

20

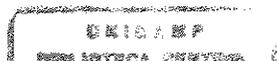
UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
INSTITUTO DE ARTES
Mestrado em Artes

DICIONÁRIO LABAN

LENIRA PERAL RENGEL

CAMPINAS – 2001

0001875X



UNICAMP
BIBLIOTECA CENTRAL
SEÇÃO CIRCULANTE

UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS
INSTITUTO DE ARTES
Mestrado em Artes

DICIONÁRIO LABAN

LENIRA PERAL RENGEL

Este exemplar é a redação final da
dissertação defendida pela Sra. Lenira
Peral Rengel e aprovada pela Comissão
Julgadora em 22/03/2001



Prof. Dra. Sylvia Mônica Allende Serra

Dissertação apresentada ao Curso de
Mestrado em Artes do Instituto de Artes
da UNICAMP como requisito parcial
para obtenção do grau de Mestre em
Artes sob a orientação da Professora
Doutora Sylvia Monica Allende Serra.

CAMPINAS – 2001

UNIDADE BC
N.º CHAMADA T/ UNICAMP
R293d
V. Ex.
TOMBO BC/ 46214
PROC. 16.392/01
C D A
PREÇO R\$ 11,00
DATA 13/09/01
N.º CPD

CM00159476-1

FICHA CATALOGRÁFICA ELABORADA PELA
BIBLIOTECA CENTRAL DA UNICAMP

R293d

Rengel, Lenira Peral.
Dicionário Laban / Lenira Peral Rengel. --
Campinas, SP : [s.n.], 2001.

Orientador : Sylvia Monica Allende Serra.
Dissertação (mestrado) – Universidade Estadual de
Campinas, Instituto de Artes.

1. Laban, Rudolf, 1879-1958. 2. Dança. 3. Movimento -
Estudo. 4. Educação do movimento. I. Serra, Sylvia
Monica Allende. II. Universidade Estadual de Campinas
Instituto de Artes. III. Título.

Para MARIA DUSCHENES
que me deu de presente a Poesia.

Agradecimentos

À Dona Maria que através de suas aulas-vivências me transformou, mostrando-me um novo paradigma na dança. À Dona Maria que libertou meu corpo, lançando-o num Espaço de 360°. À Dona Maria que me ensinou a pensar dançando. À Dona Maria que me fez chegar até aqui.

à Sylvia Monica Allende Serra, ORIENTADORA que faz desta palavra, ação. O aprendizado recebido durante este período nas longas reuniões de Orientação e suas detalhadas correções de cada conceito e sentido, com total liberdade de minha parte de acatá-las ou não, me permitem ter a honra, e não a formalidade, de usar a primeira pessoal do plural: nós, neste trabalho.

ao Antonio Robson da Silva, por seu carinho e a beleza de ilustrações impecáveis.

ao Augusto Rocha, “checador” corporal. Craque nas inclinações espaciais-verbais. Obrigada por criar as esculturas e fazer o Espaço ter humor.

à CAPES por ter me proporcionado durante dois anos, a oportunidade de voltar a estudar com os recursos que uma Universidade oferece.

à Cilô Lacava, por ter me ajudado a ir em busca de realizar o projeto.

à Dolly Yank, pelos livros, caronas, carinho.

ao grupo de “Improvisação da Dona Maria”. Onde tudo começou ...

Agradecimentos

à Helena Katz que transforma a palavra em dançapalavra. Obrigada por fazer bailarino pensar.

ao Jayme de Souza Filho e ao pessoal da Secretaria da Pós do IA, pela sempre presente atenção.

à Joana Lopes, pelo brilho dos seus olhos ao me ensinar.

ao Julio Plaza, por me introduzir no mundo dos signos.

à Luiza Faustiloni, professora de Inglês/Português que me ensinou a “investigar” as línguas. Muito, Muito Obrigada.

às minhas alunas e alunos, amores queridos, por compartilharem da dança do dicionário.

às profissionais entrevistadas Analívia Cordeiro e Cibele Cavalcanti.

à Rosane Krepsky, “checadora” corporal dos movimentos-palavras. Obrigada, por sua estudiosa atenção do movimento e da palavra, sempre.

à Valerie Preston-Dunlop, por sua acolhida, mostrando-me Laban no século XXI e por ter me levado à linha do Tempo.

à Valéria Peral Rengel, minha doce irmã de sangue e escolha, sem a qual este trabalho realmente não teria sido realizado.

1. Resumo

O objetivo da pesquisa **Dicionário Laban** foi coligir, discriminar qualificadamente e organizar, alguns dos variados conceitos da terminologia estabelecida e utilizada por Rudolf Laban, trazendo-a para a Língua Portuguesa com base em uma bibliografia que se encontra predominantemente em Inglês.

Apresentamos a pesquisa como o gênero dicionário; em ordem alfabética, com verbetes e suas respectivas definições. Cada **movimento-palavra** (sinônimo de conceito e verbete) é apresentado isoladamente com sua significação, mostrando índice de remissão (v. = veja) que indica seus *links*.

Acreditamos ser este dicionário, material básico de aprendizagem e conhecimento, pois Laban, no Brasil, carece de estudos específicos que expliquem a aludida aplicabilidade da sua Teoria de Movimento, forneçam esclarecimentos sobre o uso deste material e atualizem a sua evolução. Deste modo, um amplo segmento de **agentes** (sinônimo de pessoa, profissional, estudante) de Práticas Interpretativas, poderá se utilizar do **Dicionário Laban** em suas atividades, sem prejuízo da origem conceitual.

Afirmamos que falar e pensar fazem parte do movimento, portanto esta pesquisa visa também fornecer um instrumental de termos corporais/verbais que possa auxiliar a criação, nomeação e descrição de movimentos.

ÍNDICE

1. Resumo	5
2. Introdução	7
2.1. Gênero Dicionário	10
2.2. Sobre a Criação de Dois Verbetes	10
2.3. Abreviaturas e Siglas	11
2.4. Sobre Citações e Referências	12
2.5. Esclarecimento sobre Uso de Conceitos	12
2.6. Sugestão de Consulta	17
2.7. Os Diagramas	18
2.7.1. Como Olhar os Diagramas	18
3. Dicionário Laban	19
4. Conclusão	132
5. Bibliografia	133

2. Introdução

Esta pesquisa faz uma reunião da conceituação de movimento de Rudolf Laban e se insere na área de Práticas Interpretativas, como tal, dentro dos requisitos que esta área exige e por meio dos procedimentos metodológicos estabelecidos durante as Atividades de Orientação, foi essencialmente teórico-prática.

A compilação poderá sempre ser ampliada, pois a atualização das idéias de Laban é encontrada nas diferentes práticas e terminologias de profissionais que empregam o seu método. No Corpo do Trabalho, em algumas definições, serão encontrados depoimentos e/ou discriminações conceituais das profissionais entrevistadas:

Análivia Cordeiro - Dançarina, coreógrafa, arquiteta. Pioneira da *Computer Dance* e da Vídeo -Dança.

Cibele Cavalcanti - Dançarina, coreógrafa e professora, formada por Maria Duschenes. Utiliza-se do método Laban, acrescido de outras influências.

Joana Lopes - Dramaturga, diretora teatral, professora do Instituto de Artes da UNICAMP e professora visitante do Departamento de Música e Espetáculo da Universidade de Bolonha.

Maria Duschenes - Discípula direta de Laban. Professora e coreógrafa. Introdutora da Teoria de Movimento de Rudolf Laban no Brasil.

Monica Allende Serra - Pesquisadora da linguagem não-verbal, psicóloga e professora da UNICAMP. Ex-presidente do Centro Laban do Brasil.

Valerie Preston-Dunlop - Discípula direta de Laban. Palestrante, professora e autora. Orientadora do Programa de Estudos de Pós-Graduação e Pesquisa do Laban Centre for Movement and Dance de Londres.

A rede de pensamento de Laban é rica e abrangente e seu legado instrumental é bastante versátil, de grande aplicabilidade e permite despertar a imaginação e a criação de movimentos, auxiliando o ensino e o treinamento do corpo na experiência do movimento.

Entretanto, afirmamos que este método é por vezes aplicado de forma indiscriminada. A análise de movimento de Laban não se aplica indistintamente a toda e qualquer forma de procedimento do corpo, asseveramos que por meio de uma diferenciação, ou seja, a discriminação conceitual de um dicionário de Laban, será possível empregar em toda sua potencialidade esta forma de tratamento do movimento.

Ao apresentar a pesquisa de Mestrado, na forma de suporte **papel**, cumpre-se a primeira etapa do **Dicionário Laban**. O Mestrado abre caminho para um próximo passo deste projeto: o processo que permite agregar ao suporte papel, um suporte **CD-ROM**. Por se tratar de um dicionário sobre movimento, este tipo de suporte faz possível o aproveitamento de componentes verbais, corporais, visuais, auditivos, enfim, faz acessível tudo o que oferece o recurso multimídia. Em termos didáticos e comunicativos, a interface de linguagens significa um ganho extremamente positivo concretização do projeto e nos resultados a serem obtidos.

No suporte papel, o **que é** e o **como é** de um conceito está identificado, elaborado e definido, porém, no suporte CD-ROM, o **como é** será tratado integralmente.

