

**UMA PROPOSTA METODOLÓGICO-DIDÁTICA PARA O
ENSINO DA TÉCNICA GRAHAM NO CONTEXTO DO
ENSINO ARTÍSTICO ESPECIALIZADO DA DANÇA**

Trabalho de natureza profissional
para a obtenção do título de especialista
na especialidade de Dança

Cristina Maria Pereira de Almeida Graça

ESCOLA SUPERIOR DE DANÇA

Março 2018

Resumo

Pretende-se com este trabalho patentear a nossa prática pedagógica e profissional desenvolvida ao longo de dezoito anos (1985/2003) na Escola de Dança do Conservatório Nacional (EDCN), enquanto docentes na área da Técnica de Dança Contemporânea, materializando-a numa proposta metodológico-didática aplicável ao ensino da Técnica de Martha Graham em contextos do ensino especializado da dança.

Na impossibilidade de documentar de outra forma a imaterialidade do trabalho do professor de dança, apoiámo-nos nos registos de imagem dos arquivos videográficos da EDCN de onde extraímos as gravações do exame de 3º ano do ano letivo 2000/2001, o último exame de grau elementar pelo qual fomos responsáveis naquela escola. Dado que, na EDCN, o 3º ano representa o culminar das aprendizagens do Nível Elementar de dança, usámos o material presente no vídeo (competências técnicas e vocabulários) como base para a proposta metodológica apresentada neste trabalho.

Procurou-se, deste modo, evidenciar as nossas competências profissionais nos domínios artístico e técnico, mas também pedagógico, que nos permitam ver reconhecida a nossa condição de especialistas na área da Dança.

Abstract

This written work aims at bearing witness to our professional work experience developed over the period of eighteen years (1985/2003) at Escola de Dança do Conservatório Nacional (EDCN), as an expert teacher in the area of Contemporary Dance Technique.

In order to materialize the otherwise impossible evidence of the dance teacher's work, we retrieved from the archival footage of EDCN the 2001 3rd grade exam, the last elementary grade exam we were responsible for at the school.

Because the 3rd grade at EDCN represents the completion of the Elementary Level in contemporary dance, we used the dance material displayed on the video (technical skills and vocabularies) as the basis for our proposal of a methodology for the teaching at the Elementary Level of the Graham Technique within the context of vocational dance training.

Through this work we aspire to have our professional skills recognized as a dance educator and, consequently, being awarded the Specialist Title in Dance.

Prefácio

No desenvolvimento do nosso percurso profissional, iniciado em 1985 na Escola de Dança do Conservatório Nacional e que se desdobrou entre os domínios pedagógico e performativo, temo-nos interessado pelas questões relativas à Técnica de Dança, nomeadamente no que diz respeito à Técnica de Martha Graham, tanto na sua vertente de instrumento educativo do movimento como na sua condição de objeto de análise cultural. Para isto, motivou-nos a circunstância de, na génese, o próprio contexto criativo de Martha Graham ter assentado numa permanente dialética entre a produção coreográfica, a consolidação da sua linguagem técnica e a formação de bailarinos que pudessem dominar o universo de movimento que havia criado.

Neste sentido, temos procurado aprofundar o nosso conhecimento corporizado e teórico sobre a Técnica de Martha Graham, aplicando-o nas aulas que lecionamos. Fazemo-lo, adaptando à contemporaneidade e aos públicos concretos com que lidamos os *skills*, sequências e exercícios tradicionais, sem desvirtuar os princípios estruturantes da técnica, mas atribuindo-lhes novas dinâmicas e combinações de movimentos que resultem na construção de um corpo eloquente no discurso do movimento.

Não perspetivamos a técnica como um processo de adestramento estéril. Encaramo-la, antes, como um processo que, desnaturalizando o movimento espontâneo, não o torna antinatural, mas antes o amplia e se torna rede de segurança para o frágil e efémero instrumento que é o corpo do bailarino. Por outro lado, perspetivamo-la, também, como uma memória coletiva de movimento, um conhecimento a um tempo corporizado e conceptual que subsiste e que evolui através da multiplicidade de corpos que o materializam; um património imaterial de conhecimento partilhado pelos corpos-sujeito que a usam.

Estas são também as ideias que, enquanto docentes da Escola Superior de Dança, tanto no âmbito da Licenciatura em Dança, como no do Curso de Mestrado em Ensino de Dança, temos partilhado com os nossos alunos.

Em paralelo, estamos a desenvolver investigação no âmbito do curso de doutoramento em Estudos de Cultura da Universidade Católica, cuja tese se encontra em fase de redação. Nela tomámos como ideia condutora o processo que levou a dança de Martha Graham desde o gesto expressivo, rebelde e libertário até ao gesto técnico e codificado, ou seja desde a

expressão individualizada até à tradição partilhada, da inovação até ao cânone, da rebeldia até à conformidade, da rotura até ao *main stream*. À luz das ideias de Foucault, procuramos traçar um paralelo entre o processo de consolidação e estabilização da técnica, perspetivada como elemento simbólico de controlo dos corpos, dos indivíduos e do social, e a ideologia latente nas produções coreográficas, abordando a codificação do gesto técnico como mecanismo de reiteração da tradição e de afirmação de identidades individuais e coletivas hegemónicas.

Publicações e participações em conferências:

“Imagem, metáfora, analogia: da instrução à construção no contexto da aula de técnica de dança” – publicado no Repositório Científico do Instituto Politécnico de Lisboa; artigo apresentado na conferência *Corpos (Im)Perfeitos*, organizada pela faculdade de Motricidade Humana, em 2012;

“Latent tradition in modern dancing: the body politics of the *Green Table*” - publicado no Repositório Científico do Instituto Politécnico de Lisboa; artigo apresentado na conferência *Summer School for the Study of Culture*, organizada pela Universidade Católica de Lisboa, em 2014.

Face ao percurso profissional e à experiência docente e performativa em diferentes contextos de trabalho expostos no *curriculum vitae* anexado, consideramos reunir condições para requerer a realização das provas de atribuição do Título de Especialista.

Dedicatória

A todos os meus alunos,
a quem espero ter inspirado para a liberdade que advém do rigor.

Agradecimentos

À Escola de Dança do Conservatório Nacional,
à Escola Superior de Dança
e a todos os meus professores.
Ao Carlos, ao Gonçalo e à Mira, pelo apoio incondicional.

Índice de figuras

Figura 1: <i>bounces</i> , 1ª posição.....	p.64
Figura 2: <i>bounces</i> , 2ª posição	p. 64
Figura 3: <i>bounces</i> , paralelo à frente	p. 65
Figura 4: <i>breathings</i> – expiração.....	p. 65
Figura 5: <i>breathings</i> – <i>high lift</i>	p. 66
Figura 6: <i>opening of the leg</i> – 2ª posição	p. 67
Figura 7: <i>espiral bow and arrow</i>	p. 67
Figura 8: $\frac{1}{4}$ <i>turn on the hip</i>	p. 68
Figura 9: <i>arabesque</i> – preparação para <i>back leg extension</i>	p. 68
Figura 10: <i>contraction</i> pernas paralelas à frente	p. 68
Figura 11: <i>release</i> em espiral	p. 69
Figura 12: <i>long leans</i>	p. 69
Figura 13: movimentos pendulares de transferência de peso	p.70
Figura 14: preparação para <i>turns around the back</i>	p.71
Figura 15: <i>release</i> lateral sobre um braço	p.72
Figura 16: mobilização articular do pé – $\frac{1}{2}$ ponta	p. 73
Figura 17: <i>plié</i> em 2ª posição com <i>forced arch</i>	p.73
Figura 18: <i>brush on the floor</i> paralelo à frente	p.74
Figura 19: <i>brush off the floor</i> ao lado com espiral <i>turned out</i>	p. 74
Figura 20: <i>tilt</i>	p. 75
Figura 21: <i>side contraction</i>	p. 75
Figura 22: saltos em 1ª posição	p. 76
Figura 23: <i>jetés</i>	p. 76

Figura 24: <i>skip</i> simples	p. 77
Figura 25: <i>skip</i> com contraction	p. 77
Figura 26: preparação para <i>side fall</i>	p. 78
Figura 27: <i>battement slide</i> após <i>side fall</i>	p. 78
Figura 28: <i>side fall on the knees</i>	p. 79

Índice

Resumo 3

Prefácio	4
Dedicatória	6
Agradecimentos.....	7
Índice de figuras.....	8
Introdução	11
1. Enquadramento conceptual do trabalho	15
1.1. Sobre a ideia de Dança.....	15
1.2. A técnica de dança	19
1.3. O ensino especializado da dança	23
2. Sobre a <i>Modern Dance</i> e Martha Graham	26
2.1. A emergência da <i>Modern Dance</i> americana	26
2.2. Algumas reflexões sobre a obra de Martha Graham	29
3. A Técnica de Martha Graham	38
3.1. Da expressão à técnica	38
3.2. Os fundamentos da técnica.....	42
3.3. O vocabulário.....	50
4. A estrutura tradicional da aula de técnica Graham	52
5. A aula de técnica para o nível elementar no contexto do ensino vocacional	55
5.1. Estrutura genérica.....	55
5.2. Estrutura específica.....	57
Reflexão final	74
Referências bibliográficas.....	76

Introdução

Demorámos a tomar a decisão de refletir sobre o nosso próprio trajeto profissional. Contudo, a riqueza da história partilhada com várias gerações de alunos que hoje atuam em diferentes contextos profissionais da dança, a par da convicção de que havíamos contribuído para o seu sucesso, levou-nos a querer fixar documentalmente uma prática profissional docente de mais de três décadas, iniciada no âmbito do Ensino Especializado da Dança, na Escola de Dança do Conservatório Nacional (EDCN) e continuada na Escola Superior de Dança (ESD).

Assim, substancializámos essa prática docente num trabalho de natureza profissional, sob a forma de uma proposta metodológico-didática focada na Técnica de Martha Graham, no contexto do ensino especializado da dança. Pretendemos, cumulativamente, dar evidência das competências pessoais pedagógicas, técnicas e artísticas no domínio da Técnica de Dança Contemporânea que permitam ver reconhecida a nossa condição de especialistas na área da Dança, nomeadamente no campo das Metodologias do Ensino da Dança Contemporânea, área em que atuamos na ESD, tanto Curso de Licenciatura em Dança como no de Mestrado em Ensino de Dança.

A produção escrita desta proposta metodológico-didática apoiou-se diretamente nos registos visuais do exame público do 3º ano, do ano letivo de 2000/2001, já que os momentos de provas finais são, no contexto artisticamente exigente da Escola Artística de Dança do Conservatório Nacional, um dos momentos mais relevantes de demonstração das aquisições técnicas, artísticas e interpretativas dos alunos. Dito de outra forma, a *performance* e a demonstração de *skills* especializados e de alta complexidade por parte dos alunos corporizam a imaterialidade do trabalho do professor de dança que só através destes corpos terceiros consegue produzir evidência sobre si próprio.

Como já expressámos atrás, e em concordância com o postulado no Regulamento para a Obtenção do Título de Especialista do Instituto Politécnico de Lisboa, aspiramos a ver reconhecida a relevância do nosso currículo profissional mediante a prestação de provas públicas para a obtenção do Título de Especialista na área da Dança, tendo como base uma trajetória profissional que, desde 1985, tem abarcado tanto o domínio educativo como o performativo. Na situação de docente contratada como equiparada a Professor Adjunto pela Escola Superior de Dança desde 2000, primeiramente em tempo parcial e depois de

2003 em tempo integral, gostaríamos de poder aceder à carreira de Professor Adjunto, não apenas como garante pessoal de estabilidade laboral, mas também como uma vontade de concorrer para a solidez do corpo docente da ESD e para a afirmação institucional do Instituto Politécnico de Lisboa.

Às razões acima expostas acresce uma motivação pessoal de contribuir para um reequilíbrio na hierarquia dos saberes que a conjuntura institucional tem feito pender, no universo das artes, a favor do pensamento teórico e conceptual em detrimento dos saberes práticos, em particular daqueles que resultam das práticas e das competências corporizadas. Na área que diretamente nos importa, a dança, esta dicotomia entre linguagem verbal e linguagem do corpo consubstancia-se, simbolicamente, na tensão entre teoria e prática que a inclusão dos saberes práticos no contexto académico veio instaurar:

Performance's status as both a practice and a liberal art also meant that it was not purely either one, neither a fully skill-based vocation nor a securely cultural object. As such, it has occupied an institutional chiasmus, perplexing the domain of cultural knowledge with a so-called technical pragmatism, perplexing the domain of technical knowledge with a so-called cultural imagination (Jacson 2006:77).

Deste modo, o trabalho de natureza profissional que expomos tem, também, como objetivo reforçar a relevância dos saberes práticos, estabelecendo as necessárias pontes entre o verbo e o movimento, já que, como Siegel, acreditamos que “the best art is a fusion of techniques and ideas, verbal and nonverbal, images, sensations and meanings (1990: 4). Em certo sentido, foi a nossa própria identidade de sujeito da dança, alicerçada em conhecimentos corporizados e habituada a construir e a gerir ideias em forma de movimento, que procurou afirmar-se face à perspectiva cartesiana que hierarquiza o pensamento sobre a ação, como comenta LaMothe: “the educational system has increasingly become a funnel for channelling all forms of intelligence and creativity into models of thought and action that sustain the hegemony of reading and writing as media for communicating and authorizing truth” (2006: 220-221).

Ainda neste sentido, subscrevemos a opinião de Brandstetter & Klein quando afirmam que “in the history of dance, the relationship between practice and theory is something of a liaison dangereuse” (2013:12). Adicionalmente, diremos que esta ligação é volátil e está em permanente devir. Se a revolução social a que o mundo assistiu nos anos 60 do século XX pareceu abrir a cultura a uma maior comunhão do indivíduo com o seu corpo e, conseqüentemente, ao domínio do não-verbal, a revolução tecnológica dos anos de 1990

reverteu esta visão e, como descreve Siegel (1990), voltou a colocar a formulação intelectual acima dos saberes e das expressões corporizados. Com isso, a dança tornou-se apetecida matéria de reflexão académica que, oriunda de outras áreas do saber de larga tradição intelectual, oferecia “models for systematic study where the systematic study of dance has eluded acceptance” (Siegel, 1990: 3). Na procura de conceitos e sentidos, essa reflexão académica descartou, frequentemente, a natureza particular da dança: o movimento, o não-verbal e os saberes corporizados.

Feita esta reflexão, não nos ocuparemos neste trabalho da descodificação de sentidos culturais, históricos ou sociais a partir do movimento, mas sim do (aparente) grau zero da sua significação: a própria técnica de dança que perspetivamos como um discurso cinético sistematizado e racional. Será sobre esse “systematic study of dance” de que fala Siegel (1990:3) – e que entendemos como o estudo da dança e dos seus sistemas e códigos intrínsecos enquanto objeto de saber corporizado – que, enquanto profissionais da dança, nos debruçaremos, recentrando-nos sobre a componente mais formal e estruturante do movimento – a técnica de dança, em concreto sobre o processo metodológico-didático relativo à Técnica de Martha Graham.

Entre a imaterialidade do trabalho do professor de dança e a materialidade do corpo eloquente do aluno/bailarino procuraremos, pois, afirmar a substancialidade das práticas e dos saberes da dança.

Este trabalho organiza-se em 5 capítulos, aos quais se segue uma Reflexão Final e as Referências Bibliográficas. Contém 1 apêndice – o registo de imagem da aula que lhe serviu de base.

No 1º capítulo expõem-se os conceitos teóricos relevantes para a compreensão geral da temática abordada: apresentação de várias perspetivas sobre a ideia de dança, o entendimento sobre o que é a técnica de dança, concluindo-se com a exposição das principais características do ensino especializado da dança.

No 2º capítulo explica-se o contexto de emergência da *Modern Dance* americana e abordam-se, numa perspetiva cultural, alguns aspetos relacionados com as obras produzidas por Martha Graham.

No 3º capítulo expõem-se os fundamentos expressivos e cinéticos da técnica de Martha Graham, bem como os seus vocabulários.

No 4º capítulo apresenta-se a estrutura tradicional da aula de técnica de Martha Graham.

No 5º e último capítulo apresenta-se uma proposta de aula de técnica Graham objetivada no grau elementar do ensino especializado da dança.

Conclui-se com a apresentação de uma reflexão pessoal sobre o ensino da dança contemporânea e sobre os seus públicos/alunos atuais e traçam-se planos para desenvolvimentos futuros do trabalho agora apresentado.

As Referências Bibliográficas dão nota sobre os autores e textos que suportaram conceptualmente o trabalho.

1. Enquadramento conceptual do trabalho

1.1. Sobre a ideia de Dança

Tendo a dança como referente, cremos ser essencial balizar o nosso entendimento sobre o que é esta arte, embora saibamos não ser possível esgotar visões relativamente a esta matéria e, ainda menos, reunir consensos.

Enquanto prática relacional e comunicacional, a dança pode assumir formas rituais, celebrativas, religiosas, sociais ou teatrais. Tendo em vista o propósito deste trabalho, uma proposta metodológico-didática para o ensino da Técnica Graham no contexto do ensino especializado da dança, situar-nos-emos no universo da dança teatral, no sentido em que ela é entendida por Hanna (1985) e também por Fazenda (2012): ambas se referem a uma forma de dança que é apresentada num palco, mais ou menos formal, em que público e bailarinos ocupam papéis e espaços claramente distintos e para a qual é requerido um treino especializado.

