



«ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΕΛΛΗΝΙΚΟΙ ΧΟΡΟΙ – ГРЕЧЕСКИЕ НАРОДНЫЕ ТАНЦЫ»

<http://ebooks.edu.gr/modules/ebook/show.php/DSDIM-G100/156/1110,4042/>

Ο χορός στην Αρχαία Ελλάδα

Στην αρχαία Ελλάδα ο χορός ήταν ένα από τα βασικότερα στοιχεία της εκπαίδευσης των νέων. Στην αρχαία Σπάρτη για παράδειγμα, ο χορός αποτελούσε μέρος της σκληρής στρατιωτικής εκπαίδευσης των νέων Σπαρτιατών. Οι θρησκευτικοί χοροί αποτελούσαν μέρος των θρησκευτικών τελετών και μυστηρίων των αρχαίων Ελλήνων. Στις θεατρικές παραστάσεις επαγγελματίες χορευτές δηλαδή οι ορχηστές εκτελούσαν τους χορούς στην τραγωδία, στην κωμωδία και στο σατυρικό δράμα. Επίσης, η προετοιμασία για τους αγώνες και τους πολέμους περιελάμβανε και πολεμικούς χορούς. Αλλά και στον ιδιωτικό τους βίο οι αρχαίοι Έλληνες χόρευαν στα συμπόσια και στους γάμους ενώ οι θρηνηδοί εκτελούσαν τους χορούς του πένθους. Η Τερψιχόρη μια από τις εννέα μούσες ήταν γι' αυτούς η προστάτιδα του χορού.

Πολιτισμικές κοινότητες και παραδοσιακοί χοροί



ГРЕЧЕСКИЙ КУЛЬТУРНЫЙ ЦЕНТР
Москва, Алтуфьевское шоссе, 44
офис № 9, 2 этаж
Тел.: 7084809 – Тел./Факс: 7084810

ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
Altufyevskoe shosse, 44, office No 9, 2nd floor
127566 Moscow, Russia
Tel.: +7 495 7084809; Tel./Fax: +7 495 7084810

e-mail: hcc@mail.ru info@hecucenter.ru
www.hecucenter.ru
skype: hellenic.cultural.center
facebook: <http://www.facebook.com/Hecucenter>
vkontakte: <http://vk.com/hecucenter>
Instagram: @hecucenter

Οι Έλληνες, ως έθνος, συγκροτούνται από πολιτισμικές κοινότητες, δηλαδή ομάδες ανθρώπων που έχουν κοινή καταγωγή και συνδέονται με δεσμούς κοινής πολιτισμικής δράσης (π.χ. κοινές παραδόσεις, κοινά ήθη κι έθιμα). Στον ελλαδικό χώρο, τέτοιες πολιτισμικές κοινότητες βρίσκουμε στη Θράκη, στη Μακεδονία, στην Ήπειρο, στη Θεσσαλία, στη Ρούμελη, στο Μοριά, στην Κρήτη, στα νησιά του Ιονίου και του Αιγαίου, στην Κύπρο. Κάθε πολιτισμική κοινότητα έχει τους δικούς της τοπικούς χορούς οι οποίοι διαφέρουν από πόλη σε πόλη ή από χωριό σε χωριό. Σε κάθε περιοχή της χώρας μας υπάρχουν τοπικοί χοροί. Χορεύονται συνήθως σε μεγάλες ετήσιες γιορτές όπως το Πάσχα, τις αποκριές, την πρώτη μέρα της άνοιξης, καθώς επίσης στη βάφτιση, στον αρραβώνα, στο γάμο κ.α. Μαθαίνοντας τους χορούς, τα τραγούδια και τις παραδόσεις μας, μαθαίνουμε πώς ζούσαν οι πρόγονοί μας σε παλαιότερες εποχές.

Ονοματολογία χορών

Η ονομασία των χορών προέρχεται κυρίως από τον τρόπο με τον οποίο χορεύεται ο καθένας ή από τη γεωγραφική περιοχή στην οποία έχει πρωτοχορευτεί. Ο ζωναράδικος, για παράδειγμα, πήρε το όνομά του απ' το γεγονός ότι οι χορευτές πιάνονται από τα ζωνάρια τους. Η σβαρνιάρια (καραγκούνα), από τον τρόπο που κινείται η κοπέλα που τον χορεύει. Η ζαχαρούλα, από το όνομα μιας κοπέλας. Ο αντικριστός από την αντικριστή θέση των χορευτών. Ο ζαγορίσιος ή συρτός χανιώτικος, είναι χοροί που χορεύονται στο Ζαγόρι της Ηπείρου και στα Χανιά της Κρήτης αντίστοιχα κι από εκεί πήραν το όνομά τους.

Παραδοσιακές φορεσιές

Κάθε πολιτισμική κοινότητα του ελληνισμού έχει τη δική της παραδοσιακή φορεσιά. Οι φορεσιές διακρίνονται σε γιορτινή, καθημερινή και του γάμου (νυφιάτικη, γαμπριάτικη). Η γυναικεία φορεσιά παρουσιάζει πολύ μεγάλη ποικιλία με έντονους χρωματισμούς, κεντήματα και στολίδια. Η ανδρική φορεσιά είναι πιο λιτή από τη γυναικεία και κυριότεροι τύποι αυτής είναι η βράκα και η φουστανέλα.



<https://paroutsas.jmc.gr/dances/index.htm>

Εισαγωγή

ΚΕΝΤΡΟ ΚΟΥΛΤΥΡΝΗΙ ΚΕΝΤΡ
Москва, Алтуфьевское шоссе, 44
офис № 9, 2 этаж
Тел.: 7084809 – Тел./Факс: 7084810

ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
Altufyevskoe shosse, 44, office No 9, 2nd floor
127566 Moscow, Russia
Tel.: +7 495 7084809; Tel./Fax: +7 495 7084810

e-mail: hcc@mail.ru info@hecucenter.ru
www.hecucenter.ru
skype: hellenic.cultural.center
facebook: <http://www.facebook.com/Hecucenter>
vkontakte: <http://vk.com/hecucenter>
Instagram: @hecucenter

Χορός είναι η ρυθμική κίνηση ενός ή περισσότερων προσώπων που εκτελείται με συνοδεία μουσικής ή τραγουδιού. Στην αρχαιότητα λεγόταν χορός και το άσμα των ορχουμένων (το τραγούδι) και αυτή η ομάδα των ορχουμένων (χορευτών). Σύμφωνα με τον Maurice Bejarts ο χορός είναι μια από τις σπάνιες ανθρώπινες δραστηριότητες όπου ο άνθρωπος δίνεται ολοκληρωτικά: σώμα, καρδιά και πνεύμα.

Ως τέτοια δραστηριότητα λοιπόν, εμφανίζεται πολύ νωρίς στις ανθρώπινες κοινωνίες ως μέσο εξωτερίκευσης συναισθημάτων και ως λατρευτική τελετουργία.

Η τάση για χορό φαίνεται πως είναι ένστικτη αν αναλογιστούμε ότι μπορεί να εντοπιστεί ακόμα και σε πολλά άλλα είδη του ζωικού βασιλείου. Πολλά πουλιά, ή ζώα για παράδειγμα, εκτελούν –κυρίως κατά την αναζήτηση συντρόφου- διάφορες ρυθμικές κινήσεις μέσα από τις οποίες εξωτερικεύουν τις ανάγκες τους. Αποδεικνύουν με τον τρόπο αυτό – όπως εικάζεται – την καλή τους κατάσταση, η οποία θα επιτρέψει την διαδικασία της σωστής φυσική επιλογής.

Μια τόσο βαθιά ριζωμένη ενστικτώδης αντίδραση, λοιπόν, είναι φυσικό να εξελίχτηκε υπό την επήρεια των διάφορων πολιτισμικών παραγόντων σε ένα πολύ εκλεπτυσμένο φαινόμενο με διαφορετικές εκφάνσεις από λαό σε λαό και από εποχή σε εποχή. Είναι δηλαδή επόμενο να δέχτηκε επιδράσεις τόσο από θρησκείες όσο και από τη γενικότερη αντίληψη περί ηθικής που επικρατούσαν κατά καιρούς.

Έτσι οι Ινδοί, προκειμένου να προσφέρουν στο θεό Ήλιο πρωινή ή εσπερινή θυσία και προσευχή, αντί να το κάνουν, έστρεφαν προς την ανατολή και τον χαιρετούσαν χορεύοντας. Οι Αιθίοπες άρχιζαν την μάχη, αφού πρώτα χόρευαν.

Οι ευγενέστατοι Ρωμαίοι ιερείς, οι Σάλιοι, χόρευαν με πολλή τέχνη στους δρόμους της Ρώμης, μια ορισμένη εποχή, ένοπλους πολεμικούς χορούς, για να τιμήσουν τον Άρη, τον Δία, τον Ιανό και τους άλλους μεγάλους θεούς τους.