De todo modo, nesta primeira etapa, intentamos os que os conceitos verbais aqui expostos, aludam às experiências corporais experimentadas pelos próprios eventuais usuários do **Dicionário Laban**, fazendo com que a leitura possa gerar o próprio processo de discriminação conceitual, com suporte na ação.

Acreditamos que este dicionário cumpre o objetivo de também auxiliar a leitura dos livros de Laban e de seus diagramas. Laban criou inúmeras estruturas gráficas que representam partes do corpo, qualidades de movimento, direções, níveis e planos espaciais. Estes diagramas, encontrados nos livros de e sobre Laban, são explicitados no presente trabalho, constando em algumas definições.

Todo conceito só tem significado dentro de um contexto. Este é um contexto labaniano, portanto todas as definições são do próprio Laban ou, por serem tomadas e/ou baseadas em seus estudiosos, têm como fonte o pensamento dele. Muitas definições são aqui apresentadas já incluindo os desenvolvimentos realizados atualmente por seus estudiosos. Mesmo nas quais há evoluções ou desacordo com o tratamento de movimento de Laban, estas definições foram feitas a partir de um enfoque labaniano.

Parte do procedimento metodológico da nossa pesquisa, foi a observação do uso da linguagem verbal para explicar o movimento. Assim, fizemos uma profunda pesquisa sobre a verbalização de movimentos e uso de metáforas e imagens em aulas de movimento e dança, em ensaios de coreografias e de peças teatrais.

Tanto imagens quanto metáforas são representações da realidade observada, ambas se confundem e se fundem no linguajar do cotidiano. Não há como não admiti-las, até ao se verbalizar o movimento, pois são inerentes ao próprio pensamento. Embora não seja fundamental nomear metáforas durante uma aula de movimento e dança e/ou em ensaios, é necessário que elas possam ser, ao menos, identificadas como mais ou menos apropriadas, para cumprir sua função. Portanto, a apresentação do alfabeto de Laban traz em si um objetivo que permeia nosso projeto: desenvolver a partir da prática e expor por meio da teoria, mais um vocabulário que auxilie a verbalização, descrição e elaboração criativa de movimentos.

A Teoria de Laban, junto a de outros pensadores, faz parte de um grande e potencial dicionário de movimentos.

2.1. Gênero Dicionário

O **Dicionário Laban** procura seguir as características do gênero, tais como conceitos expostos e definidos em ordem alfabética.

Empregamos indicação de remissão v. (**veja**), comum a dicionários, já que é impossível ignorar a inter-relação de grande parte dos movimentos-palavras (movimento-palavra é sinônimo de conceito e verbete). Quando ocorre a remissão, há o movimento-palavra a se remeter, seu respectivo número (nº) e a página (p.) de referência. Quando houver a remissão para **fator de movimento**, sugerimos que se leia sobre os quatro fatores: **Fluência, Espaço, Peso e Tempo**.

2.2. Sobre a Criação de Dois dos Verbetes

1 – Criamos o termo **movimento-palavra**, como sinônimo de conceito e verbete, por considerar que remete simultaneamente a pensamento/sentimento, fala e ação.

2 – Criamos o termo **agente**, como sinônimo de:

pessoa;

ser humano;

indivíduo;

bailarino;

ator;

educador;

professor;

diretor;

coreógrafo;

estudante de artes corporais;

possíveis usuários do dicionário.

2.3. Abreviaturas e Siglas

Os movimentos-palavras (v. 2.2., p. 10) do **Dicionário Laban** estão divididos em quatro amplas categorias:

1. movimentos-palavras **Atualizadores** – tratam de pensadores e/ou professores e/ou coreógrafos e/ou estudiosos que se utilizam da Teoria de Movimento de Laban e a desenvolveram, criando ou não novos movimentos-palavras;
2. movimentos-palavras referentes à **Corêutica** – v. **corêutica** (nº 36, p. 42);
3. movimentos-palavras referentes à **Eukinéctica** – v. **eukinéctica** (nº 81, p. 69);
4. movimentos-palavras referentes a termos **Gerais** – englobam a grande maioria dos conceitos.

Em cada verbete está especificado a qual categoria ele pertence, com a devida sigla. As siglas são as seguintes:

1. **Atualizadores (AT.)**
2. **Corêutica (COR.)**
3. **Eukinéctica (EUK.)**
4. **Gerais (G.)**

2.4. Sobre Citações e Referências:

Citações ou definições **especificamente** elaboradas a partir de entrevistas ou leituras de estudiosos que escrevem ou escreveram sobre Laban, serão devidamente mencionadas junto à própria citação ou referência.

Na grande maioria das definições evitamos: **Segundo Laban; para Laban; Laban aponta**, etc. Pois, como previamente frisamos, todas as definições são do próprio Laban, ou com base no pensamento de Laban.

2.5. Esclarecimentos sobre Uso dos Conceitos

Neste tópico apresentamos diferenciações e esclarecimento no uso de certos conceitos:

I – corpo e corporal

O tratamento que Laban faz do movimento, enfatiza o aspecto interior deste. **v. ação corporal** (nº 1, p. 20). **v. esforço** (nº 73, p. 66). Quando ele (Laban) emprega os termos corpo e corporal, está tratando de todos os aspectos do corpo: mente-razão/mente-emoção/corpo-sensível/corpo-mecânico. Para sinônimos desta totalidade de corpo encontramos nos livros de Laban: **corpo-mente** (LABAN, 1978), **aspectos espirituais, mentais e emocionais do movimento** (LABAN, 1966, 1984).

Valerie Preston-Dunlop (entrevista, Julho/2000), afirma que Laban traduziu *erlebnis*, em Alemão, para *bodily*, em Inglês. *Erlebnis* quer dizer *experientially/experencialmente*. “*Erlebnis é um conceito unificador que trata do todo de uma pessoa*”.

Quando se emprega o termo *experenciar*, significa *experenciar com todos os aspectos do agente: “corpo, mente e espírito”* (LABAN, 1966, 1975, 1984).

II – eixo – plano

Não tratamos eixo e plano como sinônimos. Eixo é uma única linha imaginária com duas direções opostas e é elemento da dimensão espacial. **v. eixo espacial** (nº 55, p. 53). **v. dimensão espacial** (nº 46, p. 49). Plano é composto por duas dimensões, portanto o plano contém eixos, com as respectivas direções opostas. **v. plano espacial** (nº 144, p. 105).

III – direto – reto

Não tratamos reto como sinônimo de direto, porque movimento reto, às vezes, pode estar direcionado a vários focos no espaço, como também a um só foco. **v. direto – unifocado** (nº IV, p. 13). **v. fator de movimento espaço** (nº 85, p. 73). **v. foco** (nº IX, p. 15).

IV – direto – unifocado

Empregamos ambos os termos como sinônimos. Na Teoria de Movimento de Laban, direto refere-se a uma atitude interna em relação ao fator de movimento Espaço. O agente foca toda sua atenção corporal em um só ponto no espaço. Importante ressaltar que não necessariamente um movimento reto expressa uma atenção direta ou unifocada. O agente pode, por exemplo, ter uma atitude de atenção direta em relação ao espaço e estar executando um movimento flexível. **v. atitude interna** (nº 17, p. 33). **v. direto – reto** (nº III, p. 13). **v. fator de movimento espaço** (nº 85, p. 73). **v. foco** (nº IX, p. 15). **v. movimento flexível** (nº X, p.16).

V – fator de movimento – esforço – movimento

Fator é um conceito que engloba os elementos que compõem o movimento e como tal, faz parte dos fenômenos da natureza. Deste modo **os fatores** estão no agente, naturalmente presentes. No entanto, é preciso uma atitude interna ativa do agente para com eles, de outra forma, o **movimento** permanece indiscriminado. A partir desta atitude é gerado, sucessiva ou simultaneamente, um modo de o movimento acontecer. Este modo de o movimento acontecer é o **esforço**, o qual, com suas qualidades, discrimina modos de expressividade. v. **atitude interna** (nº 17, p. 33). v. **esforço** (nº 73, p. 66). v. **fator de movimento** (nº. 83, p. 70). v. **qualidade do esforço** (nº 146, p. 110).

VI – flexível – flexibilidade

Por vezes, diz-se que um agente é flexível quando ele tem muita flexibilidade nas articulações e alongamento muscular. Entretanto, na terminologia de Laban **flexível**, refere-se a uma atitude de atenção flexível e/ou multifocada. Estas referências são diferentes de flexibilidade articular. O agente pode estar executando movimentos retos ou movimentos flexíveis e ter muita ou pouca flexibilidade. Flexibilidade neste caso refere-se à uma função mecânica do corpo e não à uma atenção flexível ou multifocada em relação ao fator de movimento Espaço. v. **atitude interna** (nº 17, p. 33). v. **fator de movimento espaço** (nº 85, p. 73). v. **foco** (nº IX, p. 15).