Com o intuito de definir a ideia de dança, começaremos por recuperar a perspetiva de John Martin expressa na sua obra seminal de 1933¹, *The Modern Dance*:

The dance is the expression, by means of bodily movement arranged in significant form, of concepts which transcend the individual's power to express by rational and intellectual means (...) Movement [is] the first means for the conveying of ideas from one individual to another (Martin, 1968:85).

À distância de oito décadas, Hanna lança, na abertura de *Dancing to Learn –The Brain's Cognition, Emotion, and Movement*, a questão: “What is dance?” (2015:1). Denunciando a complexidade em delimitar os significados da ideia de dança, a resposta, longe de ser taxativa e fechada, vai sendo exposta ao longo de mais do que uma página:

(...) dance can be conceptualized as a human language composed of purposeful, intentionally rhythmical, and culturally influenced sequences of nonverbal body movements and stillness in time and space and with effort. Drawing from movements in everyday life, dance stylizes these with a degree of conventionality or distinctiveness. Dance movements may make symbolic references to ordinary motor

¹ A edição consultada é de 1968.

activities but are usually distinct from them. (...) Evolving from ideas, feelings, physical sensations, skilled movements, and emotional and cognitive processing, dance is usually accompanied by music with its range of sounds and rhythm and sometimes by costume, props, and other media. (...) Dance may tell the “story” of music (visualization), space, or kinds of shapes (Hanna 2015:1-2).

Mais sintética e simples é a definição de Dimakopoulou, moldada pelo perfil profissional do engenheiro que procurava desenvolver um sistema de notação para fixar o movimento não codificado da dança contemporânea:

Dance is a form of art created by movement of the body, which is usually rhythmic and accompanied with music. It is used as a form of expression in social interaction and spiritual or performance settings. Dance is also a form of nonverbal communication between humans. (...) dance is an indispensable part of human’s social and cultural life. Throughout history, it has accompanied social and religious events, ceremonies, rituals, celebrations and entertainment (Dimakopoulou 2011:4).

Numa outra perspectiva, o conhecimento corporizado de Roubaux oferece-nos uma definição mais apoiada na fisicalidade da própria dança:

A dança, arte cinética e do sentido muscular, e em que agente e referente são de natureza iminentemente corporal, lembra-nos, por exemplo, que a expressão artística não é apanágio dos sentidos tradicionalmente considerados superiores – a visão e a audição – e que a palavra ou o discurso racional não são detentores absolutos do processo de comunicação (1991:2).

Das palavras dos autores convocados parece emergir, em comum, a ideia de movimento e de ação corporal organizada no espaço e no tempo. Este estrito alinhamento entre dança e movimento tem sido alvo de revisões e críticas em momentos mais recentes dos Estudos de Dança (Franko 1995; Lepcki 2006) que o consideram uma consequência lógica da perspectiva modernista que preconizava a autonomização da dança e a sua equiparação a outras manifestações da *high art*; um “constructo”, nas palavras de Lepecki (2006:4), para o qual contribuem visões ideológicas e políticas sobre o corpo dançante e sobre o próprio movimento. Pela nossa parte, conceptual e esteticamente, acompanharemos a perspectiva de Martin, Hanna, Dimakopoulou e Roubaux.

Retomemos a premissa que Roubaux nos deixa relativamente ao processo de comunicação: o discurso racional não é o detentor absoluto do processo de comunicação. Nesta perspectiva, diremos que a dança é produtora de sentidos que escapam aos sistemas de código verbais, e que, enquanto forma de expressão, ela é produtora dos seus próprios códigos assentes no movimento, os quais veiculam ideias visuais, auditivas, cinéticas e

emotivas, culturalmente significativas. Por exemplo, se a verticalidade, o padrão físico dos bailarinos, a organização cénica e o vocabulário do *ballet* remetem para ideias de harmonia, leveza, hierarquia e ordem, já a assunção do peso e do esforço, a angularidade do movimento, os corpos musculados das bailarinas, os gestos primordiais e os ritmos sincopados da *modern dance* parecem organizar-se em torno da ideia de um mundo que, nas primeiras décadas do século XX, havia perdido a inocência das histórias de princesas e revogado a fragilidade etérea das mulheres.

Diremos, pois, que aquele que produz o movimento tem sempre uma intenção ao fazê-lo, ainda que a ação corporal gerada não seja do tipo representacional. O gesto, o passo ou salto não têm de estar enquadrados numa narrativa ou numa exteriorização de conceitos ou emoções para serem expressivos e estabelecerem um processo de comunicação com o espetador. Mesmo quando a dança se auto referencia e se apoia na manipulação dos seus códigos formais e estéticos, continua a haver uma intenção expressiva do movimento, através da exibição e da celebração desses mesmos códigos, como nos dá conta Anna Kisselgoff:

The beautiful final section of her "Acts of Light," from 1981, is actually a theatricalized version of a Graham technique class. Yet as the dancers (...) begin with simple exercises on the floor and progress, as they would in a class, to more complicated sequences, the dance is enriched by another meaning. With its gentle climax and ceremonial close, the dance becomes a heightened ritualistic metaphor for the rising and setting of the sun - the inspiration for the "Helios Overture," the music by Carl Nielsen (1984: s.p.).

Pela sua parte, o espetador que vê a *performance* do bailarino, ainda que não identifique a intenção ou vocabulário específico, reconhece e admira cenestésicamente a ação, com base nas possibilidades embrionárias do seu corpo não trabalhado:

The maker of the movement has a purpose, an intention, in making the movement; the movement is transferred in effect by kinaesthetic sympathy to the muscles of the spectator, and because he is to associating movement with intention, he arrives by induction at the intention of the particular movement under consideration; it is inconceivable that any bodily movement can be entirely abstract and non-representational (Martin, 1968:85).

Note-se, contudo, que nestes sistemas de códigos de base cinética não há uma relação direta entre um determinado movimento e uma determinada ideia, já que entre eles também não há uma relação estável entre significante e significado, genericamente reconhecida por uma comunidade de utilizadores. Neste sentido, Kowal, Siegmund e Martin observam que

“(…) movement practices trade on ambiguity, walking fine lines of intelligibility, working the margins of representation and abstraction, and implying several ideas at once (2017: 17). Mas, apesar de escapar à racionalidade do verbo e do signo, a dança não deixa de ser, em si mesma, um objeto de conhecimento: “It knows itself and produces meaning by reference to its codes and to its histories as dance” (Kowal, Siegmund & Martin, 2017: 21). São, pois, os seus códigos e as suas histórias, construídos a partir de “nonverbal body movements and stillness in time and space and with effort” (Hanna 2015:1-2) que a definem e lhe dão sentido intrínseco através dos corpos que produzem o movimento.

É globalmente aceite que foi a *modern dance* que estabeleceu a primazia do movimento como matéria-prima da dança, com base no pensamento estético modernista segundo o qual a obra de arte apenas depende dos meios e instrumentos inerentes à disciplina que a produz. De acordo com Martin, “great value attaches to the modern experiments in the development – or the isolation, if you prefer – of the “absolute” dance. (...) The absolute dance is that pure essence of dancing which contains no element of anything else (Martin, 1968:90).

Em concreto, foi a segunda geração² de *modern dancers* que primeiramente reconheceu o movimento e as ações do corpo como a matéria-prima da dança:

There is only one thing to dance about: the meaning of one’s personal experience and this experience must be taken in its literal sense as action, and not as intellectual conception. The obvious conclusion is that the dance must move and not pose; and that the dancer must choose from experience that which is dynamic – and not static (Humphrey, 1932: 46).

Mas, se toda a dança é movimento do corpo humano, nem todo o movimento do corpo humano é dança. Regressemos, neste particular, a John Martin:

All movement is capable of conveying and must convey intention. All movement, however, is not suitable material for the creation of the dance. (...) most of our movement has no conscious thought about it. It is merely the routine of physique. (...) Obviously this is not the stuff of which the artist spins his web to capture the stars (Martin, 1968:85-86).

² Pese embora o carácter revolucionário das propostas das matriarcas da *modern dance* nos Estados Unidos da América, a dança manteve, nestas primeiras expressões, um elevado grau de subserviência face a fatores extrínsecos a si própria: no caso de Isadora Duncan, o movimento mantinha uma estrita conformidade relativamente à música e no caso de Loïe Fuller o protagonismo dos efeitos cénicos e visuais da luz e da manipulação de tecidos relegava para segundo plano as ações do corpo da bailarina.

Assim, para que o bailarino seja capaz de produzir movimento significativo e artisticamente relevante, para que consiga dominar a matéria da dança, “[he] must develop the type of movement which is of service to him in the creation of works of art. This is (...) the technique of the medium in which he is working” (Martin, 1968:87).

Mas, para que tal seja possível, para que consiga desenvolver “the technique of the medium”, terá de ser dotar o instrumento produtor do movimento – o seu corpo – de competências motoras, também elas altamente especializadas, de controlo muscular, força, coordenação, elasticidade e fluidez que permitam tornar o discurso cinético fluente e eloquente, como preconizava Graham:

I know no other word for this dynamic than co-ordination. To me co-ordination means dominion of Spirit-of-body over all parts of the body, until it produces the unity that is passion. It is the activity produced by this Spirit-of-body that is Dancing. It is the organization of this activity that is the art that is dance (Graham 1941 in Duell, Sloan & Pearce 1980:11).

1.2. A técnica de dança

As técnicas do corpo

Começaremos este ponto por esclarecer o sentido dual de *técnica* que emerge do parágrafo anterior: uma técnica do corpo e uma técnica do movimento. É, ainda, Martin que oferece a explicação:

[The dancer] must take the raw materials of a body more or less like everybody else’s body, and transform it into an instrument capable of producing the medium in which he works, movement. A dancer may have a magnificent concept of significant form, may know fine movement when he sees it, and may have vital things to express; but if he has no muscular control, no strength, no elasticity, no breath, he is absolutely helpless. You cannot play on an instrument which you have not got (Martin, 1968:88).

Diferentemente do músico que desenvolve a técnica para tocar um instrumento (que já está feito e é exterior a si mesmo), o bailarino tem, ademais, de reinventar e produzir o seu instrumento da dança, o corpo, que Mauss considera “le premier et le plus naturel instrument de l’homme. Ou plus exactement, sans parler d’instrument, le premier et le plus naturel objet technique” (Mauss, 1934 :10).

Assim, competências motoras genéricas, como o controlo muscular, a força, a coordenação, a elasticidade, o equilíbrio, a agilidade e a velocidade complexificam-se e especializam-se, para, a par de competências de ordem musical, espacial, cognitiva e interpretativa, tornarem o corpo em objeto técnico/instrumento da dança. Concretizadas por este corpo especializado, as ações motoras básicas (andar, correr, saltar, saltitar, deslizar, controlar as mudanças de apoio, equilibrar-se em um ou mais apoios, com todo o pé apoiado ou na meia ponta, controlar os movimentos em desequilíbrio e a relação com o solo, controlar o movimento das pernas e dos braços isoladamente ou em coordenação, perceber o alinhamento do corpo, estabilizar a pélvis e a cintura escapular de forma estacionária e em movimento, elevar-se em diferentes tipos de saltos, com diferentes bases de impulsão e de receção, rodar e mudar de direção) metamorfoseiam-se, recombina-se e ganham formas corporais e espaciais precisas e dinâmicas distintivas, de cariz extra quotidiano, como propõe Fazenda (2012). Constituem-se, desta forma, em vocabulários e códigos inerentes à dança que, neste processo, ganha “(...) inherent and aesthetic value – that is, standards of appropriateness and competency (Hanna 2015:1-2).

De certa forma, o movimento deixa de ser dominado pelo corpo, passando a dominá-lo. Neste sentido, cada técnica de dança constrói um corpo expressivo, eloquente e especializado, “one that represents a given choreographer’s or tradition’s aesthetic vision of dance (Foster 1997:241). Este é, pois, um corpo moldado e educado pelas técnicas que experienciou, capaz de produzir sentidos estéticos, mas também éticos, sociais, políticos e identitários; um corpo detentor de competências motoras e expressivas diferenciadas, adquiridas em contextos de aprendizagem inscritos em tradições de motilidade específicas.

As técnicas da dança

Foi durante os anos de 1930 que Marcel Mauss sistematizou, numa perspetiva antropológica, o pensamento sobre as técnicas que regem e moldam o corpo nas suas ações, posturas e hábitos:

J'appelle technique un acte traditionnel efficace (...) Il faut qu'il soit traditionnel et efficace. Il n'y a pas de technique et pas de transmission, s'il n'y a pas de tradition. C'est en quoi l'homme se distingue avant tout des animaux : par la transmission de ses techniques et très probablement par leur transmission orale (1936: 9).

Esta associação entre a transmissão de conhecimento com base em relações diretas e de proximidade e os saberes canônicos aplica-se com particular evidência à dança, nomeadamente no que diz respeito aos seus conteúdos técnicos, como sugerem as palavras de Diana Taylor:

The forming and transforming of knowledge in dance most often takes place through processes of body-to-body transmission. Ideas, ideals, gestures and questions circulate through modes of exchange that usually entail dialogue in and between live bodies. This mode of transmission demands a presence through its reliance on people to participate in the dissemination of knowledge by “being there”. (...) This enables the past to be experienced in the present. (Taylor, 2006: 24).

As técnicas da dança, enquanto “Techniques de l'activité, du mouvement” (Mauss, 1936:17), utilizam, na perspectiva de Xarez (2012), simultaneamente técnicas quotidianas e extra quotidianas, simples e complexas que “constituem formas da utilização do corpo (...) muito específicas, que se transformaram em padrões motores que se podem imitar, apropriar e reproduzir de forma rigorosa” (Xarez 2012:126).

Já Fazenda (2012) considera-as técnicas extra quotidianas que promovem uma estrutura no corpo e no movimento do aluno/bailarino, o qual, mercê um longo período de aprendizagem faseada, desenvolve capacidades proprioceptivas, motoras e expressivas incomuns no que diz respeito às posições que o corpo consegue criar, aos vocabulários de movimento que domina e às limitações face ao esforço e ao uso da energia. Acrescenta ainda que as técnicas, neste caso as técnicas da dança, se constituem como produtoras de conhecimento e de consciência do corpo, ligando-o indelevelmente à cultura que as produziu.

Descritiva e com enfoque nas sensações físicas do bailarino, Foster convoca ideias mais próximas do próprio corpo:

Each technique cultivates bodily strength, flexibility, and alignment, the shapes made by the body, the rhythm of its movement, and the quality and amount of tension throughout it. (...) Dancers pull, tuck, extend, lift, soften, and lengthen areas of the body throughout the duration of the technique class. They learn the curves or angles that body parts can form, and to place these in a particular shape at a given time. They learn to delineate rhythmic structures, to regulate the flow of effort from one part to another, to sculpt, trace, and imprint these parts in space (Foster, 1997:238-239).

Algum do pensamento teórico sobre a dança, sobretudo aquele ancorado num paradigma pós-estruturalista, atribui, quase sempre, às técnicas um papel de constrição relativamente às capacidades expressivas e criativas do corpo e do indivíduo. Nesta perspetiva, a técnica é vista como um elemento simbólico de controlo dos corpos, dos indivíduos e do social e a codificação do gesto técnico tida como mecanismo de replicação, de manutenção da tradição e de expressão de poder:

(...) strict techniques named after dead masters applied to carefully selected bodies, continuous modelling of bodies through endless repetitions of exercises, dieting, surgeries, the perpetuation of systems of racial exclusion for the sake of the “proper” visibility, an endemic eruption of archival fevers, the international and transcultural spreading of national ballets performing nineteenth-century steps for the sake and glory of dancing their status as modern nations, (...) the merchandizing of brands and names, the franchising, the fetishes (Lepecki 2006: 126).

Embora nos revejamos na visão crítica relativamente a algumas tradições autoritárias inculcadas no ensino e na prática da dança e sobre o aproveitamento político da dança, divergimos da litania arquivística de Lepecki, no sentido em que cremos não se tratar de meros passos do século XIX. Na verdade, são passos do século XXI, já que são dançados por bailarinos do século XXI, treinados na perspetiva estética e técnica do século XXI. A dança e as suas técnicas não são um sistema fechado, nem imutável; à semelhança de uma língua viva, elas evoluem como evolui a cultura que as produz. Ainda que os vocabulários se mantenham, a forma de os materializar, ou de os dançar, não é a mesma de há cem anos atrás, tal como as características e as capacidades dos corpos que os utilizam não são as mesmas.

Como já tivemos oportunidade de dizer no começo do trabalho, não partilhamos uma visão de adestramento estéril relativamente às técnicas da dança. Elas são, na nossa perspetiva, um processo que, desnaturalizando o movimento espontâneo, não o torna antinatural, mas antes o estrutura, amplia e diferencia relativamente ao do quotidiano, tornando-se, neste processo, rede de segurança para o frágil e efémero instrumento que é o corpo do bailarino. Alargando o âmbito do nosso raciocínio, consideramo-la, mesmo, como instrumento de *empowerment* do bailarino, na demonstração da sua capacidade de superação, de entendimento e de domínio do próprio corpo:

The techniques [ballet and Graham] are not so different. First they share a devotion to the dance as an excitement and as power. They use that power whether in the ballet or in contemporary dance. My technique is basic. (...) It is a way of doing things

differently than anyone else. It is a certain use of the body. It is a freedom of the body and a love of the body (Graham 1991: 240-241).