Οι Έλληνες πίστευαν ότι ο χορός ήταν δώρο των θεών προς τον άνθρωπο για να μπορεί να ξεχνιέται, μέσω αυτού, από τους κόπους και τις θλίψεις της ζωής του. Περιγραφές χορού συναντάμε σε αρχαιότατα κείμενα και ήδη στον Όμηρο, τον βρίσκουμε σε πλήρη άνθηση, με αποκορύφωμα ασφαλώς της τελειοποίησής του την κλασική εποχή.

Σύμφωνα με την μυθολογία, ο Δίας σώθηκε από την μανία του πατέρα του Κρόνου, χάρη στον χορό των Κουρητών, και τον θόρυβο που έκαναν τα ξίφη τους καθώς

ГРЕЧЕСКИЙ КУЛЬТУРНЫЙ ЦЕНТР
Москва, Алтуфьевское шоссе, 44
офис № 9, 2 этаж
Тел.: 7084809 – Тел./Факс: 7084810

ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
Altufyevskoe shosse, 44, office No 9, 2nd floor
127566 Moscow, Russia
Tel.: +7 495 7084809; Tel./Fax: +7 495 7084810

e-mail: hcc@mail.ru info@hecucenter.ru
www.hecucenter.ru
skype: hellenic.cultural.center
facebook: <http://www.facebook.com/Hecucenter>
vkontakte: <http://vk.com/hecucenter>
Instagram: @hecucenter

χτυπούσαν τις ασπίδες τους. Η Αθηνά επινόησε πρώτη τον «πυρρίχιο» πολεμικό χορό, για να γιορτάσει τη νίκη της ενάντια στους Τιτάνες.

Θρησκευτικοί ήταν οι χοροί «γυμνοπαιδία» των Αρχαίων Σπαρτιατών, τους οποίους χόρευαν σε τακτές μέρες, γυμνοί χορευτές, για να τιμήσουν τον Απόλλωνα την Άρτεμη και τη Λητώ.



Εξ άλλου η μυθολογία διέθετε «ειδική» έφορο του χορού την μούσα Τερψιχόρη, ενώ ακόμα και ο Σωκράτης αισθάνονταν ιδιαίτερη κλίση στο χορό και τον απολάμβανε με ευχαρίστηση: «Της δε Μέμφιδος ορχήσεως, ήρα και Σωκράτης ο σοφός και πολλάκις καταλαμβανόμενος ορχούμενος, ως φησι Ξενοφών, έλεγε τοις γνωρίμοις, παντός είναι μέλος γυμνάσιον την όρχησιν.»² (Αθήναιου, «Δειπνοσοφισταί» Β.Α. 37) Δηλαδή: «Ακόμα κι ο σοφός Σωκράτης αγαπούσε το χορό της

Μέμφιδος, και όταν πολλές φορές, τον έπιαναν να χορεύει, όπως λέει ο Ξενοφώντας, έλεγε στους γνωστούς του ότι ο χορός αποτελεί άσκηση για κάθε μέλος του σώματος».

Γενικά η ανθρώπινη ψυχή, ανακουφίζονταν από τα πάθη της με τις λεπτές εξειδικευμένες κινήσεις των διάφορων χορών. Γι' αυτό επινόησαν χορούς θρησκευτικούς, πολεμικούς, γυμναστικούς, θεατρικούς, συμποσίων, χορούς για γαμήλιες και άλλες χαρμόσυνες ή πένθιμες πομπές, χορούς εθνικούς ή λαϊκούς.

Από το πλήθος αυτών των χορών επέζησαν ως τα σήμερα οι λαϊκοί, οι οποίοι διακρίνονταν ανάλογα με την περιοχή προέλευσής τους σε Τροιζήνιους, Επιζεφύριους, Ιωνικούς, Μαντινειακούς κτλ. Αυτή η διαχρονικότητα οφείλεται ασφαλώς στο ότι οι χοροί αυτοί αποτελούσαν το προσφορότερο μέσον ψυχαγωγίας των πλατιών λαϊκών στρωμάτων κι έτσι καλλιεργήθηκαν εντατικότερα σ' όλες τις εποχές³. Είναι εντυπωσιακό ότι ακόμα και την περίοδο των Βυζαντινών χρόνων, παρ'



ότι η στάση της Ορθόδοξης –όπως και της Καθολικής – Εκκλησίας υπήρξε εχθρική απέναντι στους χορευτές, κάποιοι από τους αρχαίους ρυθμούς επιβίωσαν και ενσωματώθηκαν από τα λαϊκά κυρίως στρώματα στις καθημερινές τους εκδηλώσεις.

Έτσι οι χοροί αυτής της περιόδου εξακολουθούν να παραμένουν «κύκλιοι» με στοιχεία που παραπέμπουν άμεσα στην σημερινή παραδοσιακή χορευτική πρακτική. Ο «συρτός» των Βυζαντινών για παράδειγμα, χορευόταν από πολλούς

Культурный центр
Туфьевское шоссе, 44
е № 9, 2 этаж
Тел./Факс: 7084810

KENTPO EΛΛHNIKOY ΠOΛITIΣMOY
Altufyevskoe shosse, 44, office No 9, 2nd floor
127566 Moscow, Russia
Tel.: +7 495 7084809; Tel./Fax: +7 495 7084810

e-mail: hcc@mail.ru info@hecucenter.ru
www.hecucenter.ru
skype: hellenic.cultural.center
facebook: <http://www.facebook.com/Hecucenter>
vkontakte: <http://vk.com/hecucenter>
Instagram: @hecucenter

χορευτές, με λαβή από τις παλάμες ή με μαντίλια ενδιάμεσα και με τον καιρό εξελίχτηκε σε μικτό χορό. Επιβίωσαν ακόμα την εποχή εκείνη ο «Πυρρίχιος» και «Κόρδακας», ένας αρχαίος άσεμνος χορός που εκτελούνταν από υποκριτές του θεάτρου.

Κατά την περίοδο της Τουρκοκρατίας, ο χορός, σε συνδυασμό με το αναπόσπαστο κομμάτι τους, το τραγούδι, αποτέλεσε ένα ισχυρό όπλο ενάντια στην αλλοτρίωση και την απώλεια της Εθνικής συνείδησης. Είναι σημαντικό να επισημανθεί ότι τη περίοδο αυτή γεννιούνται και νέα είδη χορών που περιγράφουν ηρωικά κατορθώματα και μεγάλες στιγμές της Ελλάδας, πράγμα που ενίσχυε ακόμη περισσότερο την ηθική αντίσταση των υπόδουλων. Τέτοιοι χοροί είναι ο «Καγκελεύτος» στην Χαλκιδική, η «Μακρυνίτσα» στην Νάουσα και ο «Χορός του Ζαλόγγου» στην Ήπειρο.

Οι κλέφτικοι χοροί, εξ άλλου, ήταν στενά συνδεδεμένοι με την στρατιωτική προετοιμασία και την ψυχαγωγία των άτακτων στρατιωτικών σωμάτων των κλεφταρματολών.⁴

Μετά την απελευθέρωση και την δημιουργία του πρώτου ελληνικού κράτους, παρατηρείται μια γνήσια παραδοσιακή έκφραση στους χορούς και την μουσική που επηρεάστηκαν είτε από την ιστορία των περιοχών απ' όπου προέρχονται είτε από την ομορφιά του ελληνικού τοπίου

Η γραφικότητα και η ποικιλία των χορών αυτών, η πλειονότητα των οποίων χαρακτηρίζεται από το ερωτικό κυρίως στοιχείο, συνδυαζόμενη με την γραφικότητα των τοπικών φορεσιών, αποτελεί χαρακτηριστικό γνώρισμα του Ελληνικού πολιτισμού και των διάφορων ομάδων που συνιστούν την Ελληνική ταυτότητα. Αποτελεί την γνήσια συνέχεια των λαϊκών χορών της αρχαιότητας, όπως καταφαίνεται σε πολλούς απ' αυτούς, από το ρυθμό τους και τις κινήσεις τους. Αδιάψευστοι μάρτυρες γι' αυτό, είναι οι σχετικές περιγραφές των αρχαίων κειμένων, των ανάγλυφων, των τοιχογραφιών, τα οποία η αρχαιολογική σκαπάνη έφερε και φέρνει στο φως.

Οι ελληνικοί παραδοσιακοί χοροί χωρίζονται ανάλογα με την περιοχή προέλευσής τους σε δύο βασικές ομάδες: τους στεριανούς και τους νησιώτικους.

Η ονομασία κάθε χορού προκύπτει:

- α) από την ονομασία της περιοχής που χορεύεται
- β) από τα λόγια του τραγουδιού που συνοδεύουν το χορό
- γ) από την τοποθέτηση των χορευτών
- δ) από τη λαβή των χεριών
- ε) από κάποια αντικείμενα που χρησιμοποιούνται (πχ μαντίλι).