VII – flexível – multifocado

Empregamos ambos os termos como sinônimos. Na Teoria de Movimento de Laban, como já foi apontado, flexível e/ou multifocado refere-se a uma atitude interna em relação ao fator de movimento Espaço. O agente foca toda sua atenção corporal em vários pontos no espaço. Importante ressaltar que uma atenção multifocada não manifesta obviamente uma contiguidade de forma. Não necessariamente um movimento flexível expressa uma atenção flexível e/ou multifocada. O agente pode, por exemplo, ter uma atitude de atenção multifocada em relação ao espaço e estar executando um movimento reto. **v. atitude interna** (nº 17, p. 33). **v. fator de movimento espaço** (nº 85, p. 73). **v. foco** (nº IX, p. 15).

VIII – fluxo – fluência

Ambos os termos são empregados como sinônimos, por Laban e estudiosos. Em algumas leituras, quando Laban discorre sobre o unificador fluxo universal, fluência é empregada como uma propriedade deste fluxo. Por exemplo: existe um fluxo constante em todos os corpos. A maneira como este fluxo se manifesta é com as qualidades de fluência liberada ou fluência contida. **v. fator de movimento fluência** (nº 84, p. 71). **v. fluxo do movimento** (nº 88, p. 80).

IX – foco

Foco, usualmente, é relacionado ao sentido da visão. Na Teoria de Laban, o foco não se restringe à visão. O foco pode ser acionado por outras partes do corpo, que podem estar “olhando” ou centrando sua atenção em um ou em vários pontos no espaço.

X – movimento flexível

Movimento flexível caracteriza-se principalmente por ocupar um espaço tridimensional simultaneamente. Às vezes, dependendo da configuração espacial simultânea em duas dimensões, o movimento é também chamado de flexível.

XI – nível espacial – plano espacial

Não tratamos nível e plano como sinônimos. Nível espacial é uma relação de altura: alta, baixa ou média. Plano espacial é a combinação de duas dimensões. v. **nível espacial** (nº 137, p. 101). v. **plano espacial** (nº 144, p. 105).

2.6. Sugestão de Consulta

Recomendamos o seguinte procedimento de consulta antes de uma leitura geral do produto da pesquisa. Esta recomendação visa apresentar primeiramente conceitos que versam sobre pontos seminais da Teoria de Movimento de Laban.

CONSULTAR:

- ◆ 2.5. – Esclarecimento sobre Uso dos Conceitos (p. 12);
- ◆ **as vinte e sete direções de orientação espacial** (nº 16, p. 28);
- ◆ **atitude interna** (nº 17, p. 33);
- ◆ **cinesfera** (nº 24, p. 37);
- ◆ **coreologia** (nº 32, p. 40)
- ◆ **corêutica** (nº 36, p. 42);
- ◆ **esforço** (nº 73, p. 66);
- ◆ **eukinética** (nº 81, p. 69);
- ◆ **fator de movimento** (nº 83, p. 70);
- ◆ **fator de movimento – esforço – movimento** (nº V, p. 14);
- ◆ **fator de movimento Fluência** (nº 84, p. 71);
- ◆ **fator de movimento Espaço** (nº 85, p. 73);
- ◆ **fator de movimento Peso** (nº 86, p. 75);
- ◆ **fator de movimento Tempo** (nº 87, p. 78);
- ◆ **labanotation** (nº 111, p. 92);
- ◆ **locação** (nº 112, p. 93);
- ◆ **poliedro** (nº 145, p. 109).

2.7. Os Diagramas

As ilustrações dos diagramas são do designer gráfico Antonio Robson da Silva, com base em LABAN, 1966, 1978; NEWLOVE, 1998 e PRESTON-DUNLOP, 1980.

2.7.1. Como Olhar os Diagramas

Deve-se olhar para os diagramas como se olha para um mapa, ou seja, nossa frente do corpo está de frente para a figura. O agente deve se lembrar dos pontos cardeais: de frente para um mapa geográfico; leste à direita.

Para o significado dos sinais (sinais da Labanotation) v. labanotation (nº 111, p. 92) que constam nos diagramas, consulte as vinte e sete direções de orientação espacial (nº 16, p. 28).

3. Dicionário Laban

1 ação (G.)

Ação e/ou ação corporal é uma sequência de movimentos onde uma atitude interna do agente resulta num esforço definido, o qual, por sua vez, imprime uma qualidade ao movimento. v. **atitude interna** (nº 17, p. 33). v. **esforço** (nº 73, p. 66). Laban ressalta que atitude, esforço e movimento dão-se simultaneamente e que o termo corporal engloba os aspectos intelectuais, espirituais, emocionais e físicos, ou seja, o corpo é uma totalidade complexa. A ação corporal caracteriza-se sempre por ser a projeção externa de um impulso inerente para o movimento, seja ele funcional ou expressivo. North (1973), demonstra a distinção que Laban fazia entre os termos corporal e físico: **Ação corporal** – é a ação que compreende um envolvimento total da pessoa, racional, emocional e físico.

Ação física – é a ação que compreende a função mecânica do corpo.

PRESTON-DUNLOP (entrevista, Julho/2000) afirma que a ação corporal revela a intencionalidade de ser executada, criada e experienciada pelo agente como um todo. A ação física não implica esta totalidade.

2 ação básica de esforço (EUK.)

Ação básica de esforço é a ação na qual fica evidente uma atitude do agente perante os fatores de movimento espaço, peso e tempo. v. **atitude interna** (nº 17, p. 33).

A produção desta ação se dá na ordenação dentre as possíveis combinações e integração harmoniosa das qualidades de esforço que são imprimidas ao(s) movimento(s). v. **harmonia espacial** (nº 98, p. 84). v. **qualidade do esforço** (nº 146, p. 110).

O fator fluência não é condicionante para a ação básica, pois qualquer que seja a qualidade da fluência, a ação acontece. **v. fator de movimento fluência** (nº 84, p. 71). Específicas qualidades de espaço, peso e tempo são fatores essenciais para caracterizar uma ação básica.

As ações básicas de esforço têm uma relação com termos originários do balé clássico, como *frappé*, *jeté*, *battu*, etc. Estas ações se remetem também à Teoria das Cores. As ações de esforço básicas fazem analogia às cores primárias.

Se o agente fizer combinações com as qualidades de esforço dos três fatores (ESPAÇO, PESO e TEMPO) condicionantes para a ação básica, notará que são oito as combinações possíveis, portanto são oito as ações corporais básicas:

- 1 - Torcer sua qualidade de espaço é flexível; sua qualidade de peso é firme; sua qualidade de tempo é sustentada.
- 2 - Pressionar sua qualidade de espaço é direta; sua qualidade de peso é firme; sua qualidade de tempo é sustentada.
- 3 - Chicotear sua qualidade de espaço é flexível; sua qualidade de peso é firme; sua qualidade de tempo é súbita.
- 4 - Socar sua qualidade de espaço é direta; sua qualidade de peso é firme; sua qualidade de tempo é súbita.
- 5 - Flutuar sua qualidade de espaço é flexível; sua qualidade de peso é leve; sua qualidade de tempo é sustentada.
- 6 - Deslizar sua qualidade de espaço é direta; sua qualidade de peso é leve; sua qualidade de tempo é sustentada.
- 7 - Pontuar sua qualidade de espaço é direta; sua qualidade de peso é leve; sua qualidade de tempo é súbita.
- 8 - Sacudir sua qualidade de espaço é flexível; sua qualidade de peso é leve; sua qualidade de tempo é súbita.

Outras denominações para ação de esforço básica são: **ação elementar; ação primária; ação de esforço completo; dinâmica de movimento e ação corporal completa.**

*“Ações não são movimentos marcados
mas categorias de movimentos
unidades estruturais.
Ações são estruturas dançantes
não estruturas verbais
elas não têm nomes exatos
elas têm símbolos”*

(PRESTON-DUNLOP, 1979, p. 41).

3 ação de esforço análoga (EUK.)

Ação de esforço análoga caracteriza-se pela variação de uma ou duas qualidades de esforço imprimidas ao movimento. **v. esforço** (nº 73, p. 66). **v. qualidade do esforço** (nº 146, p. 110). Também denominada de ação complementar.

4 ação de esforço combinada (EUK.)

Ação de esforço combinada caracteriza-se por ser uma ação que faz parte de uma sequência e/ou ritmo de esforço. As ações combinadas se dão nas ocupações cotidianas, esportes e outras atividades corporais. **v. esforço** (nº 73, p. 66). **v. ritmo do esforço** (nº 151, p. 112).

5 ação de esforço complexa (EUK.)

Ação de esforço complexa caracteriza-se por explorar, ao máximo, as possibilidades de movimento de uma parte do corpo. v. **esforço** (nº 73, p. 66).

6 ação de esforço contrastante (EUK.)

Ação de esforço contrastante caracteriza-se pela variação de três qualidades de esforço imprimidas ao movimento. A mudança se dá abruptamente de leve para firme – de direta para flexível e de liberada para contida ou vice-versa. É uma variação muito difícil de se realizar em uma sequência imediata, sem uma concentração profunda. v. **esforço** (nº 73, p. 66). v. **tema de movimento X – transição abrupta** (nº 170, p. 123).

7 ação de esforço derivada (EUK.)

