

ריקוד החודש

בלדה על אסתריקה



מרקו בן שמעון

מרקו בן שמעון נולד באלג'יר ב-1.10.1947 ועלה ארצה בגיל שנתיים היישר לצפת, כאן רכש את השכלתו עד לגיוס לצה"ל בשנת 1966.

אחרי שירותו הצבאי למד וסיים תואר ראשון בהוראת חינוך גופני במכון וינגייט, ובשנת 1976 החל לעבוד כמורה לחנ"ג בתיכון דנציגר בקרית שמונה.

בין השנים 1977-1978 החל לרקוד ריקודי עם בחוגים של **ספי אביב** באזור הגליל, ובלהקת המחול של קריית שמונה תחת שרביטו של **סעדיה עמישי**.

בשנת 1979 סיים בהצטיינות קורס מדריכים לריקודי עם בטבריה, והחל להדריך בקרית שמונה. בתחילת 1981 החל ליצור ריקודים. "גן השיקמים" היה ריקודו הראשון שהתקבל באהבה ובעקבותיו חיבר ריקודים נוספים כמו "ליל סתיו", "נעמה" "לך ועליך" ועוד... כשבתחילת דרכו זו עבד בצמוד עם הנחייתו של **יואב אשריאל** ז"ל, שאירגן השתלמויות.

בשנת 1981, עבר לגור בירושלים שם עבד כמורה לחנ"ג וכן כמדריך לריקודי עם.

בשנת 1985 במסגרת "שבתון", השלים לימודי תואר שני בחינוך וחינוך גופני באוניברסיטת בוסטון שבארה"ב. בין השנים 1990-1997 עבר לגור בטורונטו קנדה וכאן המשיך לעבוד כמורה לחנ"ג בבתי ספר יהודיים וכן כמדריך לריקודי עם בחוגים מקומיים. משך שהותו בקנדה הוזמן ללמד את ריקודיו במחנות ובחוגים רבים ברחבי צפון אמריקה.

בשנת 1997 חזר לישראל לירושלים, והמשיך לעסוק בהוראת חנ"ג ובהדרכת חוגים לריקודי עם, וכן אירגן השתלמויות ריקודים למורי החנ"ג במשרד החינוך במחוז ירושלים, והמשיך לחבר ריקודים רבים נוספים.

בשנת 2015, יצא לגמלאות ומתגורר ברחוב ברקן 114 פרדס חנה, מיקוד 37150, טל' 050-5759867.

הריקודים של מרקו באתר הוקדים: <https://bit.ly/3EPQ9GU>

על הריקוד הוא מספר:

השירים הישנים והטובים שלא נס לייחם נותנים לי השראה ומוטיבציה מיוחדת לחבר ריקוד כמו מרבית מריקודיי, וכך אל השיר הותיק והמקסים הזה "הבלדה על אסתריקה ודון יצחק אברבנל" התוודעתי לפני

**השירים הישנים
והטובים שלא נס
לייחם נותנים לי
השראה ומוטיבציה
מיוחדת לחבר
ריקוד**

שנים רבות, השיר שבוצע ע"י הזמרת **אופירה גלוסקא** בפסטיבל הזמר המזרחי 1972, ולאחרונה שמעתי אותו שוב והחלטתי ליצור את הריקוד.

וכן הסיפור המופלא על מנהיג יהודי ספרד ופורטוגל בתקופת גירוש ספרד **דון יצחק אברבנל**, שהיה מנהיג פילוסוף ושר האוצר הפורטוגלי עד שגורש, והשיר שמספר על כך שדון יצחק אברבנל המכובד שכל גדולי הגברים ניסו לשדך לו את בנותיהם, והוא בחר דווקא באסתריקה, נערה יהודייה פשוטה ויפה, חסרת ייחוס, שבה התאהב.

לריקוד ולשיר העממי והמקסים הזה השתדלתי לחבר ריקוד פשוט וקליט, ולשמחתי התקבל בהתלהבות בחוגים ברחבי הארץ.

צילום הריקוד: <https://bit.ly/3PR2zo5>



לריקוד ולשיר
העממי והמקסים
הזה השתדלתי
לחבר ריקוד
פשוט וקליט,
ולשמחתי התקבל
בהתלהבות
בחוגים ברחבי
הארץ.

שמאלה, מתחת ימינו של הבן, תוך התקדמות
לפנים. הבן מלווה בצעדת ואלס לפנים בימין.
מסיימים פא"פ.

7-8 באחיצת ואלס סגורה סיבוב ביחד בשתי
צעדות ואלס וחוזרים לעמידת המוצא.

9-16 כמו 1-8 חוזר שנית, מסיימים פא"פ גב הבן
למ"מ.