ГРЕЧЕСКИЙ КУЛЬТУРНЫЙ ЦЕНТР
Москва, Алтуфьевское шоссе, 44
офис № 9, 2 этаж
Тел.: 7084809 – Тел./Факс: 7084810

ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
Altufyevskoe shosse, 44, office No 9, 2nd floor
127566 Moscow, Russia
Tel.: +7 495 7084809; Tel./Fax: +7 495 7084810

e-mail: hcc@mail.ru info@hecucenter.ru
www.hecucenter.ru
skype: hellenic.cultural.center
facebook: <http://www.facebook.com/Hecucenter>
vkontakte: <http://vk.com/hecucenter>
Instagram: @hecucenter

Μια ακόμα σημαντική διάκριση των χορών είναι σε πηδηχτούς και συρτούς. Οι πρώτοι περιέχουν αναπηδήσεις και «πετάγματα», ενώ οι δεύτεροι χαρακτηρίζονται κυρίως από μια ήρεμη συρτή κίνηση πάνω στο έδαφος. Βέβαια ο διαχωρισμός αυτός είναι συμβατικός και δεν είναι ο μοναδικός. Ακόμη και ο ίδιος χορός μπορεί να διαφοροποιείται από περιοχή σε περιοχή ή ακόμα και από χορευτή σε χορευτή, παίρνοντας το ιδιαίτερο χρώμα που τον χαρακτηρίζει.

Γενικά πάντως η μορφολογία του εδάφους του κάθε τόπου, φαίνεται να παίζει ουσιαστικό ρόλο στην διαμόρφωση του ύφους των χορών που χορεύονται στον τόπο αυτό. Έτσι οι νησιώτικοι χοροί είναι περισσότερο πηδηχτοί, με πιο πολύπλοκες κινήσεις των ποδιών και φέρνουν στο νου, με τα συχνά τους σουσταρίσματα, τον θαλασσινό κυματισμό του Αιγαίου.



Αντίθετα, οι βουνίσιοι χορεύουν πιο βαριά, πιο έντονα, με ένα πείσμα –θα 'λεγε κανείς- που βγαίνει κατ' ευθείαν μέσα από τη σκληρότητα της μάχης με τις αντιξοότητες της ζωή των ορεινών.

Το πιο διαδεδομένο σχήμα των Ελληνικών χορών είναι το κυκλικό, ενώ συναντάμε και το Διπλοκάγκελο, την Ευθεία Γραμμή, (π.χ. στον «Αργό Χασάπικο» ή στο «Φυσούνι»), το ζευγαρωτό και το αντικριστό σχήμα.

Σημαντικό επίσης χορευτικό σχήμα, με πανελλήνια διασπορά είναι και ο «Λαβύρινθος». Οι χοροί αυτοί έχουν άμεση συγγένεια με τους αρχαίους χορούς που προέρχονται από το μύθο του Θησέα και του Μινωικού Λαβύρινθου. Σ' αυτούς, οι χορευτές αλλάζουν φορά σε ημικυκλικά σχήματα, δημιουργώντας έναν πραγματικό λαβύρινθο στον χώρο όπου εκτελούνται. Υπάρχουν πέντε παραλλαγές, ανάλογα με το είδος των «φιδιών» που σχηματίζουν και ανέρχονται σ' ένα σύνολο τριάντα περίπου χορών στις περιοχές που ζουν ή έζησαν κατά το παρελθόν Έλληνες.⁵

Πιο γνωστός από τους «Λαβυρινθικούς» χορούς είναι ο «Τσακώνικος», χορός Πελοποννησιακός σε ρυθμό 5/8.

Όσο μεγάλη ανάπτυξη γνώρισαν οι Ελληνικοί Παραδοσιακοί Χοροί μέχρι και τον Δεύτερο Παγκόσμιο Πόλεμο, τόσο φαίνεται να βρίσκονται σήμερα –ιδιαίτερα στις μεγαλουπόλεις- σε παρακμή. Το φαινόμενο βεβαίως ερμηνεύεται και από το γεγονός ότι πλέον δεν υφίστανται οι συνθήκες οι οποίες τους δημιούργησαν.

ГРЕЧЕСКИЙ КУЛЬТУРНЫЙ ЦЕНТР
Москва, Алтуфьевское шоссе, 44
офис № 9, 2 этаж
Тел.: 7084809 – Тел./Факс: 7084810

ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
Altufyevskoe shosse, 44, office No 9, 2nd floor
127566 Moscow, Russia
Tel.: +7 495 7084809; Tel./Fax: +7 495 7084810

e-mail: hcc@mail.ru info@hecucenter.ru
www.hecucenter.ru
skype: hellenic.cultural.center
facebook: <http://www.facebook.com/Hecucenter>
vkontakte: <http://vk.com/hecucenter>
Instagram: @hecucenter



Αυτό δεν σημαίνει ότι οι άνθρωποι έπαψαν πλέον να αγαπούν, ή ότι δεν στέκονται ακόμη εκστατικοί και έντρομοι εμπρός στο άγνωστο του Θανάτου. Απλώς, οι τρόποι έκφρασης είναι πλέον διαφορετικοί, οι διέξοδοι πιο τυποποιημένες και προσφερόμενες από τρίτους, με αποτέλεσμα ο παλιότερος τρόπος διασκέδασης, μέσα στον οποίο συγκαταλέγεται αναμφισβήτητα και ο παραδοσιακός χορός να αρχίσει σιγά – σιγά, να εκλείπει.

Η αντοχή όμως του Ελληνικού στοιχείου είναι δοκιμασμένη σε συνθήκες δυσκολότερες από τις σύγχρονες· σε μακροχρόνιες σκλαβιές και πολέμους. Η αντίσταση στην επερχόμενη λαίλαπα της ισοπεδωτικής πολιτισμικής παγκοσμιοποίησης άρχισε ήδη να διαφαίνεται και ο παραδοσιακός χορός έχει και πάλι ένα ρόλο να επιτελέσει. Βέβαια, αν και η πολυμορφία του παρελθόντος περιορίζεται, είναι σημαντικό το ότι οι Έλληνες εξακολουθούν να πορεύονται στην Ιστορία με χορούς «κυκλωτικούς», που και αν ακόμα έχουν εκφυλισθεί σε ένα



μονότονο «πηδηχτό-συρτό», χωρίς, πολλές φορές, ούτε καν «πισωγυρίσματα», αυτό δεν σημαίνει ότι έχει χάσει τους μαιάνδρους του, το ρυθμό του ή το αντικριστό ή ζευγαρωτό του σχήμα.

Εξ άλλου είναι γεμάτη πια η Ελληνική ύπαιθρος, αλλά και οι μεγαλουπόλεις από πλήθος πολιτιστικών σωματείων που ασχολούνται με τον παραδοσιακό χορό. Η προσφορά δε των εκπαιδευτικών της Φυσικής Αγωγής τόσο σ' αυτά όσο και στην εκπαίδευση είναι ανεκτίμητη. Φαίνεται πως έλαχε σ' αυτούς να κρατήσουν άσβεστη τη δάδα της παράδοσης η οποία θα δείξει το δρόμο για το μέλλον και θα καταδείξει την διαφορετικότητα των Ελλήνων σ' έναν κόσμο, στον οποίο, αυτός που δεν έχει να παρουσιάσει κάτι διαφορετικό, μοιραία θα αφομοιωθεί και θα χαθεί μέσα στην δίνη της καταναλωτικής καθημερινότητας

Χρειάζεται εντούτοις προσοχή: Η μεγάλη παγίδα είναι να πέσουμε στην αδηφάγα ανάγκη για εντυπωσιασμό και να στερήσουμε από την δημοτική μας χορευτική παράδοση αυτό που περίσσια διέθετε: το μέτρο και τη σεμνότητα.

Πολλά χορευτικά σωματεία, κάτω από τη -δίχως άλλο καλοπροαίρετη- καθοδήγηση των χοροδιδασκάλων τους, παρουσιάζουν ένα «φολκλορικό» θέαμα που απέχει παρασάγγες από τον τρόπο με τον οποίο χόρευαν τους χορούς αυτούς οι παππούδες και οι γονείς μας.