(...)

I give the dancers a technique. Technique is a language that makes strain impossible. Then they do what they will with it (...) technique is a science. An absolute science. I can tell you what the shoulder means. I can tell you what comes from ballet. I can tell you where the arm comes from in the back and all of the excitement of where in the body it grows (Graham 1991: 249).

Concluindo, acrescentaremos que vemos a técnica também como uma memória coletiva de movimento, um conhecimento a um tempo corporizado e conceptual que subsiste e que evolui através da multiplicidade de corpos que o materializam. Não um arquivo, mas um recetáculo de memória capaz de subverter a transiência da *performance* e do corpo. Um património imaterial de conhecimento corporizado partilhado pelos corpos-sujeito que as usam.

1.3. O ensino especializado da dança

Na dança, a participação prática, efetiva e continuada em métodos e técnicas de treino dá origem àquilo a que Susan Foster chama um corpo de ideias: “body-of-ideas, that of the theatrical dancer” (Foster, 1997:236) – um corpo com uma forte consciência de si próprio e do movimento que produz; um corpo reconfigurado após anos de treino:

Drilling is necessary because the aim is nothing less than *creating the body*. With repetition, the images used to describe the body and its actions *become* the body. (...) Over months and years of study, the training process repeatedly reconfigures the body: it identifies and names aspects or parts that were previously unrecognized (...) (Foster 1997:239).

Este processo de incorporação, só possível mediante um prolongado período de treino que permite ao corpo apropriar-se de códigos de movimento específicos da dança, é, nas palavras de Fazenda, “uma memorização, uma interiorização não verbal de uma forma e de um sentido que são culturalmente configurados” (Fazenda 2012: 61). O treino com estas características é, geralmente, levado a cabo em escolas de natureza especializada e vocacional, focadas na formação para a profissão de bailarino e apoiadas nas tradições da dança no que diz respeito à natureza e à estrutura do ensino; este é organizado em *syllabi* que prescrevem a cadência das aprendizagens e os vocabulários próprios para cada grau de ensino, é pautado por relações profissionais e pedagógicas altamente hierarquizadas, é orientado por professores vindos do meio profissional com grande capital artístico e,

frequentemente, formados na tradição do binómio aprendiz/mestre, é sustentado em metodologias convencionais e técnicas estruturantes, é conduzido através de estilos de ensino por comando e é objetivado nos padrões motores e estéticos pré-definidos da dança académica, como Alves corrobora:

Na via vocacional encontramos uma abordagem ao ensino próxima do modelo profissional que promove uma ênfase no produto, no conhecimento do repertório da dança teatral como modelo de aspiração, nos objectivos terminais associados ao treino do corpo para a execução de danças, no conteúdo estilístico definido pelas técnicas de dança e no ensino directivo, em que o professor funciona como perito e os alunos como principiantes (Alves 2007: 10).

Neste modelo ancorado na tradição, as aulas organizam-se de acordo com modelos predefinidos no que diz respeito à sua progressão e aos vocabulários e sequências propostos³. Apesar de haver inúmeras possibilidades de combinar os movimentos técnicos (desde estruturas estacionárias e minimalistas, com apenas um elemento, até àquelas de maior complexidade com múltiplos elementos e deslocações espaciais), o seu encadeamento não se altera significativamente nas aulas que servem as linguagens mais tradicionais; por exemplo, nas aulas de Técnica de Dança Clássica a sucessão de exercícios da Barra é estável, tal como o são os *set exercises on the floor* da Técnica Graham. Estas tradições de motilidade constituem-se, pois, como cânones do movimento dançado que tendem a preservar “traditional knowledge and values against the erosion of time and influences from outside the culture. (...) Canons reflect the conservative, hierarchical structure of traditional societies” (Groak 2001:105). Na mesma obra, Groak observa, também, que a formação de cânones é instintiva, nascendo da preocupação em pôr ordem na multiplicidade e em oferecer modelos que possam ser imitados.

Em linha com as ideias que atrás expusemos e com a tradição das técnicas ensinadas, o estilo de ensino adotado pelos professores deste tipo de escolas é, como referimos, o de comando, com ênfase no ciclo instrução/reprodução/correção, com o propósito de conseguir que os alunos incorporem e sejam capazes de reproduzir padrões de movimento considerados corretos. Apela-se, assim, à memória cognitiva e corporal através da repetição, tanto no curto espaço de tempo da aula, como no longo prazo dos anos de formação, como comentam Kimmerle & Côté: “A motor skill cannot be learned without

³ O ensino vocacional da dança contempla, naturalmente, outro tipo de aulas de pendor mais criativo e experimental (Expressão Dramática, Improvisação, Composição), mas, tendo em conta o nosso objetivo, apenas nos referimos ao universo do ensino das técnicas de dança.

practice; practice is, therefore, a critical factor for learning” (2003:52).

Através do seu corpo demonstrativo e das instruções verbais que fornece, o professor assume, neste contexto do ensino das técnicas de dança, um papel catalisador no processo de ensino-aprendizagem e de passagem do testemunho da própria tradição: “The structure of authority developed in each class helps to connect the dancing body to its aesthetic project. (...) The teacher’s concise directives place the student within that tradition” (Foster 1997: 252).

Retomamos, neste ponto, as palavras de Mauss e Foster que, apesar de separadas por oito décadas, convergem na associação da ideia de técnica aos conceitos de eficácia, tradição e transmissão. Nesta perspectiva, parecem estar em consonância com aquilo que é a missão e o *modus operandi* do ensino especializado da dança: a formação de bailarinos de alto nível técnico, com recurso ao estudo de técnicas tradicionais, mediado pela intervenção demonstrativa e verbalizada do professor.

2. Sobre a *Modern Dance* e Martha Graham

2.1. A emergência da *Modern Dance* americana

No decorrer do século XX, a crescente intervenção das mulheres fora da esfera doméstica, a emergência dos Estados Unidos da América como uma potência mundial, os efeitos da sua participação na I Guerra Mundial e as tensões raciais e culturais crescentes trouxeram para a ordem do dia debates e reflexões sobre questões identitárias da jovem nação, tanto a nível individual como coletivo, aos quais a dança não ficou alheia. Contrariando as convenções estéticas e sociais e corporizando o espírito inconformista da América, a ideia de uma *modern dance* verdadeiramente americana tinha vindo a afirmar-se, desde os últimos anos de 1800, pela mão das gerações pioneiras⁴. Na dança como na vida, a permanência dera lugar à transiência, a harmonia da pose balética codificada fora substituída pelo gesto eminentemente expressivo de uma arte cujo instrumento, o corpo, já era, em si mesmo, um *locus* subversivo, símbolo de desobediência e evidência material da existência de um *outro*:

Marginalized groups of gay men, Jewish women, and African American men and women flocked to a fledging art form that was based on physical expression. Defined by external physical characteristics or so-called deviant sexual practices, the social identities of these dancers shaped the means by which they contributed to defining America (Foulkes 2002:5).

Guiada por uma ideia global de transformação, a dança procurava, desta forma, alternativas para a superficialidade do *show dancing* e para o formalismo da tradição balética, de raiz europeia e suportada por símbolos, narrativas e personagens próprias de uma memória cultural que não encontrava eco na consciência identitária que a América procurava afirmar. A *modern dance*, ancorada numa elite culta, de expressão eminentemente urbana e feminina⁵, tornava-se metáfora não só de uma declaração do pulsar americano, mas também de uma progressiva afirmação das mulheres.

⁴ Foi neste contexto de agência feminina que quatro mentoras abriram caminho à dança moderna americana: Loïe Fuller (1862-1928), Maud Allen (1873-1956), Isadora Duncan (1877-1927) e Ruth St. Dennis (1879-1968).

⁵ Embora seja de justiça reconhecer o papel fulcral que as teorizações sobre a expressão, o movimento e os métodos de ensino levadas a cabo por homens como François Delsarte, Émile Jacques Dalcroze e Rudolf

Demarcando-se quer do *ballet* quer das formas de entretenimento de cariz popular, como o *vaudeville* e as *follies*, dirigidas sobretudo aos públicos masculinos e, por isso, sustentadas esteticamente na espetacularização do corpo feminino, a *modern dance* propunha novas formas de encarar a dança e o corpo, procurando impor-se como forma de arte `séria`, capaz de exprimir ideias e emoções através de novas técnicas e de novos vocabulários de assinatura individual. A afirmação da individualidade cunhou, aliás, toda a história da *modern dance* que se desenvolveu em sucessivas etapas de rotura geracional (Brown, Mindlin & Woodford, 1998).

Esta permanente procura de uma motilidade alternativa, reveladora do espírito de independência, de assunção do risco, de desejo de exploração, de conquista e de resiliência característicos da América, deu visibilidade a um fenómeno de afirmação social e profissional protagonizado por mulheres que transformaram em objetos performativos as suas visões e preocupações, através de narrativas e de corpos também femininos. Deste modo, e subscrevendo a afirmação de Hanna, “choreographies derive from and contribute to evolving culture” (1988a:12), diremos que, se a *modern dance* ganhou *momentum* com o *zeitgeist* modernista, também é certo que contribuiu para que a sociedade americana construísse uma nova visão do feminino, não compaginável com a subalternização e a domesticidade vitorianas:

Clearly one reason why women initially developed a new area – modern dance – was because of their restricted access to creative positions in the existing one. Furthermore the female pioneers of modern dance did not have any vested interests in upholding the specialist traditions of ballet, and were therefore freer than men to develop new and alternative forms and representations (Burt 1995: 3).

Da visão artística destas *modern dancers* emergiria uma mulher de pés nus que não negava a ação da gravidade, nem o esforço exigido ao seu corpo⁶. Ao invés de ser leve ave, frágil donzela ou espectro incorpóreo, esta bailarina assumiu a materialidade do seu corpo e redesenhou os cânones do movimento dançado. De igual modo, em vez integrar a

Laban tiveram para o desenvolvimento da dança moderna tanto na América, como na Europa, é, sobretudo, pela mão de mulheres que o fio condutor da *modern dance* é desenrolado ao longo da primeira metade do século XX.

⁶ Como refere Louppe, “Aceitar o peso e trabalhar com ele como se trabalha uma matéria viva e produtiva têm constituído o princípio fundador da modernidade da dança” (2012:105).

anonimidade do corpo de baile, tornou-se solista, criadora e diretora de companhia, consubstanciando, através da dança, o espírito da *new woman*.

Nesta perspectiva, o movimento foi, em si mesmo, condição de afirmação do feminino na esfera da arte, tanto quanto na do social, transformando a mulher percebida como complemento direto da ação em sujeito operante, atuante e criador. A dança escrita no feminino tornou-se, desta forma, numa alegoria da afirmação social e profissional que as mulheres do início do século XX perseguiram: dançavam para expressar ideias e emoções de um ponto de vista feminino, através de novas linguagens de movimento também de regulação feminina; dançavam fora das convenções estéticas patriarcais, não como subalterna idealização do feminino, mas como corpo material construtor de uma nova ordem e de um novo sentido social:

Turn of the century modern dance was in part a rebellion against male domination in both dance and society. (...) Affirmation and female control of the body was one thrust of the women's critique. In the birthing and further development of modern dance, women looked to themselves for inspiration as they formed female-dominated dance companies similar to the small businesses that ethnic groups owned, controlled, and found to be vital instruments of upward mobility (Hanna, 1988a:131).

A solo ou com as suas pequenas companhias, quase sempre compostas apenas por mulheres, as *modern dancers* desestabilizaram a economia de género observada na dança que a simbologia e as narrativas do ballet romântico haviam exponenciado durante todo o século XIX: desaparecia o *partner* que manobrava o corpo da etérea e leve bailarina e garantia o seu equilíbrio precário sobre as pontas, exibindo-a enquanto ela exibia a harmonia do seu corpo clássico. Da hierarquia tradicional desapareciam, também, o coreógrafo, o mestre e o diretor que antes dirigiam um corpo de baile quase exclusivamente feminino.

Instaurando uma cesura com a cultura patriarcal e com o atavismo da subalternização feminina nos domínios criativos, organizacionais e empresariais, elas utilizaram “space-assertion and other choreographic strategies literally and metaphorically to sever dependencies from men on stage” (Banes 1998: 92), ao mesmo tempo que davam, através do seu corpo e do seu movimento, expressão cinética a valores caros à autoimagem americana, como observa Foulkes:

As objects in a performance, women were inevitably seen as female, sexual bodies, but as subjects and inventors in a creative process made up almost exclusively of women, they worked against these assumptions, struggling to embody abstract ideas of individualism, heritage, and collectivity (2002: 47).

Estabeleceram, assim, novas técnicas e vocabulários⁷ que permitiram a expressão de uma identidade americana estruturada na imensa geografia entre o Atlântico e o Pacífico⁸, mas, também, no primado do individualismo, do inconformismo e dos valores de igualdade de oportunidades, que o *ballet* não podia representar (Thomas 1995). Para abarcar os grandes espaços eram necessários, como havia sugerido Isadora Duncan, “great strides, leaps and bounds, with lifted forehead and far-spread arms” (2002:199). A embriaguez de espaço foi, deste modo, uma das marcas identitárias da América que a *modern dance* incorporou, adotando para os seus vocabulários ações quotidianas e naturais como andar, correr, saltar, cair ou respirar, das quais resultaram ideias e conceitos de movimento como *walks, runs, skips, leaps, hops, rebounds, falls, recovery, contraction ou release*, transformados em gestos técnicos pelo voluntarismo das bailarinas, mas também pela vulnerabilidade de quem, de braços abertos, se expunha como *performer* e como pessoa.

2.2. Algumas reflexões sobre a obra de Martha Graham

Apesar de não ter sido a primeira a quebrar as convenções estéticas e ideológicas que alicerçavam o *ballet*, Martha Graham é unanimemente reconhecida como a figura mais marcante da *modern dance* americana. A sua longa vida (1894-1991) permitiu-lhe atravessar alguns dos momentos mais sensíveis da história do século XX que, através das suas obras, foram incorporados, refletidos e devolvidos ao mundo em forma de movimento.

⁷ É fundamental lembrar, aqui, o contributo da *Bennington School of Dance*, em Vermont. Os cursos e festivais que organizou regularmente entre 1934 e 1942 “brought leading choreographers together so that modern dance could be seen as a full-fledged movement, not merely individual choreographers working independently” (Mc Pherson 2013: 5). Como ainda refere Mc Pherson, os coreógrafos da *Modern Dance* começaram a codificar e a formalizar as suas perspetivas técnicas em função da necessidade de ensinarem os estudantes que acorriam a esses cursos e de se diferenciarem e demarcarem relativamente às propostas estéticas dos seus rivais.

⁸ “Among other things Martha wanted to create a dance that would reflect an American tradition, its vastness, the new frontiers, hence the idea of space”, observação de Thea Barnes, em contexto de aula na Laban School, em 1991 (Bird & Barnes s.d.: 11’30 – 11’45”).

Graham começou a prática da dança numa idade tardia, já depois dos vinte anos, tendo ingressado na Denishawn School of Dancing and Related Arts, fundada em 1915 por Ruth St. Denis e Ted Shawn, na cidade de Los Angeles. Inovadora nas suas escolhas pedagógicas e artísticas, que apoiavam as experiências e pesquisas de movimento levadas a cabo no âmbito da *Modern Dance*, a Denishawn School formou alguns dos bailarinos e coreógrafos que viriam a marcar o panorama da dança na América, na primeira metade do século XX. O talento de alunos como Martha Graham, Doris Humphrey e Charles Weidman permitiu-lhe ser, no território americano, a primeira escola associada a uma companhia profissional.

Martha Graham abandonou a companhia em 1923, em rotura com o cunho exotizante das danças de Ruth St. Denis e com o propósito de pôr em prática as suas próprias ideias de movimento. Intentava, desta forma, tornar a dança numa arte menos ornamental e de entretenimento e mais `séria`, baseada na expressão cinética das tensões individuais e universais do ser humano, manifestadas através de movimentos primordiais e fundamentais. Nesta perspetiva, Graham ligava-se indelevelmente ao pensamento estético modernista, como atestam as suas próprias palavras: “Dance followed modern painters and architects in discarding decorative essentials and fancy trimmings. Dance was not to be “pretty” but much more real”. (Graham 1991: 99)

Apenas cinco anos depois de deixar a escola/companhia Denishawn, Graham já tinha encontrado uma linguagem própria e diferente daquelas que havia experimentado durante a sua formação: “I was savage at that time [1920s] (...) I was almost like an animal in my movements. I wanted to be a wild, beautiful creature, maybe of another world – but very, very wild” (Graham 1991: 79). Onde as “expressive dancers” (Dils & Albright 2001:308) das décadas anteriores e o *ballet* tinham procurado dar uma visão de harmonia, serenidade e beleza relativamente ao movimento do corpo humano, “Graham exposed its discord. Her shapes and pathways were twisted, angular. Instead of concealing the dancer’s exertion and trying to make her serene, Graham made dancers use their tensions, show their power. She kept movements close to the centre of the body” (Dils & Albright 2001:308).

À medida que sondava o seu interior na procura de uma nova expressividade através do movimento, Graham também cimentava e ampliava a sua própria estrutura performativa. O que tinha começado como expressão individual, tornou-se plural a dois níveis: na partilha do conhecimento corporizado – a técnica através da qual `educava` o movimento das suas

bailarinas – e na universalização das suas temáticas – “ her thematic focus broadened from the concerns of one individual to the transactions of groups and societies (...) Through movement, Graham externalized her own emotional states into something that could stand for much more” (Dils & Albright 2001:308).

