

# Danças circulares sagradas

“A dança, para os povos, é uma maneira de expressar suas necessidades, dúvidas, angústias, alegrias, sentimentos, como também de estabelecer relações entre si, com a natureza e com a sociedade. As danças carregam a marca celular e memória instintiva de todos que se foram antes, dançando estes mesmos passos e rituais”.

Yara Aparecida Couto - docente da Universidade Federal de São Carlos

**A** dança é a primeira manifestação lúdica e expressiva da arte humana e ocorre nas mais diversas culturas, como expressão natural, livre e simbólica. Coloca o homem em contato com as forças primitivas e expressa elementos das forças coletivas.

As danças circulares dos povos são chamadas “sagradas” porque unem o ser à fonte e à essência de cada um e promovem uma comunhão que se expande a todos os seres. Sagrada, porque é o contato com a essência do seu ser que está intimamente conectada com algo divino.

As danças circulares foram resgatadas pelo coreógrafo alemão Bernhard Wosien que identificou as danças folclóricas e primitivas como prática corporal mais apropriada para expressar os sentimentos. Em 1976, ministrou aos residentes da comunidade de Finhorn na Escócia o primeiro curso dessas danças tradicionais. No Brasil, a dança circular foi introduzida por Sarah Marriot, em 1995, que morou em Fin-



Foto: Paulo Bau

Danças folclóricas e primitivas são práticas corporais que expressam melhor os sentimentos

horn, e fundou a UNILUZ, na região de Nazareth Paulista, no interior de São Paulo.

“As Danças Circulares Sagradas espalharam-se pelo mundo e, atualmente, são praticadas em parques públicos, festas folclóricas, universidades, empre-

sas, escolas e até hospitais. A dança traz um resgate e um amadurecimento para o trabalho em equipe e promove um ambiente saudável nas relações entre os participantes.

A dança faz a pessoa trazer o melhor de si para a vida coti-

*A prática promove amadurecimento do trabalho em equipe e ambiente saudável nas relações entre os participantes*



Força do círculo é conhecida há séculos como um poderoso símbolo de unidade e totalidade

diana. Identifica os sentimentos, as potencialidades e as qualidades adormecidas no ser humano e promove assim a saúde dos participantes.

A força do círculo é conhecida há séculos e é um poderoso símbolo de unidade e totalidade. O trabalho de mãos dadas simboliza a confiança e o apoio

mútuo. No círculo, não existe a hierarquia e as atitudes de competição são substituídas por atitudes cooperativas”, afirma Fernando De Vicenzo.

Maria Fernanda Micotti Cargano, ex-coordenadora da Unidade de Saúde do Centro de Convivência e Cooperativa (CECCO) da Freguesia do Ó, explica que a dança circular é realizada com o auxílio de um “focalizador”, que orienta os passos, o ritmo e age como o captador e expansionista de energias mais sutis.

Segundo a terapeuta ocupacional, as Danças Circulares Sagradas são folclóricas, tradicionais ou contemporâneas e uma de suas características é a universalidade, onde está embutida a mais alta sabedoria e estão codificadas as características da alma popular.

### Agenda das Danças Circulares nos Parques em São Paulo:

#### - Parque do Ibirapuera

1º domingo – 10h00 – próximo ao Viveiro Manequinho Lopes. Avenida IV Centenário, s/nº, Portão 7A.

#### - Parque da Luz

2º domingo – 10h00 – atrás dos coretos.

Praça da Luz s/nº – Bom Retiro.

#### - Horto Florestal (Parque Alberto Löefgren)

2º domingo – 10h00 (temporariamente suspenso).

Rua do Horto, 931 – Tremembé.

#### - Parque Trianon (Tenente Siqueira Campos)

3º domingo – 10h00 – ao lado do playground.

Rua Peixoto Gomide, 949 – Cerqueira César.

#### - Parque Villa Lobos

4º domingo – 10h00 – à esquerda da entrada principal.

Avenida Professor Fonseca Rodrigues, 1655 – Alto de Pinheiros.

#### - Parque da Aclimação

Último sábado – 10h00 – próximo à Administração.

Rua Muniz de Souza, 1.119 – Aclimação.

#### - Parque da Água Branca (Fernando Costa)

Último domingo – 11h00 – no Bambuzal.

Avenida Professor Francisco Matarazzo, 455 – Água Branca.

As rodas estão abertas a todos que gostam de dançar, dos experientes aos iniciantes! Participe e convide os amigos!

### CECCO Freguesia do Ó

Rua Antonio Genelle, 30 –  
Jardim Monte Alegre  
CEP 02731-000 – Fone:  
3931-5956.

### Assessoria Técnica

Márcia Kersul