Στις σελίδες που θα ακολουθήσουν, θα προσπαθήσουμε να κάνουμε μια μικρή περιδιάβαση στον ελληνικό χώρο και να παρουσιάσουμε ποιοι είναι οι κυριότεροι χοροί που εντοπίζονται στις διάφορες περιοχές της πατρίδας μας. Θα προσπαθήσουμε

ГРЕЧЕСКИЙ КУЛЬТУРНЫЙ ЦЕНТР
Москва, Алтуфьевское шоссе, 44
офис № 9, 2 этаж
Тел.: 7084809 – Тел./Факс: 7084810

KENTPO ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
Altufyevskoe shosse, 44, office No 9, 2nd floor
127566 Moscow, Russia
Tel.: +7 495 7084809; Tel./Fax: +7 495 7084810

e-mail: hcc@mail.ru info@hecucenter.ru
www.hecucenter.ru
skype: hellenic.cultural.center
facebook: <http://www.facebook.com/Hecucenter>
vkontakte: <http://vk.com/hecucenter>
Instagram: @hecucenter

να αναφερθούμε, έστω και ακροθιγώς τις συνθήκες κάτω από τις οποίες αυτοί δημιουργήθηκαν, τις περιστάσεις στις οποίες χορεύονταν, και για κάποιους από αυτούς θα σημειώσουμε και το κινητικό τους περιεχόμενο, το οποίο τις περισσότερες φορές, όπως αναφέρθηκε και παραπάνω, έχει άμεση σχέση με τις ηθικές και κοινωνικές δομές των κοινωνιών στις οποίες αναπτύχθηκαν

http://zaliosparadosi.blogspot.com/2011/10/blog-post_9729.html

ΕΛΛΗΝΙΚΟΙ ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ ΧΟΡΟΙ ΚΑΤΑ ΠΕΡΙΟΧΕΣ

Γράφει ο Τσιαμήτρος Ιωάννης

(Χοροδιδάσκαλος παραδοσιακών χορών)

ΕΙΣΑΓΩΓΗ

Σε αυτό το σημείωμα παραθέτουμε περιληπτικά αλλά ουσιαστικά στοιχεία για τους Ελληνικούς παραδοσιακούς χορούς κατά περιοχές. Το θέμα είναι τεράστιο, όμως μια τέτοια σύντομη προσέγγιση μπορεί να βοηθήσει όσους ενδιαφέρονται για τον χορό μας και να ευαισθητοποιήσει και άλλους. Είναι τόσο μεγάλος ο πλούτος, η ποικιλία, η πολυμορφία και η ομορφιά των χορών μας που θα ήταν κρίμα να χαθούν και να ξεχαστούν. Τα στοιχεία αντλήθηκαν από την προσωπική μας εμπειρία και την βιβλιογραφία.

1 ΗΠΕΙΡΟΣ

Η Ήπειρος είναι μια ορεινή και άγονη περιοχή με ψυχρό κλίμα. Η μουσική της έχει αργό και ραψωδικό χαρακτήρα, συναντάμε επίσης τα μοναδικά πολυφωνικά τραγούδια και ξεχωριστή θέση έχουν τα καθιστικά, μοιρολόγια και σκάροι. Η μουσικοχορευτική παράδοση της Ηπείρου προσδιορίζεται με τρεις μεγάλες ενότητες. Η πρώτη με κέντρο τα Γιάννενα επεκτείνεται στις επαρχίες Κουρέντων, Ζαγορίου, Πωγωνίου και Ν. Θεσπρωτίας, η δεύτερη στον ορεινό όγκο της οροσειράς της Πίνδου των Βλαχόφωνων και η τρίτη στους Ν. Άρτας και Πρέβεζας. Οι χοροί της Ηπείρου χαρακτηρίζονται από κίνηση αργή, δυναμική και μεγαλοπρεπής κατά την οποία τονίζονται η ευθυτενής κορμοστασιά και υπογραμμίζεται το βαρύ πάτημα. Οι βασικότεροι χοροί είναι οι χοροί στα τρία, στα δύο, οι ζαγορίσιοι, οι συγκαθιστοί, το μπεράτι, οι τσάμικοι, εννεάσημοι χοροί (φυσσούνι, ελενάκι κ.λ.π.) κ.α.

ГРЕЧЕСКИЙ КУЛЬТУРНЫЙ ЦЕНТР
Москва, Алтуфьевское шоссе, 44
офис № 9, 2 этаж
Тел.: 7084809 – Тел./Факс: 7084810

ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
Altufyevskoe shosse, 44, office No 9, 2nd floor
127566 Moscow, Russia
Tel.: +7 495 7084809; Tel./Fax: +7 495 7084810

e-mail: hcc@mail.ru info@hecucenter.ru
www.hecucenter.ru
skype: hellenic.cultural.center
facebook: <http://www.facebook.com/Hecucenter>
vkontakte: <http://vk.com/hecucenter>
Instagram: @hecucenter

2 ΜΑΚΕΔΟΝΙΑ

Η Μακεδονία είναι μία από τις μεγαλύτερες περιοχές της Ελλάδας και παρουσιάζει πλούσιο χορευτικό ρεπερτόριο. Στους χορούς της Μακεδονίας μπορεί να συναντήσει κανείς πολλούς ρυθμούς και έναν απaráμιλλο δυναμισμό. Όπως και στη Θράκη, η Μακεδονία θεωρείται πηγή λατρευτικών εθίμων με αρχαία καταγωγή. Θα μπορούσαμε να την χωρίσουμε γεωγραφικά σε τρεις κατηγορίες: στην Ανατολική, την Κεντρική και την Δυτική Μακεδονία.

Η Κεντροδυτική Μακεδονία έχει από τη μια μεριά τους ορεινούς όγκους του Ολύμπου, των Χασίων, των Πιερίων, της Πίνδου που μοιάζουν με το Θεσσαλοηπειρωτικό ύφος και από την άλλη τις πεδινές, αστικές περιοχές της Περίας, του Ρουμλουκιού, της Βέροιας, της Νάουσας, της Κοζάνης, της Σιάτιστας, της Καστοριάς και της Φλώρινας με καθαρά τοπικό χαρακτήρα. Έχουμε μια μεγάλη γκάμα χορών.

Στους ορεινούς όγκους συναντάμε χορούς στα δύο, στα τρία, Μπεράτικους, στρωτούς, τσάμικους, βλάχικους συγκαθιστούς, τρανούς χορούς κ.α. Ενώ στον κάμπο συναντάμε χορούς τύπου γκάιντας, αστικούς χορούς, χασαπιές, καλαματιανούς, Στάγκαινες, Πατρώνες, Μπαϊτούσκες, Καρσιλαμάδες σε 9 χρόνους (11 κ.λ.π.), Λεβέντικους της Φλώρινας, χορούς της Νάουσας (Νιζάμικος, Παπαδιά κ.λ.π.), του Ρουμλουκιού (Μαρία κλπ.), της Γουμένισσας (Λισσάβω, Μπέλλα Ολυμπία κλπ.), της Χαλκιδικής (Καγγελευτός κ.λ.π.) ξεχωριστούς χορούς όπως η Κόρη Ελένη, η Πουσετνίτσα, το Ράικο, κ.λ.π.

Η Ανατολική Μακεδονία συναγωνίζεται σε μουσικοχορευτική παράδοση τις δύο υπόλοιπες περιοχές με το ίδιο περίπου ρεπερτόριο χορών. Ξεχωρίζουν οι Σεραϊκές, Γκάιντες, οι Μπαϊτούσκες οι χοροί της Δράμας (Τέσκα, Ράμνα κλπ.), τα Βλάχικα Σερρών (Χατζηστέργιος, Αντίπερα κ.λ.π.), οι χασαπιές, οι Σαρακατσάνικοι (στα τρία, κάτσα κ.λ.π.), καρσιλαμάδες και κυκλικό χοροί (Ορμανλί, Καμπάνα μωρε Μήτρο) σε 9 χρόνους.

3 ΘΡΑΚΗ

Ολόκληρη η περιοχή της Θράκης αποτελούσε μια πανάρχαια θρησκευτική και μουσική κοιτίδα ελληνικού πολιτισμού και αρχαίων ελληνικών εθίμων.

ГРЕЧЕСКИЙ КУЛЬТУРНЫЙ ЦЕНТР
Москва, Алтуфьевское шоссе, 44
офис № 9, 2 этаж
Тел.: 7084809 – Тел./Факс: 7084810

ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
Altufyevskoe shosse, 44, office No 9, 2nd floor
127566 Moscow, Russia
Tel.: +7 495 7084809; Tel./Fax: +7 495 7084810

e-mail: hcc@mail.ru info@hecucenter.ru
www.hecucenter.ru
skype: hellenic.cultural.center
facebook: <http://www.facebook.com/Hecucenter>
vkontakte: <http://vk.com/hecucenter>
Instagram: @hecucenter

Διακρίνεται σε τρεις ενότητες: α)Βόρεια β)Δυτική γ)Ανατολική.

Οι χοροί της Βόρειας είναι πιο γρήγοροι από τους χορούς της Δυτικής και μοιάζουν μεταξύ τους αρκετά, ενώ οι χοροί της Ανατολικής Θράκης μοιάζουν με τους πολιτικούς και μικρασιάτικους.

