



TCC/UNICAMP
B452d
1350 FEF/45

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
FACULDADE DE EDUCAÇÃO FÍSICA



**DANÇA DO VENTRE NA FEF:
CONHECIMENTOS ENVOLVIDOS E DESENVOLVIDOS NESTA
ATIVIDADE DE EXTENSÃO**

ERIKA BERGAMO

Campinas
2003

ERIKA BERGAMO

**DANÇA DO VENTRE NA FEF:
Conhecimentos Envolvidos e Desenvolvidos nesta Atividade de
Extensão**

Esta monografia é um trabalho de final de curso, feita sob orientação do Prof. Dr. Adilson Nascimento de Jesus, tida como requisito parcial para a conclusão do curso de graduação em Educação Física na modalidade “Licenciatura” da Faculdade de Educação Física da Universidade Estadual de Campinas

Campinas – 2003



AGRADECIMENTOS

Foram muitos os seres iluminados que fizeram destes meus anos na graduação fundamentais em minha vida. Por isso agradeço de todo coração todos os professores que de uma forma ou de outra passaram por minha vida acadêmica deixando sementes de conhecimento e valores humanos.

Ao Prof. Dr. Jorge Sergio Pérez Gallardo, por ter sido meu grande incentivador em começar minha atuação como professora desta dança.

Ao Prof. Dr. Adilson Nascimento de Jesus, por toda paciência e compreensão no desenvolvimento deste trabalho e por toda luz com que tocou minha formação como professora e bailarina.

Às minhas professoras de dança do ventre: Mariela Maia, Renata Serpa, Lulu Sabongi e Soraia Zaied, por todo conhecimento e por despertar tanta paixão em relação a esta arte.

A todas minhas alunas, sem as quais este trabalho não teria o mesmo brilho.

Às monitoras que me auxiliaram e trabalharam comigo: Claudia Trevisan e Daniele de Camargo, por todo apoio e carinho.

Às minhas alunas Ednéa e Carol por me auxiliarem nas correções e traduções.

A Asma, Muftah e Hadi, por me ajudarem nesta tarefa tão árdua que é aprender a língua árabe e traduzir as músicas.

Aos meus avós por todo amor e auxílio para que eu conseguisse cursar a universidade e a meus pais por toda dedicação e compreensão.

Ao Seysey, grande amor da minha vida, por todo apoio e por ser meu maior incentivador neste caminho.

RESUMO

Um dos objetivos deste trabalho é trazer para o âmbito acadêmico os conhecimentos envolvidos no tema dança do ventre, através de pesquisa bibliográfica: sua história, o que ela é e representa no mundo árabe, bem como os benefícios decorrentes de sua prática. Sobretudo a fim de desfazer preconceitos que cercam sua imagem e mostrá-la como uma arte que a milhares de anos faz parte da cultura corporal da mulher árabe, e não apenas como um modismo ou uma dança de sedução como é vista por muitas pessoas.

O outro objetivo é relatar as experiências de ensino utilizadas nas turmas iniciantes da atividade de extensão dança do ventre da FEF de 2000 a 2002, período em que estive como monitora responsável. Foram três anos, onde várias possibilidades foram experimentadas, conteúdos aprendidos na graduação foram aplicados e muito foi desenvolvido a partir de minha própria experiência.

Neste trabalho não farei uma proposta metodológica, nem receitarei uma fórmula para ensinar esta dança, sobretudo porque quando trabalhamos com arte estamos em um universo não linear em que o inesperado e o diferente estão muito presentes. Mas nele citarei todos os caminhos , experiências e considerações que acreditamos serem válidos e eficazes na prática de ensino desta dança.

RESUMEN

Uno de los objetivos de este trabajo es traer para el ambiente académico los conocimientos relacionados con el tema danza del vientre, a través de investigación bibliográfica: su historia , lo que esta es y representa en el mundo árabe, así como los beneficios derivados de su práctica. Sobre todo con la finalidad de deshacer prejuicios que rodean su imagen y mostrarla como un arte que hace millares de años forma parte de la cultura corporal de la mujer árabe , y no apenas como un modismo o una danza de seducción, como es vista por muchas personas.

El otro objetivo es relatar las experiencias de enseñamientos utilizadas en los grupos iniciantes de la actividad de extensión danza del vientre de la FEF de 2000 a 2002, periodo en que estuve como profesora responsable. Fueron tres años en donde se experimentaron varias posibilidades , se aplicaron contenidos aprendidos en la graduación y mucho lo desarrollé a partir de mi propia experiencia.

En este trabajo no haré una propuesta metodológica, ni tampoco recetaré una fórmula para enseñar esta danza, principalmente porque cuando trabajamos con arte estamos en un universo no lineal en que lo inesperado y lo diferente están muy presentes. Pero en él citaré todos los caminos, experiencias y consideraciones que creemos que son válidos y eficaces en la práctica del enseñanza de esta danza.

SUMÁRIO

INTRODUÇÃO.....	01
CAP. I	06
Origem e Construção Histórica da Dança do Ventre.	
De dança sagrada à dança profana.....	13
CAP. II	20
Características Gerais e Específicas da Dança do Ventre	
Formas de dança que normalmente compõe o show de dança do ventre.....	29
Relação da dança do ventre com o islamismo.....	34
Os benefícios da dança do ventre citados por autores e alunas.....	37
CAP. III.....	42
Atividade de Extensão Dança do Ventre da FEF: Processo de Trabalho de Ensino.	
O início – Primeiras imagens.....	45
Primeiros movimentos – Primeiras viagens.....	53
CONSIDERAÇÕES FINAIS.....	66
LISTA DE FIGURAS	69
REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS.....	71



Fig. 1 Léon Belly, Mulheres da zona rural na margem do Nilo, 1863

"O deserto é o personagem. Tem olhos que nos espiam, mas nós não o vemos, apenas sentimos sua presença misteriosa e inatingível, como o horizonte que se furta ao olhar. Ou a página branca à espera de uma letra que a redima. Nele não se encontram respostas, só perguntas. "O deserto é o começo da vida", vem escrito. Para compreendê-lo, o leitor não precisa de manuais geográficos ou históricos, mas precisa — sem o que, não há viagem — de instinto poético, que lhe abrirá as portas de um mundo primordial e mágico, tanto mais mágico quanto mais infenso a definições e certezas. Viaja-se sem pontos de apoio, só com a bússola invisível da intuição, do Saara dos berberes até os mistérios do deserto-fron-teira de mundos e mundividades, entre o Ocidente e o Oriente."

Marco Lucchesi

CAPÍTULO I

Origem e Construção Histórica da Dança do Ventre

“ ...dançando com movimentos eróticos, que ensinuavam a fecundação no ambiente de alegria e com prazer, estas jovens de seis mil anos atrás realizavam seu treino físico e psicológico para o desempenho de suas funções sexuais e maternas. O cheiro dos incensos, o ritmos acelerado dos tambores e a exuberância do movimentos são estímulos fisiopsíquicos intensos que podem levar a um estado de transe.”⁵

É muito difícil precisar quando e onde nasceu especificamente esta dança. Há muita controvérsia entre os estudiosos, muitos dados sem comprovação e muitas informações diferentes. Alguns fatores colaboram para que seja muito complexo o estudo de suas origens:

1. A região onde estão os países árabes passou pelas mãos de vários povos durante toda a história, muitas culturas influenciaram os costumes, as danças, a língua, etc. Vários tipos de religiões e cultos estiveram presentes, muitas brigas religiosas fizeram com que evidências fossem destruídas, danças e cultos proibidos. Enfim, se já é difícil para os

⁵PENNA, Lucy . **Dance e Recreio o Mundo**. São Paulo: Summus, 1993, p.87.

estudiosos pesquisarem manifestações mais evidentes nesta região imagine então a dança que possui poucos relatos históricos.

2. Os historiadores se preocuparam muito pouco com a história do movimento, nos relatos históricos fala-se muito sobre política, religião, classe social, economia e muito pouco (quase nada) sobre a dança e a música. Quando falam sobre arte, logo se referem às pinturas e a arquitetura, até mesmo o teatro é esquecido.
3. Pouca bibliografia sobre o assunto e dificuldade dos estudiosos de entrarem em contato com bibliografias em língua árabe.
4. Sabemos que a dança em si é algo que mexe com o imaginário das pessoas, quando falamos em dança do ventre, logo tendem a fantasiar influenciadas pela a imagem de exotismo oriental passado pelos conquistadores europeus. Este exotismo que tanto encantou os escritores do romantismo europeu, os companheiros de Napoleão em suas viagens em busca de conquistas pelo oriente, enfim muitos escritores de certa forma encantados pela fantasia acabaram acrescentando muito da imaginação na história sem comprovações. Criando muitas vezes quase que uma histeria coletiva a respeito do tema.

Na verdade precisamos tomar muitos cuidados quando trabalhamos com este tema, acredito que os pesquisadores da área deveriam seguir os conselhos de Bourcier⁶

“A regra essencial é, portanto, examinar bem os documentos, não ir além das constatações evidentes e não ceder à tentação de imaginar sistemas de ritos mágicos, como se faz com muita frequência”.

Desta forma iremos relatar inicialmente o que alguns autores da história da dança em geral tem para nos mostrar:

Grande parte dos estudiosos acreditam que a dança do ventre tenha surgido no Egito, pois é atualmente a sede maior desta manifestação cultural, onde existe o maior número de bailarinas, onde brilharam as maiores estrelas desta dança e onde se cultiva com mais intensidade a presença das bailarinas em ocasiões festivas. Como dissemos a grande dificuldade está em identificar especificamente como esta dança evoluiu através dos tempos e as influências que os vários povos que habitaram a região egípcia tiveram sobre a dança.

Sobre a história da dança no Egito Bourcier⁷ nos diz que:

No decorrer de sua longa história, da época neolítica até o ano 30 antes de nossa era, o Egito praticou amplamente a dança, na forma de dança sagrada, depois de dança litúrgica — principalmente liturgia funerária e, enfim, de dança de recreação.

⁶ BOURCIER, Paul. **História da Dança no Ocidente**. São Paulo: Martins Fontes, 1987, p.3.

⁷ Ibid., p. 14.

Segundo o autor, os arqueólogos encontraram muitas representações coreográficas que retratavam dançarinas e dançarinos aparentemente especializados, dançando em rituais fúnebres. Os baixos relevos dos templos de Luqsor mostram sacerdotisas - dançarinas que se apresentavam nuas em homenagem ao deus Amon. Algumas figuras ainda sugerem rituais de fecundidade.

Ele ainda nos afirma que existem muitos documentos iconográficos a respeito da dança do Egito antigo, mas estão dispersos nos templos e mal classificados nos museus, o que dificulta a ação dos pesquisadores da orquestração egípcia. Bourcier⁸ ainda tece um brilhante comentário:

“Um estudo sério sobre a dança no Egito ainda está por ser feito; exigiria, com certeza, trabalhos interdisciplinares; mas poderia trazer novas noções sobre a cultura egípcia e suas relações com as culturas vizinhas.”

O pesquisador egípcio Mohamed⁹ diz que alguns estudiosos acreditam que a dança feminina egípcia tenha surgido antes do período faraônico, porém a grande maioria deles acreditam que ela tenha surgido na época dos faraós baseando-se em desenhos e em baixos relevos esculpidos nas paredes dos templos. Outra observação exposta pelo autor é o fato de que podemos ver nas figuras e baixos relevos, que a mulher do Egito antigo usava muitos adornos,

⁸ BOURCIER, op. cit., p.16.

⁹ MOHAMED, Shokry. **La Danza Mágica Del Vientre**. Madrid: Mandala, 1994, passim.

jóias, pinturas fortes nos olhos, o uso de perfumes e incensos, estas características são ostentadas até hoje pela bailarina de dança do ventre.

Um consenso entre os pesquisadores é de que esta dança tenha surgido de rituais sagrados em homenagem a deusas e deuses ligados a fertilidade e ao amor. Qualls-Corbett¹⁰ relata em sua obra danças de fertilidade em homenagem à deusas:

“No Egito, as deusas Hathor¹¹ e Bastet eram adoradas como deusas da fertilidade. Frequentemente são representadas nuas, acompanhadas por um coro de mulheres dançantes”.

Buonaventura¹² também faz menção a esta manifestação:

No Egito, onde as Deusas Hathor e Bastet eram adoradas pelos seus poderes de fertilidade, um grande número de mulheres participavam de seus festivais, onde elas dançavam, cantavam e se ofereciam para homens a serviço da divindade.

Portinari¹³ também sugere que as raízes da dança egípcia estão bem atreladas a deusa Hathor e também a um deus- anão conhecido por Bes.

No Egito, bem como em outras antigas civilizações, a dança tinha um caráter sagrado. Sua invenção era atribuída a Bes, um deus-anão originário da Núbia, que usava pele de leopardo, protegia contra a feitiçaria e favorecia um parto rápido. Mas a patrona da dança era Hathor, deusa-mãe representada por uma vaca que carregava o disco solar entre os chifres.

¹⁰ QUALLS-CORBETT, Nancy. **A Prostituta Sagrada: A Face Eterna do Feminino**. São Paulo: Paulus, 1990, p.45.

¹¹ Hathor é, junto a Isis, a mais venerada das deusas. Distribuidora de alegria, é a "dama da embriaguez" em honra de quem bebe vinho e toca música é deusa das mulheres, do amor da dança e da música.

¹² BUONAVENTURA, Wendy. **Serpent of the Nile: Women and Dance in the Arab World**. New York: Interlink Publishing Group, 1998, p. 32.