Diremos, pois, que, além de um paradigma inovador do ponto de vista estético, narrativo e temático, a dança ficou a dever a Graham um código de expressão e de treino em que fisicalidade e expressividade se serviam mutuamente. Como declarou Betty MacDonald, Graham foi uma das primeiras a ligar a *modern dance* à ideia de um novo tipo de movimento: “Martha wanted to say something in terms of movement (...). She wanted to move the body differently. And she certainly did. Already Martha’s technique was beginning to explore contraction and release” (MacDonald in Tracy 1997:3-5). *Contraction e Release*, as pedras angulares da sua técnica, permitiram que “The center of the body, especially in Graham’s women, tells you what is going on. They shrink back in fear, narrow themselves in repressed fury, wriggle seductively, flatten out, and expand in their rare moments of calm” (Dils & Albright 2001:308).

Este processo de manipulação e reorganização do movimento levado a cabo por Graham permitiu mediar o encontro do público com a dança de formas inovadoras, fazendo com que outros universos de fruição estética fossem descobertos, quer ao nível visual, quer ao nível narrativo. Numa primeira fase, a sua estética expressionista de abolição do belo e do harmonioso – a estranheza da forma, a angularidade do movimento, a assunção da gravidade, o despojamento cénico, os corpos atléticos e mais pesados das bailarinas, a par das temáticas abordadas – colocaram-na não só na periferia do tecido artístico e cultural da América do seu tempo, mas também numa posição ideologicamente diferenciada das suas contemporâneas, como a própria recorda:

I felt at that time I was a heretic. I was outside the realm of women. I did not dance the way that people danced. I had what I called a contraction and a release. I used the floor. I flexed the foot. I showed effort. My foot was bare. In many ways I showed onstage what most people came to the theatre to avoid. (Graham, 1991:114).

“Heretic” (1929)⁹, centrado no tema da rejeição (ou, se quisermos, nas consequências pessoais da afirmação da alteridade), foi precisamente o título dado por Graham à sua

⁹ Pode ser visto um excerto de “Heretic” em <https://www.youtube.com/watch?v=iaoBLxSEIJE>, dançado pela própria Martha Graham e pelas suas bailarinas da altura.

primeira obra de grupo. Nela estavam já presentes, de forma embrionária, os traços distintivos de todo o seu universo expressivo: movimentos curtos, restringidos, acentuados e intensos e uma protagonista que, ao afirmar a sua individualidade e diferença, acabava por sucumbir em sucessivas *falls* à pressão do grupo que a ostracizava.

A suave bailarina em pontas havia dado lugar a uma mulher de pés nus que dançava a solo, ou com outras mulheres, e que afirmava o peso do seu corpo no chão da dança. A arquitetura espacial do corpo, antes suportada pelas linhas desenhadas pelos membros inferiores e superiores, recentrava-se no tronco, tendo como base cenestésica e filosófica o ato primordial de respirar: o torso curvado pela *contraction*, iniciada pela musculatura pélvica – expressão física de dor, raiva, êxtase, ou angústia, a projeção súbita da energia, através do *release*, quando a coluna se alongava, a teatralidade e o conflito imprimidos ao corpo através da *spiral*, pelos vetores de força opostos que projetava. Era todo um novo código de movimento e de expressão criado por Martha Graham – angular, sincopado, recortado e fragmentado como uma pintura cubista que despertava paixões díspares no público americano, acostumado à estética romântica do ballet e ao estilo de movimento natural e livre de Duncan.

A crise que América viveu durante a década de 1930 inspirou os artistas americanos à produção de obras de intensa reflexão social e política. Nesse momento crítico de pobreza generalizada e de devastação social nos Estados Unidos, Graham criou “Lamentation” (1930)¹⁰, obra que se constituiu como uma personificação universalizante do sofrimento, da dor e do profundo desespero da própria nação. Sem deslocações espaciais e sem adereços cénicos à exceção do banco onde a bailarina ficava sempre sentada, todo o movimento acontecia no confinamento de um tecido tubular que só deixava a descoberto as mãos, os pés e a cara. Como milhões de cidadãos cujas vidas tinham ficado suspensas e sem solução de continuidade, também aquele corpo se esforçava por vencer as forças que o constringiam.

A reação dos artistas americanos à degradação económica e social dos anos de 1930 passou, também, por um outro tipo de estratégia remediadora: a emergência de uma produção de cariz nacionalista que, avocando o propósito de devolver uma imagem de

¹⁰ A obra pode ser vista em <https://www.youtube.com/watch?v=I-lcFwPJUXQ>, dançada pela própria Martha Graham.

triunfo, pujança moral e poder aos americanos fragilizados pela perda de controlo sobre as suas próprias vidas, pretendia valorizar o imaginário coletivo da América. Adotando a designação de *Americana*, foi a forma que os artistas encontraram para expressar “ideals of social justice and national renewal in their art” (Foulkes 2002: 233) e para afirmar o valor do seu contributo pessoal no processo de “remedial action” (Welsh, 1991: 121) proposto pelas políticas culturais do *New Deal* do presidente Franklin Delano Roosevelt.

Acompanhando esta linha de exaltação dos valores americanos, Graham criou “Frontier” (1935)¹¹ que trazia para o palco a imagem mitológica do *settler*, desta feita corporizada no feminino. Os movimentos largos e amplos e o poderio físico necessário para os inúmeros saltos executados pela bailarina sugeriam o esforço e o poder de superação dos conquistadores, naquilo que Foulkes descreve como “the glorification of an individual’s strength and resolution with outstretched arms and forceful high kicks (2002: 44). No momento em que começava a desenhar-se o caminho para a recuperação económica e social, “Frontier” apelava ao espírito empreendedor, combativo e aventureiro da América, fazendo deste solo um retrato coletivo de resiliência, de conquista e de afirmação identitária coletiva.

Já no final da década, quando a retoma económica permitiu que a América reconquistasse a sua autoconfiança, a ironia expressa em “Every Soul is a Circus” (1939)¹² torna a obra numa alegoria sobre a necessidade que o ser humano tem de se colocar a si próprio no centro de todas as situações, sem olhar a meios para conseguir esse protagonismo. Como sugere Welsh (1991), Graham pôs os Americanos a rir de si próprios no momento em que a Depressão chegava ao fim. Welsh observa ainda que, num processo jungiano de compensação, Graham “balanced, or compensated for the depressive times by becoming full of life” (1991:119).

Graham mostrou-se, também, atenta e crítica relativamente à ascensão dos regimes fascistas na Europa, tendo recusado o convite de Hitler para se apresentar nos Jogos Olímpicos de Berlin, de 1936¹³. Em “Chronicle”¹⁴ (1936), Graham traçou uma panorâmica

¹¹ A obra, dançada por Janet Eilber, pode ser vista em <https://www.youtube.com/watch?v=I-lcFwPJUXQ> , com comentários da própria Martha Graham.

¹² Pode ser visto um exceto da obra em <https://www.youtube.com/watch?v=ESHrNSzyldA> , dançado por Katherine Crockett e pela Martha Graham Dance Company.

¹³ Em *Blood Memory* Graham dá-nos conta da sua resposta ao convite de Hitler: “I would find it impossible to dance in Germany at the present time. So many artists whom I respect and admire have been persecuted,

sobre as vivências humanas desde 1914 até ao momento em que a peça foi produzida. As suas três secções (“Dances Before Catrastophe”, “Dances After Catrastophe” e “Prelude to Action”) referem a inevitabilidade da marcha para a guerra, o sofrimento dos povos nos momentos de crise¹⁵ e o apelo para a construção de um novo mundo. Esta atitude de oposição à guerra intensificou-se em “Immediate Tragedy”¹⁶ (1937) e em “Deep Song”¹⁷ (1937), dois solos que, tendo por pano de fundo a guerra civil espanhola, transmitiam no feminino e em forma de movimento a coragem e a resiliência das mulheres que se opunham a Franco.

Evidenciada por Graham em “American Document” (1938)¹⁸, a celebração dos valores democráticos da América transformou-se num ato político de afirmação identitária com dupla utilidade: internamente congregava a autoimagem nacional à volta da ideia de democracia e de liberdade e externamente mostrava a superioridade moral e humana dos ideais que o país defendia. Contudo, através de um processo representacional menos evidente, mas não menos eficaz, também eram propagandeados valores sociais e morais de natureza mais conservadora que, no caso da dança, a materialidade dos corpos exponenciava:

have been deprived of their right to work, and for such unsatisfactory and ridiculous reasons, that I should consider it impossible to identify myself, by accepting the invitation, with the regime that has made such things possible. In addition, some of my concert group would not be welcomed in Germany. They are Jewish. When I was told they would be perfectly immune, I said ‘And do you think I would ask them to go?’... No American dance company went to the festival” (Graham, 1991: 51).

¹⁴ Obra com música de Wallingford Riegger. Pode ser vista em <https://www.youtube.com/watch?v=BXGPJPG3aOE>, dançada pela Martha Graham Dance Company.

¹⁵ A sub-secção mais conhecida de “Chronicle”, Steps in the Street (<https://www.youtube.com/watch?v=Xoid5G8j2vY>) evocava o sofrimento de milhões de americanos desempregados e sem casa após o *crash* da bolsa nova-iorquina.

¹⁶ Bailado estreado a 30 de julho de 1937, em Bennington, Vermont, com música de Henry Cowell. Não encontramos registo vídeo desta obra, mas em <https://www.loc.gov/resource/ihas.200154006.0> está disponível um recorte e jornal do New York Times de 15 de agosto de 1937 que refere a temática da mesma.

¹⁷ A versão dançada por Carrie Ellmore-Tallitsch, da Martha Graham Dance Company no Teatro Real, Madrid, em junho de 2017 (<https://vimeo.com/228092841>) não é a original de 1937, mas uma recriação de 1988, da própria Martha Graham, com base em fragmentos de memória e fotografias de Barbara Morgan de 1941. Perdida que estava a partitura original de Henry Cowell, a dança apoiou-se na peça do mesmo compositor "Sinister Resonance."

¹⁸ “American Document” (1938) é uma obra de sublimação dos valores democráticos americanos que Graham compõe em reação à ascensão dos regimes totalitários e fascistas na Europa. Excerto de uma recriação contemporânea pela Martha Graham Dance Company em <https://vimeo.com/132755763>.

This vital force in the arts inevitably evoked questions about how Americans could be portrayed in dance, what was American in the arts, and what it meant to be an American. In many ways, modern dance productions portrayed the United States as a society composed of heroic individuals (Foulkes 2002: 5).

No confronto das representações simbólicas, em particular no período pós II Guerra Mundial, a *modern dance* corporizou os seus “heroic individuals” através dos corpos das bailarinas e bailarinos que reproduziam visual e ideologicamente os valores da *Americaness* tanto no plano nacional, como na esfera das relações internacionais, onde se tornava necessário rivalizar com a perfeição clássica veiculada pelos corpos heróicos da estética fascista e com a robustez física dos operários dos cartazes de propaganda comunista.

Em contraste com a austeridade dramática das peças dos anos de 1930, as obras que criou a partir de 1944/1946 reinterpretavam de forma coreográfica diversas narrativas da mitologia greco-romana. Nelas, a condução do fio diegético deixou de pertencer ao herói masculino e tornou irrelevantes os feitos guerreiros e as conquistas territoriais, estandartes habituais da afirmação masculina. Revisitados, os mitos foram o pano de fundo onde Graham inscreveu as suas “landscape[s] of the human soul” (Graham 2010: 96) que, mais do que dançar uma história, traduziam em forma de movimento as emoções, experiências, desejos e percepções de uma protagonista feminina que a ordem patriarcal sempre secundarizara. Medeia, Jocasta, Clitmnestra ou Fedra conduzem a ação a partir do ponto de vista do seu desejo erótico, ou da frustração dele, em vez de serem objeto passivo do desejo masculino.

Embora Graham se tenha demarcado sempre das lutas feministas, a assertividade erótica das suas heroínas simbolizava, na nossa perspetiva, uma ameaça direta à sobrevivência do domínio patriarcal ao subverter o ideal virginal e incorpóreo epitomizado pela bailarina romântica; ao mesmo tempo, a liberdade de expressão em forma de movimento que elas preconizavam igualava a liberalização sexual que os anos da guerra haviam trazido às mulheres:

I know that my dances and technique are considered deeply sexual, but I pride myself in placing onstage what most people hide in their deepest thoughts. (...) It bemuses me that my school in New York has been called “The House of the Pelvic Truth”, because so much of the movement comes from a pelvic thrust, or because I tell a student “you are simply not moving your vagina” (Graham 1991: 211).

Adicionalmente, o corpo feminino deixou de estar exposto ao olhar do espectador e cobriu-se com saias longas ou com vestidos tubulares; Graham recentrava, desta forma, o olhar do espectador sobre o próprio movimento e sobre as suas capacidades expressivas, subtraindo-lhe o privilégio voyeurístico de desfrutar do corpo feminino enquanto espetáculo. Inversamente, quando passou a integrar elementos masculinos nas suas coreografias¹⁹, o corpo destes surgiu frequentemente exposto, espetacularizado, numa quase nudez que contrastava com os figurinos que velavam o corpo das mulheres. Num processo de aparente fragilização, recaía agora sobre o corpo dos homens o prazer escópico da contemplação da forma humana.

Numa primeira análise, parecia confirmar-se o processo de afirmação que as mulheres haviam encetado, como sugere Shewey: “public celebration of men as erotic objects is a phenomenon that could only occur in periods when women had gained a measure of social equality” (1990/2009:107). Contudo, como fazem notar Kowal, Siegmund & Martin, a dança, ao permitir múltiplas leituras e significações, “provides a fertile field for the interplay between representation and ideology” (2017:17). Ou seja, se, por um lado, os novos vocabulários e padrões de movimento propostos por Graham contribuíram para projetar uma imagem emancipatória e investida de poder relativamente às mulheres que refutava a fragilidade da “white swan femininity” (Kowal, Siegmund & Martin, 2017: 18) através das suas heroínas transgressoras, por outro, a exposição daqueles corpos enfaticamente masculinos, concorria para a ratificação de uma autoimagem nacional masculina, heteronormativa e heroicizada²⁰, que sustentava ideologicamente “standards of heterosexual love and white, feminine beauty” (ibidem). Concomitantemente, Graham usava esta exposição do corpo heroico masculino como um contributo para a desmistificação da associação entre a dança e a homossexualidade – preocupação que a *modern dance*, em geral, e Ted Shawn, em particular, já vinham a expressar desde as primeiras décadas do século XX e que é corroborada pelas palavras de Graham em *Blood Memory*:

Mothers and fathers did not want their sons to be dancers. They thought it was effeminate and not a very pretty thing to watch. Only when men became heroes –

¹⁹ Eric Hawkins, em 1938, e Merce Cunningham, em 1939, foram os dois primeiros elementos masculinos da companhia.

²⁰ Num momento em que os soldados regressados a casa procuravam reconquistar o seu lugar dominante na esfera familiar, laboral e social, este corpo heroico contribui a reposição dessa hierarquia, num processo em que também participaram a banda desenhada e o cinema.

strong, gifted-body men, as I think they are in my company – only then did we have men (Graham 1991: 170).

Siegel sintetiza estes vetores ideológicos de sentidos divergentes que identificámos na obra de Graham: “Graham’s dances speak of the American temperament; of religion, rite, and atavism; of the anguish of artists and the obligations of Kings; and of women’s struggle for dominance without guilt” (2003: 308).

Em conclusão, diremos que, uma vez reconhecido o valor estético intrínseco do trabalho de Graham, a marcada *americaness* das suas obras não só a projetou para o circuito *mainstream* da arte, mas também a tornou num instrumento apetecível de propaganda por parte do *status quo*.

3. A Técnica de Martha Graham

3.1. Da expressão à técnica

A interpretação pessoal do movimento dançado que Graham procurou construir após a sua saída da Companhia Denishawn, nos anos de 1920, não podia ser mediada pelas linguagens da dança preexistentes. Como recordou Bonnie Bird²¹ durante um seminário realizado na Laban School em 1991, a coreógrafa procurava, por essa altura, descobrir através do movimento o que de mais essencial havia na expressão dos sentimentos humanos: “what postures, what positions, what changes of positions occur in the body in different states of emotion” (Bird & Barnes s.d.: 4’45”).

Em particular, a sua visão não era compaginável com o vocabulário do *ballet*, sustentáculo de uma cosmogonia feérica em que Graham não se revia e onde os acontecimentos, tensões, valores, atitudes e conceções da América das primeiras décadas do século XX também não encontravam eco.

Bonnie Bird documentou, durante o referido seminário, esse corte ideológico com a tradição balética:

She [Martha Graham] said something very interesting one time; she said that ballet can never express tragedy, only sadness. Because it is so artificial it can never hit that inner core of where tragedy lies in the body, because its language doesn’t allow it. It’s so limited. In a funny way, psychologically, ballet is designed to take you take you to another world, an unreal world in a way. And the ballerina most particularly is the essence of the queen. It’s all about fantasy. And she was bringing us down to earth (Bird & Barnes s.d.: 11’59” – 12’48”).