Τους χορούς που συναντά κανείς στη Θράκη γενικά είναι οι Ταπεινοί, οι γίκνες, οι μπαϊτούσκες, τα ζωναράδικα, οι κουσευτοί, οι κουτσοί, οι συγκαθιστοί, οι συρτο-συγκαθιστοί, οι μαντηλάτοι, οι καλαματιανοί, οι ξέσυρτοι, Ντάχτιλι(Δυτική Θράκη), οι χασαπιές, οι καρσιλαμάδες, πολιτικοί συρτοί (Ανατ. Θράκη),και ξεχωριστοί χοροί όπως ο Μπογδάνος, ο μηλίσσος, ο Σφαρλής, στις τρεις, τροϊρω, ποδαράκι, ο ζερβός κ.α. της Ανατ. Ρωμυλίας κ.λ.π. (μαζί βέβαια με τους χορούς της Δυτικής Θράκης).

4 ΘΕΣΣΑΛΙΑ

Για τους περισσότερους Έλληνες η ιστορική περιοχή της Θεσσαλίας, όπου διαπιστώνεται η παρουσία του ανθρώπου από την παλαιολιθική εποχή, είναι συνυφασμένη με τον θεσσαλικό κάμπο που απλώνεται περιβαλλόμενος από πανύψηλα βουνά. Η Θεσσαλία συνορεύει με τη Ρούμελη, την Ήπειρο, τη Δυτ. Μακεδονία, βρέχεται από το Αιγαίο Πέλαγος και συγγενεύει μουσικοχορευτικά με τις περιοχές αυτές. Από τον ορεινό όγκο των θεσσαλικών Αγράφων κατάγονται οι Σαρακατσάνοι, λαός ημινομαδικός και ποιμενικός με χαρακτηριστικούς κλέφτικους χορούς όπως η Λιάκαινα, ο κατσάδικος, ο σταυρωτός, ο Κατσαντώνης, Εχ μωρέ κ.λ.π. Στην περιοχή της Αργιθέας χαρακτηριστικός είναι ο κλειστός (μορφή αργού τσάμικου). Η Θεσσαλία είναι ένα χωνευτήρι από πολλές πολιτισμικές ομάδες, (Βλάχοι,Σαρακατσάνοι, πρόσφυγες Ανατ. Ρωμυλίας, Καππαδοκίας). Προς το Πήλιο έχουμε χορούς με νησιώτικο χαρακτήρα (μπάλλοι, συρτοί, χασάπικα) και διάφορους τοπικούς χορούς (Γεωργαλάκης, της γαλανής το φόρεμα , ήρθαν τα καράβια τα Ζαγοριανά, κ.λ.π.), ενώ οι χοροί του Θεσσαλικού κάμπου είναι συρτοί, καλαματιανοί, στα τρία, στα δύο (Καραγκούνα-Σβαρνιέρα) σκόρπια Μπεράτια, πασχαλιάτικοι (Τάϊ-Τάϊ), Συγκαθιστοί οκτώ χρόνων κ.ά.

5 ΣΤΕΡΕΑ ΕΛΛΑΔΑ

Η περιοχή αυτή παραμένει μέχρι σήμερα από τις «ελληνικότερες» περιοχές. Η λέξη δε Ρούμελη χαρακτηρίζει την αναγνώριση της ελληνικότητας του χώρου της. Όπως και

ГРЕЧЕСКИЙ КУЛЬТУРНЫЙ ЦЕНТР
Москва, Алтуфьевское шоссе, 44
офис № 9, 2 этаж
Тел.: 7084809 – Тел./Факс: 7084810

ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
Altufyevskoe shosse, 44, office No 9, 2nd floor
127566 Moscow, Russia
Tel.: +7 495 7084809; Tel./Fax: +7 495 7084810

e-mail: hcc@mail.ru info@hecucenter.ru
www.hecucenter.ru
skype: hellenic.cultural.center
facebook: <http://www.facebook.com/Hecucenter>
vkontakte: <http://vk.com/hecucenter>
Instagram: @hecucenter

στην Ήπειρο έτσι κι εδώ έχουμε τραγούδια ιστορικά και κλέφτικα. Κυρίαρχοι χοροί είναι οι τσάμικοι, οι συρτοί (καλαματιανοί) στα τρία, τα καγγέλια, πασχαλιάτικοι τραγουδιστοί χοροί, οι Μεγαρίτικοι χοροί (χορός της τράτας, λαμπρή καμάρα, Λουδοβίκος κ.λ.π.) όπου συναντά κανείς στοιχεία στεριανής και νησιώτικης Ελλάδας και εθιμο-θρησκευτικοί μεσολογγίτικοι χοροί (Πατινάδα Αησυμιώτικη, ραχτ, χορός του πεθαμένου κ.λ.π.)

6 ΠΕΛΟΠΟΝΝΗΣΟΣ

Η Πελοπόννησος είναι ένα κομμάτι της Ελλάδας με τεράστια ιστορική παράδοση. Παρουσιάζει μια αντιφατική πολιτιστική πραγματικότητα η οποία εκτείνεται από την συντηρητικότητα μερικών απομονωμένων περιοχών της μέχρι τον άκρο εκσυγχρονισμό της (ιδιαίτερα των μεγάλων παραλιακών κέντρων της) και χαρακτηρίζεται έτσι από μια ευκολότερη εγκατάλειψη ή απλούστευση των διάφορων μορφών λαϊκού πολιτισμού. Εξάιρεση αποτελούν οι περιοχές της Τσακωνιάς, της Μάνης όπου διατηρούνται εθμικά στοιχεία παλιότερου πολιτισμού (Μανιάτικο μοιρολόι, τσακωνική διάλεκτος). Τα κλέφτικα, τα ιστορικά τραγούδια και της τάβλας αφθονούν, ενώ οι χοροί που συναντούμε είναι κατεξοχήν ο καλαματιανός, στα τρία, ο τσάμικος, ο τσακωνικός και εθμικοί χοροί όπως ο χορός του ΑηΓιώργη από τη Νεσπάνη της Αρκαδίας.

7 ΝΗΣΙΩΤΙΚΟ ΑΙΓΑΙΟ

Σε γενικές γραμμές στο νησιώτικο Αιγαίο διακρίνονται δύο πολιτιστικές ζώνες. Η μία περιλαμβάνει τα νησιά του Θρακικού Πελάγους και Ανατολικού Αιγαίου, όπου παρατηρείται έκδηλη η επίδραση της Ανατολής και η άλλη τα Δωδεκάνησα και τις Κυκλάδες με εμφανή την επίδραση της Δύσης. Υπάρχουν επίσης δύο νησιώτικες υποενοότητες, αυτές των Σποράδων και των νησιών του Αργοσαρωνικού. Η απαρχή της μουσικοχορευτικής ιστορίας του Αιγαίου χάνεται στην Αρχαιότητα (ελληνική μυθολογία πλούσια σε μουσική ζωή, η γέννηση του Απόλλωνα κ.λ.π.). Οι χοροί φέρουν χαρακτηριστικά το «πάντρεμα» Ανατολής-Δύσης και τοπικού ιδιώματος. Χαρακτηριστικά γνωρίσματα του Αιγαιοπελαγίτικου χαρακτήρα είναι η «ελαφράδα» των κινήσεων, το «σουστάρισμα» στα γόνατα και τα χαμηλά πηδήματα των χορευτών. Υπάρχει πολύ μεγάλη ποικιλία χορών όπου κυριαρχούν δύο σχήματα 1) του Συρτού

ГРЕЧЕСКИЙ КУЛЬТУРНЫЙ ЦЕНТР
Москва, Алтуфьевское шоссе, 44
офис № 9, 2 этаж
Тел.: 7084809 – Тел./Факс: 7084810

KENTPO EΛΛHNIKOY ΠOΛITIΣMOY
Altufyevskoe shosse, 44, office No 9, 2nd floor
127566 Moscow, Russia
Tel.: +7 495 7084809; Tel./Fax: +7 495 7084810

e-mail: hcc@mail.ru info@hecucenter.ru
www.hecucenter.ru
skype: hellenic.cultural.center
facebook: <http://www.facebook.com/Hecucenter>
vkontakte: <http://vk.com/hecucenter>
Instagram: @hecucenter

και Μπάλλου και 2) στα Τρία σε αργό και γρήγορο ρυθμό. Στα νησιά του Ανατολικού Αιγαίου έχουμε Καρσιλαμάδες και Ζειμπέκικα, τοπικούς χορούς (Πυργούσικος, τρίπατος κ.λ.π.) στο Θρακικό πέλαγος τοπικούς χορούς (Γιαρ γιαρ, Τσομπάνικος, Πλατανίσιος, Κεχαγιάδικος, Πάτμα κ.λ.π.) στα Δωδεκάνησα ο σιγανός, ο ίσιος, η σούστα και ο ζερβός, στις Κυκλάδες οι συρτοί και οι μπάλοι, Βλάχα Νάξου κ.λ.π., και στις Σποράδες οι συρτοί, οι μπάλοι, τοπικοί χοροί (Καμάρα κ.λ.π.) όπως και στα νησιά του Αργοσαρωνικού.