Ação de esforço derivada caracteriza-se por ser proveniente da(s) ação/ações básica(s) de esforço. Ação que surge quando se enfatiza uma qualidade de esforço empregada no movimento. v. **ação básica de esforço** (nº 2, p. 20). Esta ação fica bastante evidente na rotina diária e também no manuseio de objetos e ferramentas. Maria Duschenes (entrevista, Maio/1998) denomina as ações completas de *ações mães*: *“Se enfatizamos uma qualidade e outra menos, já estamos realizando uma ação que, sem dúvida, não é a completa, mas é filha dela”*. Laban fez uma relação com as sete notas musicais e suas sucessões, e com as nuances das cores, com base na teoria de Wassily Kandinsky para experienciar e desenvolver as pesquisas sobre as ações derivadas.

“Ainda que haja apenas oito ações básicas ou primárias, pode-se discernir toda uma multiplicidade de matizes do mesmo modo que das cores primárias se podem obter matizes intermediários, combinando dois ou mais graus diferentes” (LABAN, 1990, p. 102). v. **esforço** (nº 73, p. 66).

8 ação de esforço incompleta (EUK. – AT.)

(a partir de NORTH, 1973 e SERRA, 1979)

Ação de esforço incompleta caracteriza-se pela combinação de dois elementos qualitativos do esforço imprimidos ao movimento, com predominância de intensidade sobre os dois elementos restantes. As ações de esforço incompletas diferenciam-se das ações derivadas, porque nas ações derivadas acontecem combinações de três fatores de movimento. Para que o movimento aconteça é preciso uma atitude ativa em relação a dois fatores. **v. atitude interna** (nº 17, p. 33). **v. fator de movimento** (nº 83, p. 70). **v. fator de movimento – esforço – movimento** (nº V, p. 14). A qualidade de esforço em relação a um fator está obviamente presente, a qualidade em relação ao segundo fator “adjetiva” a ação, enquanto as qualidades em relação ao terceiro e quarto fatores aparentemente desaparecem. **v. qualidade do esforço** (nº 146, p. 110). Deste modo, o agente tem atitude para com todos os fatores de movimento, porém há uma atitude mais determinada para a combinação de qualidades de esforço em relação a **dois fatores**, dando-se assim a ação incompleta. É praticamente impossível, na execução de uma ação, aparecer a combinação dos quatro fatores de movimento, todos com a mesma intensidade de ênfase. As ações completas ou quase que completas se dão raramente. Estes tipos de ação podem acontecer em movimentos do trabalho que exigem grande concentração e no treinamento de artistas do corpo, que buscam uma intensa sensação do movimento. Laban fazia análise de ações completas, pois sua observação era feita com base nas ações funcionais e no treinamento de artistas. **v. ação básica de esforço** (nº 2, p. 20). **v. esforço** (nº 73, p. 66). **v. fator de movimento** (nº 83, p. 70).

9 ações de esforço principais (EUK.)

Ações de esforço principais são duas ações fundamentais na movimentação humana. Estas ações são **recolher** e **espalhar**. Ambas se desdobram em manifestações de movimento amplamente variadas.

Recolher e **espalhar** expressam um constante dentro-fora alcançando todos os eixos, dimensões, planos, níveis e direções espaciais.

Recolher é uma ação executada a partir da extremidade do corpo e vem em direção ao centro ou próximo ao mesmo.

Espalhar flui do centro do corpo ou próximo ao mesmo para fora ou para a extremidade. O agente pode **recolher** e **espalhar** ao mesmo tempo com todo o corpo ou com partes dele, independentemente. É possível verificar, por exemplo, num movimento com o pé, os artelhos recolhendo e o calcanhar espalhando, ou uma ação de recolher do quadril e os braços numa ação de espalhar.

10 acento rítmico (G.)

Acento rítmico é a ênfase dada a um momento do percurso do(s) movimento(s). Os acentos rítmicos podem ser efetuados no início, no meio, ou no fim de uma frase de movimento. Conforme o grau de tensão, os acentos rítmicos são leves ou firmes. De maneira geral, os acentos rítmicos são súbitos. v. **frase de movimento** (nº 93, p. 81).

11 acento rítmico inicial (G.)

Acento rítmico inicial é a ênfase dada ao movimento no começo da frase de movimento. Movimentos com este tipo de acento procuram apenas sair do estado presente. Há uma súbita tensão que logo se desfaz e continuação do movimento é resultante da ação inicial. Movimentos com acento rítmico inicial são considerados de natureza impulsiva.

12 acento rítmico terminal (G.)

Acento rítmico terminal é a ênfase dada ao movimento no final da frase de movimento. Movimentos com este tipo de acento procuram atingir um estado novo, diferente do estado presente. A tensão vai sendo acumulada durante o movimento inteiro e chega ao seu clímax quando o objetivo se realiza. A continuação do movimento se opera pelo fluir de volta para repetir a ação ou realizar outra ação. Movimentos com acento rítmico terminal são considerados de natureza determinada, ou decisiva.

13 acento rítmico transicional (G.)

Acento rítmico transicional é a ênfase dada ao movimento entre o começo e o fim da frase de movimento. Movimentos com este tipo de acento o conservam constante, oscilando entre dois pontos, como um pêndulo. Em si mesmo o pêndulo não é progressivo, mas pode ser usado para impulsionar movimentos das outras categorias de acento rítmico. Movimentos com acento rítmico transicional são considerados de natureza regular e harmoniosa.

14 anel (COR.)

Anel é uma sequência de movimentos que completa um circuito. Este circuito, para ser completo, sempre retorna a seu ponto inicial. Há inúmeros anéis. O primeiro é o anel triplo; sai se uma locação, passa por uma segunda, passa por uma terceira e volta à inicial. v. **locação** (nº 112, p. 93). Há **anéis quádruplos**, **anéis quádruplos**, etc. Os anéis são executados dentro do espaço cúbico, octaedral e icosaedral. v. **cubo** (nº 40, p. 46). v. **octaedro** (nº 139, p. 102). v. **icosaedro** (nº 99, p. 84).

15 arquitetura viva (COR.)

Arquitetura viva é um movimento-palavra (conceito) que no imaginário espacial de Rudolf Laban, reflete a idéia de movimento e estabilidade da arquitetura de sua época. A gestualidade e/ou a movimentação reflete a tridimensionalidade dos arcos e pilares da arquitetura. A estabilidade e instabilidade do peso do corpo que promovem a mobilidade tem relação com a noção arquitetural do cubo.

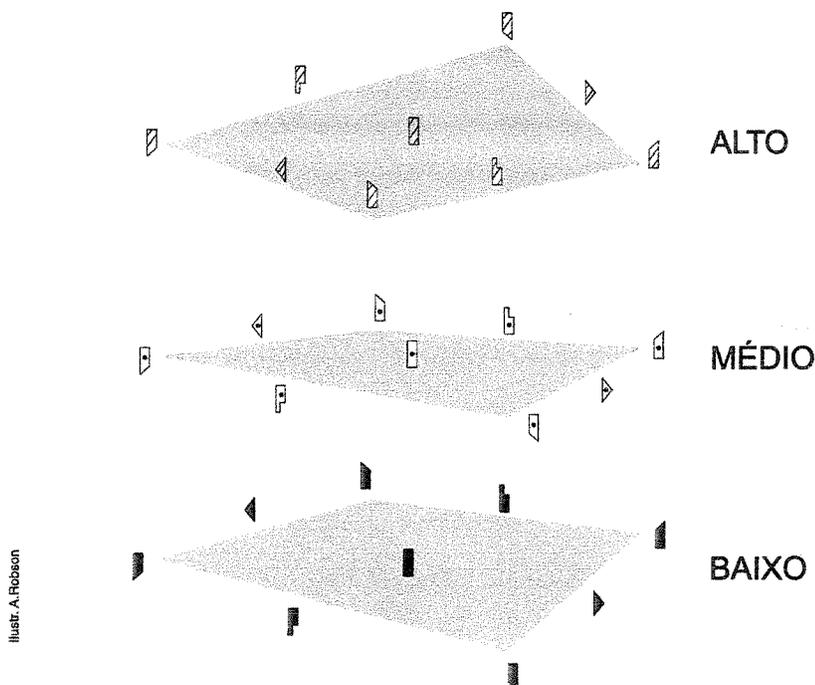
“Movimento é, por assim dizer, arquitetura viva – viva no sentido de troca de localizações assim como de troca de coesão. Esta arquitetura é criada pelos movimentos humanos e é constituída por trajetórias que traçam formas no espaço. Uma construção só pode se manter se suas partes tiverem uma proporção, a qual é fornecida por um certo equilíbrio do material do qual ela é construída.

Arquiteturas de sonhos podem negligenciar as leis do equilíbrio. Do mesmo modo acontece com os movimentos de sonhos, mesmo assim um fundamental senso de equilíbrio sempre permanecerá conosco, mesmo nas mais fantásticas aberrações da realidade” (LABAN, 1966, p. 5).