De certa forma, ao explicar a razão pela qual os vocabulários baléticos não serviam os propósitos expressivos de Graham, Bird corroborava o aforismo da coreógrafa: “Movement never lies. It is a barometer telling the state of the soul’s weather to all who can read it” (Graham 1991:4). À semelhança de outros artistas do início do século XX que se referenciavam no quadro do modernismo e que procuravam através da palavra, da escultura ou da pintura encontrar uma ligação e um sentido para o corpo, Graham demandava uma experiência de movimento que, transformando-o em arte, expressasse essa conjugação primordial entre emoções e corporalidade (Preston 2011). Para tal, não podia

²¹ Bailarina e professora das primeiras gerações que trabalharam com Martha Graham.

servir-se dos vocabulários e técnicas já existentes, precisando de criar outros que promovessem essa consciência de um corpo real, com peso, ligado à terra, forte e flexível ao mesmo tempo. A linguagem balética não conseguiria, pois, 'dizer a verdade' sobre as tragédias individuais e coletivas que Graham, enquanto mulher do século XX, procurava traduzir em movimento.

Henrietta Bannerman resume a forma como Graham procurava encontrar a verdade do movimento:

Graham's movement system at this time (1929), was designed primarily to express suffering, despair or protest and featured the 'taut strong torso with its deep contractions and spasmodic breath releases'. Twists in the upper body, walks that carried the dancer dramatically and purposefully through space, hips and elbows thrust in counterpoint to one another, or to the knee, typified Graham's austere vocabulary. Her dances communicated a sense of rebellion and she questioned traditions associated with dance as well as those allied to political or social issues. Going against the grain, she remarked that 'ugliness may actually be beautiful if it cries out with the voice of power' (Bannerman, s.d.:parágrafo 5).

Foi, pois, da aliança entre competências motoras e competências expressivas que se desenvolveu o universo técnico de Graham. Para ela, a técnica nunca seria apenas um instrumento de treino físico; o movimento deveria ser motivado por diferentes estados emocionais e dar-lhes expressão visual, como, uma vez mais, Bonnie Bird relata:

We actually had exercises in the class that were called "the cry" or "the laugh". In the "the laugh" "she was interested in a, actually, quite an exaggerated laugh, like a huge laugh. So she made us move in a way that your breath has gone out and then you laugh in a huge sort of gesture (Bird & Barnes s.d.: 4'45"-7'05").

Também Pearl Lang, no prefácio de *Deep Song: The dance story of Martha Graham*, de Ernestine Stodelle, nos confirma esta ideia de profunda ligação entre o movimento e a expressão de uma ideia emocional, dramática ou, mesmo, social e coletiva:

There is never a moment of beauty of line alone or a technical feat for itself, for the movement is always charged with dramatic or poetic imagery that makes it more than it is: urgent and moving as well as beautiful. Martha's involvement with the intricacies of human drives has forced her to find an element of dissonant and "distorted" movement, thereby extending the existing accepted dance vocabulary. (...) She has given the dancing body an additional concept: that of inner space (...) (in Stodelle 1984: xvi).

Num processo centralizador, como sugere Gertrud Shurr (in Horosko 202:24), a envolvente narrativa e dramática das obras coreográficas influenciou diretamente o movimento e o vocabulário da própria técnica. Nesta perspectiva Susan Leigh Foster observa que:

For Martha Graham, the dancing body must possess the strength, flexibility, and endurance necessary to provide the expressive self with a fully responsive instrument. The goal of dance to represent in archetypal form the deep conflicts of the human psyche can be realized only through a rigorous training program. (...) The self's ability to express those feelings, though, (...) is too dark and depressed, the act of expression too tortured for movement to be light and free-flowing. The ideal body, then, even as it manifests an agile responsiveness, also shows in the strained quality and definition of its musculature the ordeal of expression (Foster, 1997: 246).

Embora Graham se tivesse sempre demarcado, de forma inequívoca, das disputas feministas do seu tempo e, por esse motivo, tenhamos o dever de honrar a sua escolha, não podemos deixar de refletir sobre o significado desse ato criador de um novo vocabulário e de uma nova sintaxe do movimento. Mais do que à criatividade inerente ao processo coreográfico e narrativo, referimo-nos à criação, à sistematização e à racionalização de um código de movimento – uma técnica, instrumento educativo do próprio movimento – que Graham teve de construir para sustentar o seu universo coreográfico, quando o alargou do trabalho a solo para as produções de grupo.

No contexto da dança teatral, em que as mulheres eram, por tradição, silenciosas e incorpóreas representações de feminilidade, Graham, contrariou a visão patriarcal que consignava ao masculino o ato criador, o intelecto, a razão e a capacidade de liderança e ao feminino a fantasia, o primado do corpo, a incompletude infantil e a obediência. Graham apropriou-se do ato primordial da criação ao definir uma nova linguagem para a dança e ao reinventar o próprio corpo que a materializava. Nesse sentido, e muito embora o seu propósito fosse a procura de uma expressão universal e não uma expressão exclusiva às mulheres, a sua técnica tornou-se “embodied consciousness of a feminine subject” (Bartky 1990:1), pelo facto de assentar em potencialidades expressivas e cenestésicas de regulação feminina, como evidenciam as próprias palavras de Graham em *Blood Memory*:

Now Jocasta kneels on the floor at the foot of the bed and then she rises with her leg held close to her breast and to her head, and her foot way beyond her head, her body open in a deep contraction. I call this the vaginal cry; it is the cry from her vagina. It is either the cry for her lover, her husband, or the cry for her children (Graham 1991: 214).

Na nossa perspectiva, dois fatores permitiram a Graham sobreviver à sua própria morte física no contexto altamente volúvel e instável das estéticas da dança contemporânea: por um lado, a característica universalizante das suas narrativas e personagens e, por outro, a abstração do movimento em forma de sistema de treino que acompanhou o seu percurso coreográfico. Em ambos os casos, Graham filtra com a sua visão, para, de seguida, transformar num imenso corpo coletivo as ideias projetadas por cada um dos corpos que dançam as suas obras. Expressiva e cineticamente, aquilo que começou como pesquisa individual transformou-se em património partilhado, já que, para continuar a afirmar o primado emocional do indivíduo, precisou do coletivo para assegurar a sobrevivência da sua singularidade.

Através da técnica, Graham foi capaz de ultrapassar a expressão individualizada da *modern dance*, cujos vocabulários e movimentos, na maior parte, se extinguiram com a morte física das suas autoras. Por outras palavras, a efemeridade do corpo destas bailarinas fez-se metáfora da efemeridade da própria dança.

O que aqui pretendemos dizer é que, se a abstração do movimento balético com os seus códigos, normas, formas e vocabulários, podia ser transmitido verticalmente de professor para aluno e horizontalmente do coreógrafo para os bailarinos, a *modern dance* parecia excluída dessa possibilidade antes de os movimentos de Graham terem sido tornados abstratos e codificados. Neste sentido, Graham transpôs o preconceito que, por um lado, ligava o pensamento abstrato e estruturado exclusivamente aos homens e que, por outro, sugeria que a expressão individualizada da *modern dance*, suportada pelo corpo e pela mente femininos, seria incapaz de sistematizar os vocabulários criados e ultrapassar a individualidade.

É também nossa convicção que o clima político e social da década de 1930, instável e sombrio, foi crucial na estabilização do vocabulário e dos princípios subjacentes à própria técnica, influenciando-a esteticamente e contribuindo para a sua qualidade angular e brusca, quase fotográfica. Por exemplo, em *Steps in the Street* todas as posições de braços das bailarinas são angulares e as mãos têm frequentemente os punhos fechados; todos os saltos (esta peça tem centenas de saltos) são executados com acentuação em baixo e os corpos fecham-se sobre si mesmos em *contraction*; os movimentos repetitivos, num quase *ostinato*, têm uma qualidade restrita e percutida. Todo este clima cinético confere à obra, e à técnica que a suporta, um carácter dramático, sombrio e terreno, um testemunho de

devastação. Enquanto fenômeno artístico e social, o movimento do corpo humano, organizado em padrões espaciais e rítmicos específicos, incorporava e comentava o momento que o havia produzido.

3.2. Os fundamentos da técnica

Os movimentos que Graham utilizava nas coreografias começaram a codificar-se em técnica de dança entre o final dos anos de 1920 e o princípio dos anos de 1930. De acordo com Gertrude Shurr²² (in Horosko 1991), a estabilização da técnica resultou da combinação de vários influxos: de movimentos coreográficos criados para as obras levadas a palco²³, diretamente da experimentação e pesquisa do movimento e da procura intencional de um suporte técnico, de treino ou de preparação, para necessidades específicas da companhia na execução das suas exigências coreográficas.

A correlação que Graham considerava haver entre o teatro, a vida interior e a dança deu ao movimento que criou uma visualidade e uma dinâmica singulares:

(...) in Graham's technique, the focus is on the process that produces a movement or moment of stillness. In the classwork, individual steps and patterns are secondary to the internal movements and weight shifts that produce them. Motion and emotion are thus fully interrelated. A feeling produces a physical change that is amplified and made visible in movement by a choreographer. This choreographed movement then reproduces feeling in the observer (Helpern 1994: 24).

A profunda ligação entre a expressão interior e o movimento defendida por Graham não obteve, contudo, a que a sua visão da dança fosse pautada pelo rigor do próprio movimento (pela especialização do movimento) que apenas o treino formal e a preparação sistemática podiam conferir:

The art of the dance exists in the instant of execution. A dancer's life is focused on this instant of execution. This is not arrived at by thought, or desire, or wealth of idea only. It is all of these and more. It is acquired by formalized activity. Behind one perfect leap are hundreds of leaps taken over a period of years. It is not more strange that freedom should

²² Antiga bailarina e professora de Martha Graham.

²³ Conforme também testemunha Pearl Lang no prefácio de *Deep song: The dance story of Martha Graham* de Ernestine Stodelle: "Of course, the technique evolved from the treasures created by the repertoire" (in Stodelle 1984: xvi).

be acquired by discipline than that spontaneity, that most natural-seeming of all moods, is not chance or happy accident, but is selected circumstance achieved by intention and design (Graham 1941 in Duell, Sloan & Pearce 1980:11).

Desde 1934, aquando da apresentação dos seus princípios de movimento no primeiro *Summer Course* organizado pela Bennington School, que a aula ganhou uma estrutura fixa, repartida em três blocos de trinta minutos, em que os primeiros eram de trabalho no solo, seguidos do trabalho relativamente estacionário no centro e, finalmente, de deslocações espaciais. À medida que novas obras geravam novos materiais de movimento, eles eram incorporados no trabalho de aula e transformados em exercícios reproduzíveis, com coordenadas temporais e padrões de movimento pré-determinados, com o propósito de aperfeiçoar a *performance* das suas bailarinas.

O binómio *Contraction / Release*

Ao recentrar no torso o foco expressivo do bailarino, a construção do universo técnico de Graham baseou-se no próprio ato de respirar, a partir de uma estilização das modificações naturais que os movimentos de inspiração e expiração nele implicavam:

My technique is based on breathing. I have based everything that I have done on the pulsation of life, which is, to me, the pulsation of breath. Every time you breathe life in or expel it, it is a release or a contraction. It is that basic to the body. You are born with these two movements and you keep both until you die. But you begin to use them consciously so they are beneficial to the dance dramatically (Graham 1991: 46).

Por outras palavras, Pearl Lang dá-nos também conta desta mudança de paradigma relativamente às potencialidades expressivas do tronco que o uso da *contraction* veio permitir:

Before Martha's way of dance, the front of the torso was immobile. Dancing involved the arms, the legs, the back, the hands, feet and head. With laser-beam clarity she isolated and caught the passion of the contraction (which is an amplification of an involuntary physical reaction to a sob or laugh) (in Stodelle 1984: xiii).

Recuperámos, ainda, a definição de Terese Capuccili, expressa em entrevista à revista *Dance Magazine*, que, mediada pelos anos de prática da técnica e do material coreográfico de Graham, se revela de grande concisão e sentido didático:

In a technical sense, a contraction is the lengthening of the spine into a curve while the front of the body is shortened. The front of the hip bones move in such a way that their energy comes under the rib cage and out through the mouth like an incredible fountain. But you can have a contraction only if you have an awareness of the front and the back of the body.

Dancers often think they're contracting when they're actually dropping all their weight into the pelvis and diminishing their height. The misconception is that you're shortening the body; in fact, it's rising ecstatically (in Macel 2009: sp).

Já Thea Barnes, em contexto de aula, recorre à imagética proveniente do reino animal para nos dar a sua definição de *contraction*:

A simple visual image for “Contraction” and “Release” would be observing what a cat does as it prepares to jump to a higher level. The cat actually condenses, gathers its muscles, brings it all in, that's your Contraction; and as it springs to go to the higher level, that's its Release. That's a very, very simple image, but “Contraction” and “Release” is about initiating movement; is about propelling the body through space. (Bird & Barnes s.d.: 09'18” – 09'50”).

Numa perspetiva pessoal, diremos que a *contraction* é um movimento com base numa estilização técnica do ato de respirar (momento da expiração), iniciado pela musculatura pélvica que torna côncava a frente do torso e alonga, numa linha curva, a coluna vertebral.

O *release*, movimento também com base numa estilização técnica do ato de respirar (momento da inspiração), é iniciado pela musculatura pélvica que projeta e expande a energia que a *contraction* havia concentrado e traz a coluna vertebral ao seu alinhamento normal.

Este binómio *contraction/release* é um dos pilares sobre os quais se desenvolveu a técnica Graham. De forma errónea, ele é frequentemente associado aos conceitos de movimento com base na ideia de tensão e relaxamento estabelecidos nos finais do século XIX. Quando traduzidos para a língua portuguesa por “contração/relaxamento”, é deturpado o sentido dado a estes movimentos por Graham que os entendia como opostos de sombra e luz, morte e vida, angústia e júbilo. Como para qualquer outro movimento, tanto na *contraction* como no *release* intervêm as ações combinadas de diferentes grupos musculares ora se contraem, ora se distendem, num *continuum* de gestão da energia que produz diferentes formas, movimentos e intenções.

Servindo tanto a expressividade como a técnica, a *contraction*, concretiza uma das ideias fundamentais de Graham relativamente ao corpo humano, enquanto instrumento da dança: “The spine is your body's tree of life. And through it a dancer communicates; his body says what words cannot, and if he is pure and open, he can make of his body a tragical instrument (Graham 1991: 8). A interioridade emocional que Graham ambicionava projetar

tanto no gesto técnico, em contexto de aula, como no movimento coreográfico, partia da exploração de uma sensação íntima relativamente ao próprio movimento, como relata Gertrud Shurr:

We had to feel the inner skeleton of the body as part of the whole movement. The deep dramatic quality came on the exhalation of the breath or the contraction; the lyric and open quality on the inhalation of the breath or the release (in Horosko 1991: 39).

A Spiral

A *spiral* é outro dos conceitos basilares da técnica Graham. De acordo com Kisselgoff (1984), o processo de codificação da espiral situa-se nos anos de 1940, tendo tido origem em material coreográfico. Do ponto de vista visual, a espiral acrescentou ao movimento de Graham uma dimensão de tridimensionalidade que não era evidente nas suas primeiras coreografias. Ela projeta o corpo num movimento helicoidal e ascendente em torno da coluna vertebral; através do uso de forças opostas (um lado ou segmento que resiste ao outro), mantém-no, a um tempo, equilibrado e em tensão dinâmica.

De forma sucinta, descrevemo-la como uma rotação de aproximadamente 45° da coluna vertebral em torno do seu eixo vertical. Deste modo, se o bailarino estiver de pé virado para a frente do palco ou do estúdio, o seu peito e ombros ficarão, por ação da espiral, virados para um dos cantos inferiores da sala, enquanto a pélvis se mantém estável. Caso esteja sentado no chão, a espiral é frequentemente iniciada por uma das ancas (*hip spiral*), sendo o movimento de rotação ascendente continuado através do tronco por ação da omoplata que ‘puxa’ na direção oposta. Em situação de aula, esta ação é muitas vezes verbalizada pelo professor como “hip, waist, chest, head”, a que se segue o retorno à posição inicial pela mesma ordem “hip, waist, chest, head”, mas em sentido contrário:

Exercises, repeated with slight variations composed by the teacher each day, cause the body to spiral around a spinal core, extending out and then pulling back into dynamic positions. (...) Although the precise metric requirements for these miniature cycles of attraction and withdrawal give the class an almost military appearance, tensile elasticity predominates over visual pattern in the movement (Foster, 1997: 246)

Contrariamente às muito abundantes reflexões sobre os conceitos de *contraction/release* que nos chegam vindas dos quadrantes da prática e da teoria da dança, o conceito de *spiral* surge-nos menos bem documentado quanto à sua origem e quanto ao seu significado, fora do quadro restrito da sua descrição técnica.

Foi em Brandstetter (2015) que encontramos a ligação entre a ideia de espiral, enquanto abstração do movimento coreográfico, e o fascínio futurista que os anos iniciais do século XX exerceram sobre os artistas de várias áreas de expressão. A espiral e a elipse, formas espaciais essenciais na estética futurista, transformaram-se em soluções de movimento também essenciais na *modern dance*. Brandstetter vai, aliás, mais longe nesta associação entre o fascínio com o progresso tecnológico e a arte:

Futurist movement aesthetics surged out beyond the restrictive confines of the stage (...) from that subject which seemed to unite all aspects of revolutionary avant-garde art: the subject of flight, the beauty of modern aviation. (...) The concept of Futurist aerial art applied to all areas of representation – flight as theatre, dance, painting, and poetry (Brandstetter 2015: 326).