8 ΚΡΗΤΗ

Η Κρήτη είναι το μεγαλύτερο νησί στην Ελλάδα και η γεωγραφική της θέση την χαρακτηρίζει ως ένα από τα αρχαιότερα κέντρα του Ευρωπαϊκού Ελληνισμού. Ο Κρητομινωικός πολιτισμός (προϊστορία) υπήρξε για τους Έλληνες η αφετηρία της εξέλιξής τους. Ο χορός από τα πανάρχαια χρόνια (πολεμικοί χοροί των Κουρητών) έχει μπει βαθιά στη ζωή του Κρητικού ο οποίος χορεύοντας δείχνει την αντρείοσύνη του και την παλικάριά του. Στην Κρητική μουσική χαρακτηριστικά είναι τα ριζίτικα τραγούδια και οι μαντινάδες. Οι κρητικοί χοροί διακρίνονται από τις ιδιαίτερα χαρακτηριστικές κινήσεις του σώματος («τα πάσα του κορμιού», τις «κοκκαλιές», τα «τσακίσματα», τα «τσαλίμια») δηλαδή τις προσωπικές φιγούρες του πρωτοχορευτή.

Υπάρχει ένας μεγάλος αριθμός χορών όπως είναι ο Απανωμερίτης, το μικρό μικράκι, ο Λαζιώτης, ο Κουτσαμπαδιανός, ο Αγκαλιαστός, ο Ζερβόδεξος κ.ά. οι οποίοι με το πέρασμα του χρόνου περιορίστηκαν και έτσι έχουμε σήμερα 4 βασικούς χορούς όπως ο Συρτός(Χανιώτικος), το Πεντοζάλη, ο Μαλεβιζιώτης(Καστρινός - πηδηχτός) και η Σούστα.

9 ΚΥΠΡΟΣ

Όπως και η Κρήτη, η Κύπρος είναι ένα μεγάλο νησί και βρίσκεται στο σταυροδρόμι τριών Ηπείρων(Ασίας, Ευρώπης, Αφρικής) και είναι σαφές ότι υπήρξε ένας πομπός και δέκτης τεράστιας μουσικοχορευτικής παράδοσης από την αρχαιότητα (νεολιθική εποχή) και με βασικό στοιχείο ότι διατήρησε την ελληνική γλώσσα. Η λαϊκή μουσική της Κύπρου στηρίζεται στις τροπικές κλίμακες της Αρχαίας Ελληνικής Μουσικής,

ГРЕЧЕСКИЙ КУЛЬТУРНЫЙ ЦЕНТР
Москва, Алтуфьевское шоссе, 44
офис № 9, 2 этаж
Тел.: 7084809 – Тел./Факс: 7084810

ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
Altufyevskoe shosse, 44, office No 9, 2nd floor
127566 Moscow, Russia
Tel.: +7 495 7084809; Tel./Fax: +7 495 7084810

e-mail: hcc@mail.ru info@hecucenter.ru
www.hecucenter.ru
skype: hellenic.cultural.center
facebook: <http://www.facebook.com/Hecucenter>
vkontakte: <http://vk.com/hecucenter>
Instagram: @hecucenter

στις Βυζαντινές, εκκλησιαστικές μελωδίες και στη μουσική τεχνοτροπία γειτόνων λαών της Ανατολής και της Μεσογείου.

Οι Κυπριακοί χοροί είναι κυρίως αντικριστοί (με αυτοσχεδιασμούς), που τους χορεύουν δύο άτομα(μόνο άντρες ή γυναίκες) και ατομικοί χοροί δεξιοτεχνίας στους άντρες που χορεύουν σε συνδυασμό με κάποιο εξάρτημα (δρεπάνι, κόσκινο, ποτήρι κ.λ.π.). Οι χοροί συνήθως αρχίζουν με τις σουίτες των αντικριστών χορών που αποτελούνται από τον 1ο, 2ο, 3ο, 4ο αντικριστό και 5ο ή Μπάλλο. Έχουμε επίσης συρτούς χορούς, ζεϊμπέκια, τσιφτετέλια, η μάντρα, το λέχικο, ο αραπιάς κ.λ.π.

10 ΕΠΤΑΝΗΣΑ

Τα Επτάνησα λόγω της θέσης και των ιστορικών συγκυριών (ενετική κατάκτηση κ.λ.π.) παρουσιάζουν ένα ιδιαίτερο χρώμα, επιρροές από τη δύση την Ήπειρο, τη Στερεά Ελλάδα και τα νησιά του Αιγαίου. Ξεχωριστή θέση έχουν οι καντάδες(είναι πολυφωνικά της καθημερινής ζωής όπου η ποιητική δεν προέρχεται από το λαϊκό τραγούδι αλλά από τη λόγια ποίηση). Κυρίαρχος χορός σε όλα τα νησιά είναι ο Συρτός (Διβαρατικός, Καραβίτικος) και κατά νησί έχουμε τους χορούς: Κέρκυρα (Ρούγα, Αηγιώργης, Κορακιανίτικος κλπ.), Κεφαλονιά(Μέρμηγκας, Μανέτας κ.λ.π.), Λευκάδα(Μηλιά,ο Γιάννης ο Μαραθιανός, Θιακός, κ.λ.π.), Ζάκυνθος (Λεβαντίνικος, Σταυρωτός, κ.λ.π.), Κύθηρα (Γέρανος, Μπουρδάρης, Τσιριγώτικος, κ.λ.π.)

11 ΠΑΡΑΛΙΑ Μ. ΑΣΙΑΣ

Οι ρίζες των τραγουδιών των παραλίων της Μ. Ασίας πρέπει να ανιχνευθούν στον αρχαίο ιωνικό μουσικό τρόπο όπου πρωτοαντήχησε η επτάχορδη κιθάρα και ο βάρβιτος πριν 2700 χρόνια και ο εννεάσημος ρυθμός των μικρασιάτικων τραγουδιών βρίσκεται στα χορικά μέρη τραγωδιών του Αισχύλου, Ευριπίδη και ποιήματα της Σαπούς, Αλκαίου και Πίνδαρου.

Οι μικρασιάτικοι χοροί είναι πιο κοντά στον Νεοέλληνα γιατί τα ρεμπέτικα και τα λαϊκά κατ' επέκταση προέρχονται από τη μουσική αυτή ,ιδιαίτερα της Σμύρνης. Το ρεμπέτικο τραγούδι ήταν η μουσική έκφραση των φτωχότερων και περιθωριακών τάξεων και μετά την καταστροφή του 22 επεκτάθηκε και στις φτωχότερες τάξεις των μεγάλων αστικών κέντρων της Ελλάδας. Στους χορούς των παραλίων της Μ. Ασίας

ГРЕЧЕСКИЙ КУЛЬТУРНЫЙ ЦЕНТР
Москва, Алтуфьевское шоссе, 44
офис № 9, 2 этаж
Тел.: 7084809 – Тел./Факс: 7084810

ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
Altufyevskoe shosse, 44, office No 9, 2nd floor
127566 Moscow, Russia
Tel.: +7 495 7084809; Tel./Fax: +7 495 7084810

e-mail: hcc@mail.ru info@hecucenter.ru
www.hecucenter.ru
skype: [hellenic.cultural.center](https://www.skype.com/name/hellenic.cultural.center)
facebook: <http://www.facebook.com/Hecucenter>
vkontakte: <http://vk.com/hecucenter>
Instagram: [@hecucenter](https://www.instagram.com/hecucenter)

έχουμε την οικογένεια 1) των συρτών, μπάλλων ή συρτομπάλλων, 2) των χασάπικων, 3) των καρσιλαμάδων και των ζεμπέκικων των 9 χρόνων. (Οι καρσιλαμάδες χορεύονται αντικριστά και τα ζεμπέκικα χορεύονται από ένα χορευτή συνήθως).

12 ΠΟΝΤΟΣ

Περιοχή κατά μήκος των ακτών του Ευξείνου Πόντου με έντονες αρχαίες καταβολές. Όπως όλοι οι πρόσφυγες ήρθαν στην Ελλάδα το 1922 με την ανταλλαγή των πληθυσμών (συνθήκη Λοζάννης). Η ειδική γεωγραφική θέση του Πόντου δικαιολογούν το έντονα ιδιόμορφο στυλ της μουσικής του. Χαρακτηριστικά στο στυλ είναι ο ταχύτατος και πολυπλοκότετος ρυθμός και η ιδιόμορφη χορευτική κίνηση. Οι ποντιακοί χοροί παρουσιάζουν δυσκολία στην εκμάθησή τους (τρέμουλο, άνισοι χρόνοι κ.λ.π.) και χαρακτηρίζονται από την κάθετη κίνηση του κορμιού, την υπερβολικά γρήγορη ρυθμική αγωγή, την πλήρη συμμετοχή όλων των χορευτών, την απουσία του πρωτοχορευτή, τις γρήγορες εναλλασσόμενες χορευτικές κινήσεις και την ενεργητική συμμετοχή όλων των μερών του σώματος. Χορευτικά ο Πόντος δεν είναι ενιαίος (Ανατολικός, Δυτικός, περιοχή Καρς). Πρωτεύουσα θέση στο σημερινό ρεπερτόριο έχουν τα διάφορα τικ, τα ομάλ και το κότσαρι. Υπάρχει μεγάλη ποικιλία χορών και τώρα τελευταία έχει γίνει σπουδαία έρευνα των χορών στον Πόντο και διδάσκονται τώρα στους συλλόγους χοροί ξεχασμένοι στην πρωταρχική τους μορφή. Άλλοι σπουδαίοι χοροί είναι η Σερανίτσα, η Σέρρα (Πυρίχειος χορός) τα μαχαίρια, η Πατούλα, η Λετσίνα, η Τρυγώνα, το Κοτσαγκέλ κ.ά.