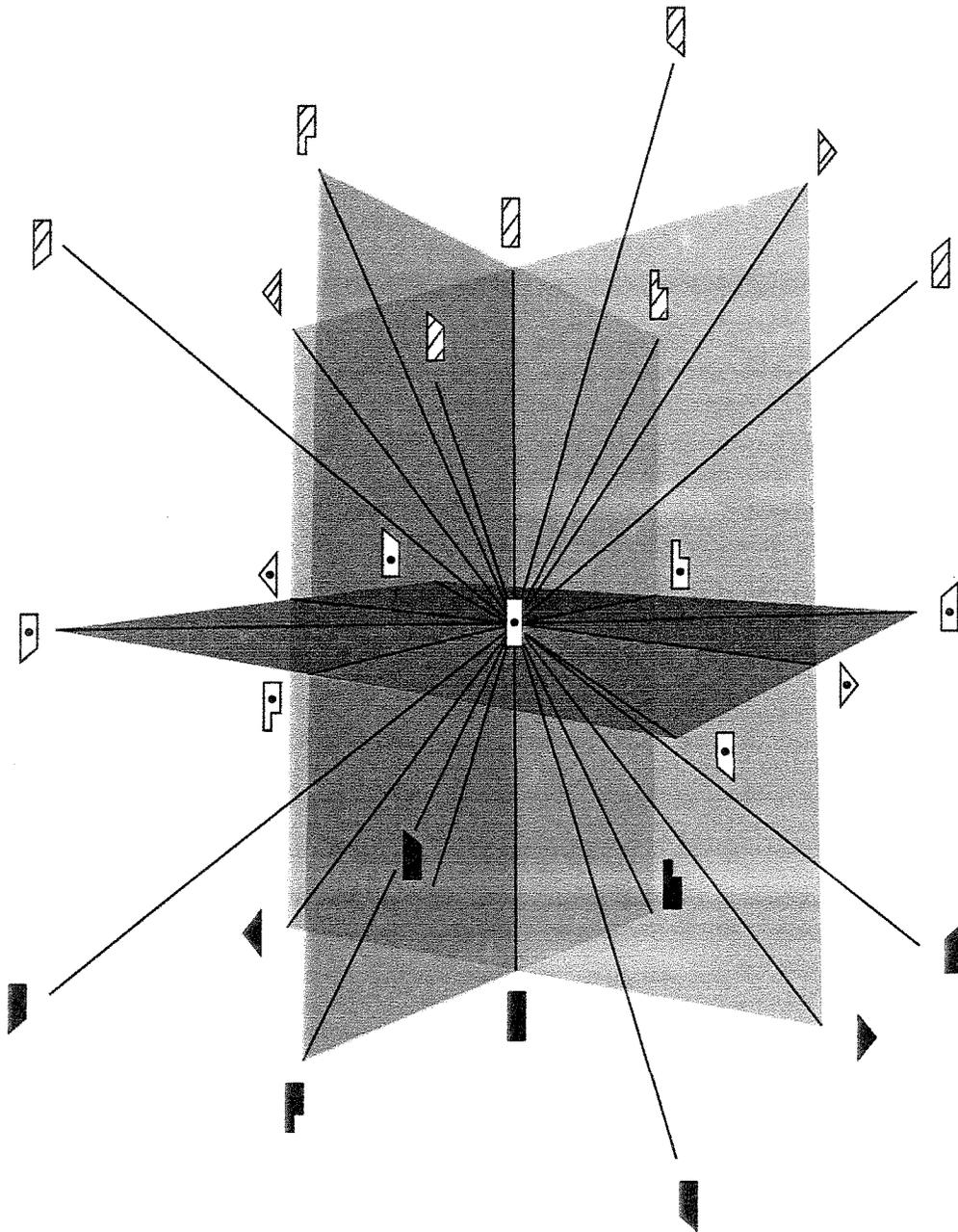
16 as vinte e sete direções de orientação espacial (COR.)

[(Apresentamos em Labanotation as 27 direções. v. *labanotation* (nº 111, p. 92).
(Nas páginas 29, 30, 31 e 32 seguem diagramas e suas indicações. Consulte as **vinte e sete direções de orientação espacial** sempre que vir ilustrações dos diagramas)].

As vinte e sete direções espaciais formam a orientação espacial discriminada por Laban. As direções indicam locações (lugares no espaço) de mesmo nome. v. *locação* (nº 112, p. 93). Em relação ao corpo do agente, a sensação é que estas direções são irradiadas a partir do centro do corpo. No centro do corpo ocorre a intersecção das três dimensões, que formam **seis direções dimensionais**. A partir do centro do corpo, entre as dimensões, correm quatro linhas oblíquas que formam as **oito direções diagonais**. A partir do centro do corpo, entre duas dimensões e duas diagonais, correm seis linhas oblíquas que formam as **doze direções diametrais**. v. *cruz diagonal* (nº 37, p. 43). v. *cruz diametral* (nº 38, p. 44). v. *cruz tridimensional* (nº 39, p. 45).



AS VINTE E SETE DIREÇÕES DE ORIENTAÇÃO ESPACIAL



Ilustr. A. Robson

Direções Dimensionais

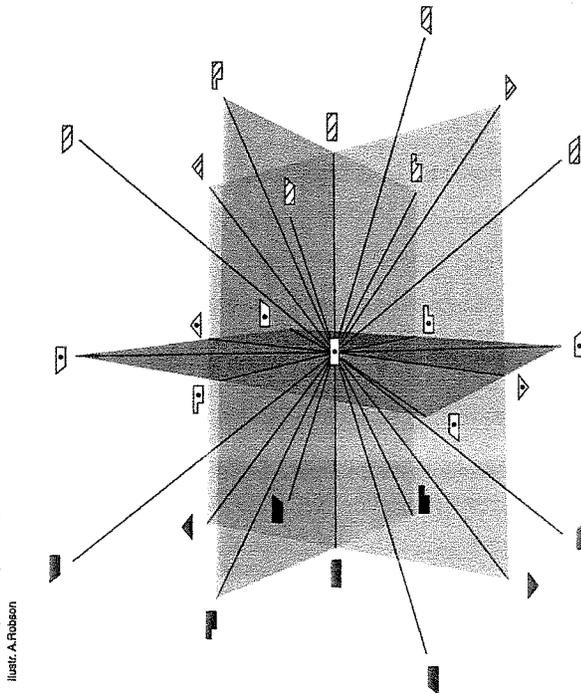
▮	H - "high"	alto
▮	D - "deep"	baixo
▷	R - "to the right"	à direita
◁	L - "to the left"	à esquerda
▮	F - "forwards"	à frente
▮	B - "backwards"	atrás
◻	C - "centre"	centro

Direções Diagonais

▮	HRF - "diagonal high-right-forwards"	alto-direita-frente
▮	DLB - "deep-left-backwards"	baixo-esquerda-trás
▮	HLF - "high-left-forwards"	alto-esquerda-frente
▮	DRB - "deep-right-backwards"	baixo-direita-trás
▮	HLB - "high-left-backwards"	alto-esquerda-trás
▮	DRF - "deep-right-forwards"	baixo-direita-frente
▮	HRB - "high-right-backwards"	alto-direita-trás
▮	DLF - "deep-left-forwards"	baixo-esquerda-frente

Direções Diametraais

▷	HR - "high-right"	alto-direita
◁	RB - "right-backwards"	direita-trás
▮	BD - "backwards-deep"	atrás-baixo
▷	DR - "deep-right"	baixo-direita
◁	RF - "right-forwards"	direita-frente
▮	FD - "forwards-deep"	frente-baixo
◁	DL - "deep-left"	baixo-esquerda
◁	LF - "left-forwards"	esquerda-frente
▮	FH - "forwards-high"	frente-alto
◁	HL - "high-left"	alto-esquerda
◁	LB - "left-backwards"	esquerda-trás
▮	BH - "backwards-high"	trás-alto



Ilustr. A. Robinson

Direções Dimensionais

 H - "high"	alto
 D - "deep"	baixo
 R - "to the right"	à direita
 L - "to the left"	à esquerda
 F - "forwards"	à frente
 B - "backwards"	atrás
 C - "centre"	centro

Direções Diagonais

 HRF - "diagonal high-right-forwards"	alto-direita-frente
 DLB - " deep-left-backwards"	baixo-esquerda-trás
 HLF - " high-left-forwards"	alto-esquerda-frente
 DRB - " deep-right-backwards"	baixo-direita-trás
 HLB - " high-left-backwards"	alto-esquerda-trás
 DRF - " deep-right-forwards"	baixo-direita-frente
 HRB - " high-right-backwards"	alto-direita-trás
 DLF - " deep-left-forwards"	baixo-esquerda-frente

Direções Diametrais

 HR - "high-right"	alto-direita
 RB - "right-backwards"	direita-trás
 BD - "backwards-deep"	atrás- baixo
 DR - "deep-right"	baixo-direita
 RF - "right- forwards"	direita-frente
 FD - "forwards-deep"	frente-baixo
 DL - "deep-left"	baixo-esquerda
 LF - "left-forwards"	esquerda-frente
 FH - "forwards-high"	frente-alto
 HL - "high-left"	alto-esquerda
 LB - "left-backwards"	esquerda-trás
 BH - "backwards-high"	trás-alto

17 atitude interna (EUK.)

Atitude interna é “A intenção de quem se move em relação ao espaço, tempo, peso e fluxo, criando ritmo e nuances” (LABAN, 1971,1978,1998). **v. fator de movimento** (nº 83, p. 70).

“Atitude interna ou atitude refere-se à qualidade subjetiva do movimento” (SERRA, 1993).