Encontramos, pois, ecos de manobras aéreas nas formas elípticas da espiral de Graham tanto em ascensão como em *fall*, mas também no conceito de *fall and recovery* de Humphrey; ecos que são reforçados pela forma redonda da métrica musical de $\frac{3}{4}$ ²⁴ em que frequentemente ocorre a sua execução.

Parece, pois, que, tal como havia partido da biologia para estabelecer o conceito de *contraction*, Graham terá partido da física e da geometria para o conceito de *spiral*. E, num processo metafórico semelhante, também lhe incorporou um significado mais profundo que ligava o gesto técnico à expressão das suas paisagens interiores:

There is also a medial aspect in the dynamics of these spatial moving forms, alongside with their merely mechanical components and the physical laws of rotation and centrifugal force: that of psychographic transference, the concretization of emotional states, unleashed in the process of reading the spiral as a pattern of energy. Hence the spiral, as the archetype of life in esoteric lore and as figuration of space in macro – and microcosmic forms of nature, transfers the *élan vital* into symbols of movement and into technical apparatuses – in the same way that the Futurist terminology of energetic and dynamic states likewise oscillates between technical, mechanical-rational and psychic-, biological-metaphysical levels (Brandstetter 2015: 339).

Assim, esta “tensile elasticity”, como atrás referia Foster, traduz-se, do ponto de vista coreográfico, em tensão dramática e em conflito: “Dramatically, the spiral sets up countertensions within the torso. Like the contraction/release, the feeling it produces in the dancer is powerful” (Helpern 1994: 24). Já do ponto de vista do treino e do domínio técnico, esta representação de um ciclo vital infinito e contínuo “develops mobility and

²⁴ Por exemplo: *Spirals on 3s and 6s*, *Drop/Release* ou *Wave Contraction e Back Leg Extension*.

control in the back and pelvis. Movements on one side of the body are counterbalanced by resistance in the opposite side of the back” (ibidem).

A Fall

Se, hoje, o uso do chão, não apenas como base de apoio, mas como espaço vital da dança, é uma ideia que não causa estranheza, tal não poderá dizer-se relativamente ao momento em que Graham principiava as suas pesquisas sobre o movimento e dava início ao processo de estabilização da técnica.

A autora contrariou a lógica da verticalidade da estética balética que acompanhava a expressão de poder e de força patentes nas grandes construções em altura das cidades americanas. Ao invés da projeção para o alto, símbolo de um poder económico de agência essencialmente masculina, Graham ligou a sua dança à terra, quer pela utilização direta do solo durante a primeira parte da aula, quer através de movimentos em deslocação que assumiam a ação da gravidade sobre os corpos das bailarinas, por exemplo em *low walks*, *low runs*, *side contractions* e *falls*, mas também na reconfiguração da linha clássica do *arabesque* que, no *pitch turn*, adotou a forma de uma volta em *penché* controlada pela espiral.

Relativamente à *fall*, Ellen Graff, antiga bailarina de Graham, observa:

Exploration of the physical act of falling was central for many early moderns. One of the most remarkable things about these dancers is how they created their own definitions of the act of falling, largely in contrast to that proposed [above] by *Webster's New World Dictionary*. Falling was not to be a collapse, a defeat, but instead would create possibilities for exploring an entirely new plane of dramatic space, the floor. It would be a laboratory for analysing weight and gravity, issues central to the definition of the new genre of modern dance (in defiance of the soaring upward thrust of ballet) (Graff 2004:107).

Como recorda Thea Barnes, “Falling is a combination of all the concepts that you learn in the Graham technique” (in Bird & Barnes s.d.: 13’15”- 14’37”); assim, para dominar a ação da gravidade sobre o corpo no momento da *fall*, Graham usa a *contraction* e/ou a *spiral* como instrumentos de controlo do próprio centro de gravidade do corpo, o que lhe permite determinar o *timing* e a direção desse movimento descendente. O movimento da *fall* é, habitualmente, treinado de forma estacionária e em nível baixo (*sitting fall*, *pretzel fall*, por exemplo) antes de passar para *falls* em níveis mais elevados e em deslocação. Após adquirir controlo sobre o seu centro de gravidade, o bailarino pode ‘cair’ para a

frente (em *split fall*, por exemplo), de costas (*back fall*, *arabesque fall*), ou de lado (*side fall*, *spiral fall to the elbow*). Em todos os casos, terá de exercer uma ação de suspensão contrária à força da gravidade, não só para garantir a segurança do processo, mas também para dar qualidade artística e interpretativa ao movimento, a qual se materializa no instante fugaz de tensão entre o controlo do equilíbrio e a cedência à gravidade.

À semelhança dos elementos técnicos a que nos referimos anteriormente, também a *fall* adquiriu, no contexto coreográfico e expressivo de Graham, um significado que não se cingia à mera observação das leis da física, como evidenciam as palavras de Elen Graff:

I absorb the rich imagery that is a profound aspect of Graham's work; the drama of the descent backwards and into the unknown, and the joy of the return. The dynamics are varied. Sometimes the contraction is a quick upbeat, the descent a rapid plunge into the past. Sometimes it is a slow and sensuous giving in, the contraction deepening, deepening, deepening, as the body slides backwards (Graff 2004:108).

Assim, tal como a ideia da espiral e da elipse, a *fall* e o seu momento de retorno – *recovery*, tornaram-se metáforas do ciclo infinito de destruição e de construção, de morte e de vida e de aceitação do desconhecido, como explica Martha Graham: "We teach the falls to the left because, unless you are left-handed, the right side of the body is the motor side; the left hand is the unknown. You fall into the left hand - into the unknown" (in Mazo 1977: 157).

O centro do corpo como ponto de iniciação do movimento

Tendo em conta a relevância da *contraction*, enquanto elemento seminal da técnica e da coreografia de Graham, todo o movimento irradia a partir desse centro primordial, tanto nos movimentos de natureza mais estacionária, como *brushes*, *battements* e movimentos dos braços (usados como “asas” na imagética habitual da técnica), como nos movimentos de deslocações espaciais que se iniciam a partir de um ligeiro desequilíbrio determinado pelo centro:

This technique was based on the principle of contraction and release and how that idea can be applied to the way the body experiences movement. Initiated from the center or core of the body, all motion radiated out from the lower abdomen and the pelvic area” (Jowitt 1989:166).

O princípio da oposição

Diretamente ligada à ideia de iniciação do movimento a partir do centro, o princípio da oposição de forças entre os vários segmentos do corpo, constrói a imagem de um corpo em permanente expansão e tensão dinâmica, como se permanentemente ‘empurrasse’ o espaço à sua volta. Registamos, a este propósito as palavras de Terese Capuccili:

Martha spoke about the heels of the hands much like the heels of the feet, creating a similar opposition with the front of the body. In a walk, the heel of the foot can press away from the pubic bone and center of the body to deepen the contraction (in Macel 2009: sp).

O uso do espaço

A procura de movimentos que resultassem da interioridade psicológica e das suas paisagens emocionais, implicou uma permanente procura de dilatação do espaço confinado pela matéria física do corpo que o princípio da oposição entre os seus vários segmentos, a ideia de alongamento na *contraction* e no *release* e as ações motoras em desequilíbrio exponenciavam, tanto no contexto coreográfico, como no de aula: um *tendu* ou *battement* (*brushes*) não são apenas uma perna e um pé esticados, mas são, desde logo, prenúncio de um desequilíbrio originado no centro do corpo que prepara um *walk*:

The actual amount that I cover in space is only to the ends of my fingertips, and I can do movement so that I make you feel that I am not very convinced that I am going forward. (...) That’s exactly that kind of thing that Graham is concerned with: Are you going forward through that space? Are you making the audience eye go with you through space? So, here was an ability to cut through space, to fill space, to surround space, to use space as a palpable material. (...) Among other things Martha wanted to create a dance that would reflect an American tradition, its vastness, the new frontiers, hence the idea of space (Thea Barnes in Bird & Barnes s.d.: 10’28” - 11’14”).

O uso da música

Para servir a expressão de interioridade do seu universo de movimento e as qualidades e dinâmicas que lhe estavam associadas, Graham²⁵ afastou-se dos apoios rítmicos e melódicos tradicionais, como faz notar Gertrud Shurr:

²⁵Embora se refira ao contexto coreográfico e não ao de aula, a memória que Graham tem do tempo de trabalho partilhado com Horst é significativa da perceção que a coreógrafa tinha sobre a influência da música relativamente às qualidades do movimento: “Louis Horst did not want me to use strings... He preferred piano, percussion, and wind instruments. He did not want strings in any of the music because he felt they were too lush and too romantic—in other words, deadly to contemporary dance (Graham 1991: 75).

The measures were not always in counts of four or eight. She introduced us to patterns with new counts, sometimes a slow four as a theme of movement, a three count for a lyrical quality, and a percussive or elevation quality on a two count or even an “and-one” count. This change of accent and counts, mixed rhythms, and uneven measures were additional firsts and Martha used them a great deal. Patterns of ten or five counts were not unusual (in Horosko 1991: 40)

A antecipação do movimento no “and-one” de que fala Shurr permite este se concretize e desenhe no tempo forte, adicionando tensão dramática à ação do bailarino:

The downbeat is an essential ingredient in Graham’s technique because it allows a dramatic emphasis to be placed on the movement of the dancer. The accent reinforces the emotion by drawing the viewers’ attention to the tension of the moment. When the music and the movement are synchronized in such a way, with both being strongly executed, the synchronization inevitably highlights the action and increases the dramatic impact of the moment (Foster 2003, 246).

3.3. O vocabulário

Inicialmente os movimentos e exercícios das aulas não tinham uma designação específica, como recorda Alice Helpem²⁶ (1994). Contudo, no processo de abstração e codificação do gesto técnico, dar um nome às sequências e exercícios tornou-se ineludível. Tendo em conta a envolvente emocional e expressiva subjacente ao movimento criado por Martha Graham, o vocabulário que veio a constituir o universo técnico da coreógrafa refletiu essa matriz, a um tempo estética, identitária e cinética. Assim, a designação dos movimentos e exercícios acabaria por adotar, frequentemente, um cunho metafórico e/ou descritivo relativamente à ação física desenvolvida. No que diz respeito à criação dos vocabulários a partir de uma perspetiva metafórica, dir-se-ia que Graham cultivava uma dupla perceção: a

Nota: Louis Horst – músico que acompanhou o percurso coreográfico de Graham desde a Denishawn School até ao início dos anos de 1950. Além de professor de música, Horst dava aulas de composição aos alunos de dança, tendo influenciado a própria forma de estruturação dos exercícios no contexto da aula de técnica: “A significant feature of Graham’s teaching was her use of theme and variation, attributable to the way Horst taught composition to modern dancers” (Helpem 1994: 12).

²⁶ Na mesma obra, Alice Helpem dá-nos conta da vontade de expressar uma identidade claramente americana inerente ao desenvolvimento da *modern dance* nos Estados Unidos da América: “Ballet terminology in French was never used, except perhaps for the word *plié* – this was na American art form, after all (1994:13).

do seu espaço emocional interior e a das imagens vindas do ambiente exterior que foram usadas para atribuir qualidades específicas ao movimento e para o nomear. Da natureza, sobretudo dos animais, vieram as ideias de urgência, velocidade, elasticidade e peso que eles adotavam nas suas movimentações:

I would watch this lion for hours as he'd take those great padding steps four times back and across the cage. Finally, I learned to walk that way. I learned from the lion the inevitability of return, the shifting of one's body. The shift of the weight is one key aspect of that technique, that manner of movement (Graham 1991: 103-104).

E deles vieram também os nomes de alguns exercícios e movimentos: *bison jumps*, *butterfly jumps*, *spider/tiger/snake contraction*, *eagle arms*, os quais adotavam não só a forma ou posição do animal, mas sobretudo se tornavam instrumentos promotores de *embodiment* da sua força, leveza, flexibilidade ou porte, como sugere Franklin:

Imagery improves both the biomechanics and the artistic expression of the steps. (...) Total presence, a complete experience of one's movement in the whole body, constitutes the basis of artistic expression in motion. (...) Imagery supplies a constructive focus in any transition from habitual mental patterns to pure presence. (Franklin, 1996, pp.91, 92).

Já a designação metafórica oriunda da própria dimensão interior (sexual e espiritual) de Graham deu origem à *vaginal cry fall* criada para "Night Journey", aos *trumpets* de "Diversion of Angels", à sequência "*the voyager*" de "American Document" ou ao exercício de *pleadings* no contexto da aula de técnica.

Exercícios da aula como *bounces*, *breathings*, *opening of the leg*, *¼ turn on the hip*, *long leans*, *feet coming forward*, *deep stretches*, *turns around the back*, *back leg extension*, *tilt*, *side contraction*, *low walks*, *low runs* têm uma dimensão eminentemente descritiva da ação que o corpo executa.

Já as *spirals on 3s and on 6s*, o *exercise on 6* ou as *triplets* retiraram a sua designação da métrica musical que as suporta, como testemunha Helpern a propósito de uma outra sequência de movimento também padronizada:

Sometimes a sequence was known by the counts, such as the "nines", a series in which one foot lifts and passes front and back of the standing leg, repeating nine times before changing to the other leg. In other instances, movement associated with a particular dance or section of a dance was named for the piece, as in the "March jumps" (1994: 13).

De um quotidiano mais prosaico, mas não menos assertivo quanto à ideia de movimento que expressam, chegaram-nos a *pretzel*, os *barrel jumps* ou os *bell jumps*.

4. A estrutura tradicional da aula de técnica Graham

Como já anteriormente dissemos, a estrutura da aula tem-se mantido relativamente estável desde meados dos anos de 1930, aquando das apresentações/demonstrações no contexto dos cursos promovidos pela Bennington School, entre os anos de 1934 e 1942.

Desde essa altura, a aula encontra-se estruturada em três momentos, trabalho no solo, trabalho de centro e deslocações espaciais, cujos exercícios foram sofrendo algumas alterações e evoluções ao longo do tempo, fosse pela necessidade de acomodar novas técnicas e vocabulários para as obras que iam sendo produzidas, fosse para responder às particularidades físicas dos alunos de diferentes gerações, cujos corpos e regimes de treino determinaram o abandono de alguns exercícios concebidos para os corpos mais musculados das bailarinas das décadas iniciais da companhia de Graham.

Trabalho no solo

Há um conjunto de exercícios realizados no solo, sistematicamente ordenados, que constituem o que se designa por *set exercises on the floor* e que constituem o *core* técnico da aula, pois são eles que promovem o entendimento e a incorporação das competências técnicas (e também expressivas) do universo de movimento de Graham. Embora possa haver variações relativamente ao material proposto em aula por diferentes professores, esta é a sequência base geralmente adotada:

- *bounces* em 1ª posição (solas dos pés juntas), 2ª posição e pernas estendidas à frente;
- *breathings* simples e com *high lift*;
- *spirals on 3s* e *spirals on 6s*, seguidas das variações de extensão (*développé*) para 2ª posição, *¼ turn on the hip* com o respetivo padrão de movimento de braços;
- *contract/release* simples com as solas dos pés juntas e em 2ª posição;
- *contract/release* (ou *drop/release* ou *wave contraction*) com as solas dos pés juntas e em 2ª posição (no centro e em espiral);
- *deep stretches* (4 variações de braços: em 2ª posição, *diamond position*, *V position* e *hands around ankles* fechando para solas dos pés juntas);
- *feet coming forward* (com ou sem movimento padrão de braços);
- *long leans* (com ou sem adição de variações: *contraction* em oposição à perna de trabalho, passagem à frente, subida da pélvis para *arabesque*);
- *turns around the back* de 4ª posição e respetivas variações (sem padrão de braços, com padrão de braços em diferentes tempos e métricas, com apoio no antebraço, com subida para os joelhos e recuperação em *contraction*);

- *back leg extension* (com as sucessivas variações de padrões de braços e movimentos do tranco);
- *pleadings* (ou *contraction prone*), variações com espirais, subidas para a posição sentada e retorno à posição inicial;
- *pretzel* (ou *contraction around the leg*), variações em diferentes velocidades e contagens com a adição de *fall*;
- *sitting fall* (preparação para *back fall*) em diferentes contagens, com a respectiva recuperação;
- "tiger" *contraction* com variações de padrões de braços, espirais e *battement* para 2ª posição;
- *exercise on 6*;
- transição para a vertical.

Trabalho no centro

- *demi pliés* em 1ª, 2ª, 4ª e 5ª posições, com *high contraction / over* e *grand pliés*;
- mobilização articular do pé com uso de ½ pontas;
- *brushes (battements)* em diferentes níveis e dinâmicas, alternando entre paralelo e rotação externa, com diferentes padrões de braços, *contractions* e espirais;
- voltas em *coupé* e *retiré* partindo de 5ª posição usando a espiral;
- voltas em *retiré* com *hip swing*;
- *side contractions*;
- *sitting contraction*;
- *knee vibration*;
- *tilts*;
- *circular walk* com espiral e volta em *arabesque* baixo, variação com volta em *pitch to attitude*;
- *prances*;
- pequenas sequências combinando o material utilizado;
- sequência de pequenos saltos antes das deslocações espaciais.