13 ΚΑΠΠΑΔΟΚΙΑ

Η Καππαδοκία είναι μια γεωγραφική περιφέρεια στο εσωτερικό της Μ. Ασίας. Οι ορθόδοξες ελληνικές μειονότητες της Καππαδοκίας καταγράφονται σε 6 βασικές περιφέρειες: Καισαρείας, Προκοπίου, Νεάπολης, Ακσεράι, Νίγδης και Ν. Ανατολικής Καππαδοκίας (Φάρασα). Οι Έλληνες της Καππαδοκίας ζώντας αιώνες ανάμεσα σε αλλοεθνείς, αλλόγλωσσους και αλλόθρησκους κατόρθωσαν να διατηρήσουν τη χριστιανική τους πίστη και την εθνική τους συνείδηση. Σημαντικοί παράγοντες στο γεγονός αυτό υπήρξαν η εκκλησία και η παράδοση η οποία συνδέεται άμεσα με τις θρησκευτικές γιορτές. Δεν είναι τυχαία και η σύνδεση ορισμένων χορών με τις θρησκευτικές γιορτές. Χαρακτηριστικός είναι ο χορός του Αγίου Βασιλείου από τα

ГРЕЧЕСКИЙ КУЛЬТУРНЫЙ ЦЕНТР
Москва, Алтуфьевское шоссе, 44
офис № 9, 2 этаж
Тел.: 7084809 – Тел./Факс: 7084810

ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
Altufyevskoe shosse, 44, office No 9, 2nd floor
127566 Moscow, Russia
Tel.: +7 495 7084809; Tel./Fax: +7 495 7084810

e-mail: hcc@mail.ru info@hecucenter.ru
www.hecucenter.ru
skype: hellenic.cultural.center
facebook: <http://www.facebook.com/Hecucenter>
vkontakte: <http://vk.com/hecucenter>
Instagram: @hecucenter

Φάρασα. Άλλοι χοροί είναι το Αντίπασχα χορός της Αυγίτσας, χορός των μαντηλιών, των κουταλιών, ζειμπέκικοι με μαχαίρια, αντικριστοί κ.λ.π.

<https://www.thedanceclub.gr/ellinikoi-xoroi/>

ΕΛΛΗΝΙΚΟΙ ΧΟΡΟΙ

ΛΑΪΚΟΙ

Αν τα γνήσια ελληνικά γλέντια, τα πανηγύρια, οι γάμοι και οι οικογενειακές συγκεντρώσεις μέχρι πρωίας είναι από τα αγαπημένα σας, δεν έχετε παρά να παρακολουθήσετε το πρόγραμμα των Dance Club, που σας δίνει τη μοναδική δυνατότητα να μνηθείτε στον κόσμο των Ελληνικών Λαϊκών και Παραδοσιακών χορών, να γνωρίσεις την κουλτούρα της κάθε περιοχής και πάνω από όλα να διασκεδάσεις και να μεις κι εσύ στον “κύκλο”, χορεύοντας....

Ζειμπέκικο

Η λέξη Ζειμπέκικος προέρχεται κατά το πρώτο συνθετικό από το θεό Δία (Ζευ) και κατά το δεύτερο από τη λέξη “μπέκος ή βέκος” που σημαίνει άρτος κατά τον Ηρόδοτο. Κατά κάποιους άλλους από την αρχαία θρακική λέξη “μπούκο”, που προερχόμενη από τη φρυγική λέξη “βέκος”, σημαίνει “βούκα=μπουκιά”. Αυτή μαζί με πρώτο συνθετικό, την κλητική του Διός “Ζευ”, παράγει τη λέξη “Ζειμπέκηδες”. Οι Ζειμπέκηδες ήταν Έλληνες Θρακιώτες, που ακολούθησαν το Μ.Αλέξανδρο στην εκστρατεία του στα βάθη της Ασίας. Τους ονόμασαν “ζειμπέκια” , δηλαδή ζωέμπορους και μακελάρηδες, γιατί έσφαζαν ζώα και τα πουλούσαν. Στο πέρασμα των χρόνων θέλησαν να απαθανατίσουν τον ηρωισμό τους και να διατηρήσουν τις παραδόσεις και έτσι δημιούργησαν αυτόν το χορό, το Ζειμπέκικο, τον οποίο χόρευαν με σπαθιά στα χέρια και ενίοτε στο στόμα. Η αρχική μορφή αυτού του χορού ήταν ο Πυρρίχιος, πολεμικός χορός και αυτός, τον οποίο θεωρούσαν σαν ένα είδος πολεμικής προπόνησης και τον μάθαιναν από μικρά παιδιά. Ο Ζειμπέκικος αντικατοπτρίζει την ήττα στη μάχη και χορεύεται προς τιμήν των νεκρών πολεμιστών. Αυτό υποδηλώνει άλλωστε και η κυκλική του κίνηση αλλά και το βαρύ συναίσθημα που αποπνέει. Σήμερα τον χορεύουμε σε διάφορες μελωδίες, οι οποίες ποικίλουν ανάλογα με το θεματικό τους περιεχόμενο. Σε κάθε περίπτωση, συνεχίζει να είναι το κυρίαρχο στοιχείο της διασκέδασης μας!

ГРЕЧЕСКИЙ КУЛЬТУРНЫЙ ЦЕНТР
Москва, Алтуфьевское шоссе, 44
офис № 9, 2 этаж
Тел.: 7084809 – Тел./Факс: 7084810

ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
Altufyevskoe shosse, 44, office No 9, 2nd floor
127566 Moscow, Russia
Tel.: +7 495 7084809; Tel./Fax: +7 495 7084810

e-mail: hcc@mail.ru info@hecucenter.ru
www.hecucenter.ru
skype: hellenic.cultural.center
facebook: <http://www.facebook.com/Hecucenter>
vkontakte: <http://vk.com/hecucenter>
Instagram: @hecucenter



Χασάπικο

Είναι χορός και τύπος τραγουδιών των Ελλήνων από τη Μακεδονία και την Κωνσταντινούπολη. Οι ρίζες του ανάγονται στη βυζαντινή περίοδο, όταν αποτελούσε χορευτική μίμηση μάχης με σπαθιά από τη συντεχνία των Ελλήνων χασάπηδων στη Μακεδονία και την Κωνσταντινούπολη. Μορφές του χορού αυτού ήταν γνωστές από παλαιότερα χρόνια σε αρκετά μέρη του Ελληνικού ή Ελληνόφωνου Χριστιανικού χώρου, περισσότερο όμως στην Κωνσταντινούπολη και την ευρύτερη περιοχή της. Παλαιότερα για να χορέψει κάποιος χασάπικο έπρεπε να φοράει τραγιάσκα με σηκωμένο γείσο, κάνοντας το ίδιο βήμα σαν να είναι όλοι ένα σώμα. Το χασάπικο αποτέλεσε βάση για το Συρτάκι και στο εξωτερικό θεωρείται ο

ГРЕЧЕСКИЙ КУЛЬТУРНЫЙ ЦЕНТР
Москва, Алтуфьевское шоссе, 44
офис № 9, 2 этаж
Тел.: 7084809 – Тел./Факс: 7084810

ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
Altufyevskoe shosse, 44, office No 9, 2nd floor
127566 Moscow, Russia
Tel.: +7 495 7084809; Tel./Fax: +7 495 7084810

e-mail: hcc@mail.ru info@hecucenter.ru
www.hecucenter.ru
skype: hellenic.cultural.center
facebook: <http://www.facebook.com/Hecucenter>
vkontakte: <http://vk.com/hecucenter>
Instagram: @hecucenter

αντιπροσωπευτικότερος ελληνικός χορός. Σήμερα απαντάται σε 4 μορφές : χασάπικο, χασαποσέρβικο, χασάπικο βαρύ/αργό και “πολίτικο/ταταυλιανό”.