¹³ PORTINARI, Maribel. **História da Dança**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1989, p. 20.

Outros estudiosos não se apegam especificamente ao Egito, acreditando que esta dança tenha surgido na região da Mesopotâmia, onde o culto das divindades femininas teve maior destaque e onde documentos comprovam a existência de danças pélvicas e rituais de fertilidade em homenagem a divindades femininas ligadas a colheita.

Penna¹⁴ nos dá a seguinte hipótese para a origem da dança do ventre:

O que chamamos hoje de dança do ventre é proveniente de um ritual sagrado anterior à mais antiga civilização reconhecida historicamente, a dos sumérios. Está ligada aos ritos de fertilização em honra das divindades femininas que protegiam as águas, as terras, as mães e seus filhos. Todas as criaturas eram consideradas filhos da Deusa, louvada em ritos em que as mulheres dançavam procurando receber a força da Grande Mãe.

Em uma época em que cantar, dançar e rezar não eram atividades separadas, Penna nos afirma que a dança também era um “exercício” de preparação das moças para o parto, uma vez que naquela época não se tinham recursos eficientes para realização de partos difíceis. Nestes tempos todo cuidado era pouco.

Quanto as controvérsias em relação a origem desta dança, acredito que seja muito difícil precisar com certeza, pois nas regiões do oriente médio e norte da África encontramos danças muito parecidas, ou seja, na maioria dos países de cultura árabe encontramos as mulheres dançando com movimentos

¹⁴ PENNA, Lucy, op. cit., passim.

da chamada dança do ventre. Sem dúvida esta dança teve sua origem através de danças pélvicas em rituais de fertilidade, mas sabemos que em várias partes do mundo podemos observar esta mesma característica na origem de outras danças e acredita-se que na maioria delas.

A certeza que podemos ter é que nos genes desta dança o sagrado não se apaga, pois lá estão inscritas as bênçãos de Hathor, Bes, Bastet e todos os deuses do Nilo e da Mesopotâmia.

*Nos primitivos rituais de fertilidade nasceu uma dança que sobrevive até hoje, a dança do ventre. Com seus movimentos sinuosos, ela reproduz o ato sexual. No livro *The White Goddess*, Robert Graves a inclui como uma das principais manifestações no culto da deusa-mãe. Por seu lado Havelock Ellis em *Dance of Life* analisou-a em relação ao matriarcado: teria sido, no início, um cerimonial secreto do qual os homens eram banidos.*¹⁵

As danças de fertilidade existiram nos primórdios da maioria dos povos, fizeram parte da evolução da sociedade. Desta forma, acreditamos que a dança do ventre seja originária dos países onde a cultura árabe se instalou, seja na Mesopotâmia, seja no Egito, as ondas migratórias e as várias invasões estrangeiras na região, nos torna quase impossível saber ao certo esta origem. O que podemos afirmar é que com certeza houve um grande intercâmbio entre as culturas da região, o que contribuiu para o enriquecimento desta dança que apesar de ser profana atualmente, ainda traz vestígios da época em que era oferenda aos deuses.

¹⁵ PORTINARI, op. cit, p. 18.



Fig. 4 Edouard Richter, Bailarina Oriental

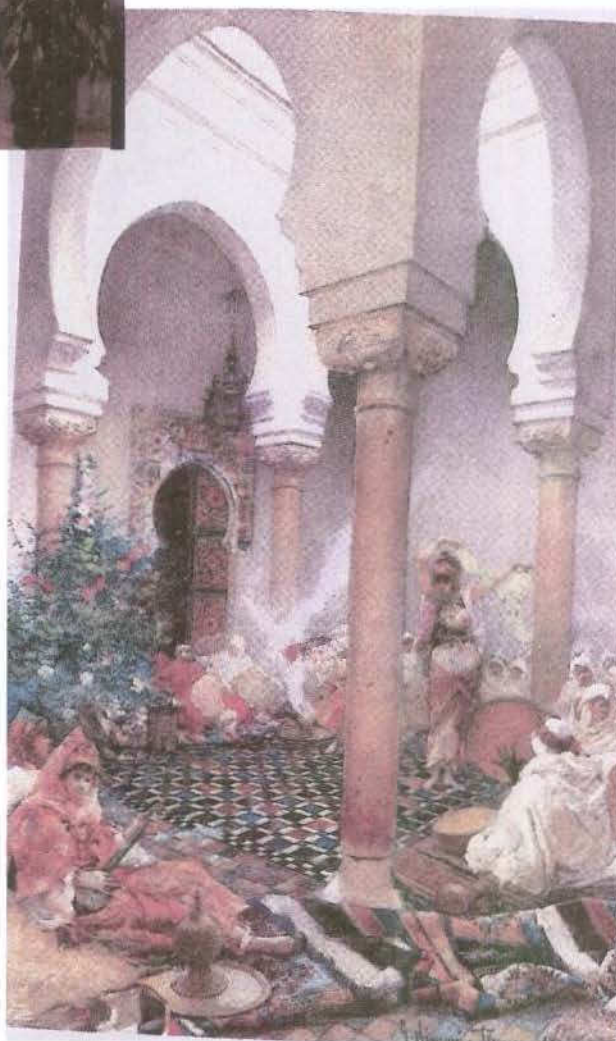


Fig. 5 Gustavo Simoni, Bailarina dançando em um harém

De dança sagrada a dança profana

Vimos que os pesquisadores da área concordam que a dança do ventre originou-se de rituais sagrados. Mas como que ela perdeu esta característica?

Para falarmos sobre isso precisamos recorrer á história dos povos do oriente médio e norte da África. Já foi dito o quanto é difícil saber sobre os primórdios desta dança, uma vez que até a história geral desta região é bem complexa . Segundo Lewis¹⁶ na época anterior ao cristianismo tudo ainda é muito confuso:

O mapa político da região, tanto em sua forma aparente quanto nas realidades que representava , era muito diferente da atual. Os nomes dos países nem eram os mesmos, nem tão pouco as extensões territoriais que designavam . A maioria dos povos que neles viviam na época falava línguas diferentes e professava religiões diferentes das que conhecemos hoje.

Lewis¹⁷ ainda afirma que muitos deuses, aos poucos foram morrendo ou sendo substituídos por outros, graças ao longo período de conquistas, invasões e migrações na região. Este quadro foi ainda agravado pelo impacto das culturas helenística e romana que deram origem a um sincretismo

¹⁶ LEWIS, Bernard. **O Oriente Médio: Do Advento do Cristianismo aos Dias de Hoje**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar.,1996, p.33.

¹⁷ Ibid. , p 37.

religioso e a novas formas de crença. Sobre a passagem para o monoteísmo o autor¹⁸ ainda cita:

Em um tempo relativamente curto, um período medido em séculos, e não em milênios, todos esses deuses e cultos antigos foram abandonados ou suplantados, substituídos por duas religiões mundiais monoteísta, novas e rivais, que surgiam sucessivamente na região, o cristianismo e o islamismo.

E como ficou a dança neste contexto?

Acreditam os principais autores que o caráter sagrado da dança foi aos poucos saindo dos templos para as casas e festas. Neste momento então sublimava-se a oração e a dança ganhava caráter festivo ou de exibicionismo. Como sabemos algumas danças e os rituais sagrados foram sendo proibidos em várias partes do mundo, nos países cristãos pela igreja católica e nos islâmicos pelas autoridades religiosas e políticas. Buonaventura¹⁹ afirma que em muitos lugares as mulheres ainda continuavam a adorar suas deusas em segredo e apesar da masculinização das divindades femininas ainda encontramos vestígios do antigo culto no cristianismo onde se venera Maria e no islamismo através da Kaaba que simboliza uma antiga deusa da Arábia. As novas religiões foram agregando aspectos pagãos, absorvendo as festividades e também as danças, subtraindo o caráter pagão e incorporando as novas crenças.

¹⁸ Op. cit., loc. cit.

¹⁹ BUONAVENTURA, op.cit., p. 33.

Buonaventura²⁰ ainda continua dizendo que neste momento substituiu-se uma cultura maternal onde a mulher tinha um imenso poder, por uma paternal onde a mulher é vista como ameaça pelos seus poderes de sedução e maternidade e onde o sexo passa a ser algo impuro.

Buonaventura e Mohamed²¹ citam as ciganas Egípcias: As *gawazi*²² como peças fundamentais na disseminação da dança do ventre. Elas viviam em uma sociedade a parte e não eram tão atingidas com o puritanismo que se instalou a partir das religiões monoteístas. A família apoiava a carreira artística e a dança fazia parte de suas vidas. Segundo Mohamed muitas *gawazi* além de dedicar-se a dança e ao canto também faziam previsão do futuro através de conchas e areia, faziam tatuagens, circuncisões, tocavam instrumentos diversos, animavam festas, acompanhavam casamentos e recitavam poemas. Elas se situavam principalmente na região do Cairo e Alexandria.

Hoje em dia ainda existem *gawazi* no Egito, podemos presenciar uma apresentação no Festival do Cairo de 2001. A dança destas mulheres se caracteriza por movimentos complexos de quadril, pés inteiros no chão, joelhos quase flexionados, suas roupas são muito enfeitadas com cores e

²⁰ Ibid. , p.37

²¹ MOHAMED, op. cit., p.55.

²² O termo *gawazi* hoje em dia também é usado para bailarinas profissionais o singular de *gawazi* é *ghazia*.

brilhos. Outra característica é o uso de muitas jóias, com predominância para as moedas, elas também usam contorno forte de lápis nos olhos.

Descrições sobre esta dança executada pelas mulheres nos países árabes são raras em livros e documentos no período anterior a séc XVIII . Descrições de bailarinas começam aparecer através de poetas e escritores do império romano, esta dança deixava os romanos encantados e seduzidos. Buonaventura²³ nos mostra um contrato feito de um empregador a uma bailarina no final do século I onde se trata o valor em moedas que a bailarina deveria receber, nos dando os primeiros indícios de dança como profissão remunerada.

Mas foi com Napoleão que surgiu o grande interesse do ocidente por estas mulheres tidas como misteriosas que dançavam de maneira sinuosa e sedutora, por volta de 1798 ele começou fazer expedições ao Egito em busca de conquistas. Levando com ele tropas de soldados e artistas como pintores e poetas, ele queria levar o máximo de informações e posses para o ocidente, mas só uma coisa encantou mais os franceses que as pirâmides: as mulheres que dançavam.

Elas inspiraram vários autores do romantismo europeu e também as tendências e modas do início do séc XIX. Muitos artistas e escritores da Europa passaram a se interessar pelo oriente e começaram a viajar pelos

²³ BUONAVENTURA, op. cit. , p. 44.

países do norte da África e Oriente Médio, dando origem ao movimento de arte chamado orientalismo. Os Artistas orientalistas retratavam as paisagens e as pessoas, mas a mulher e em especial a figura da dançarina estão muito presentes neste movimento. Muitos escritores se referiam as dançarinas com certo grau de preconceito, julgando-as vulgares, mas mesmo assim ainda não deixavam de se enfeitiçar por sua arte.

O impacto das dançarinas sobre os soldados de Napoleão foi tão grande que segundo Buonaventura²⁴ os generais do exercito francês mandaram decapitar e prender várias bailarinas, acusando-as de criar agitação entre os guerreiros. Mas a dança do ventre correu o risco de se extinguir no Egito quando em 1834 o governante Mohamed Ali as expulsou do Cairo, exilando-as nas cidades de Esna, Assouan e Keneh. A autora ainda relata:

“ Todas as mulheres que desafiavam ou quebravam o exílio estavam passíveis de receber 50 chibatadas na primeira infração e condenadas a trabalho forçado por qualquer outra infração à lei subsequente. ”

Sobre esta mesma passagem Hanna²⁵ também acrescenta: *“ O soberano Mohamed Ali, com o interesse de modernizar o país, decidiu que a conhecida dança do ventre não acentuava a dignidade de nova nação ocidentalizada. Por isso ele proscreeu a gawazee em três cidades. ”*

Esta proibição só foi suspensa por volta de 1866, quando as Bailarinas puderam voltar ao Cairo. Durante este período de proibição muitas bailarinas encontravam um jeito de desenvolver sua arte escondidas, muitos estrangeiros

²⁴ BUONAVENTURA, op.cit.,p.60.

²⁵ HANNA, Judith Lynne. **Dança, Sexo e Gênero**. Rio de Janeiro: Rocco, 1999, p 105.

pagavam caro para poder ver a arte proibida. Com a falta das bailarinas muitos homens começaram a se vestir de mulher e dançar para animar as festas.

Outro presidente egípcio que tentou abafar a dança do ventre foi Gamal Abdel Nasser que governou de 1956 a 1970, segundo Hanna²⁶ ele proibiu apresentações em que a bailarina mostrasse o ventre e parte do busto e que fizessem movimentos com conotação sexual, afim de restaurar a respeitabilidade . Apesar desta lei ter sido revogada em 1966, até hoje podemos observar que a maioria das bailarinas egípcias se apresentam com o ventre coberto por telas finas, afim de não causarem problemas com as autoridades.

Sobre o início do séc XX, Mohamed²⁷ nos aponta o grande avanço que ocorreu na dança egípcia, várias bailarinas famosas começaram a formar grupos e movimentar as noites do Cairo, principalmente em teatros dos novos centros urbanos. Ele ainda cita que eram de bailarinas os teatros mais famosos, onde haviam apresentações de canto, dança, música, atuações cômicas e jogos de magia.