NORTH (1973, p. 157) afirma que o conceito de atitude é usado para fazer uma diferenciação entre os aspectos quantitativos e mensuráveis dos fatores de movimento e os aspectos qualitativos.

Apresentamos esquema de NORTH.

Atitude interna com respeito a:

1. ao peso do seu corpo;
2. ao tempo, quer dizer, sua experiência subjetiva ou pessoal do tempo, não a duração mensurável;
3. ao fluxo do movimento no seu corpo;
4. ao espaço, quer dizer, sua atitude corporal de um único foco ou multifoco, as quais refletem uma atitude mental direta ou multifocada e não em relação às formas ou direções do seu movimento.

v. direto – unifocado (nº IV, p.13). **v. flexível multifocado** (nº VII, p.15).

Estas atitudes em relação a fluência, espaço, peso e tempo, têm duas maneiras de se manifestar: ou se **compraz** ou se **resiste** aos fatores com nossas qualidades de esforços, gerando atitudes **indulgentes** ou atitudes **lutantes**.

Se com relação a:

1 – peso

uso qualidade leve = atitude indulgente,
ou uso qualidade firme =atitude lutante;

2 – tempo

uso qualidade sustentada = atitude indulgente,
ou uso qualidade rápida = atitude lutante;

3 – espaço

uso qualidade multifocada = atitude indulgente,
ou uso qualidade direta = atitude lutante;

4 – fluência

uso qualidade livre = atitude indulgente,
ou uso qualidade contida = atitude lutante.

18 aulas dadas por Laban (G.)

As aulas de Laban constavam de repetidos e detalhados treinamentos de nuances da eukinética e de estudos corêuticos. **v. corêutica** (nº 36, p. 42). **v. eukinética** (nº 81, p. 69). Seus dançarinos e alunos vestiam pouca roupa, às vezes dançavam nus, ao ar livre. No início de suas aulas experimentais Laban usava piano. Depois explorou as possibilidades dos instrumentos de percussão, voz e canto. Muitas vezes trabalhava sem nenhum som exterior, estimulando os alunos a ouvirem seus ritmos internos. Fazia treinamentos de percepção de si e do outro, de toque, proximidade, relacionamento e sensibilização. Laban valorizava a **improvisação**, nos livros escritos por ele, como por exemplo, *Principles of Dance and Movement Notation* (p. 15), encontramos menção à palavra **improvisação**. Na maioria de seus livros há palavras sinônimas e correlatas: **experimento, exploração, experiência, descoberta, criação, idéia coreográfica dada** (LABAN, 1956, 1966, 1978 e 1990).

19 caminho espacial (COR.)

Caminho espacial é produzido pela locomoção. Normalmente **caminho** é empregado para trajetórias traçadas no chão. Os caminhos espaciais podem ser **retilíneos e/ou angulares e/ou curvos e/ou sinuosos**. **v. trajetória** (nº 178, p. 129).

20 centro de gravidade (G.)

O centro de gravidade, na postura ereta do agente está situado na zona pélvica (região do quadril). Qualquer parte do corpo pode produzir um movimento em qualquer qualidade, no entanto, associa-se firmeza com a ativação deste centro e das pernas.

21 centro de leveza (G.)

O centro de leveza, na postura ereta do agente, está situado na zona escapular (região do osso esterno, região do tórax). Qualquer parte do corpo pode produzir um movimento em qualquer qualidade, no entanto associa-se à qualidade de leveza a ativação deste centro e dos braços.

22 centro do corpo (G.)

Centro do corpo é denominado a região do umbigo (NEWLOVE, 1993). Esta noção é fundamental no sistema de Laban, pois toda sua conceituação espacial parte deste centro. Toda a orientação espacial discriminada por Laban irradia deste centro. **v. as vinte e sete direções de orientação espacial** (nº 16, p. 28). A região do umbigo forma o centro de dois outros centros, também muito experienciados no método Laban: cintura pélvica e cintura escapular. **v. centro de gravidade** (nº 20, p. 35). **v. centro de leveza** (nº 21, p. 36).

23 centros do corpo (AT.)

William Forsythe, coreógrafo contemporâneo e profundo conhecedor da corêutica de Laban (Improvisation Technologies, CD-ROM, Germany: Digital Arts Edition, 1998) amplia, atualiza e enriquece esta forma de orientação espacial. **v. corêutica** (nº 36, p. 42). Forsythe questiona a premissa de Laban de estabilidade e orientação no espaço a partir do centro do corpo. **v. centro do corpo** (nº 22, p. 36). Para ele o centro pode ser colocado em qualquer parte do corpo, criando assim novos e diferentes centros do corpo. Estes outros centros do corpo agem simultaneamente ou em sucessão.

24 cinesfera (COR.)

Cinesfera é a esfera dentro da qual acontece o movimento. Também é denominada de kinesfera.

É a esfera de espaço em volta do corpo do agente no qual, e com o qual, ele se move. O centro da cinesfera é o centro do corpo do agente, e/ou o corpo todo do agente é a locação central da cinesfera. **v. as vinte e sete direções de orientação espacial** (nº 16, p. 28). **v. locação** (nº 112, p. 93). Cinesfera é a esfera pessoal de movimento. Determina o limite natural do espaço pessoal. Cada agente tem a sua própria cinesfera, a qual se relaciona somente a ele. Esta esfera de espaço cerca o corpo, esteja ele em movimento ou em imobilidade. A cinesfera é delimitada espacialmente pelo alcance dos membros e outras partes do corpo do agente quando se esticam para longe do centro corpo, em qualquer direção, **sendo imprescindível um ponto de apoio**. Ela determina o limite natural do espaço pessoal. A cinesfera se mantém constante em relação ao corpo. Se o agente se move, mudando sua posição, ele “leva” consigo sua cinesfera e suas mesmas relações de localização. Assim, ele transfere sua esfera pessoal para um novo e imprescindível ponto de apoio *“Na realidade, nunca sai de sua esfera pessoal de movimento, mas a leva consigo como uma carcaça”* (LABAN, 1990, p. 86). O corpo e/ou sólido geométrico que tem mais afinidade com a forma natural da cinesfera é o icosaedro, portanto este poliedro é usado para a representação gráfica desta. **v. icosaedro** (nº 99, p. 84). **v. poliedro** (nº 145, p. 109).

25 cinesfera (AT.)

“Cinesfera é também o espaço psicológico, a partir do qual toda expressividade guarda coerência. O movimento mais integrado e complexo surge a partir da cinesfera-icosaedro enquanto que o movimento mais primitivo e simples surge a partir da cinesfera-tetraedro” (SERRA, 1993, 2000). v. **cinesfera (G.)** (nº 24, p. 37).

26 cinesfera externa (AT.)

“A cinesfera externa tem relação com a pele e é elástica como a pele é. A capacidade de elasticidade da cinesfera permite ao agente interagir com o espaço e outras cinesferas. Por exemplo, a cinesfera encolhe-se no espaço público do elevador, cheio de gente, garantindo o movimento e expande-se numa praia deserta ou rua com pouca gente em volta” (SERRA, 1993, 2000). v. **cinesfera (G.)** (nº 24, p. 37).

27 cinesfera interna (AT.)

“A cinesfera interna tem relação com o esqueleto. É estrutura. Reflete um pensamento mais rígido e ao investi-la o agente se retrai do contato com outras cinesferas além da pele” (SERRA, entrevista, Novembro/2000). v. **cinesfera (G.)** (nº 24, p. 37).

28 cinesfera média (AT.)

“A cinesfera média tem relação com os músculos. É gestual e formal. Reflete um pensamento mais comunicativo, mas não de intimidade. É a cinesfera usada no espaço social” (SERRA, 1993). v. **cinesfera (G.)** (nº 24, p. 37).

29 cinesferas (AT.)

Para William Forsythe não existe só uma cinesfera. Ele propõe o conceito de múltiplas cinesferas, em diferentes partes do corpo. Segundo ele, até mesmo uma falange tem a sua cinesfera. v. **cinesfera (G.)** (nº 24, p. 37).

30 coreodramaturgia (AT.)

(conceito de Joana Lopes)

*Coreodramaturgia: “Sistema de escritura cênica para atores, atores-bailarinos, performers, arte-educadores. Conceito que nasceu da pesquisa denominada Do Movimento à Palavra, da Palavra ao Movimento. Aplicado na criação dramática do Teatro-Dança e nos eventos da Arte do Movimento. Define-se como contribuição à Coreologia de Rudolf Laban e é fundado nos princípios elementares desta teoria. Estilisticamente configura-se como neo-expressionismo e designa uma obra de perfil interdisciplinar. As atividades experimentais da coreodramaturgia foram desenvolvidas: **GRUPARTE TEATRO/EDUCAÇÃO DE SÃO PAULO – 1970-1976; UNIVERSIDADE ESTADUAL DE LONDRINA – 1972-1974; UNIVERSIDADE ESTADUAL DE CAMPINAS – 1987-1994; UNIVERSIDADE DE BOLONHA – 1994-2000; CIVICA SCUOLA DE ANIMAZIONE PEDAGOGICA E TEATRALE – 1994-1995. Atualmente é utilizada no Instituto de Artes, da UNICAMP como disciplina de formação”** (LOPES, JOANA, entrevista, Setembro/2000).*

31 coreografia (G.)