חלק ב': פא"פ אחיצת ידיים רחבה

1 צעדת באלאנס בשמאל שמאלה (הבת בימין
ימינה).

2 הבן באלאנס בימין ימינה מלווה את הבת
המסתובבת שמאלה מתחת ליד שמאל שלה
האחוצה בימינו של הבן.

3 כמו 1.

4 כמו 2 כמו 4 בהחלפת תפקידים.

5 אחיזה רחבה נכ"ש: פתיחה בשמאל שמאלה
(1); שיכול ימין מאחורי שמאל (2); שמאל
שמאלה (3).

צעדי הריקוד:

בלדה על אסתריקה

צורת קבוצה: זוגות במעגל

משקל: 3/4 (ברישום כל ספרה מייצגת תיבה)

מבנה הריקוד: בית אחד שני חלקים

רשומים צעדי הבן, הבת מבצעת במנוגד.

חלק א': עמידה רגילה, פנים נכ"ש, אחיזה רגילה

1 צעדת ואלס לפנים בשמאל.

2 צעד לפנים בימין תוך פניה ימינה-לאחור, ללא
עזיבת הידיים הפנימיות העולות למעלה, כעת
כחיצוניות (1); הנחת אצבעות רגליים פנימיות
בהדגשה בין בני הזוג (2-3). ידיים פנימיות
אחוצות ל מטה.

3 צעד לאחור במקום ברגל שמאל (1); ימין
לפנים במקום (2); שמאל לפנים נכ"ש (3).

4 פניה ימינה-לאחור לעמידת המוצא.

5 צעדת ואלס לפנים בשמאל (ואלס פתוח).

6 בצעדת ואלס לפנים בשמאל, הבת מסתובבת

- 6 שיכול ימין לפני שמאל (1); הנפת שמאל שמאלה (2); שהייה (3).
7 שמאל בשיכול מאחורי ימין ימינה (1); ימין ימינה (2); שיכול בשמאל לפני
ימין ימינה (3).
8 בצעדת ואלס 3/4 סיבוב ימינה (הבת שמאלה. מסיימים עם פנים נכ"ש.
9 3 צעדים לפני ברגל היצינית כשידיים פנימיות צמודות לצד הגוף ואל בן הזוג.
10 ימין לפני בתנועה חדה תוך פנייה שמאלה לעמידת גב אל גב כשהידיים
האחוזות מונפות לכיוון התנועה (1) שהייה (2-3).
11 פניה שמאלה (הפנים בכ"ש): צעדת ואלס לפני בכ"ש בשמאל (הבת
בימין).
12 פתיחה ברגל ימין והנחת אצבעות ימין ימינה, תוך פניה למצב של פא"פ,
גב הבן למ"מ, הידיים פרוסות לצדדים ללא אחיזה (1); שהייה (2-3).
13 פנייה שמאלה וצעדת ואלס לפני-נכ"ש ברגליים היציניות.
14 ימין לפני (1); שמאל במקום מאחור (2); ימין לפני תוך פניה ימינה
לפא"פ עם בן הזוג (3).
15-16 סיבוב ביחד בשתי צעדות ואלס בהתקדמות נכ"ש
* בפעם השנייה של הריקוד חלק ב' חוזר פעמיים. 🙌



בלדה על אסתריקה

לחן: חיים צור; מילים: יוסי בכר; ביצוע: אופירה גלוסקא

והיום זו אסתריקה
הפוסעת לחופה
ביד דון יצחק החזיקה
כה זוהרת ויפה
חן ויופי הן לא הבל,
היחוס אינו חשוב
דון יצחק ואסתריקה
זאת הוכיחו שוב ושוב.
מי מילל...

ענוגה היא אסתריקה
עפעפיה מורדים
כשניגש מיד הסמיקה
בפני בן העשירים
הבנות כולן קינאו בה
איך מצאה שידוך מוצלח
בת ללא יחוס ראו בה
שאף גבר לא ייקח.
מי מילל...

השמועה עשתה כנפיים
דון יצחק אברבנל
מצא זיווג מן השמיים
אסתריקה עוזיאל
נדוניה איך תמצא לה
כי אביה רק חייט
כבר שנים כולם אמרו לה
לא ירצה בך אף אחד.

פזמון:

מי פילל ומי מילל
שאסתריקה תינשא
לדון יצחק, לדון יצחק
לדון יצחק אברבנאל.

דון יצחק לעיר הגיע
מטבעות לרוב פיזר
גם דברי חוכמה השמיע
וכל אב אחריו חיזר
בפינת השוק מצא הוא
נערה שחורת שיער
מכל בנות העיר יפה היא
רק בה דון יצחק יבחר.
מי מילל...