Depois da literatura ter se inspirado na dança destas mulheres do oriente, chega a vez do cinema que surgiu com toda a força na primeira metade do séc XX no Egito usando intensamente a imagem de bailarinas,

²⁶ Ibid., p 105.

²⁷ MOHAMED, op.cit., passim.

onde elas chegavam inclusive a atuar como atrizes. Na segunda metade do século o cinema passa a ser um dos principais divulgadores desta arte, fazendo com que vários países árabes se sentissem familiarizados com a figura da bailarina egípcia.

Este período foi realmente muito rico para a divulgação da dança do ventre. Pois foi o momento em que as casas com apresentação desta dança tiveram maior sucesso e grandes nomes tiveram destaque tanto na música quanto na dança. Sobre esta revolução Mohamed²⁸ revela:

“Cada bailarina dispunha de um grupo musical completo, com cantores e bailarinas, havendo também quem as dirigisse (...)”.

Nas décadas de 70 e 80 o cinema, agora não mais preto e branco, também foi um grande divulgador da dança do ventre. As grandes bailarinas do Egito freqüentemente faziam aparições em filmes dos cineastas egípcios e a dança agora passa a ganhar repercussão mundial. Vários países começam a importar professoras egípcias, e várias bailarinas começam a ir ao Egito em busca do conhecimento a respeito desta dança.

A partir destas décadas vários países começam a desenvolver os ensino desta dança e a disseminar a prática como arte ou como uma atividade física . Restaurantes árabes em países do ocidente passam a apresentar bailarinas freqüentemente, fazendo crescer o interesse dos ocidentais por esta arte.

²⁸ Ibid, p. 61.

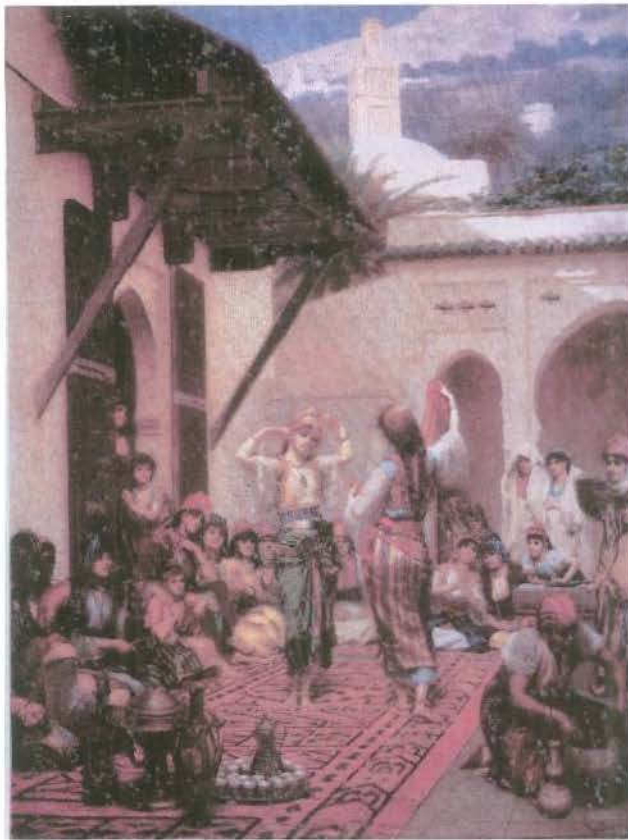


Fig. 2 Gaston Saintpierre, *As Bailarinas*



Fig. 3 Giulio Rosati, *A Bailarina*

CAPÍTULO II

Características Gerais e Específicas da Dança do Ventre

“ Conseqüentemente, as mulheres podem dançar entre si e em público, em certas situações. Associadas com a sexualidade e a fertilidade, a dança de mulheres no oriente médio, com suas múltiplas variações locais, geralmente recui no gênero que o ocidente chama dança do ventre, oriental ou árabe.”²⁹

Dança do ventre... Quem já teve oportunidade de presenciar uma demonstração desta dança pode observar que ela está muito longe de ser apenas uma dança do ventre. Ela é a dança do corpo feminino, do corpo todo em todas suas dimensões, pois movimenta praticamente todas as articulações até mesmo de formas inusitadas. Quando falamos de dança do ventre, estamos nos referindo a uma forma abrangente de manifestação cultural, ou seja, falamos da dança da mulher que vive nos países árabes. A dança mais praticada cujos movimentos estão presentes nas festas desde a Tunísia até a Arábia Saudita.

²⁹ HANNA, op.cit, p. 86.

Na verdade o nome árabe e original desta dança é *Raqs el Shark*³⁰, que ao pé da letra significa dança do leste. Os egípcios dizem que a melhor tradução para este termo em inglês seria *oriental dance*, ou seja, dança oriental. Mas na verdade ela é denominada de várias formas como nos cita Mohamed³¹:

“ As denominações mais conhecidas desta arte são: dança egípcia, dança popular, dança oriental e dança árabe.”

Originalmente o termo dança do ventre vem de *belly dance*: título dado por americanos, como nos afirma Aton³²:

O título mais antigo deste baile (Raqs el Sharqi) foi alterado pelos americanos que depois de assistirem uma apresentação no Chicago Word Fair desta performance (pela dançarina Little Egypte), no ano de 1893, perceberam a prevaência da utilização da parte dos quadris femininos, denominado-a assim de Belly Dance, que literalmente significa: Dança da Barriga.

Esta é uma dança feminina, específica da mulher árabe que de forma simples é praticada em ocasiões festivas com a roupa normal da mulher árabe, não necessariamente aquela roupa popular com o ventre descoberto. A roupa mais tradicional da mulher árabe é a Galabia³³.

Sobre sua forma e técnica Mohamed³⁴ nos diz que a característica mais marcante desta dança são os movimentos do quadril que existem há milhares

³⁰ Por ser uma palavra transliterada, ela sofre alterações de grafia de autor para autor.

³¹ MOHAMED, op.cit., p. 51.

³² ATON, Merit. **Dança do Ventre: Dança do Coração**. São Paulo: Radhu, 2000. p.41.

³³ Vestido reto e simples que cobre as pernas e os braços.

³⁴ MOHAMED, op .cit., p. 51.

de anos e que são claramente relacionados a fertilidade feminina e a maternidade.

É claro que pelo motivo desta dança existir em uma região tão ampla, ela sofre algumas alterações regionais, mas realmente os movimentos “básicos” são os mesmos e a característica festiva de mulheres que se reúnem para comemorar também. O que aqui chamamos de movimentos básicos, seriam :

- ✓ *Movimentos do pescoço com lateralização da cabeça;*
- ✓ *Movimentos do tronco para a realização de desenhos circulares, ondulatórios e de vibração;*
- ✓ *Movimentos expressivos e sinuosos dos braços e mãos;*
- ✓ *Uma infinidade de movimentos do quadril e pernas: Sinuosos, circulares, ondulatórios, lateralizações, báscula, vibrações, etc;*
- ✓ *Movimentos abdominais de ondulação e vibração.*

Estes movimentos receberam diferentes nomes no ocidente para facilitar a didática, mas nos países árabes os professores não utilizam um nome específico para designar os movimentos. Acredito que seja como nós brasileiros, que sabemos vários passos de samba, forró e frevo, mas nem se quer sabemos se existe um nome para eles. No Brasil o nome dos passos de dança do ventre dados pelas professoras costuma sofrer variações de acordo

com a região e de professora para professora, não havendo uma nomenclatura muito comum.

Em 1898, Edouard Schuré³⁵ descreveu impressionado os gestos de uma bailarina de dança do ventre:

Ela se mantém ereta; mas, estranhamente, as três partes de seu corpo — cabeça, peito e flancos — só se põem a tremer separadamente e de forma sucessiva. Primeiro a cabeça se mexe horizontal e automaticamente da direita para a esquerda, como a cabeça de uma serpente que desperta. Em seguida, os seios adquirem o mesmo movimento vibratório sem que o resto do corpo participe. Por fim, os flancos começam a agitar-se sozinhos. Então ocorre uma inominável e complexa variedade de trepidações e movimentos circulares das ancas, aos quais a cabeça da dançarina assiste numa imobilidade glacial...

Neste trabalho dividiremos a dança do ventre em duas categorias: Dança não profissional e dança profissional.

1. Dança não profissional:

Realizada amplamente em vários países de cultura árabe principalmente em reuniões e festas femininas³⁶ e por todas as faixas etárias, desde crianças até senhoras idosas. É composta predominantemente pelos movimentos básicos da dança do ventre sendo realizada como forma de diversão e interação social.

³⁵ SCHURÉ, Edouard in SOLÉ, Robert. **Egito: Um Olhar Amoroso**. Rio de Janeiro: Ediouro, 2003, p117.

³⁶ Lembramos que ainda hoje, nos países árabes, não é comum festas mistas - homens e mulheres- mesmo em festas de casamentos em algum momentos separam-se as mulheres dos homens, para que elas fiquem mais a vontade e possam dançar e usar roupas mais abertas.

No mundo árabe as meninas crescem aprendendo a dançar observando, em inúmeras ocasiões, os movimentos das mulheres que quando estão juntas, relaxando se divertem. Nesses encontros informais as crianças imitam as mulheres dançando, e muitas vezes são incentivadas a mostrarem o que sabem fazer....Na África do Norte e no Oriente Médio as mulheres cantam e dançam uma para a outra, de modo que cada uma possa entreter suas amigas. Nessas situações há pouca diferença entre quem se apresenta e quem assiste.³⁷

A autora citada anteriormente também nos revela um jogo comum realizado pelas mulheres árabes onde uma solista dança com um lenço na cintura, quando ela se cansa de dançar passa o lenço para outra e assim todas as mulheres presentes participam da dança. Ainda hoje, no oriente, preserva-se muito a tradição de casamentos arranjados, desta forma a moça pretende muitas vezes durante estas reuniões agradar uma possível futura sogra com sua dança.

2. Dança profissional:

Apresentações mais elaboradas com a perspectiva de animar determinado público e interpretar a música, onde a bailarina exibe trajes típicos desta dança com muito brilho. Esta categoria encontra-se muito influenciada por outras formas de dança como o clássico. Na tentativa de inovar muitas bailarinas buscaram e ainda buscam inspiração em outras

³⁷ BUONAVENTURA, op.cit., p 159.

manifestações culturais, o que leva sua dança a apresentar movimentos de quadril mais elaborados e complexos. Esta profissão é exercida com mais freqüência no Egito e no Líbano, onde concentra-se o maior número de bailarinas. Segundo Solé³⁸, atualmente existem cerca 2.300 bailarinas profissionais cadastradas no Egito.

A bailarina interpreta as músicas árabes que na maioria das vezes falam de amor, assim sendo, a dança é acompanhada de expressões de sentimentos ligadas a música. Ela interpreta várias personagens femininas: aquela que sofre por amor; aquela que celebra a vida; a mulher sedutora; a carinhosa; a sacerdotisa, etc. É como se a bailarina dentro desta dança se transformasse de uma música para a outra em diferentes personagens.

A dança do ventre profissional, aparece em vários tipos de estabelecimentos egípcios: restaurantes, bares, cafés, teatros e hotéis. Mas, segundo Buonaventura, é nos cabarés³⁹ onde podemos ver as mais típicas apresentações. Existem cabarés na periferia onde trabalham as bailarinas e os músicos que geralmente vêm das classes mais baixas. É comum que elas tenham aprendido a dança apenas vendo as outras bailarinas dançando. Seus figurinos também são bem simples, muitas vezes uma simples galabia⁴⁰ com um lenço no quadril.

³⁸ SOLÉ, op. cit., p. 117.

³⁹ Os cabarés são os cafés onde se apresentam shows de dança, os freqüentadores normalmente tomam chás e fumam chicha (narguile) enquanto relaxam apreciando boa música, conversa e dança. Embora aqui esta palavra muitas vezes soe pejorativa, este tipo de estabelecimento no oriente é comum e não possui conotação de vulgaridade ou prostituição.

⁴⁰ Vestido largo e reto, feito de tecido rústico, usado pelo povo da periferia e zona rural egípcia.

Existem também os cabarés de luxo, onde os frequentadores geralmente são da alta sociedade ou turistas. Nestes lugares apresentam-se as bailarinas de maior destaque que muitas vezes possuem coreógrafos, e grandes bandas que as acompanham. Também existem os shows dos *nigth clubs* dos hotéis internacionais que exibem as grandes estrelas da dança oriental, como a bailarina Dina. São verdadeiros espetáculos de dança realizados quase sempre em palcos que carregam ao fundo grandes bandas com cerca de 25 músicos. Estes shows são perfeitamente sincronizados com a banda e coreografados. Em seus relatos sobre o cotidiano egípcio SOLÉ⁴¹ nos tece o seguinte comentário sobre as rainhas da dança do ventre:

Para vê-las é preciso ir aos cabarés de luxo ou aos hotéis cinco estrelas. Nesses lugares, elas se apresentam mais ou menos desnudas, com strass e lantejoulas, cada uma ao seu estilo, pois o raqs charki, apesar das regras, supõem inventividade e improvisação. As mais conhecidas são Fifi Abdoo, Lucy e Dina.

Outra característica tradicional da dança do ventre é o improviso, pois esta dança em seus primórdios não apresentava muitas possibilidades de deslocamento, até porque como dissemos ela é muito mais desenvolvida em locais descontraídos como cafés e restaurantes do que em palcos. Apenas as bailarinas que executam shows em forma de espetáculo coreografam suas danças.

⁴¹ SOLÉ, op. cit., p. 117.