Διδάσκονται επίσης οι: Συρτάκι, Χασαποσέρβικος, Καρσιλαμάς

ΠΑΡΑΔΟΣΙΑΚΟΙ

Καλαματιανό

Είναι ένας ελληνικός παραδοσιακός χορός που ανήκει στο είδος χορού συρτός. Στη βασική του μορφή έχει δώδεκα βήματα, από τα οποία τα επτά πρώτα είναι εμπρός και τα υπόλοιπα πέντε επί τόπου. Ο ευχάριστος ρυθμός του και τα απλά βήματά του τον καθιέρωσαν σαν τον δημοφιλέστερο Ελληνικό χορό. Χορεύεται σε όλη την Ελλάδα από άνδρες και γυναίκες.



Τσόμικο

ГРЕЧЕСКИЙ КУЛЬТУРНЫЙ ЦЕНТР
Москва, Алтуфьевское шоссе, 44
офис № 9, 2 этаж
Тел.: 7084809 – Тел./Факс: 7084810

ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
Altufyevskoe shosse, 44, office No 9, 2nd floor
127566 Moscow, Russia
Tel.: +7 495 7084809; Tel./Fax: +7 495 7084810

e-mail: hcc@mail.ru info@hecucenter.ru
www.hecucenter.ru
skype: hellenic.cultural.center
facebook: <http://www.facebook.com/Hecucenter>
vkontakte: <http://vk.com/hecucenter>
Instagram: @hecucenter



Ο Τσάμικος είναι παραδοσιακός ελληνικός χορός. Παλιότερα το τσάμικο χορευόταν μόνο από άνδρες αλλά στη σύγχρονη εποχή παίρνουν μέρος και γυναίκες. Η ετυμολογία της λέξης προέρχεται από τη λέξη τσάμης, που σημαίνει “ψηλός”, και αναφέρεται μεταφορικά στο λεβέντικο ανάστημα που κατά παράδοση διαθέτουν οι χορευτές, αφού “τσάμι” λέγεται το έλατο ή πεύκο σε ορισμένες περιοχές. Κατά άλλη εκδοχή η ονομασία προέρχεται από την Τσαμουριά, περιοχή της Θεσπρωτίας στην Ήπειρο. Ονομάζεται επίσης Κλέφτικος, καθώς χορευόταν από τους κλέφτες στην εποχή της Τουρκοκρατίας.

Διδάσκονται επίσης οι: Συρτός στα 2 και στα 3, Ζαγορίσιος, Ζωναράδικος, Μπαϊντούσκα, Απτάλικος, Λεβέντικος.

ΝΗΣΙΩΤΙΚΑ

Ικαριώτικο

Ο Ικαριώτικος όπως φανερώνεται και από την ονομασία του προέρχεται από την Ικαρία, αλλά χορεύεται πολύ και σε άλλες περιοχές της Ελλάδας, τόσο από γυναίκες όσο και από άνδρες. Αν και παλαιότερα χορευόταν με τα χέρια σταυρωτά, σήμερα χορεύεται με κράτημα από τους ώμους και έχει εννέα βασικά βήματα!

ГРЕЧЕСКИЙ КУЛЬТУРНЫЙ ЦЕНТР
Москва, Алтуфьевское шоссе, 44
офис № 9, 2 этаж
Тел.: 7084809 – Тел./Факс: 7084810

ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
Altufyevskoe shosse, 44, office No 9, 2nd floor
127566 Moscow, Russia
Tel.: +7 495 7084809; Tel./Fax: +7 495 7084810

e-mail: hcc@mail.ru info@hecucenter.ru
www.hecucenter.ru
skype: hellenic.cultural.center
facebook: <http://www.facebook.com/Hecucenter>
vkontakte: <http://vk.com/hecucenter>
Instagram: @hecucenter



Κρητικά



ГРЕЧЕСКИЙ КУЛЬТУРНЫЙ ЦЕНТР
Москва, Алтуфьевское шоссе, 44
офис № 9, 2 этаж
Тел.: 7084809 – Тел./Факс: 7084810

ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
Altufyevskoe shosse, 44, office No 9, 2nd floor
127566 Moscow, Russia
Tel.: +7 495 7084809; Tel./Fax: +7 495 7084810

e-mail: hcc@mail.ru info@hecucenter.ru
www.hecucenter.ru
skype: [hellenic.cultural.center](https://www.skype.com/name/hellenic.cultural.center)
facebook: <http://www.facebook.com/Hecucenter>
vkontakte: <http://vk.com/hecucenter>
Instagram: [@hecucenter](https://www.instagram.com/hecucenter)

Οι χοροί είναι ουσιώδες πολιτιστικό χαρακτηριστικό της Κρήτης. Από τους 25 παραδοσιακούς χορούς που έχουν καταγραφεί σήμερα, οι περισσότερο διαδεδομένοι περιορίζονται σε πέντε: τον Πεντοζάλη, το Χανιώτικο (Συρτό), τη Σούστα, το Μαλεβιζιώτη (Κασρινό Πηδηχτό) και το Σιγανό. Οι γρήγοροι χοροί της Κρήτης Πεντοζάλης, Σούστα, Μαλεβιζιώτης ή Κασρινός, οι Πηδηχτοί έχουν μουσικοί υπόκρουση με προέλευση από τους αρχαίους πυρρίχιους χορούς που αποτελούσαν πολεμικά γυμνάσια. Πιο αναλυτικά...

Ο **Μαλεβιζιώτης** πήρε το όνομά του από την επαρχία του Μαλεβιζίου όπου και διαμόρφωσε την τελική του μορφή. Είναι ο πιο αρρενωπός, ο πιο γρήγορος και εντυπωσιακός χορός της Κρήτης. Χορεύεται από άντρες και γυναίκες, αρχικά, στη φορά του κύκλου και μετά σε ευθεία. Τα βασικά βήματα του χορού είναι δεκαέξι (οχτώ μπροστά και οχτώ πίσω). Το χορό μπορεί να “σύρει” ο οποιοσδήποτε από τους χορευτές, αποσπώμενος του κύκλου και πιάνοντας μπροστά. Η χορευτική δομή του, επιτρέπει στον πρωτοχορευτή την ανάπτυξη αυτοσχεδιασμών, να παραλλάξει δηλαδή το βήμα του, με επιδέξια πηδήματα, με καθίσματα, με πολλαπλά χτυπήματα των χεριών στα πόδια (τσαλίμια), με χτυπήματα των ποδιών στο έδαφος, με παύσεις, στροφές στον αέρα (όρσες), κ.λ.π.

Ο **Πεντοζάλης ή Πεντοζάλι**, χορεύεται από άνδρες και γυναίκες. Ονομάστηκε πεντοζάλι γιατί συμβολίζει τον πέμπτο ζάλο (δηλαδή βήμα), δηλαδή η θεωρούμενη πέμπτη κατά σειρά ελπίδα των Κρητικών για απελευθέρωση της Κρήτης από τους Τούρκους και όχι γιατί έχει πέντε βήματα όπως λανθασμένα έχουν πει αρκετοί. Είναι καθαρά πολεμικός χορός και διαδηλώνει τον ξεσηκωμό, τη λεβεντιά, τον ηρωισμό και την ελπίδα.

Διδάσκονται επίσης οι:

Συρτός νησιώτικο, Μπάλος, Βλάχα Νάξου, Τσιριγώτικος, Πηδηχτός Ρόδου.

Κρητικοί : Συρτό Χανιώτη (ή Κασρινός), Σούστα.

Ποντιακοί : Κότσαρι, Τικ Διπλό.



Η κάτω λαβή σε σχήμα V



Η λαβή σε σχήμα X

ГРЕЧЕСКИЙ КУЛЬТУРНЫЙ ЦЕНТР
Москва, Алтуфьевское шоссе, 44
офис № 9, 2 этаж
Тел.: 7084809 – Тел./Факс: 7084810

ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
Altufyevskoe shosse, 44, office No 9, 2nd floor
127566 Moscow, Russia
Tel.: +7 495 7084809; Tel./Fax: +7 495 7084810

e-mail: hcc@mail.ru info@hecucenter.ru
www.hecucenter.ru
skype: hellenic.cultural.center
facebook: <http://www.facebook.com/Hecucenter>
vkontakte: <http://vk.com/hecucenter>
Instagram: @hecucenter



ГРЕЧЕСКИЙ КУЛЬТУРНЫЙ ЦЕНТР
 Москва, Алтуфьевское шоссе, 44
 офис № 9, 2 этаж
 Тел.: 7084809 – Тел./Факс: 7084810

ΚΕΝΤΡΟ ΕΛΛΗΝΙΚΟΥ ΠΟΛΙΤΙΣΜΟΥ
 Altufyevskoe shosse, 44, office No 9, 2nd floor
 127566 Moscow, Russia
 Tel.: +7 495 7084809; Tel./Fax: +7 495 7084810

e-mail: hcc@mail.ru info@hecucenter.ru
www.hecucenter.ru
 skype: [hellenic.cultural.center](https://www.skype.com/name/hellenic.cultural.center)
 facebook: <http://www.facebook.com/Hecucenter>
 vkontakte: <http://vk.com/hecucenter>
 Instagram: [@hecucenter](https://www.instagram.com/hecucenter)