uma vez que está dentro de uma cultura e quer dar aulas nada melhor que

estudar para que dessa forma não envergonhe um povo e que é necessário estudar e se aprofundar ainda mais uma vez que quase não temos vestígios históricos escritos e sim falados por ciganos .

Ao estudar com mais profundidade das danças ciganas vemos que há muito que aprender que sempre encontramos formas para um novo aprendizado, quando ouvimos as músicas Turcas, Balcãs e do sul do Romênia por exemplo verificamos que há muitas semelhanças, mas que encontramos em pequenos detalhes suas diferenças, isso fortalece e enriquece os nossos estudos.

Dada à importância do assunto, tornou se mais importante escolher o tema a ser desenvolvido que através do tema Raqs el Qwaliya pude perceber o quanto é forte a dança cigana mesmo que vista por muitos como uma dança com mulheres fáceis podemos ver a garra e a determinação que esta dança predomina, que mostrar que através de muito pouco ou de nada ainda encontram forças para dançar, digo que uma vez o Iraque é um país que não tem uma evolução política e

também sofre com o terrorismo. Uma outra parte que vale a pena ser contada que a dança livre também nos dá passagem para abrimos e mostrar o que somos capazes de fazer de forma e aprendemos a nos descobrir e ainda mais colocar em prática aquilo que desejamos e colocamos em prática.

Podemos usar a dança cigana na terapia uma vez que ambas estão conectadas no ser humano, tanto no sagrado feminino quanto na força do masculino, revelando o nosso ser divino na mais completa perfeição.

Liberta-nos do medo, ensina a valorizar o corpo e sentir prazer em nossa totalidade, coma dança podemos trabalhar com os acessórios usados dentro da dança cigana e conectarmos com o nosso verdadeiro sagrado.

Nesse sentido, as aulas além de mostrar essa cultura tão rico nos proporcionou o encontro de nós mesmas e através disso que somos capazes de fazermos mais e estudar ainda mais para uma dança com emoção e com princípios de estudo”

Mas cabe colocar que o povo cigano prioriza a inteligência, que ensina a força interior que tem dentro de si; são a luz, inspiração, energia e amor. Povo que aprende desde cedo os dons mágicos das palavras e do respeito, é místico, alegre, íntegro e, sobretudo fiel às suas tradições, com fortes pontos em comum entre todas as partes do mundo.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ALFAYA, N. **Ghawazee**: o povo, a dançarina e a dança. Disponível em: <https://www.revistaprosaveroearte.com/ghawazee-o-povo-a-dancarina-e-a-danca-nati-alfaya/> Acesso em: 19/04/2019.

ASSUNÇÃO, N. M. R. G. Entre Ghawazee, Awalim e Khawals: Viajantes inglesas da Era Vitoriana e a “Dança do Ventre”. **Dissertação de mestrado**.

Universidade Federal do Rio Grande do Sul (UFRGS). 2016.

BORGUETTI, Cadica. **RESGATE DA IDENTIDADE DA DANÇA FLAMENCA**, 2004.

Monografia (Curso de Especialização em Dança) Faculdade de Educação Física e Ciências do Desporto- Puc/RS.

CASERTA, R. A. N. **Expressividade e energia vital na dança Flamenca**. Campinas: Unesp, 2008.

EL CAMERINO. **Show de dança catalana**. Disponível em: <<http://www.elcamerino.net/news/2014/10/7/more-news>> Acesso em 11 de fev. de 2019.

HILKNER, R. R. **Ciganos**: Peregrinos do Tempo. Campinas: Unicamp, 2008.

MAIA, S. B. **A dança cigana como prática artística e pedagógica**. Natal: UFRN, 2013.

Moya Leisi Fernanda (Autor) **Danças circulares sagradas**: a sobrevivência das danças circulares a partir da imagem do corpo-dançante e o trabalho de Bernhard e Maria Gabriela Appris Editora; 1ª edição (31 março 2021)

NAPOLITANO, M. **História e música**: História cultural da música popular. Belor Horizonte: Autêntica, 2002.

NICOLAY, Ricardo. **Representação e memória do fado e do samba no cotidiano da cidade**. Revista do CFCH (Centro de Filosofia e Ciências Humanas da Universidade Federal do Rio de Janeiro), Rio de Janeiro, v. 2, p. 120-140, jul.-dez. 2010.

NUT, M. kawliyakawleeya. Disponível em: <<http://marcia-nut.blogspot.com/2016/09/danca-iraquiana-kawliya.html>> Acesso em 15 de jul. 2019.

SAADAWI, N. E. **A face oculta de Eva**: as mulheres do mundo árabe. São Paulo: Global, 2002.

SARRÁ, D. S. **El rumb de la rumba**. São Paulo: Didac, 2013.

SALGUEIRO, R. R. **Um longo arabesco**: corpo, subjetividade e transnacionalismo a partir da dança do ventre. Brasília: UB, 2012.

SIMÕES, S. R. F. **Educação Cigana**: Entre lugares, escolas e comunidade étnica. Florianópolis: UFSC, 2007.

SOARES, A. C. M. **Raqs el Jaci**. (Dança de Jaci). Porto Alegre: UFRGS, 2014. THEODORO, Helena. Rainha dos tempos e das tempestades. Pallas, 2009.

STRAZZACAPPA, Márcia. Dança: um outro aspecto da/na formação dos indivíduos. A dimensão na formação e atuação docente. UNICAMP. Disponível em: http://30reuniao.anped.org.br/sesoes_especiais/sessaoespecialmarciastrazzacappa-int.pdf. Acesso em: 23 dez 2021

.HASS, Aline Nogueira e GARCIA, Ângela. **Ritmo e dança**. Canoas. Ed. ULBRA, 2006.

SZUSTER. **Estudo qualitativo sobre a dança como atividade física em mulheres acima 50 anos**.69 f. (Monografia de Bacharel em Educação Física)Porto Alegre - RS.2011. Disponível em:<www.lume.ufrgs.br/distraem/handle.> Acessoem: 23 de Novembro de 2020.

XAVIER, C. N. **5,6,7.do oito ao infinito: por uma dança sem ventre, performática, híbrida e impertinente**. Brasília, UB, 2006.

ZANIN, F. C. **Aspectos gerais da música flamenca**. Dissertação de mestrado, Curso de Musicologia, Departamento de Música da Escola de Comunicação e Artes da Universidade de São Paulo, 2005.