Em sua obra Mohamed⁴², diz que a dança do ventre tradicional apresenta grande número de repetição de passos , sendo quase que uma dança hipnótica, mas também diz que hoje em dia a dança vem perdendo sua naturalidade e espontaneidade:

“ Algumas bailarinas tem seguido dançando de maneira tradicional, mas uma grande parte delas para alcançar a fama tem organizado a dança em forma de espetáculo, no qual participam grande número de bailarinos.”

Buonaventura⁴³ também concorda com esta opinião, com a seguinte afirmação:

“ O papel central de improvisação da dança desapareceu ocultado pelas coreografias, que de tão complexas parecem algumas vezes, ser aparentemente espontâneas, quando interpretadas com o público e com a orquestra.”

Desta forma concluímos que em sua essência a dança do ventre é uma dança de improviso, interpretação e interação com o público, a coreografia é utilizada atualmente como recurso para se maximizar as performances e garantir shows mais elaborados em que cada bailarina quer se diferenciar, através de inovações de movimentos, coreografias e figurinos entrando para o “*show business*” da dança do ventre.

Existem pelo menos 3 elementos que não são tradicionais da dança do ventre, mas que foram introduzidos para melhorar a qualidade cênica da dança:

⁴² MOHAMED, op. cit., p. 124.

⁴³ BUONAVENTURA, op. cit. , p. 156.

✓ Movimentos sinuosos dos braços:

Segundo os estudos de Buonaventura⁴⁴ eles foram introduzidos pela bailarina Badia Mussabini:

Inspirados nos espetáculos ocidentais, Badia decidiu dar um bom destaque ao baladi⁴⁵ egípcio. Até então o torso e os braços não haviam sido empregados no baladi. Tradicionalmente, os braços ficavam soltos nos ar. Agora as dançarinas começaram a utiliza-los para descrever movimentos preciosos e sinuosos.

✓ Giros, piruetas e grandes deslocamentos:

Emprestados do balé clássico, modificados e adaptados à postura da dança do ventre eles possibilitaram uma melhor ocupação dos espaços, entradas e finalizações apoteóticas .

✓ Utilização constante dos véus:

Buonaventura⁴⁶ também nos fala que este recurso era muito pouco usado pelas bailarinas tradicionais, geralmente elas apenas entravam em cena com ele e logo se desfaziam. Por influência de bailarinas ocidentais algumas egípcias começam a utilizar o véu de forma mais elaborada e por mais tempo.

⁴⁴Ibid, p 149.

⁴⁵Baladi é sempre algo bem típico egípcio, no caso a autora se refere a dança.

⁴⁶Op. cit, loc.cit.



Fig. 8 Jean – Leon Gérôme, A dança do sabre em um café, 1875



Fig. 9 Jean – Leon Gérôme, A almée, 1863



Fig. 6 Otto Pilny, Dançando com o pandeiro



Fig. 7 Alfred Darjou, La danse de la gargoulette

Formas de dança que normalmente compõem o show de uma bailarina de dança do ventre:

Dentro da Dança do Ventre podemos ver a utilização de vários instrumentos , configurando muitas vezes formas diferentes de dançar, tais como as que seguem.:

❖ Dança dos Véus:

Como falamos anteriormente, ela não é uma dança tradicional e foi introduzida no início do séc. XX para enriquecer cenicamente a dança. Ela faz uma alegoria a imagem da mulher que esconde sua beleza fulminante a trás dos véus transparentes.

Atualmente esta dança é muito executada principalmente no ocidente, onde utilizam-se finos véus de seda com movimentos ricamente elaborados carregando um toque do balé clássico uma vez que exige movimentos extremamente alongados e pés em meia ponta.

Sobre a famigerada Dança dos 7 véus, nada tem de típica, na verdade foi uma criação cênica ocidental para interpretar a dança da Salomé⁴⁷.

⁴⁷ Personagem bíblica que teria dançado em troca da cabeça de João Batista.

❖ Dança da Bengala ou Bastão:

Caracterizada pela realização da dança do ventre aliada a manipulação de um bastão, a bailarina representa a alegria do povo said. Vem da dança folclórica egípcia realizada pelo povo da região de Said, simula luta e demonstrações de força, acompanhada por um ritmo marcante próprio desta região. As pessoas desta região são estigmatizadas pelo título que aqui conhecemos como caipira, então quando a bailarina dança este estilo ela veste um vestido típico da região e adota uma postura mais solta e alegre (característica do povo said).

❖ Dança do Jarro:

Esta dança retrata as mulheres da zona rural egípcia (fallahis) indo pegar água no Nilo. Nela a bailarina porta um jarro geralmente de argila e durante sua apresentação executa movimentos como se estivesse indo pegar água em um rio, ela também o equilibra na cabeça como se estivesse voltando com ele cheio de água.

Esta dança aparece muito nas apresentações de danças folclóricas egípcias, nestes casos a bailarina geralmente dança com um vestido bem largo e rodado. Já nos shows normais de dança do ventre a bailarina geralmente usa um vestido mais justo, com um lenço na cintura.

O ritmo mais utilizado é o Fallahi, que é bem alegre e acelerado. Enquanto carregam o jarro as bailarinas costumam realizar movimentos bem rápidos e complexos com o quadril.

❖ Dança da Espada:

Provavelmente foi praticada há centenas de anos, pois podemos vê-la retratada no quadro de Gérôme (fig.8) pintor orientalista do séc. XIX e também na obra de Le Bon⁴⁸, que esteve no oriente relatando os costumes árabes entre o fim do séc. XIX e início do séc. XX :

Uma das mais pitorescas é chamada [dança] do sabre, que presenciei certa noite em Jericó, à luz das fogueiras do bivaque. Algumas felaínas, armadas de grandes e afiados sabres, traçavam rápidos molinetes em redor da minha cabeça, enquanto outras companheiras suas, entoavam canções, nas quais se celebravam a valentia, a fama e a generosidade do nobre visitante (...). A principal habilidade consiste em roçar com o sabre a cabeça do nobre visitante, sem lhe causar dano; embora o xeque da minha escolta me garantisse que tal acidente nunca ocorria, debalde fiz os mais vivazes esforços para convencer aquelas filhas do deserto de que preferia vê-las mostrar suas habilidades escolhendo as cabeças de seus compatriotas.

⁴⁸ LE BON, Gustave. **A Civilização Árabe**. Curitiba: Paraná Cultural. 1841-1931, p. 454.

❖ Dança dos Snujs:

Snujs são como castanholas de metal, com os quais a bailarina dança tocando-os como marcação rítmica ou floreando. Também é muito tradicional. Segundo La Regina⁴⁹ arqueólogos encontraram pares de snujs em Tebas datados de 200 a.C.

Podemos ver estas apresentações retratadas também através dos trabalhos de Gérôme, “A almée” (Fig. 9) e de Rosati, “A bailarina” (Fig. 2). Todas elas foram pintadas no séc. XIX.

❖ Dança do Pandeiro ou Daff :

Um pouco diferente do nosso pandeiro brasileiro, ele é mais leve e as vezes a bailarina pega este instrumento emprestado de algum músico e faz marcações rítmicas, muitas vezes bantendo-o contra seu próprio corpo. O pandeiro também é muito antigo no oriente pois encontramos vários baixos relevos nas tumbas do antigo Egito com desenhos de sacerdotes tocando-os e também vemos uma dança com este instrumento através da pintura de Otto Pilny (fig. 6)

⁴⁹ LA REGINA. Glaucia. **Dança do Ventre: Uma Arte Milenar**. São Paulo: Moderna. p. 69.

A dança com o pandeiro e com os snujs, geralmente são realizadas com músicas bem alegres e a bailarina interpreta uma mulher feliz, celebrando a vida e animando o público.

❖ Dança do Candelabro:

A bailarina dança equilibrando um candelabro cheio de velas acesas na cabeça. Segundo Mohamed⁵⁰ e também a maioria dos pesquisadores, esta dança também é de origem antiga, nos remetendo à épocas em que esta dança era feita em oferenda aos deuses.

Estas são as formas mais comuns na apresentação das bailarinas egípcias, mas no ocidente podemos encontrar diversas variações e incorporação de diversas interpretações de danças folclóricas dos países árabes.

⁵⁰ MOHAMED, op. cit., passim.

Relação da Dança do Ventre com o Islamismo:

Sabemos que na cultura islâmica a mulher deve guardar sua beleza para seu marido, não devendo mostrar nem mesmo seus cabelos, e assim é também no Egito e no Líbano (países onde a dança do ventre é mais comum). Mas então, como pode existir uma dança tão sensual em que a mulher que dança utiliza roupas tão abertas e exhibe longos cabelos sem medo nenhum? Para tentarmos entender esta relação vamos recorrer a vários autores, para não cairmos no senso comum e nem julgarmos erroneamente esta cultura.

Podemos ver através de vários pesquisadores que o islã não vê com bons olhos a música e a dança, em especial a dança do ventre, principalmente devido as poucas roupas das bailarinas profissionais. O pesquisador Egípcio Mohamed⁵¹, diz que o Profeta Mohamed (Maomé) considerava a música como algo demoníaco, mas apesar de os sábios do islã renegarem a música e a dança, dizendo que elas despertam os apetites, não há nenhuma proibição destas manifestações expressa no alcorão. Sobre este caráter proibido assumido pela dança através do islã, Hanna⁵² também afirma:

Em contraste, no islã (com seus diversos ramos e suas subdivisões, que têm diferentes interpretações e práticas doutrinárias), a dança, para a maioria, é encarada como capaz de acentuar o prazer do mundo e destituída de um papel na iluminação espiritual religiosa. Além disso, o prazer, no sistema jurídico islâmico, é definido como um inimigo da ordem.

⁵¹ MOHAMED, op.cit., p. 91.

⁵² HANNA, op. cit., p. 85.

Para grande parte das pessoas do mundo árabe, a dança do ventre não é uma profissão honrosa para uma mulher, configurando-se como uma alternativa para mulheres da periferia e as mulheres que foram largadas pelos maridos. A ambigüidade presente na imagem da bailarina oriental se revela no fato de que apesar de elas serem desprezadas nesta cultura como mulheres de conduta duvidosa (imoral) elas são respeitadas e muitas vezes invejadas por outras mulheres devido a sua liberdade:

“ O fato de ganharem a própria vida, confere-lhes uma certa autoridade e uma independência de comportamento que as distinguem das demais mulheres, e é exatamente assim que a opinião pública as percebe.”⁵³

Elas podem freqüentar os cafés, andar livremente com as roupas mais abertas, conversar de igual para igual com os homens e viverem livres. Segundo Buonaventura⁵⁴ algumas bailarinas marroquinas são conhecidas como “mulheres que não se deixam comandar pelos homens”.

Mas apesar de considerada uma profissão para mulheres iletradas e de classe baixa, hoje em dia a paixão pela dança profissional vem conquistando várias moças com formação superior e de classes mais altas. A bailarina de maior destaque no Egito atualmente chama-se Dina, é formada em filosofia e filha de diplomata, porém enfrentou a resistência da família e atualmente ganha cachês dignos de super-star e é um símbolo sexual em seu país.

⁵³ BUONAVENTURA, Wendy. Mundo Árabe: Um desejo de Emancipação. *Correio da Unesco*, Rio de Janeiro, n 3, p 32 .1996

⁵⁴ *Ibid*, loc. Cit.

Voltando a questão da ambigüidade, ao mesmo tempo em que a bailarina é considerada imoral ela é figura essencial nas celebrações dos casamentos egípcios e de festas em todo mundo árabe. No casamento egípcio ela carrega uma função muito maior do que apenas animar festas: ela abençoa o casamento. Na festa de núpcias ela dança para o casal de noivos e em um momento eles entrelaçam suas mão em frente ao ventre da bailarina enquanto ela vibra o quadril - eles acreditam que isto irá atrair fertilidade para o casamento e animar os noivos para a noite de núpcias. E é aqui que percebemos todo o caráter simbólico desta dança, enquanto as mulheres normais evitam de toda forma incitar a libido, a dança do ventre com toda sua sensualidade, é a válvula de escape que encanta tanto mulheres e homens no oriente.

*A mulher que atua em público, ante a estranhos, transgride uma proibição tradicional, mas, paradoxalmente, ao mesmo tempo cumpre uma importante função social. A sexualidade precisa de um exutório na vida pública, mesmo transposta para um plano simbólico: este é o papel das dançarinas árabes.*⁵⁵

⁵⁵ BUONAVENTURA, Wendy. Mundo Árabe: Um desejo de Emancipação. **Correio da Unesco**, Rio de Janeiro, n 3, p 11, 1996.

Os benefícios da dança do ventre citados por autores e relatado por alunas.

“Em seu aspecto mais amplo o ventre permanece ainda incógnito. Como o caldeirão do alquimista, onde se misturavam e condensavam os elementos, gestando novas formas, o ventre tem-se mantido oculto, reprimido, latente, embora não menos poderoso do que já parece ter sido há seis ou sete milênios.”⁵⁶

São relatados por diversos autores e intensamente pelas próprias alunas, inúmeros benefícios que esta dança pode trazer para a praticante. Apesar de, como já dissemos, não termos conhecimento de nenhuma publicação científica confirmando-os, muitos são os relatos. Não falaremos aqui ingenuamente , relataremos e traremos para o âmbito acadêmico alguns motivos que estão fazendo a dança do ventre proliferar cada vez mais por espaços, academias e clubes do país. Foram sempre relatos espontâneos que se repetiam em vários locais e em várias épocas.