Coreografia significa, literalmente, a escrita da dança. No início da fundamentação do seu método, era neste sentido que Laban aplicava este conceito. Depois Laban serviu-se deste termo, tanto para tratar da notação como da criação de uma dança.

32 coreologia (G.)

“Coreologia é a lógica ou ciência da dança, a qual poderia ser entendida puramente como um estudo geométrico, mas na realidade é muito mais do que isso. Coreologia é uma espécie de gramática e sintaxe da linguagem do movimento que trata não só das formas externas do movimento, mas também do seu conteúdo mental e emocional. Isto é baseado na crença que movimento e emoção, forma e conteúdo, corpo e mente são uma unidade inseparável” (LABAN, 1966, p.viii).

Coreologia é a ciência da dança ou lógica da dança. É uma gramática e sintaxe do movimento que engloba a corêutica v. **corêutica** (nº36, p. 42) e a eukinética v. **eukinética** (nº81, p. 69), o uso instrumental do corpo, o relacionamento (do corpo com ele mesmo, do corpo com outro(s) corpo(s) e do(s) corpo(s) com o espaço) e os sistemas de notação.

33 coreologia (AT.)

A coreologia busca uma abordagem unificada do estudo da dança, propondo que prática e teoria não devem estar separadas e que o conhecimento coreológico combina pensamento e sentimento junto ao fazer da dança.

“A coreologia, atualmente, desenvolveu-se no sentido de incluir as perspectivas no movimento oferecidas por outros artistas e pesquisadores desde a morte de Laban” (PRESTON-DUNLOP, 1998). v. **estudos coreológicos** (nº 80, p. 69).

34 coreosofia (G.)

“Coreosofia é a crença no conteúdo espiritual da dança (1920); o conhecimento da relação espiritual do conteúdo da dança (1927); a teoria e estética da nova dança e dança-educação; a fé nos poderes espirituais, curativos e criativos da dança; uma missão para o desenvolvimento espiritual do indivíduo e a criação de uma nova ordem social (1929)” (LABAN, apud MALETIC, 1987).

35 coreosofia (AT.)

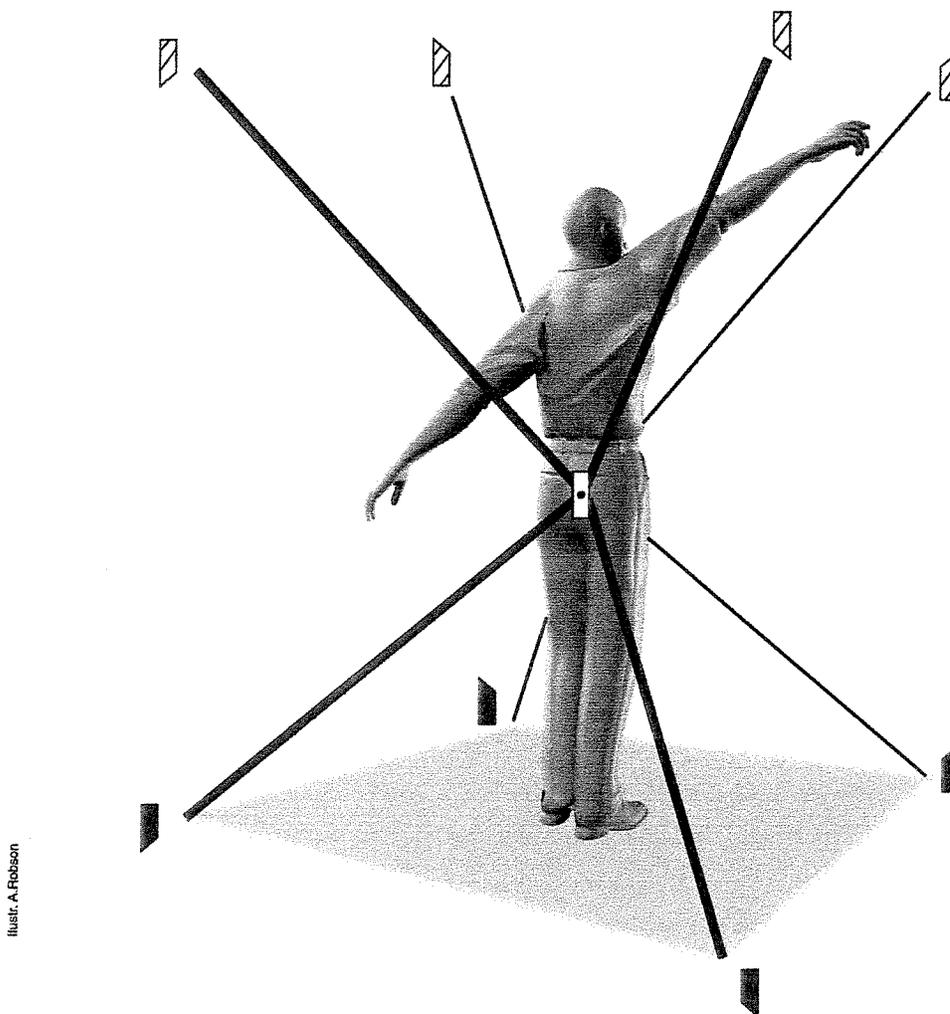
Coreosofia significa, literalmente, o estudo do saber e/ou sabedoria e/ou conhecimento da dança. A coreosofia situa e trata do conhecimento e do papel da dança, seja social, teatral ou religioso, desde a pré-história até os dias atuais. A coreosofia engloba também, a corêutica, a eukinética e a kinetografia e se inter-relaciona com a coreologia.

36 corêutica (COR.)

Corêutica é o estudo da organização espacial dos movimentos que Laban desenvolveu como sendo seu sistema de harmonia espacial. Corêutica é também nomeada de harmonia espacial. **v. harmonia espacial** (nº 98, p. 84). O estudo prático da corêutica consiste em exercícios espaciais ou escalas, executadas no treino corporal diário **v. escala** (nº 63, p. 56). O espaço corêutico é concebido a partir do corpo. Assim cada pessoa tem um território próprio. A Corêutica trata do estudo das formas espaciais dentro da cinesfera. **v. cinesfera** (nº 24, p. 37). Inclui a organização espacial da cinesfera e o modo pela qual as formas lógicas e/ou harmônicas, encontradas nesta organização, são materializadas no corpo do agente. Corêutica trata do espaço no corpo e do corpo no espaço. **Espaço no corpo** é tomar o corpo e/ou partes dele como ponto de referência direcional, é definir lugares no espaço a partir do corpo. **Corpo no espaço** é tomar o espaço (de um quarto, um palco, um jardim) como referência direcional para o corpo. Corêutica não pode ser aplicada separadamente da eukinética, a relação entre os padrões espaciais e as dinâmicas de movimento, são duas facetas de uma mesma realidade. **v. eukinética** (nº 81, p. 69). Segundo PRESTON-DUNLOP (1998 e entrevista, Julho/2000), Laban tinha em mente o novo sistema atonal de harmonia musical de Arnold Schoenberg, no sentido de abandonar a hierarquia das notas musicais. Laban, influenciado por esta idéia, deu importância a todas as direções espaciais possíveis. Entretanto a busca de Laban era sempre retornar à harmonia, enquanto Schoenberg não. Laban empregava bastante a instabilidade no treinamento de agentes, mas sempre retornando ao equilíbrio. *“Juntamente a este aspecto mais visível. A Corêutica carrega em si o conhecimento que Laban tinha da sabedoria dos cristais, dos mistérios maçônicos, os segredos da matemática desde a pré-história usados pelos egípcios e descritos no período helênico por Platão e Plotino”* PRESTON-DUNLOP (1998, p. 277).

37 cruz diagonal (COR.)

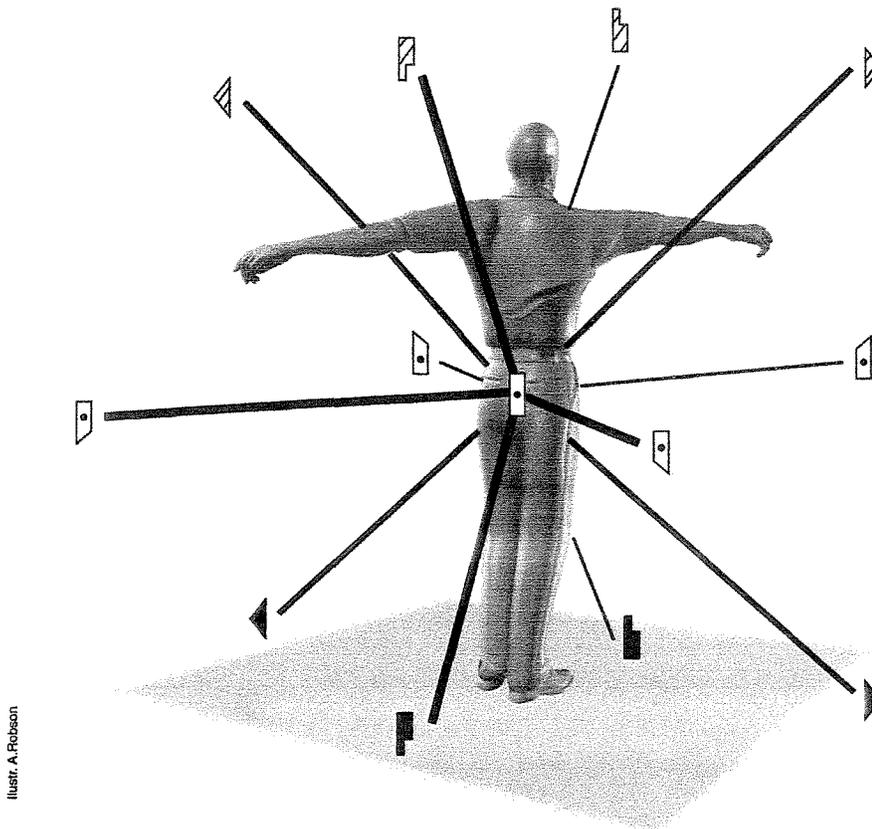
Cruz diagonal é estruturada a partir de oito direções diagonais. v. **diagonal** (nº 44, p. 48). As direções diagonais irradiam do centro do corpo em direção aos oito cantos do cubos. v. **cubo** (nº 40, p. 46). v. **escala diagonal** (nº 67, p. 60). As diagonais desta cruz enfatizam igualmente três tendências do movimento: *dimensão de amplitude; dimensão de comprimento; e dimensão de profundidade* e mantêm igual distância entre os três planos. v. **dimensão espacial** (nº 46, p. 49). v. **diagonal pura** (nº 45, p. 48). v. **plano espacial** (nº 144, p. 105).