Deslocações espaciais

- *walks* em diferentes níveis e velocidades (*low walks, low runs*) com diferentes padrões de movimento dos braços e diferentes padrões espaciais;
- *traveling prances*;
- *triplets*;

- *step draw*;
- skips com variações em *contraction*, em *attitude* atrás em rotação externa;
- leaps (*jetés*) joelhos esticados e em *attitude*;
- *sparkles*;
- *butterfly jumps*;
- *march jumps*
- *bells*;
- *barrel jumps (spiral jumps)*;
- *bison jump*;
- *stag leap* (gazelas).

A última secção da aula é dedicada às *falls* mais complexas: *back fall*, *split fall*, *spiral fall*, *spiral fall to the elbow*.

Tradicionalmente, as transições entre exercícios e entre as diferentes secções da aula obedecem a um padrão de movimento coreografado que obriga os bailarinos e os alunos a um nível de concentração constante durante a aula: “This meant that the dancers were not allowed to relax. It also formalized the class into an ongoing ritual demanding constant focus and discipline (Helpern 1994: 12).

5. A aula de técnica para o nível elementar no contexto do ensino vocacional

5.1. Estrutura genérica

A aula objetivada nos alunos de nível elementar no contexto do ensino vocacional da dança mantém a estrutura repartida em três momentos técnicos que discriminámos no ponto anterior. Contudo, iremos, aqui, apresentar uma estrutura mais detalhada que comporte os momentos não técnicos da aula, como é o caso do *warm up*, do momento de acalmia e de concentração e do *cool down*.

Warm up

Respeitando as recomendações que nos chegam da área das Ciências do Movimento (Xarez 2012), qualquer trabalho de natureza técnica deverá ser antecedido por uma fase de aquecimento, em se promove a elevação da temperatura corporal, a mobilização articular, a ativação da ligação entre o centro do corpo e as extremidades e o estabelecimento de uma imagem mental do próprio corpo.

No caso específico da aula que nos serviu de orientação, não é visível a fase de *warm up*, visto tratar-se de um momento de avaliação com uma forte componente performativa e formal, pelo que o aquecimento já tinha sido feito imediatamente antes do começo da prova, ainda “sem público”.

Para este momento de *warm up* sugerimos a realização de *walks* em diferentes velocidades, com passagens pelo solo, “espreguiçadelas”, enrolamentos suaves, ativação suave da musculatura abdominal e alongamentos suaves, em particular ao nível da articulação coxo femoral.

Momento de concentração, “acalmia” e visualização interior

Pelo seu carácter ritualizado, a aula de técnica Graham começa tradicionalmente com um momento de concentração, em que professor e alunos, de pé, se focam no espaço de trabalho e no propósito que os trouxe ali, a dança, ‘deixando fora do estúdio’ o que não diz respeito à aula. Nas palavras de Graham, tratava-se de um tributo à própria dança.

Prosseguindo com a formalidade inerente a este tipo de aula, os alunos sentam-se, cruzando a perna direita atrás da esquerda, quando o professor dá essa indicação.

Momento de aquisição de competências motoras e conceitos de movimento *específicos da técnica – deep work / strengthening*

No contexto da aula de Graham, é durante o trabalho no solo que, de forma mais significativa, se incorporam os conceitos técnicos basilares da técnica. A autonomização da parte superior do corpo relativamente à parte inferior que o trabalho no chão permite, dá ao aluno a possibilidade de se focar na mobilidade do tronco e da coluna vertebral (“the tree of life”, nas palavras de Graham, como atrás indicámos) e no controlo da musculatura abdominal, ativando neste processo a musculatura mais profunda.

Além da aquisição física e cognitiva dos padrões de movimento da técnica, este momento da aula proporciona-lhe força, flexibilidade, coordenação, consciência de um eixo vertical que pode ser deslocado frontal ou lateralmente, através de exercícios que se focam nos vários segmentos e articulações do corpo: costas, *core*, pés, pernas, braços, etc. Com o apoio da música e da imagética, desenvolve-se também uma consciência expressiva inerente ao “espírito” de cada exercício (por exemplo, as diferentes qualidades de movimento e dinâmicas que a *contraction* pode assumir).

Recuperação da verticalidade e exploração e experimentação dos conceitos incorporados - *phrasing*

Este momento da aula explora na vertical, de forma ainda relativamente estacionária, através de exercícios e combinações no centro, os conceitos de movimento que foram estabelecidos durante a primeira parte. Dado que a aula teve início no chão, os primeiros exercícios de centro destinam-se a restabelecer o eixo do corpo, voltando a coloca-lo sobre os seus apoios naturais, os pés.

Iniciar-se-á com exercícios que promovam a consciência da verticalidade, do controlo do centro e do equilíbrio (em dois apoios e apenas num), seguidos da mobilização articular dos pés, transferências de peso, exploração do eixo do corpo em diferentes planos, situações de *balance off balance*, incremento da amplitude articular e da flexibilidade dos membros inferiores, coordenação de braços e pernas, voltas e movimentos em diferentes

orientações espaciais, exploração de diferentes níveis e saltos que mobilizem a articulação do pé de forma mais vigorosa antes das deslocações espaciais.

As combinações de centro permitirão também, de forma gradual, desenvolver a memória relativa ao movimento, o virtuosismo técnico, a velocidade, a *stamina* e as capacidades interpretativas – o momento em que, mais do que a fazer exercícios, os alunos se sentem ‘a dançar’.

Deslocações espaciais e saltos

É momento de maior virtuosismo técnico da aula, de grande dispêndio energético, de entrega emocional e fruição do movimento e da espacialidade. Para ser executado com correção e em segurança, este momento da aula exige domínio técnico, espacial e musical, memória, velocidade e coordenação – competências que foram trabalhadas nos momentos anteriores da aula. Exploram-se dinâmicas, velocidades, ritmos musicais, níveis, planos e padrões de movimento; desafia-se a gravidade mediante saltos em suspensão e em extensão que proporcionam um clímax cardiovascular e energético que conduz ao final da aula com um sentido de satisfação e realização.

Alongamento e retorno à calma (*cool down*)

Frequentemente ignorado pelos professores, que aproveitam o tempo para as explorações de cariz mais técnico e físico, este momento é, contudo, vital para que se abrande o ritmo cardiovascular, se alongue a musculatura e se retomem os níveis normais de energia emocional e física.

5.2. Estrutura específica

Como referimos na Introdução do trabalho, apoiámos esta proposta metodológica no registo de imagem do exame de 3º ano do ano letivo 2000/2001, o último de nível elementar pelo qual fomos responsáveis na Escola de Dança do Conservatório. Assim, abordaremos os *skills* e os vocabulários patentes no vídeo (em apêndice ao trabalho), parecendo-nos que o seu grau de complexidade, com pequenas adaptações, poderá servir de exemplo nas várias realidades das escolas do ensino artístico especializado da dança do panorama português. Em todos os casos, a estrutura, a intensidade e o nível dos desafios

técnicos e *skills* propostos aos alunos adequar-se-ão, sempre, ao contexto educativo onde a aula acontece e aos alunos particulares que nela participam.

Trabalho no solo

- **Bounces:** promovem a flexibilidade da coluna vertebral, alongando o espaço intervertebral, e o controlo do centro do corpo.

a) “Enrola” até à posição de execução do *bounce* em 8 tempos, usando o peso da cabeça em oposição à pélvis que se mantém ancorada no chão; recupera alongando à frente em linha diagonal, antes de voltar à vertical. Executam-se em três posições: solas dos pés juntas, 2ª posição e pernas estendidas à frente em paralelo.

Figura 1



Figura 2



Figura 3



b) Em momentos anteriores de preparação, podem usar-se as mãos no topo da cabeça, como uma “coroa em direção chão” para promover a sensação de colocar o topo da cabeça paralelo ao chão e manter elevado o centro do corpo, sem fechar ao nível da articulação coxofemoral.

- **Breathings:** tornam consciente o uso da respiração que irá conduzir à *contraction*; promovem a mobilidade articular e o alongamento da coluna vertebral, devendo manter-se os ombros alinhados com as ancas; torna conscientes os grupos musculares que controlam a mobilidade de cada uma das zonas da coluna.

a) Executam-se normalmente com as pernas cruzadas, pés em 5ª posição, calcanhares fora do chão. Para promover a ideia de “esvaziar” o volume do tronco, usámos uma posição de pernas dobradas em paralelo à frente do tronco, em que o apoio das mãos nos joelhos permite “empurrar” para trás e manter o alinhamento ombros/ancas na expiração.

Figura 4



Nesta fase de desenvolvimento técnico também integrámos o conceito *high lift*, ainda com o apoio dos braços.

Nota: Algumas das alunas ainda não dominam a ação totalmente, deixando 'fechar' a parte de trás do pescoço.

Figura 5



b) Em momentos anteriores, o movimento pode ser experimentado a pares, devendo cada uma das alunas ajudar a colega no sentido de não deixar cair a cabeça para trás, (colocando, por exemplo, uma mão no pescoço da colega). Para a sensação de esvaziamento do ar contido nos pulmões, pode usar-se a produção do som sibilante “ssss” até que já não seja possível produzi-lo.

- ***Spirals (preparação)***: desenvolvem a mobilidade e controlo ao nível da musculatura das costas e da pélvis.

a) Andar com as ancas, recuando e avançando para promover a sensação de iniciação do movimento a partir do íliaco (*hip spiral*). O uso do padrão de braços “arco e flecha” ajuda à perceção da oposição entre os segmentos do corpo envolvidos e ao uso da omoplata para realizar a espiral. Prepara-se neste exercício a ação de *opening of the leg* para 2ª posição.

b) Em momentos anteriores cada um dos elementos foi trabalhado separadamente.

- **Variação:** *Spirals* com *opening of the leg*, *¼ turn on the hip*, transferência de peso à frente, transição para *arabesque*, *rolls*, *contract/release no joelho* e padrões de braços preparatórios: promove amplitude ao nível dos membros inferiores e o alongamento ao nível da articulação coxofemoral (*arabesque*), prepara para o uso da espiral em voltas, desenvolve a consciência do eixo do corpo em diferentes planos e a coordenação.

Nota: É fundamental manter as duas ancas no chão no momento do *développé* para 2ª posição.

Figura 6



Figura 7



Figura 8



Figura 9



- Contractions

a) *Contraction* com as solas dos pés juntas, seguida de enrolamento à frente e *release* num plano diagonal; *contraction* com pernas estendidas à frente e *release* na espiral.

Figura 10



Figura 11



b) Em momentos preparatórios anteriores, o movimento da *contraction* pode explorar-se com recurso a imagética proveniente das movimentações de vários animais e a ações naturais do corpo humano: o gato a espreguiçar-se para a *contraction* mais lírica e ligada, acompanhada do som de um miado; o latido de um cão para a *contraction* mais rápida e forte; o uivo de um lobo para levar o alongamento da coluna até ao seu máximo; uma gargalhada para a *contraction* executada em momentos sucessivos.

- **Long leans**: combinam o uso da espiral com um alongamento lateral; promovem força na musculatura dorsal; são fundamentais na perceção da projeção de energia e no controlo dos *bell jumps*, por exemplo. Têm uma musicalidade específica, em que o braço tem de atingir a 5ª posição no tempo forte (“and one”).

Figura 12



a) Tendo em vista o grau de desenvolvimento técnico deste grupo específico de alunas, não foi adotado o padrão musical “*and one*” para o movimento do braço; ele foi subdividido nos seus vários momentos para dar tempo ao desenho correto do *port de bras*.

b) Em momentos anteriores de preparação, deverão trabalhar-se isoladamente o movimento do braço e o movimento da perna em *plié*. Sugere-se que o movimento seja inicialmente trabalhado numa posição menos árdua do que a 2ª (por exemplo de pernas cruzadas), de modo a concentrar a atenção e a energia do aluno na ação das costas, da espiral e da projeção do foco.

Nota: É importante manter o alongamento/oposição da perna oposta à do *plié* que será, no trabalho na vertical, a perna de suporte.

- Preparação para *tilts* e transferências de peso

Este balouçar lateral de um ísquion para o outro, mantendo o alinhamento da coluna, constrói a ideia de um eixo do corpo projetado na diagonal, preparando o *tilt* e as transferências de peso laterais, comandadas pela mudança da posição do tronco no espaço.

O momento de rebolar obriga a que o corpo se mantenha compacto e organizado através do uso da musculatura abdominal e do controlo do *core*, além de promover a consciência do uso de diferentes apoios na relação com o solo.

Figura 13



- Preparação para *turns around the back*

A difícil coordenação deste exercício, com os seus vários padrões rítmicos e dinâmicos (do lírico e *legatto* ao percussivo) e movimentos de braços progressivamente complexos e rápidos, obriga a que a sua preparação passe por vários patamares de complexidade técnica. À semelhança dos outros exercícios de espiral, promove mobilidade e controlo nas costas e na pélvis, enquanto os movimentos de um lado do corpo são contrabalançados pela resistência do lado oposto.

a) No exemplo do vídeo, o exercício é executado com as pernas esticadas à frente, em paralelo. A ação é iniciada pelas ancas e repercute-se num movimento circular ascendente até à cabeça, usando a sequência “hip, waist, chest, head”. As mãos colocadas nos ombros promovem a estabilização do tronco e mantêm o peito aberto. No decurso do exercício é, ainda, preparada a transição em espiral para o antebraço que fará parte do exercício *standard*.

Figura 14



- *Contract / release* sobre os joelhos abrindo com apoio num braço e *roll*

Este exercício foi usado como transição para a verticalidade por simular aquilo que em fases mais avançadas acontece no final do trabalho de chão: as preparações para falls. O contraste dinâmico entre a posição “compacta” da *contraction* e a amplitude da abertura ao lado, em 2ª posição paralela, ajuda a projetar uma imagem corporal desenhada no espaço e em expansão; o rolamento rápido em posição fechada promove o uso da musculatura do *core*.

Figura 15



Nota relativa ao trabalho no solo: Embora não tenhamos usado o exercício *feet comig forward* nesta aula de exame, ele foi extensamente experimentado durante o período normal de aulas, já que se revela fundamental para a estabilização e controlo das posições em rotação externa, além de promover a força nos membros inferiores e a coordenação destes com os braços.

Nas abordagens iniciais, sugere-se que ele seja executado em paralelo e com as mãos apoiadas no chão para dar suporte às costas. Além do reforço da musculatura do quadríceps, este exercício promove amobilidade articular do pé.

Trabalho no centro

Após o trabalho ao nível do solo, em que os vários exercícios e ações do corpo se focaram maioritariamente no tronco, as primeiras sequências na vertical deverão restabelecer a conexão entre a parte superior do corpo e a inferior, reorganizar o eixo e devolver o peso do corpo aos seus apoios naturais.

Mobilização articular do pé alternando entre paralelo e rotação externa

No exemplo proposto, optou-se por começar pela mobilização articular do pé, com ênfase na passagem pela $\frac{1}{2}$ ponta. Por forma a dar estabilidade às posições e movimentos em rotação externa, a estrutura do exercício alterna entre os dois registos.

Figura 16



Pliés e rises

Pliés em 1ª e 2ª posição, com braços *bow and arrow* a marcar a espiral e, novamente, mobilização articular do pé; finaliza cada uma das posições com *rise*, com o objetivo de promover o equilíbrio, mas também de tornar consciente o uso da musculatura interna da coxa na subida à $\frac{1}{2}$ ponta.

Figura 17



Brushes

Brushes em paralelo e em rotação externa em diferentes alturas, com transferência de peso e *contraction* – acento fora, em posição aberta, preparando o corpo para a deslocação espacial.

Figura 18



Figura 19



Transferências de peso e reconhecimento de diferentes orientações do eixo do corpo

Pequena sequência com o propósito de trabalhar as transferências de peso e as diferentes possibilidades de organização do eixo do corpo (em posição paralela ao chão e em *tilt*), bem como o domínio de diferentes níveis e passagens pelo chão em *contraction*.

Figura 20



Side contraction

Side contraction a pares com o propósito de reforçar a ideia de continuar sempre a 'empurrar' o centro do corpo para trás e tornar mais profunda a *contraction*, logo, alongar mais a coluna e aumentar a expressividade do movimento. O trabalho a pares promove a interação humana no contexto da aula de dança que, por vezes, se torna demasiado focada no individual. A cambalhota no ombro introduz um elemento lúdico que quebra a disciplina focada nos elementos técnicos da aula.

Figura 21



Saltos em 1ª e 2ª posições

Pequena sequência de saltos com o propósito de preparar os pés para as deslocações espaciais. Elemento lúdico dado pela palma no momento da mudança de direção e elemento coreográfico na saída em *attitude of balance*. As entradas e saídas marcadas introduzem a orientação espacial e relacional que virá a ser necessária em palco para interagir com os restantes bailarinos.

Figura 22



Walks e runs em diferentes padrões, níveis, direções e desenhos espaciais

Bouncy walks na $\frac{1}{2}$ ponta; *walks* com desequilíbrio em *cou de pié*; *low runs*; *low walks* em combinação com *jeté* – acento em cima, *low walks* com alternância de direções frente/trás e padrão circular com espiral.

Nota: O aumento de velocidade progressivo transforma o passo em corrida e esta em salto. Deverá enfatizar-se sempre o uso do centro do corpo como motor do movimento e a ação do pé de trás que empurra o chão nas deslocações.

Figura 23



Triplets

Triplets simples e em diferentes direções espaciais, alternando frente/trás e virando por ação da espiral. Pequena sequência com *triplets* usando direções, valsas, rodas e *tilt*. Nota: Nas *triplets* é importante reforçar duas ideias: o 1º passo não cai, mas avança; os passos na ½ ponta são tão grandes quanto o do *plié*.