Um benefício maciçamente indicado pelas alunas é a descoberta da pelve, inicialmente, e depois o domínio. Como sabemos, em quase nenhuma atividade física existem movimentos pélvicos como os realizados nesta dança. Sendo assim, este é um importantíssimo segmento de nosso corpo, pois é onde está o centro de gravidade, onde o alimento se transforma em energia para a vida, onde se tem prazer, enfim onde se gera uma vida.

⁵⁶ PENNA, op. cit., p. 54.

A maioria dos profissionais de Educação Física foram preparados apenas para incentivarem os alunos a “amarrarem” o quadril, afinal é imensa a quantidade de exercícios em que a pelve deve ficar imóvel e o abdome contraído como uma pedra. Durante o curso de graduação, nas poucas vezes que algum professor propôs movimentos de quadril a grande maioria tinha vergonha de realiza-los, ou então as risadas logo denunciavam que pelo senso comum os movimentos pélvicos parecem estar só estão ligados ao sexo e a nada mais. Sobre isto Penna⁵⁷ nos faz a seguinte observação:

Nas aulas de educação física, por exemplo, não se aprendem exercícios para a pelve, muito menos para a saúde dos órgãos genitais. Os primeiros contatos sexuais são ainda, para a maioria dos adolescentes, as primeiras oportunidades para iniciar o domínio do movimento das pernas, do ventre, no ato de fazer amor.

Assim as primeiras aulas de dança do ventre costumam ser uma fonte muito rica de descobertas do próprio corpo. O ventre passa a não ser mais algo que para a maioria das mulheres é motivo de complexo, por causa das barriguinhas e celulites, ele passa a ser “inteligente”, a mulher começa a admirá-lo pelos movimentos que pode fazer, pelo belo que se revela através dos movimentos nunca antes possíveis. Aí começa o resgate da auto-estima:

Um dos fatos mais constatados pela maioria das professoras e alunas desta dança é o aumento da auto-estima, a mulher começa a se sentir mais

⁵⁷ PENNA, op. cit., p. 54.

bonita, a se gostar mais e a se tornar mais vaidosa. Acreditamos que isto não se deve apenas à sensualidade despertada mas também a vários fatores associados, entre eles a questão estética e da idade. A dança do ventre não exige que a mulher tenha um modelo ideal de corpo e nem precise ser jovem para praticá-la, como nas danças mais divulgadas em academias.

A bailarina de dança do ventre no mundo árabe geralmente apresenta um corpo com características bem femininas e formas arredondadas, muitas delas, no Brasil seriam chamadas de gordinhas. O auge de suas carreiras acontece na faixa dos 30 anos e é comum ver uma bailarina de 40 ainda fazendo seus shows.

As adiposidades tão condenadas no ocidente, algumas vezes apresentam-se como motivo de orgulho para a bailarina no mundo árabe e quanto mais os tecidos da região balançam, melhor o movimento se torna. Desta forma a mulher acaba valorizando seu corpo do jeito que é, pois é difícil encontrar uma mulher, com o corpo das modelos que circulam por aí: um modelo de corpo masculinizado, achatado, siliconizado e robotizado. Sobretudo porque o corpo da mulher é naturalmente arredondado, as gorduras acumuladas no ventre e no quadril são determinadas pelos hormônios femininos. Na dança do ventre tudo o que é feminino é valorizado: as roupas, os adornos, a maquiagem, a suavidade, a delicadeza, etc.

Outro fator que pode contribuir neste aumento da auto-estima é a da sensualidade despertada e do maior domínio e consciência do quadril. Muitas

alunas relatam que obtiveram melhoras na qualidade das relações sexuais tanto por estarem tendo mais controle sobre as estruturas da pelve quanto por estarem mais sensíveis. Sobre este fator a fisioterapeuta Bencardine⁵⁸ faz a seguinte afirmação:

Com o trabalho muscular, a região do períneo e musculatura pubo-coccígea fica mais forte; as paredes musculares ganham mais força de contração. Quando a região começa a ser exercitada, como em qualquer outro músculo do corpo humano, requer maior fluxo sanguíneo. Com o aumento do fluxo sanguíneo, melhora consideravelmente a sensibilidade da região innervada.

Sobre esta questão, muitas alunas procuram a dança do ventre indicadas pelos ginecologistas que acreditam que ela auxilie no tratamento de problemas como endometriose, infertilidade, tensão pré menstrual entre outros. Bencardini⁵⁹ também afirma que esta dança pode auxiliar no estímulo das funções ovarianas:

Com o massageamento sobre os ovários, provocado pelos músculos pélvicos e abdominais; a compressão ritmada e constante estimula o melhor funcionamento dos movimentos peristálticos dos ovários, tubas uterinas e útero. Os benefícios proporcionados vão desde a regularidade do ciclo menstrual até a produção de hormônios secretados pelos ovários.

Este efeito massageador atinge também os intestinos, estimulando seu funcionamento. Mas a unanimidade é quanto ao problema da cólica

⁵⁸ BENCARDINE, Patrícia. **Dança do Ventre: Ciência e Arte**. São Paulo: Texto Novo, 2002. p.136.

⁵⁹ Ibid., p. 137.

menstrual, quase todas as alunas e praticantes desta dança sentiram este benefício. Mesmo sem ter comentado sobre este possível benefício, várias alunas vinham dizer depois de alguns meses de prática que não tinham mais sentido cólicas menstruais. Bencardine⁶⁰ afirma que isto acontece, pois durante a prática da dança alguns movimentos causam pequenas pulsações que massageiam o útero.

A respiração também é beneficiada, e por ser profunda e completa também auxilia neste trabalho de massagem dos órgãos internos do ventre. O ventre no oriente é uma estrutura maleável e fluida, livre para respirar. Já aqui somos educados a contrai-lo, a reprimi-lo a enrijecê-lo trazendo prejuízos para a função respiratória e conseqüentemente para o fluxo energético.

Estes são alguns dos benefícios mais específicos observados nestes anos de experiência, mas também existem muitos outros que podem ser alcançados, como por exemplo: fortalecimento muscular, melhora da postura, aumento da capacidade cardio-respiratória, etc. Porém não vamos relata-los pois também são comuns em outras danças e atividades físicas.

⁶⁰ Ibid. , p. 138.

CAPÍTULO 3

Atividade de Extensão Dança do Ventre da FEF: Processo de Trabalho de Ensino

“ (...) através das danças , irmanamo-nos com povos distantes no tempo, e com o significado de seus rituais e celebrações.”⁶¹

A atividade de Extensão Dança do Ventre da FEF iniciou-se em 1997 com o trabalho da professora Renata Serpa, aluna da graduação desta faculdade, sob a orientação do Prof. Dr. Jorge Sergio Pérez Gallardo. Surgiu do interesse de algumas alunas da graduação a aprenderem esta dança tão pouco conhecida naquela época. As aulas aconteciam nas salas de aula da FEF e em 1998 foi vinculado à Coordenadoria de Desenvolvimento e Esporte (CODESP), onde a atividade pode ser ampliada e ganhou outros espaços da faculdade como o ginásio e o salão de danças. A partir deste ano o atendimento passou a ser bem maior, estendendo-se às alunas de vários lugares da UNICAMP e também a ter turmas iniciantes, intermediárias e avançadas.

Em 1998, como aluna da Professora Renata nesta atividade, fui convidada por ela para acompanhar suas aulas no intuito de auxiliá-la quando preciso, pois já praticava esta dança em outra escola. Desta forma pude

⁶¹ CARVALHO, Carlos S. Introdução às danças circulares sagradas. In RAMOS, Renata C. L. (Org.). **Danças Circulares Sagradas: Uma Proposta de Educação e Cura**. São Paulo: Triom, 1998.

acompanhar todo o processo e metodologia utilizado por esta professora, o que me ajudou muito, mais tarde no desenvolvimento de minha própria metodologia.

Em 1999 continuava como aluna e auxiliar, assumindo neste momento minhas duas primeiras turmas iniciantes, quando teve início o desenvolvimento do trabalho que veremos descrito a seguir. Em 2000 a professora Renata já havia se formado e parado de ministrar as aulas, sendo assim, fui nomeada responsável pelas turmas de dança do ventre. A partir daí, ganhando cada vez mais experiência, segui fazendo experimentações metodológicas até 2002, onde ministrei aulas para minha última turma no segundo semestre.

Os cursos eram divididos em semestres por turmas iniciantes, intermediárias e avançadas, cada turma possuía cerca de 20 alunas, que uma vez matriculadas deviam permanecer assíduas até o fim do semestre, pois havendo excesso de faltas elas perderiam a vaga.

As turmas intermediárias e avançadas eram mais complicadas para a utilização de uma programação pré determinada, pois muitas alunas vinham de outras escolas. Em uma turma podíamos encontrar alunas com diferentes e discrepantes níveis de aprendizagem, havendo a mistura de alunas com pouco tempo de prática com outras que praticavam já há muitos anos. Tínhamos que

utilizar uma metodologia bem flexível, que atendesse às necessidades de todas.

Em 1999, inicialmente, quando assumi minhas primeiras turmas, as aulas aconteciam no ginásio da FEF, no tablado de ginástica artística e nas salas de aulas. Nas turmas que tinham aulas no ginásio o desenvolvimento era bem mais lento, acredito que pela falta de adequação deste espaço à prática desta dança: acústica muito ruim, barulho de outras atividades, ambiente propício à desconcentração, chão inadequado e muito calor. Já na sala de aula o desenvolvimento era muito bom, pois além de ter todas as características ideais, ainda permitia que as alunas se sentissem mais à vontade sem nenhum espectador por perto, porque estas primeiras movimentações de quadril costumam causar um certo constrangimento nas alunas que pela primeira vez se deparam com tal movimentação deste segmento.

Em 2001 conseguimos espaço para as aulas no salão de danças da FEF, que apesar de ter toda uma estrutura adequada para a prática da dança, não era tão bom para as alunas, pois muitas pessoas que passavam por lá ficavam olhando, o que as deixavam um pouco inibidas.

Devido ao grande número de alunas por turma, precisávamos de monitoras auxiliares. Em 2000 tivemos monitora a Cláudia Trevisan aluna da graduação naquela época e em 2001 e 2002 a monitora Daniele de Camargo

que teve seu início de aprendizagem em nossas turmas e hoje é a monitora responsável pelas turmas da atividade de extensão dança do ventre da FEF. Desta forma, esta atividade em 6 anos de existência já teve a oportunidade de auxiliar na formação de quatro professoras de dança do ventre: Renata Serpa, Erika Bergamo, Cláudia Trevisan e Daniele de Camargo.

A nossa preocupação maior durante este relato será com métodos utilizados nas turmas iniciantes, que é o primeiro contato com o universo da dança do ventre e a parte mais difícil do aprendizado.

Foram três anos e meio, onde várias possibilidades foram experimentadas. Conteúdos aprendidos na graduação foram aplicados e muito foi desenvolvido a partir de minha própria experiência. Neste trabalho não farei uma proposta metodológica, nem receitarei uma fórmula para ensinar esta dança, sobretudo porque quando trabalhamos com arte estamos em um universo não linear em que o inesperado, o diferente está muito presente e muitas vezes o que se aplica a uma turma ou a uma pessoa, para outra não tem eficácia.

Aqui citarei como basicamente desenvolvi minhas aulas e todas experiências que acreditei serem válidas na prática de ensino desta dança, tive a oportunidade de utilizar vários métodos alternativos de ensino que citarei no decorrer do trabalho.

O início – Primeiras imagens:

Toda primeira aula desenvolvíamos uma apresentação, onde falávamos sobre cultura árabe, história da dança, suas formas, como ela é atualmente, apresentávamos vídeos de bailarinas egípcias e brasileiras, falávamos sobre seus benefícios e respondíamos questões levantadas pelas próprias alunas.

Por ser uma dança originária de outra cultura, nos preocupamos muito com a necessidade da informação para não cairmos na velha tradição da desvinculação com o conhecimento.

“O corpo é expressão da cultura, cada cultura vai expressar diferentes corpos, porque se expressa diferentemente enquanto cultura.”⁶²

O auge destas discussões ocorreu por volta de 11 de setembro de 2001, quando aconteceram os atentados às torres gêmeas nos Estados Unidos e também iniciava-se a exibição da novela “O Clone”⁶³ pela Rede Globo de Televisão. A partir deste momento percebemos que as alunas apresentavam maior interesse em tratar de assuntos como a posição da mulher no mundo árabe.

Alguns dos valores que guiaram nosso trabalho foi a preocupação com a pessoa, e não somente com a técnica, sabíamos através de questionário que a maioria das alunas não tinham o objetivo de serem bailarinas profissionais,

⁶² DAOLIO, Jocimar. **Cultura, Educação Física e Futebol**. Campinas, SP: Editora da UNICAMP, 1997.p.12.

⁶³ Novela que falava sobre uma família muçulmana do Marrocos e apresentava muitas cenas com a dança do ventre.

mais sim, terem um momento para esquecerem os problemas cotidianos e terem uma atividade física prazerosa. Desta forma, sempre buscávamos momentos de interação e fazer com que o lúdico estivesse sempre presente.

A maior parte das nossas alunas eram universitárias de outros cursos e a grande maioria nunca tinham tido experiências com dança, desta forma recebemos muitas com grande dificuldade de aprendizagem dos movimentos específicos desta dança, mas sempre terminavam o semestre conseguindo fazer todos os movimentos básicos. Sempre procuramos ter um cuidado especial com as alunas com mais dificuldade, pois acreditamos que estas são as que mais precisam de atenção.

Quanto a técnica, buscamos um trabalho baseado na utilização de imagens para guiar a aprendizagem, foram muitas imagens criadas por mim e até mesmo, muitas vezes pelas próprias alunas.

Como sabemos a dança do ventre possui técnicas muito diferentes do que estamos acostumados em nossa cultura ocidental, ela trabalha basicamente com a fragmentação das articulações, ou seja, a maioria dos movimento ocorrem apenas em um segmento enquanto os outros ficam fixos, por exemplo: mexer só os punhos, só o pescoço, só a pelve, só o tronco, etc. Tudo isso faz com que a aluna precise de um tempo de adaptação a estes novos estímulos, as primeiras aulas vão “ tirar as amarras “ para esta nova concepção de corpo: um corpo flexível com infinitas possibilidades de

movimentos e um quadril com vida própria que pode se movimentar de várias formas.

A utilização de imagens guiando o ensino/aprendizagem foi fundamental na consciência do movimento e controle do tônus, uma vez que esta dança é realizada sempre de forma prazerosa, sem grandes sofrimentos. Oida⁶⁴ cita em sua obra que todo exercício físico deveria ser também um exercício para a imaginação:

Se fizermos um simples exercício como o de dobrar os joelhos e pensarmos unicamente nos músculos envolvidos, nossas pernas irão rapidamente ficar pesadas e doloridas, de modo que o movimento se torna um trabalho pesado. No entanto, se usarmos as imagens dos fios e nos movermos entre céu e terra, a ação se tornará mais fácil e conseguiremos foco para nossa concentração interior.

Neste trabalho não vamos citar todas as imagens que guiaram nosso ensino, pois ficaria demasiadamente grande, falaremos apenas as principais. Vamos utilizar três tipos de imagens: Imagens do cotidiano⁶⁵; imagens fantasiosas e míticas⁶⁶ (usadas tanto na execução de movimentos como na interpretação ao dançar) e imagens de desenhos realizados com a estrutura óssea. *“Fazemos, então, da criação do movimento, um brinquedo. Brinquedo de*

⁶⁴ OIDA, Yoshi. **O Ator Invisível**. São Paulo: Beca. 2001.p. 44.

⁶⁵ Por exemplo: Imitar uma máquina de lavar roupa imaginar que esta pintando um potinho por dentro, etc.

⁶⁶ Por exemplo: Imaginar que possui um rabo pesado, uma luz saindo do peito ou se imaginar um deusa da água , etc.

metáforas, de imagens iniciais que criamos para dar uma forma, um esboço no sentido de objetivarmos o movimento que será vivenciado, para sua melhor compreensão."⁶⁷

Existem quatro pontos no quadril que são essências na orientação de vários movimentos desta dança: as duas cristas ilíacas, o púbis e osso sacro. Para facilitar nosso trabalho em algumas turmas apresentamos transparências falando brevemente sobre a anatomia da pelve e como a coluna vertebral reage nos diferentes movimentos e também trabalhamos com o toque destas estruturas no próprio corpo.

Este recurso obteve grande êxito nas turmas que o aplicamos, o ensino passou a ser mais fácil e a aprendizagem mais rápida. Quando o ensino de determinado movimento se tornava mais difícil, recorriamos novamente às transparências para tentarmos entender de outra forma. Segundo Alexander⁶⁸ a tomada de consciência óssea é muito importante também para a regulação do tônus muscular, podendo auxiliar a aluna não só na prática da dança, mas também quando precisar se livrar de tensões e para sua melhor conscientização corporal.

Desta forma, na primeira aula de nossas turmas iniciantes sempre começamos falando da postura utilizada na prática desta dança, que é essencial não só para a adequação estética, mas também para conseguir

⁶⁷ JESUS, Adilson Nascimento de. **Vivências Corporais: Proposta de trabalho de Auto-Conscientização**. Dissertação de Mestrado. Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física, 1992, p.27.

⁶⁸ ALEXANDER, Gerda. **Entonia : Um caminho para a Percepção Corporal**. São Paulo: Martins Fontes, 1991. p. 38.

executar os movimentos e proteger as articulações, evitando assim, possíveis dores:

1. Joelhos relaxados (destravados);
2. Pés inteiros no chão ou um inteiro e o outro em meia ponta com o joelho levemente caindo para dentro, como se quisesse esconder o púbis;
3. Quadril encaixado com o sacro quase perpendicular ao chão;
4. Braços como se estivessem flutuando sem peso e mãos com os dedos juntos e leves como pluma.
5. Busto ressaltado, tendo os seios como um adorno que a mulher faz questão de ostentar.

Para os quesitos 1, 2 e 3 utilizamos muito as seguintes imagens⁶⁹:

- *Acolha o quadril, empurrando levemente o osso sacro para dentro dando uma leve enrolada na base da coluna, desta forma o púbis sobe levemente e o umbigo é "engolido ou espremido";*
- *Imagine que você possui um rabo bem grosso e pesado que sai dos seu osso sacro e faz com que seu quadril pese em direção ao chão, e como ele é pesado você não consegue deixar seus joelhos esticados, eles têm que relaxar e o*

⁶⁹ Apresentarei sempre imagens diferentes, pois muitas vezes uma imagem que dá certo para uma pessoa não dá certo para outra, de forma que em uma aula, algumas vezes, tivemos que aplicar e criar diferentes propostas.

peso do seu corpo acaba ficando mais localizado nos calcanhares do que na frente dos pés. Seus pés são como raízes no chão, dando total estabilidade e liberdade para o quadril.

Para o quesito 4:

- *Imagine que está em um piscina ou no mar e que seus braços estão flutuando, leves e sem peso. É comum as alunas apresentarem muita tensão na posição dos braços, querendo tencionar para ficarem na posição.*

Desta forma, a imagem da água quente além de guiar o movimento, ainda auxilia no relaxamento do tônus.

No quesito 5, uma imagem que auxilia muito é a do foco de luz no peito:

- *Imagine que tem um foco de luz saindo seu peito e iluminado sua face, se você fechar sua postura este foco de luz se fecha como um olho, quando seu esterno está para dentro e seus ombros caídos, esta luz está quase apagada. Abra bem seu olho de luz e sinta seu rosto ainda mais bonito e expressivo.*

Esta imagem é muito eficaz e olhando para as alunas, quando passamos esta imagem, elas realmente parecem ficar com o rosto mais iluminado.

Para o destaque do busto é sempre lembrado que valorizar os seios é um orgulho para a bailarina árabe, podemos perceber pelos decotes, enchimentos e pela própria postura. Lembramos que no islamismo a mulher não deve andar com roupas agarradas e nem curtas, desta forma elas se aproveitam da postura

e dos seios fartos para estarem mais atraentes. Não precisamos ficar pensando na palavra postura, que por si só já causa tensão, pensamos em nos orgulhar desta fonte primeira de alimentação da humanidade que traz a imagem suprema do feminino:

*Os seios são a metáfora física do dar e receber. Nos tempos antigos simbolizavam abundância da natureza e de suas qualidades de criação.*⁷⁰

É importante lembrar que muitas mulheres passaram por uma fase da estética contemporânea, em que a mulher devia ser muito magra e com seios pequenos, muitas delas apresentam postura cifótica devido a esta constante tentativa de esconder, o que o ocidente há pouco tempo não valorizava. É muito comum a insatisfação das mulheres com este segmento do seu corpo, mas ao dançar pedimos para que elas tenham esta parte do seu corpo como algo sagrado, principalmente por estar intimamente ligado ao chacra cardíaco e à sensualidade.

No início das aulas sempre realizávamos alongamentos, privilegiando sempre o alongamentos das musculaturas posteriores, principalmente do segmento lombar, que sofre mais sobrecarga durante a prática desta dança. Procurávamos também utilizar massagens para relaxar o músculo trapézio e demais músculos das costas e ombros, para auxiliar nos movimentos suaves dos braços e também para se livrar de tensões trazidas de fora permitindo, um melhor fluxo energético.

⁷⁰ NORTHROP, Cristiane. **Corpo de Mulher, Sabedoria de Mulher**. Lisboa: Sinais de Fogo, 2000. p.290.

Utilizamos também massagens com bolinhas de tênis na sola dos pés e no segmento lombar, para maior soltura e proteção contra possíveis dores.

Primeiros movimentos – Primeiras viagens :

“ Caminhando por estas imagens que não são sonhos, nem delírios, mas que são elementos dos quais estou impregnado nos meus ossos, músculos, sangue, na minha pele, em minha memória corporal, percebo que estou caminhando e entrevedo espaços, paisagens e elementos de minha própria consciência.”⁷¹

Agora que falaremos de movimentos entraremos sem dúvida na polêmica questão da imitação. Por ser uma dança de outro povo e outra cultura, ela claramente deve ser feita basicamente em cima da imitação. Pois temos que seguir certas estruturas para que ela não perca sua característica típica, porém como cada corpo e cada pessoa é um ser único, muitas vezes determinado movimento que é de um jeito em uma pessoa pode apresentar-se um pouco diferente em outra. Diferenças na estrutura óssea e na quantidade de tecido adiposo, podem influenciar muito no movimento de uma aluna para a outra.

Tendo como base o movimento demonstrado pela professora, a aluna descobre através das imagens propostas, como este mesmo movimento pode

⁷¹ JESUS, op. cit., p. 27.

ser manifestado por ela. Quando trabalhamos com as imagens acabamos por estimular também a criação que é aceita nesta dança, desde que não interfira nas suas características específicas.

Nossas aulas seguiam sempre a seguinte estrutura básica:

1. Alongamento;

2. Primeira parte:

2.1. Revisão dos movimentos lentos aprendidos;

2.2. Ensinos de novos movimentos lentos;

2.3. Seqüência com música predominantemente lenta, coreografada pela monitora com a união dos passos aprendidos até então;

2.4. Improviso livre ou guiado por sugestões de imagens.

3. Segunda parte:

3.1. Revisão dos movimentos rápidos aprendidos;

3.2. Ensino de novos movimentos rápidos;

3.3. Seqüência com musica predominantemente rápida, coreografada pela monitora com a união dos passos aprendidos até então;

3.4. Improviso livre ou guiado por sugestões de imagens.

4. Finalização: relaxamento e alongamento final.

O primeiro movimento a ser trabalhado era sempre o de circundação das mãos, por ser mais fácil e também auxiliar na desinibição e apreensão da postura adequada. A imagem que criamos foi muito eficaz, principalmente para o ganho de flexibilidade nos dedos e metacarpo:

- *Imagine que você está pintando um potinho pelo lado de dentro, passando a tinta de forma circular no sentido horário.*

Estes movimentos de mãos, são quase sempre utilizados em músicas lentas e são realizados guiados pelo olhar. Quando bailarina ergue as mãos para o céu ela também olha para o céu e neste momento cria-se uma atmosfera sagrada e quando ela abaixa as mãos olha para seu próprio corpo cria uma atmosfera de sensualidade. Neste momento é como se houvesse um resgate da sensualidade sagrada perdida em nossa história.

Aliás, é possível notar vestígios da época em que esta dança era sagrada em vários momentos desta dança. Existe um ritmo árabe conhecido por *ayub* muito parecido com as marcações rítmicas usadas no candomblé, quando ele entra na música a bailarina começa jogar os cabelos para um lado e para o outro. Começa a rodar a cabeça e a girar como se estivesse em uma dança de transe. No Egito existe uma dança de transe chamada *zar* muito parecida com as danças das religiões afro-brasileiras, em que as moças participam para se livrarem das influências do gênios do mal, onde são usados incensos e túnicas brancas.

Os primeiros movimentos de quadril ensinados, eram sempre os mais simples possíveis, pois muitas alunas estão tendo seu primeiro contato com movimentos tão complexos neste segmento. Aliás é impressionante como as pessoas não tem noção da imensa possibilidade de movimentos que esta estrutura nos oferece.

Desta forma, utilizávamos a seguinte seqüência de ensino:

- *Encaixe e desencaixe de quadril.*
- *Batida lateral de quadril.*
- *Redondo pequeno de quadril (desenhando um pequeno círculo com o púbis).*

Estas movimentações ajudaram na conscientização integral do segmento coxofemoral (ligamentos, ossos, órgãos internos), favorecendo o distensionamento muscular. A partir daí dava-se início à aprendizagem de todos os outros movimentos básicos.

No ensino de alguns movimentos como o *quebrado*⁷², por ser de difícil entendimento, precisamos usar também a percepção tátil: a aluna segura com as mãos o quadril da professora para sentir a direção e intensidade de força do movimento.

Esta dança é executada com movimentos lentos e sinuosos (mais difíceis para aprendermos, pois são muito diferentes dos de nossa cultura) nas

⁷² Movimento de quadril em que os pés ficam paralelos e inteiros no chão e as cristas ilíacas se movem alternadamente para cima e para baixo com força, realizando uma “estocada” com a crista para baixo.

músicas lentas e com movimentos rápidos e vibrantes nas músicas rápidas. Assim preferíamos começar as aulas ensinando os movimentos lentos, pois além de serem mais difíceis necessitam de maior calma, relaxamento e concentração.

Nos movimentos lentos incluíam-se *os oitos de quadril no vários planos, as ondulações pélvicas, de braços e mãos; os círculos de quadril, mãos, busto e cabeça; nas lateralizações de cabeça*. Procuramos dar estes movimentos associados a imagens que já auxiliassem no desenvolvimento das interpretações.