Skips

Skips simples e com *contraction*.

Nota: No *skip*, a perna de trabalho empurra o chão para conseguir elevação. Reforçar a ideia do uso do pé no momento da impulsão e da recepção do salto.

Figura 24



Figura 25



Travelling jumps

Sequência final de *travelling jumps*, usando diferentes partes do material trabalhado em aula: saltos em *contraction*, transição entre diferentes níveis e *tilts* em desequilíbrio.

Sequência final com *side fall* a partir de salto

Side fall, com *battement slide* no chão, recuperação sobre os joelhos para preparar *fall* lateral com desequilíbrio a partir da pélvis e *roll* antes correr para sair.

Figura 26



Figura 27



Figura 28



Agradecimento

Tendo em conta o carácter performativo da prova, foi apenas feito um agradecimento ao público presente, em vez de um momento de *cool down*.

Reflexão final

O ensino da dança, particularmente nos regimes vocacionais e profissionalizantes, é marcado por práticas e posturas que se enraízam em tradições seculares, onde a ideia da transmissão de saberes canónicos, assente no paradigma aprendiz/mestre, tem contribuído para estabelecer relações pedagógicas algo rígidas, em que o professor, na sua qualidade de corpo demonstrativo e sapiente, assume um enorme ascendente sobre os alunos, quer do ponto de vista emocional, quer do ponto de vista artístico. Mas, se é verdade que o professor transporta o peso da tradição, é igualmente verdade que lega aos seus alunos um pouco das suas próprias perspetivas do movimento e sobre o movimento. Assim, no devir de sucessivas gerações de professores e alunos, novas ideias e novos corpos vão reinterpretando a tradição. No caso específico do universo de movimento Graham, e embora continuem a ser respeitados os princípios cinestéticos e filosóficos originais, a técnica tem vindo a ser reconfigurada pelos corpos que a materializam e pelas influências estéticas e culturais vindas de outros quadrantes da dança e da sociedade.

A permeabilidade entre regimes técnicos de aprendizagem da dança e a conseqüente modificação da tipologia dos corpos se, por um lado, permitiu que novas qualidades de movimento fossem introduzidas (mais leves, ligadas e líricas), também esbateu algumas das características iniciais da técnica que se caracterizavam por uma maior assunção da gravidade e por uma qualidade definida, restrita e forte, materializada em movimentos diretos e angulares que, a partir da década de 1930, foram responsáveis por materializar uma imagem de mulher investida de poder e assertividade.

Este conflito entre a ausência de peso, que o ideal físico balanchiano veio reforçar relativamente às mulheres, e a assunção da gravidade sobre o corpo é um dos mais difíceis obstáculos a ultrapassar no contexto do ensino da dança contemporânea, sobretudo nas escolas em que a dança clássica tem grande peso na educação do movimento. Este é um dos pontos que consideramos menos bem conseguidos relativamente ao exemplo que usámos para a realização deste trabalho e com o qual continuamos a debater-nos no nosso percurso profissional.

De igual modo, sentimos alguma dificuldade em fazer chegar aos alunos o significado mais profundo do movimento, aquele que vai além do gesto técnico correto e da reprodução

eficaz. Mesmo no contexto do ensino superior em que agora atuamos, aquilo a que chamamos a apropriação do movimento, o que o torna expressivo, pessoal e único, que advém de uma conexão entre o espaço interior do bailarino e a produção de movimento, parece-nos remoto na maior parte dos alunos, sobretudo porque esta é uma linguagem técnica árdua para a maioria dos corpos. Tomamos, pois como desafio pessoal e profissional futuro levar mais dos nossos estudantes a tornarem significativo o movimento técnico e, nesse processo, tornarem-se verdadeiramente em *the chosen ones*.

Acreditamos, apesar de tudo, ter conseguido ao longo do nosso percurso motivar e inspirar várias gerações de alunos dando-lhes a conhecer as potencialidades expressivas do seu corpo e desenvolvendo a sua imaginação cinética, mesmo no contexto técnico. Acreditamos também ter contribuído para que descobrissem o movimento como meio de comunicação, desenvolvessem uma compreensão estética e artística através da dança e ficassem a amá-la.

Pela nossa parte, procuraremos dar continuidade a este trabalho, projetando-o, desta feita, para o nível intermédio do contexto do ensino especializado da dança.

Referências bibliográficas

Alves, M. J. (2007). *Ensino e aprendizagem de dança moderna: Estratégias de estruturação da prática e desempenho motor em habilidades sequenciadas de dança*. Tese de doutoramento. Faculdade de Motricidade Humana – Universidade Técnica de Lisboa.

Banes, S. (1995). “On our fingertips: Writing dance criticism”. in *Writing dancing in the age of postmodernism* (pp. 24-43). Middletown: Wesleyan University Press.

Banes S. (1998). *Dancing women: Female bodies onstage*. New York: Routledge.

Bannerman, H. (1999). “An overview of the development of Martha Graham's movement system (1926-1991)”. *Dance Research: The Journal of the Society for Dance Research*, Vol. 17, No 2 (Winter, 1999), pp. 9-46.

Bannerman, H. (2006). “A dance of transition: Martha Graham's Herodiade”. *Dance Research*, Vol. 24, Number 1, Summer 2006, 1-20.

Bannerman, H. (2010a). “Movement and meaning: an enquiry into the signifying properties of Martha Graham's Diversion of Angels (1948) and Merce Cunningham's Points in Space (1986)”. *Research in Dance Education*. Vol.11:1, pp.19-33.

Bannerman, H. (2010b). “Martha Graham's House of the Pelvic Truth: The figuration of sexual identities and female empowerment”. *Dance Research Journal* Vol. 42, nº1, Summer 2010. Cambridge: Cambridge University Press, pp. 30-42.

Bannerman, H. (s.d.). “Dancing for laughs: Martha Graham and comedy”. *Critical dance.com* (disponível em <http://www.criticaldance.com/features/2003/marthagrahamcomedy200309.html> acedido em 21/07/2017).

Bartky, S. L. (1990). *Femininity and domination: Studies in the phenomenology of oppression*. New York: Routledge.

Bird, B. & Barnes, T (s.d.). *Not just a somersault: Insights on aspects of Martha Graham technique 1938-1991* (DVD). London: Laban Centre for Movement and Dance.

Brandstetter, G. & Klein G. (2013). "Introduction". *Dance [and] theory*, Gabriele Brandstetter & Gabriela Klein (eds). Wetzlar: Majuskel Medienproduktion GmbH. pp. 11-18.

Brandstetter, G. (2015), *Poetics of dance – Body, image, and space in the avant-gardes*, New York: Oxford University Press.

Brown, J. M., Mindlin, N. & Woodford, C. H. (eds) (1998) (2nd ed). *The vision of modern dance in the words of its creators*. Hightstown: Princeton Book Co.

Burt, R. (1995). *The male dancer: Bodies, spectacles, sexualities* (2nd edition). New York: Routledge.

Dils, A. & Albright, A. C. (2001). *Moving history/dancing cultures: A dance history reader*. Middletown: Wesleyan University Press.

Dimakopoulou, P. (2011). *Towards the creation of an annotation system and a digital archive platform for contemporary dance*. Tese de Mestrado. Faculdade de Engenharia da Universidade do Porto. (disponível em <https://repositorio-aberto.up.pt/bitstream/10216/61522/1/000148969.pdf> acedido em 05/12/2016).

Duell, S. & Pearce (pub.) (1980) (facsimile 1941). *Martha Graham: Sixteen dances in photographs by Barbara Morgan*, New York: Morgan Press, Incorporated.

Duncan, I. (s. d.). "The dancer and nature". *The art of the dance*. New York: Theatre Arts Books. (disponível em <http://acceleratedmotion.org/wordpress/wp-content/uploads/2015/03/The-Dance-and-Nature.pdf> , acedido em 23/05/2017).

Duncan, I. (1994). *Isadora Speaks: Writings and speeches of Isadora Duncan*. in Franklin Rosemont (ed.). Chicago: Charles H. Kerr Publishing Company.

Duncan, I. (2013) (1^a ed. 1927). *My life*. New York: Liveright Publishing Corporation.

Duncan, I. (2002). "Isadora Duncan's vision of America dancing (1927)". in Maureen Needham (ed). *I see America dancing: Selected reading 1685-2000*. Chicago: University of Illinois Press.

Fazenda, M. J. (1989). “Técnicas corporais na arte da dança” in Centro de Investigação em Antropologia e Saúde / CIAS (pub.). *Actas do II colóquio sobre a investigação e o ensino da antropologia em Portugal*. Vol.7. (disponível em: URI:<http://hdl.handle.net/10316.2/30618>, acedido em 28-01-2015).

Fazenda, M. J. (2012). *Dança teatral – Ideias, experiências, ações*. Lisboa: Instituto Politécnico de Lisboa/Edições Colibri.

Foster, S. L. (1986). *Reading dancing: Bodies and subjects in contemporary American dance*. Berkeley: University of California Press.

Foster, S. L. (ed.) (1996). *Corporealities: Dancing, knowledge, culture, and power*. New York. Routledge.

Foster, S. L. (1997). “Dancing Bodies”. in Jane Desmond (ed.). *Meaning in motion: New cultural studies of dance*. Durham & London: Duke University Press, pp. 235-257.

Foster, S. L. (1998). “Choreographies of gender”. *Signs*, Vol. 24, No. 1 (Autumn, 1998), pp. 1-33.

Foster, S. L. (2003). “Choreographies of protest”. *Theatre Journal*, Volume 55, Number 3, October 2003, pp. 395-412.

Foulkes, J. L. (2000). “Angels “Rewolt!”- Jewish women in modern dance in the 1930s”. *American Jewish History* 88.2, pp. 233-252.

Foulkes, J. L. (2001). “Dance is for American men: Ted Shawn and the intersection of gender, sexuality, and nationalism in the 1930s”. in Jane Desmond (ed.). *Dancing desires: choreographing sexualities on and off the stage*. Madison: University of Wisconsin Press, pp. 113-146.

Foulkes, J. (2002). *Modern bodies: Dance and American modernism from Martha Graham to Alvin Aley*. Chapel Hill: University of North Carolina Press.

Franklin, E. (1996). *Dynamic alignment through imagery*. Champaign: Human Kinetics.

Franko, M. (2012). *Martha Graham in love and war: The life in the work*. New York: Oxford University Press.

Graff, E. (1999). *Stepping left: Dance and politics in New York City, 1928-1942*. Durham: Duke University Press.

Graff, E. (2004). "When your heart falls: The drama of descent in Martha Graham's technique and theater". *Women & Performance: a journal of feminist theory*. 14 (1): 107–115.

Graham, M. (1935). "The American dance". in Merle Armitage and Virginia Stewart (eds.). *Modern Dance*. pp. 101-106, New York: Weyhe.

Graham, M. (1958). "A dancer's world" (transcript of the film *A Dancer's World*). *Dance Observer*, January 1958, pp.5.

Graham, M. (1973). *The notebooks of Martha Graham*. New York. Harcourt Brace Jovanovich.

Graham, M. (1991), *Blood memory*. New York: Washington Square Press.

Graham, M. (2010). "I am a dancer". in Alexandra Carter & Janet O'Shea (eds.). *The Routledge dance studies reader* (2nd ed.). London and New York: Routledge.

Groak, J. (ed) (2001). *Canon Vs. culture: Reflections on the current debate*. New York: Garland Publishing Inc.

Hanna, J. L. (1988a). *Dance, sex and gender: signs of identity, dominance, defiance, and desire*. Chicago: The University of Chicago Press.

Hanna, J. L. (1988b): *To dance is human: A theory of non-verbal communication*. Chicago: The University of Chicago Press.

Hanna, J. L. (1988b). *Dance and stress*. New York: University of Chicago Press.

Hanna, J. L. (2015), *Dancing to learn – The brain's cognition, emotion, and movement*, London: Rowman & Littlefield.

Helpern, A. (1981). *The evolution of Martha Graham's technique*. Ph.D. dissertation. New York University.

Helpern, A. (1994). *The technique of Martha Graham*. Dobbs Ferry-N.Y.: Morgan & Morgan.

Horosko, M. (1991). *Martha Graham: The evolution of her dance theory and training*. Chicago: a cappella books – Chicago Review Press.

Humphrey, D. (1932). “What shall we dance about?”. *Trend – A quarterly of the seven arts*. June. July. August 1932, Volume 1, Number 2, pp. 46-48 (disponível em <http://www.dorishumphreyfoundationuk.co.uk/wpcontent/uploads/2011/02/whatshalldance1.pdf> , acedido em 05/06/2017).

Jacson, S. (2006). “Genealogies of performance studies”. in Soyini Madison & Judith Hamera (eds.). *The SAGE Handbook of Performance Studie.*, Thousand Oaks: Sage Publications, Inc. (p.73-86).

Jowitt, D. (1989). *Time and the dancing image*. Berkeley and Los Angeles: University of California Press.

Jowitt, D. (2012). “Martha Graham”. *Dance Heritage Coalition*. (disponível em http://www.danceheritage.org/treasures/graham_essay_jowitt.pdf , acedido em 09/06/2012).

Kimmerle, M. & Côté, P. (2003). *Teaching dance skills: A motor learning and development approach*. Windsor: Document Imaging Center – University of Windsor.

Kisselgoff, A. (1984). “For Martha Graham, change is stii the only constant ”. *The New York Times on the Web*. (disponível em <http://partners.nytimes.com/library/arts/021984graham.html>, acedido em 15/02/2018).

Kowal R., Siegmund G. & Martin, R. (2017). “Deriving dance’s claim on the future”. *The Oxford Handbook of Dance and Politics*. New York: Oxford University Press.

LaMothe, Kimerer L. (2006). *Nietzche's dancers: Isadora Duncan, Martha Graham, and the revaluation of Christian values*. New York: Palgrave MacMillan.

Lepecki, A. (2006). *Exhausting dance – Performance and the politics of movement*. New York. Routledge.

Lepecki, A. (2010). “The body as archive: Will to re-enact and the afterlives of dances”. *Dance Research Journal*. Vol. 42, Number 2, Winter 2010, 28-48.

Loupe, F. (2012). *Poética da dança contemporânea*. Lisboa: Orfeu Negro.

Macel, E. (2009). “Terese Capucilli – an interview”, *Dance Magazine* – July 2009 (disponível em <http://www.dancemagazine.com/terese-capucilli-2306877650.html>, acessado em 13/06/2017).

Martin, J. J. (1968) (1ª ed. 1933). *The modern dance*. Brooklyn: Dance Horizons.

Mauss, M. (1936). “ Les techniques du corps ”. *Journal de Psychologie*, XXXII, nº 3-4, 15 mars - 15 avril 1936 (comunicação apresentada na Société de Psychologie a 17 de maio de 1934). (disponível em http://www.regine-detambel.com/images/30/revue_1844.pdf, acessado em 25/02/2018).

Mazo, J. H. (1977). *Prime movers*. New York: William Morrow & Company, Inc.

Preston, C. J. (2011). *Modernism’s mythic pose*. New York: Oxford University Press.

Roubaud, L. (1991). *Estudo psicológico do simbolismo na dança teatral – Análise dos Bailados Portugueses Verde-Gaio (1940-1950)*. Tese de Mestrado. Universidade Nova de Lisboa.

Shawn, T. (1950). *Dance we must – The Peabody lectures* (2nd edition). Series I, Pittsfield: The Eagle Printing and Binding Company (disponível em Internet Archive Books: <http://archive.org> , acessado em 19/01/2017).

Shewey, Don (1990). “The actor as object of desire”. in Staff of American Theatre Magazine (eds.) (2009). *The American Theatre Reader: Essays and Conversations from American Theatre Magazine*. New York: Theatre Communications Group. pp.101-110.

Siegel, M. B. (1975). “The harsh and splendid heroines of Martha Graham”. in Ann Cooper Albright & Ann Dils (2001). *Moving history/dancing cultures: A dance history reader*. Middletown: Wesleyan University Press.

Siegel, M. B. (1990/2007). "Rethinking movement analysis". (disponível em http://acceleratedmotion.org/wordpress/wp-content/uploads/2014/12/rethinking_movement.pdf acessado em 13/06/2017).

Siegel, M. B. (2012). "Doris Humphrey". *Dance Heritage Coalition*. (disponível em http://www.danceheritage.org/treasures/umphrey_essay_siegel.pdf, acessado em 09/06/2017).

Stodelle, Ernestine (1984). *Deep song: The dance story of Martha Graham*. New York: Schirmer Books – A Division of Macmillan, Inc.

Taylor, D. (2006). "Performance and/as History". *The Drama Review*. Volume 50, Number 1, Spring 2006, pp. 67-86.

Thomas, H. (ed) (1993). *Dance, gender and culture*. London: Macmillan.

Thomas, H. (1995). *Dance, modernity, and culture: Explorations in the sociology of dance*, New York: Routledge.

Thomas, H. (2003). *The body, dance and cultural theory*. New York: Palgrave MacMillan.

Tracy, R. (1997). *Goddess: Martha Graham's dancers remember*. (1st ed.). New York: Limelight Editions.

Xarez, L. (2012). *Treino em dança: Questões pouco frequentes*. Cruz Quebrada: Edições Faculdade de Motricidade Humana.

Welsh, D. (1991). "Martha Graham: The other side of depression". *American Journal of Dance Therapy*, 13, p.117-130.