Nestes tipos de movimentos usamos muito a imagem da água e do ar, que conferem um aspecto fluido e de leveza. Pedíamos para improvisarem utilizando estes movimentos lentos se guiando pelas seguinte imagens:

- *Imaginando que está imersa em água, em uma paisagem bem bonita, com cachoeira.*
- *Depois com os movimentos da dança brinque com a água através de seu quadril e com as mãos.*
- *Tente se lembrar de figuras míticas e deusas ligadas a água: sereias, Iemanjá, Isis, etc.*
- *Agora imagine que seu corpo é água e não existe mais, braços ou quadril, tudo é feito de água, fluído como água.*

Esta atividade foi muito eficaz para a união dos movimentos aprendidos, fluidez e plasticidade de movimento. Foi uma atividade que permitia um certo grau de desinibição por ser um momento de introversão e ao mesmo tempo de fácil representação. A utilização das imagens mitológicas começam a aparecer aí, mas porque utilizar estes recurso se muitas imagens mitológicas nada tem a ver com a cultura árabe?

A Bailarina de dança do ventre já é quase que um mito, traz uma imagem de mistério criando uma atmosfera muitas vezes sobrenatural, é sempre uma mulher poderosa que carrega consigo a imagem da sedução, do místico, do transe e da alegria. Uma das tarefas primordiais de minha atuação como professora desta dança é utilizar métodos para aflorar estas personagens na aluna. Imagens míticas como de deusas e sacerdotisas podem ser utilizadas para auxiliar na busca da energia necessária para esta interpretação. Não que conscientemente as bailarinas árabes façam isso ao dançar, mas este tipo de proposta seria uma forma de facilitar a execução de uma dança que exige que a mulher esteja a altura do universo mágico que envolve esta dança.

Voltando à questão da fluidez, um dos exercícios dados em aula que nomeamos de *toque mágico*⁷³ se mostrou bem eficaz, principalmente no movimentos lentos que exigem um certo nível de introspecção:

⁷³ Exercício passado pelo Prof. Dr. Adilson Nascimento de Jesus, nas aulas da disciplina MH 311, que adaptamos para o ensino da dança do ventre.

- *Formam-se duplas em que uma aluna fica de olhos fechados e a outra de olhos abertos;*
- *A de olhos abertos vai tocar nos diversos segmentos do corpo da outra e esta que está de olhos fechados deve responder com um movimento desta dança que solicite o segmento tocado;*
- *A de olhos abertos deve compor a coreografia e auxiliar na fluidez do movimento de um segmento do corpo para o outro ;*
- *A de olhos fechados deve sentir a música e responder aos toques de maneira suave e fluida .*

Este exercício também é uma boa forma de estimular o improviso em pessoas que ficam envergonhadas de improvisarem livremente.

Ainda sobre a expressão corporal, é importante ressaltar que quando pedíamos para as alunas improvisarem a primeira vez com movimentos lentos, sem uma imagem guiando, na maioria delas notava-se uma expressão de mulher fatal. Nos movimentos lentos sugeríamos também a imagem da serpente, sinuosa e sedutora, esta imagem era sempre facilmente incorporada . Segundo Buonaventura no início do séc. XIX, a mulher oriental carregava este estereótipo de mulher fatal, algo meio *vamp*. A autora ainda cita que esta imagem da mulher oriental foi ressaltada pela atriz holywoodiana Theda Bara:

Uma mulher sombria, olhos cheios de olheiras de cajal... Ela pode ser considerada como um dos primeiros exemplos de

*"estrela", cuja personalidade foi fabricada por um estúdio publicitário. Tudo o que foi dito sobre ela trazia algo de estranho, macabro.... Falava-se que ela havia nascido às sombras das pirâmides e que foi nutrida com leite de serpente; que seu pai era um cheique do deserto, que um de seus amantes havia se suicidado em seu camarim. Ela usava roupas do oriente médio, fingia não falar inglês e possuía um criado núbio que a conduzia em uma limosine branca. Seus trajes de vamp, foram precursores das roupas dos cabarés de hoje em dia: sutiãs ornamentados e saias sobre as ancas, deixando à mostra as pernas pela transparência..."*⁷⁴

Realmente, nas bailarinas árabes raramente vemos este tipo de expressão, mas no Brasil muitas bailarinas adotam esta personagem da mulher fatal. No oriente quando a música está lenta é comum vermos uma expressão suave podendo lembrar algo religioso, ou uma expressão de sofrimento como uma mulher que sofre por amor.

Como dissemos, atualmente um dos principais papéis da bailarina no oriente é o de interpretar as músicas que geralmente falam de amor, e muitas vezes de um sofrimento amoroso. Sendo assim, durante sua dança a bailarina utiliza muitos gestos para a interpretação, os braços e mãos são muitos expressivos nesta dança. Infelizmente no Brasil a maioria das bailarinas costumam utilizar os braços somente para executar os movimentos básicos como desenhos e ondulações, sem conteúdo expressivo.

⁷⁴ Wendy BUONAVENTURA. *Serpent of the Nile*, p. 137.

Em nossas aulas, desde o começo procuramos dar potencial expressivo aos movimentos de braços também através das imagens. Foram muitos os gestos trabalhados, alguns dos mais importantes foram:

- *Gestos de afastar, empurrar e receber (pegar), imaginado que afasta algo ruim e traz para si coisas boas;*
- *Gestos de quem brinca com água, que se adorna e mexe nos cabelos;*
- *Gestos típicos utilizados pelas mulheres árabes em certas ocasiões e gestos de animar o público como pedir palmas.*

Estes gestos eram trabalhados nos improvisos: primeiramente pedíamos para as alunas dançarem uma música utilizando todos os movimentos básicos que lembrassem, incluindo os novos que aprenderam na aula do dia. Depois que esta atividade estivesse concluída, pedíamos para tentar incluir alguns gestos que combinassem com o sentimento que a música transmite, tomando cuidado para não esquecer dos movimentos específicos da dança para não descaracteriza-la.

As músicas de ritmo mais rápido são as mais utilizadas pelas bailarinas no mundo árabe, pois caracterizam-se pela alegria e clima de festa que transmitem. Durante estas canções a bailarina atua como animadora da festa, sorrindo muito e brincando com o público. Os movimentos mais utilizados durante estas apresentações são os de vibração do quadril, onde a bailarina brinca com o balanço de seu quadril.

O ensino destes movimentos rápidos é mais fácil, acredito que por apresentar movimentos semelhantes aos existentes em nossa cultura corporal. Eles são de mais rápida apreensão pelas alunas, não sendo necessário utilizar muitas imagens como nos lentos, para guiar o ensino.

Dos movimentos rápidos um dos mais importantes é o *tremido*⁷⁵ de *quadril*, para ensiná-lo também precisamos utilizar várias imagens:

- *Imagine que dentro de sua pelve existe um guizo e que você quer produzir um som.*
- *Imagine que, como uma cobra, no seu cóccix existe guizo e que você precisa fazê-lo vibrar.*
- *Imagine-se como um cachorro quando está muito contente vibrando sua calda de forma frenética. (Esta imagem apesar de ser estranha, é uma das que mais funcionam)*
- *Imagine que seu quadril é uma bacia cheia de água e que nesta bacia começa cair gotas de chuva, aos poucos a chuva vai ficando mais forte e a água vibrando mais.*

Na verdade existem muitas imagens que utilizamos para este movimento que costuma causar agonia nas alunas, pois imagina-se que ele exige um grande esforço, mas a bailarina árabe não se esforça para fazê-lo, para ela é o auge do prazer na dança, é quando a música entra no seu apogeu. Por isso que precisamos muito destas imagens: para fazer com que este movimento não seja um sacrifício e nem solicite uma força física desnecessária.

⁷⁵ Vibração do quadril com a ajuda das pernas que ficam “bambas”, com movimentos antero-posteriores de joelhos alternadamente.

As alunas com maior camada de tecido adiposo no ventre e quadril costumam ter mais facilidade, pois é mais fácil controlar a vibração através deste tecido mole. Aliás para as bailarinas do mundo árabe ter um pouco de tecido mole no ventre é um orgulho, é como se elas brincassem com a “barriguinha”.

A seqüência de ensino dos movimentos básicos rápidos que achamos mais coerente e deu os melhores resultados foram:

1. Encaixe e desencaixe de quadril.
2. Batida lateral de quadril;
3. Torção de quadril;
4. Tremido de busto⁷⁶.
5. Tremido de quadril;
6. Básico egípcio e suas variações⁷⁷;
7. Twist⁷⁸.

Existem inúmeras variações destes movimentos inclusive em deslocamentos , estas variações eram distribuídas de forma coerente e com nível de complexidade crescente.

Costumávamos também montar uma coreografia bem simples acrescentando em toda aula os movimentos novos aprendidos, sendo assim,

⁷⁶ Movimento de balanço dos seios através de suaves e rápidas torções na cintura escapular.

⁷⁷ Na posição básica de peso na perna esquerda e perna direita a frente quase sem peso, apenas apoiada: O quadril direito torce no sentido para trás e para baixo no ritmo da música. É um dos movimentos mais característicos desta dança.

⁷⁸ Pernas um pouco afastadas antero-posteriormente com a direita a frente , peso distribuído: torcer o lado direito do quadril para frente levando todo peso para perna direita e voltando depois a girar este lado do quadril para trás jogando o peso para a perna de trás, sempre alternando estes movimentos.

ao fim do curso elas tinham uma coreografia para a recordação dos movimentos aprendidos.

As músicas de ritmo mais acelerado e alegre são as mais utilizadas pelas bailarinas no mundo árabe, pois um dos papéis fundamentais desta é animar a festa e trazer alegria para os convidados. Assim, neste tipo de música existe muito contato visual e brincadeiras da bailarina com o público, neste momento a bailarina celebra a alegria. Também, como já foi dito no capítulo 2, nas festas femininas é muito comum esta dança entre as mulheres como uma brincadeira, um momento lúdico entre elas.

Esta expressão de celebração e alegria é muito difícil de ser incorporado pelas alunas, a timidez de sorrir e de olhar nos olhos de outra pessoa geralmente é muito grande. Para que o sorriso não se tornasse algo mecânico e se acostumassem com o contato visual fazíamos alguns jogos :

Pedíamos para que naquele momento só lembrassem de momentos felizes, e que se formassem duplas. Uma dançava para a outra de forma alegre como no carnaval (uma tentando alegrar a outra), aos pouco com movimentos de deslocamento iam se distanciando uma da outra sem perder o contato visual. Ao comando da monitora, pedíamos para que se aproximassem e a outro comando distanciassem, assim seguia-se a atividade.

Outra atividade comumente realizada em nossas aulas foi a da roda, onde se forma um círculo de alunas e de duas em duas entram no centro da roda para dançarem. Assim da mesma forma que na atividade anterior, elas

devem trocar olhares e sorrisos, brincando entre si. Com o tempo, quando elas já estavam acostumadas com este tipo de atividade, pedia-se para que de uma a uma dançassem um solo no meio da roda, agora brincando e sorrindo para os integrantes do círculo.

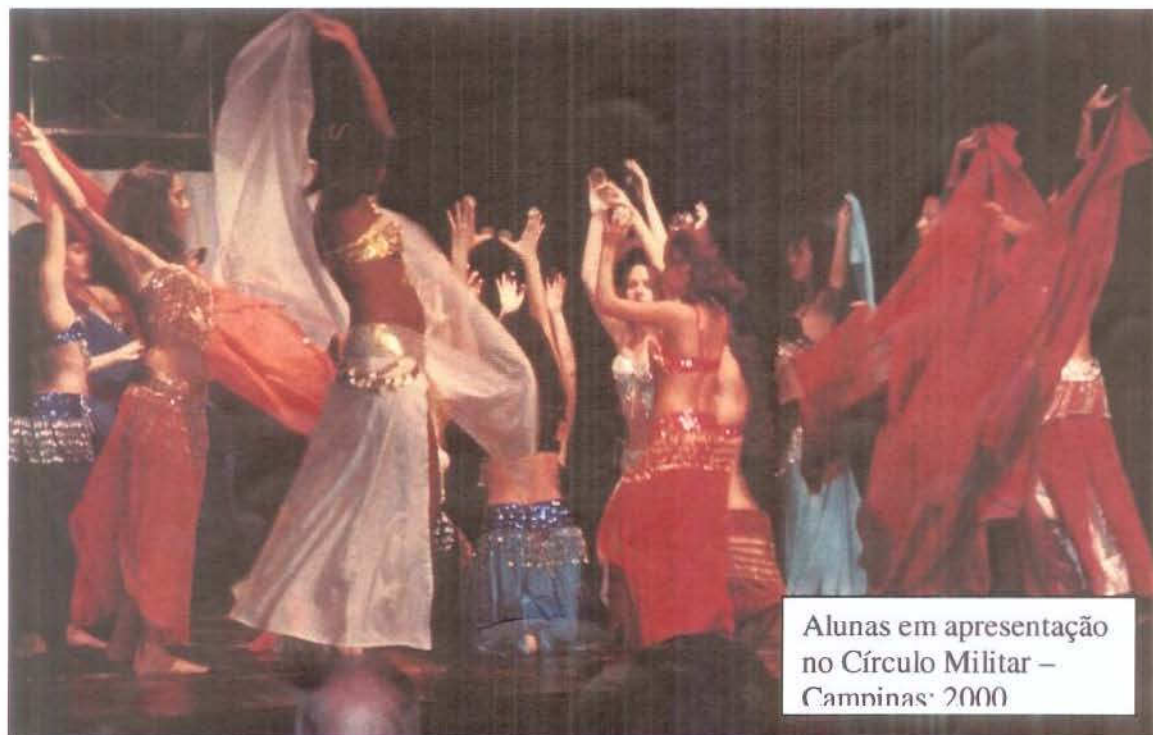
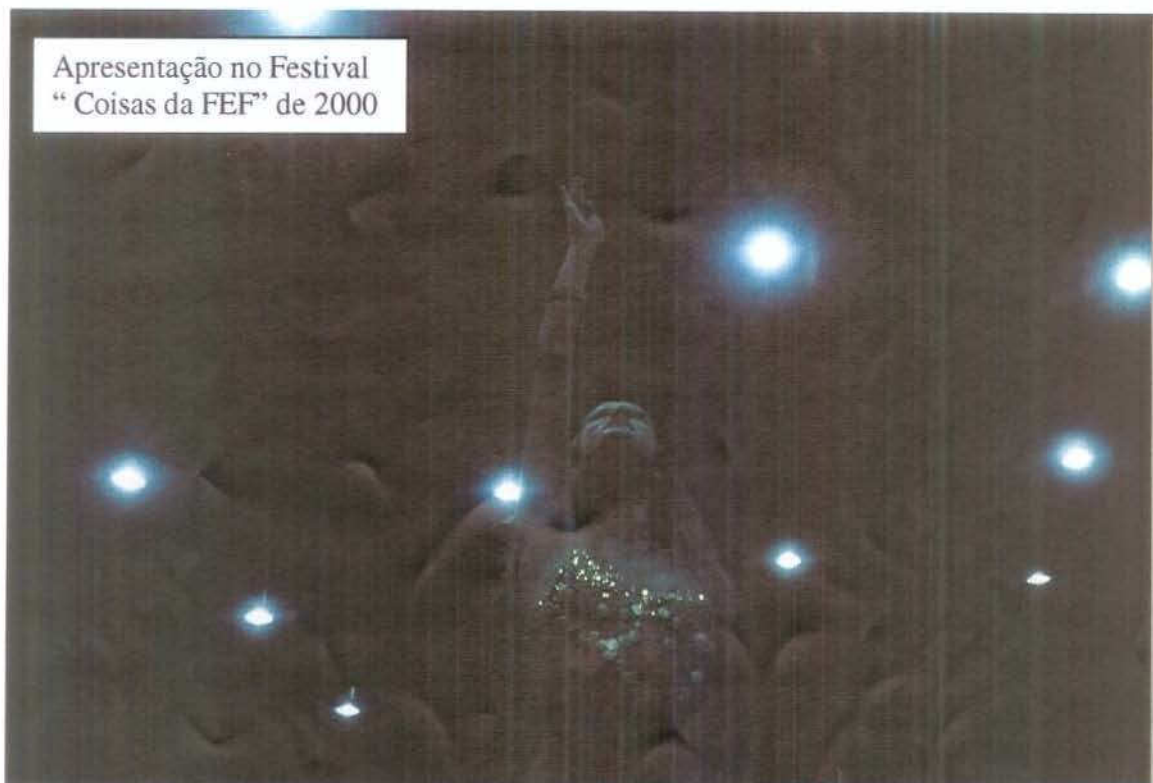
Acreditamos que um dos valores importantíssimos neste tipo de atividade é o respeito pela aluna, se ela está muito tímida ou não está com vontade de participar, tentamos convence-la explicando a importância da atividade, mas não forçamos esta participação. Mas os resultados nestes jogos sempre foram excelentes, nas primeiras vezes que o realizamos elas se mostram tímidas e acanhadas, mas com o tempo vão se soltando e ao final do curso costumam realiza-los tranquilamente.

Ao final do curso também ensinávamos um pouco da utilização do véu que é um forte motivador na aprendizagem, devido a beleza e facilidade de seu trabalho. A utilização do véu também contribui muito para o desenvolvimento de uma postura mais ereta e para o começo do trabalho com a meia ponta alta que é essencial nas etapas mais avançadas da dança.

Finalizando os semestre realizávamos uma festa entre as alunas, pedíamos que viessem com alguma roupa improvisada de dança do ventre e se maquiassem para colocarem em prática tudo o que aprenderam e realmente festejar o fato de estarem realizando uma dança tão antiga e de um povo tão distante.

Algumas imagens : apresentações e momentos

Apresentação no Festival
“ Coisas da FEF” de 2000



Alunas em apresentação
no Círculo Militar –
Campinas 2000

Apresentação de dança
folclórica do Líbano



Aluna dança em festa de
fim de ano no salão de
dancas



Alunas em atividade
de improvisação



Alunas dançam em
festa de fim de ano
- 2001



Alunas em apresentação no
Festival "Coisas da FEF"
de 2002.





Alinas em apresentação no Esnetáculo Mulheres do Nilo - 2002.



CONSIDERAÇÕES FINAIS

No período de elaboração deste trabalho passamos por várias dificuldades, por ser um tema ainda pouco estudado no âmbito acadêmico. Observamos a grande escassez de material bibliográfico disponível em língua portuguesa, por isso tivemos que recorrer a dois livros em língua estrangeira. Acreditamos que este trabalho está entre os pioneiros que adentraram por este tema na universidade.

Através dele podemos observar que muitas questões podem ser levantadas a respeito deste tema, muitos caminhos no levam para a necessidade de mais estudos para que esta manifestação cultural seja melhor compreendida em todos seus aspectos.

Fatores como o poder das imagens na aprendizagem e a utilização de imagens míticas para desenvolver a interpretação desta dança, podem ser apontados como um caminho de estudos futuros que este trabalho nos aponta.

A dança do ventre, como a maioria das outras danças, já há muito tempo vem seguindo a linha da imitação pura e total através do espelho. Acredito que a utilização das imagens como as sugeridas neste trabalho, possam auxiliar na interiorização dos movimentos, ou seja, depois de

aprendido o movimento a aluna o busca dentro dela mesma e não mais fora, e não mais no outro. Jesus⁷⁹ nos aponta para esta reflexão:

Pelo brinquedo fica mais fácil e acentuamos o trabalho perceptivo sem o uso da imagem externa dada pelo espelho, que neste momento interferiria negativamente no processo, já que nos interessa, não a imagem da forma vinda de um estímulo externo ao corpo, mesmo se referindo a ele, mas a própria imagem interna, como resultado presente vindo da percepção íntima do sujeito sobre si mesmo.

Outro fator que seria muito relevante para o âmbito da educação física é a questão da imagem corporal valorizada nos países árabes. Como dissemos, lá a mulher com formas arredondadas é aceita como padrão de beleza. O que aqui a nossa própria área de conhecimento muitas vezes abomina, lá pode ser motivo de status para a mulher.

Estas diferenças culturais na questão da imagem corporal são um fator que merece muita reflexão da nossa área de conhecimento, uma vez que a imagem de corpo valorizada por nossa cultura é a do corpo feminino jovem, achatado, sem adiposidades, sem celulites, etc. Portanto, um corpo praticamente impossível de ser construído para uma mulher que não fique horas em uma academia, principalmente quando a idade avança. Isto acaba criando uma relação de insatisfação com o próprio corpo e quadros de baixa auto-estima em grande parte das mulheres que geneticamente e naturalmente

⁷⁹ JESUS, op. cit, p.30.

carregam maior número de células adiposas que os homens, principalmente no quadril.

Talvez, esta dança esteja se proliferando tão rápida e maciçamente, por revelar um grito de revolta, uma vez que ela diferentemente do balé clássico e de muitas outras danças, acolhe todas as diversidades femininas (idade, peso, forma, etc). Esta dança, sobretudo acaba auxiliando a mulher a se gostar como ela é, e não mais ficar eternamente atrás de um corpo atlético e totalmente esbelto, impossível de ser alcançado para grande parte das mulheres.

Esperamos também que o presente trabalho possa auxiliar no esclarecimento da imagem, muitas vezes distorcidas, que algumas pessoas possuem a respeito desta dança. Durante toda a graduação pude perceber muita falta de informação e preconceito a respeito dela, tanto por parte de alunos quanto dos professores. A imagem da sedução e de que ela é feita para dançar exclusivamente para os homens, ainda é predominante, e também muitas vezes, não existe a consideração de que ela é uma arte milenar praticada por grande parte das mulheres árabes.

A elaboração deste trabalho foi muito gratificante, pois pude concretizar um sonho que era poder trabalhar teoria e prática caminhando juntas, sem haver separação. Acredito que muitas coisas aprendidas na graduação puderam ser aplicadas para dar mais consciência e versatilidade à minha atuação como professora. Por estas linhas está inscrito um sonho realizado.

LISTA DE FIGURAS

- FIGURA 1 Mulheres da zona rural na margem do Nilo (Femmes Fallahs au board du Nil), quadro de Léon Belly pintado em 1863.
Fonte: Thornton, 1985, p. 175.
- FIGURA 2 As bailarinas (Les danseuse), retrata uma festa feminina de casamento árabe, quadro de Gaston Saintpierre.
Fonte: Thornton, 1985, p. 97.
- FIGURA 3 A bailarina (Le danseuse), retrata uma bailarina dançando em uma casa egípcia com snujs, quadro de Giulio Rosati.
Fonte: Juler, 1987, p. 38.
- FIGURA 4 Bailarina Oriental (Danseuse orientale), quadro de Edouard Richter.
Fonte: Thornton, 1985, p. 95.
- FIGURA 5 Bailarina dançando em um harém (Danseuse dans un harem), quadro de Gustavo Simoni pintado em 1881.
Fonte: Juler, 1987, p. 79.
- FIGURA 6 Dançando com o pandeiro (Danseuse au tambourin), quadro de Otto Pilny.
Fonte: Thornton, 1985, p. 43.
- FIGURA 7 La danseuse de la gargoulette, quadro pintado por Alfred Darjou em 1869.
Fonte: Thornton, 1985, p. 129.
- FIGURA 8 A dança do sabre em um café (La danse du sabre dans un café), quadro pintado por Jean - Léon Gérôme em 1875.
Fonte: Ackerman, 1992, p. 118.

FIGURA 9 A almée (L`almée): quadro pintado por Jean - Léon Gérôme em 1863, retrata uma bailarina dançando com snujs.

Fonte: Ackerman, 1992, p. 63.

REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ACKERMAN, Gerald M. **La vie et L'oeuvre de Jean-Leon Gerome**. Paris: ACR Édition, 1992. 135p.

ALEXANDER, Gerda. **Eutonia : Um caminho para a Percepção Corporal**. São Paulo: Martins Fontes, 1991. 196 p.

ARANHA, Maria L. A . **Filosofando: Introdução a filosofia**. São Paulo: Moderna, 1994. 400 p.

ATON, Merit. **Dança do Ventre, Dança do Coração**. São Paulo: Radhu, 2000. 249 p.

BENCARDINE, Patrícia. **Dança do Ventre: Ciência e Arte**. São Paulo: Texto Novo, 2002. 178 p.

BOURCIER, Paul. **História da Dança no Ocidente**. São Paulo: Martins Fontes, 1987. 339 p.

BUONAVENTURA, Wendy. **Serpent of the Nile: Women and Dance in the Arab World**. New York: Interlink Publishing Group, 1998.

_____. Mundo Árabe: Um Desejo de Emancipação. **Correio da Unesco**, Rio de Janeiro, n 3, 1996 .

COLETIVO DE AUTORES. **Metodologia do Ensino da Educação Física**. São Paulo: Cortez, 1992. 119 p.

DAÓLIO, Jocimar. **Da Cultura do Corpo**. Campinas: Papirus, 1995. 135 p.

HANNA, Judith Lynne. **Dança, Sexo e Gênero**. Rio de Janeiro: Rocco, 1999. 417 p.

JESUS, Adilson Nascimento de. **Vivências Corporais: Proposta de trabalho de Auto-Conscientização**. Dissertação de Mestrado. Universidade Estadual de Campinas, Faculdade de Educação Física, 1992.

JULER, Caroline. **Les orientalistes de l'école italienne**. Paris: ACR Édition, 1987.

LA REGINA. Glaucia. **Dança do Ventre: Uma Arte Milenar**. São Paulo: Moderna.

LE BON, Gustave. **A Civilização Árabe**. Curitiba: Paraná Cultural. 1841-1931, 532 p.

LEWIS, Bernard. **O Oriente Médio: Do Advento do Cristianismo aos Dias de Hoje**. Rio de Janeiro: Jorge Zahar. 1996. 389 p.

MENDES, Maria G. . **A Dança**. São Paulo: Ática, 1987. 79p.

MOHAMED, Shokry. **La Danza Mágica Del Vientre**. Madrid: Mandala, 1994. 180p.

NORTHROP, Cristiane. **Corpo de Mulher, Sabedoria de Mulher**. Lisboa: Sinais de Fogo, 2000. 735p.

OIDA, Yoshi. **O Ator Invisível**. São Paulo: Beca, 2001. 174p.

PENNA, Lucy . **Dance e Recrie o Mundo**. São Paulo: Summus, 1993, 168 p.

QUALLS-CORBETT, Nancy. **A Prostituta Sagrada: A Face Eterna do Feminino**. São Paulo: Paulus, 1990 . 218 p.

PORTINARI, Maribel. **História da Dança**. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1989. 304 p.

RAMOS, Renata C. L. (Org.). **Danças Circulares Sagradas: Uma Proposta de Educação e Cura**. São Paulo: Triom, 1998. 195 p.

SOLÉ, Robert. **Egito: Um Olhar Amoroso**. Rio de Janeiro: Ediouro, 2003. 445 p.

THORNTON, Lynne. **La Femme Dans La Peinture Orientaliste**. Paris: ACR Édition, 1985.