Ilustr. A. Robson

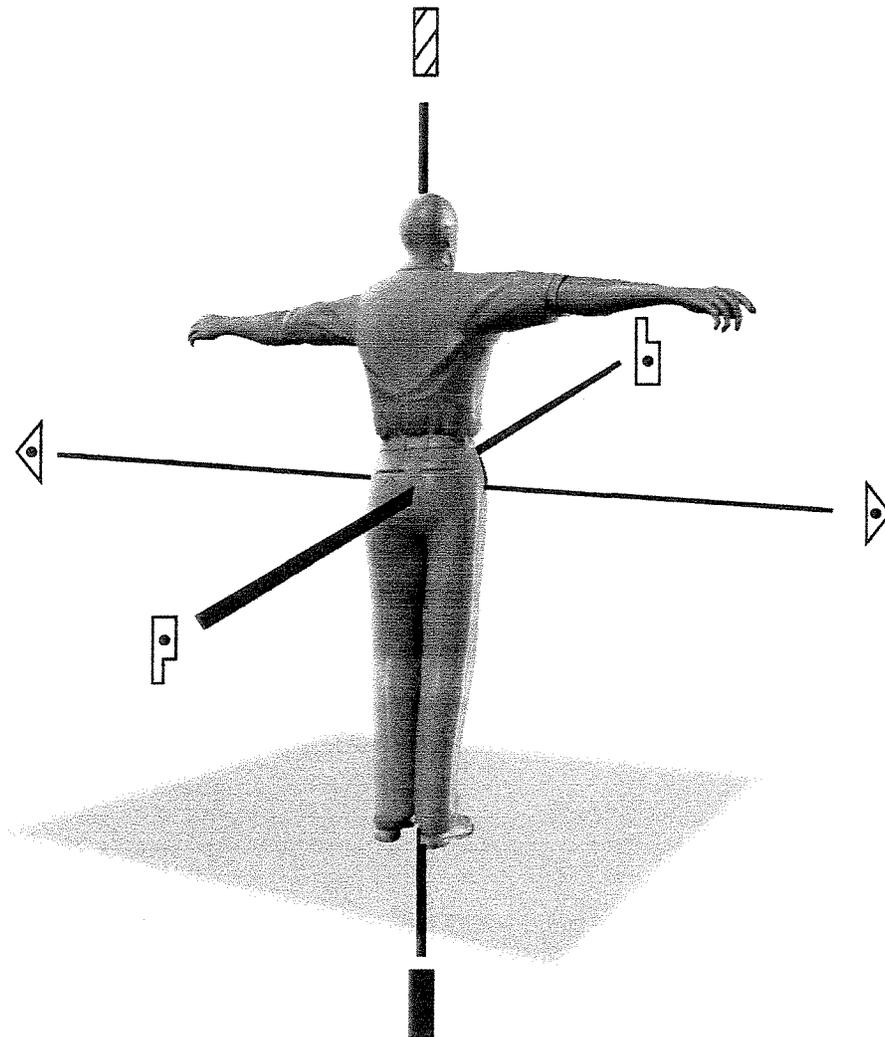
38 cruz diametral (COR.)

Cruz diametral é estruturada a partir de doze direções oblíquas diametraais (diâmetro é um eixo que se situa entre duas diagonais e duas dimensões). As direções diametraais irradiam do centro do corpo em direção aos doze cantos dos três planos. v. **plano espacial** (nº 144, p. 105). As sucessões de um plano a outro e as qualidades de movimento que surgem destas passagens são exploradas nas escalas Campanário, Equador e Padrão. v. **escala campanário** (nº 66, p. 59). v. **escala equador** (nº 69, p. 63). v. **escala padrão** (nº 70, p. 63). A cruz diametral é também denominada de cruz dos seis diâmetros.



39 cruz tridimensional (COR.)

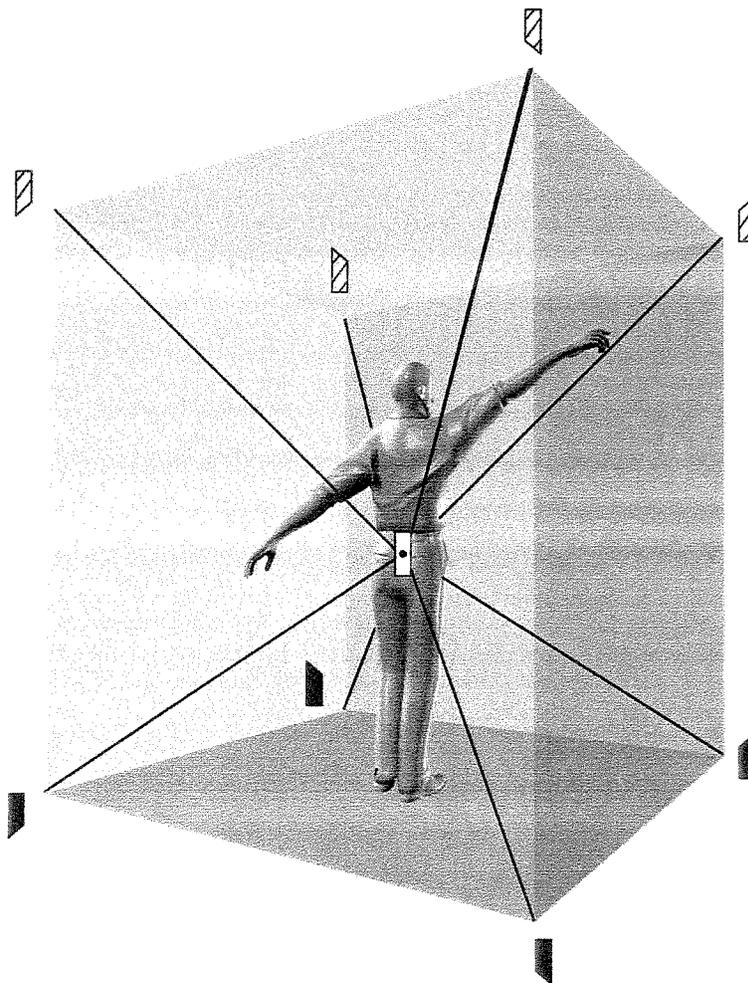
Cruz tridimensional é estruturada a partir de seis direções dimensionais. As direções dimensionais irradiam do centro do corpo em direção às seis direções das dimensões. v. **dimensão espacial** (nº 46, p. 49). A intersecção das três dimensões que se dá no centro do corpo do agente é chamada de cruzamento tridimensional. v. **escala tridimensional** (nº 71, p. 65).



Ilustr. A. Robson

40 cubo (COR.)

Cubo é um poliedro regular e/ou um corpo geométrico tridimensional, com seis faces, estruturado pela ligação dos extremos alcançados pelas oito direções da cruz diagonal. v. **cruz diagonal** (nº 37, p. 43). v. **poliedro** (nº 145, p. 109). O centro do cubo corresponde ao centro do corpo do agente. Há inúmeras maneiras de se experienciar este sólido imaginário, criando-se diferentes trajetórias, com diferentes qualidades de esforço. v. **qualidade do esforço** (nº 146, p. 110). O espaço cúbico é um mapa que se baseia no espaço arquitetural. É considerado como um espaço afim ao espaço da dança e não tanto afim ao espaço pessoal. v. **cinesfera** (nº 24, p. 37). v. **icosaedro** (nº 99, p. 84).



Ilustr. A. Robson

41 dança livre (G.)

Dança livre “é a dança que não é ilustrada pela música e nem por uma estória. Origina-se do ritmo interno do movimento corporal que encontra sua realização nos componentes espaciais e dinâmicos” (LABAN, apud BERGSOHN, 1994).

42 dança-teatro (G.)

Dança-teatro ou dança de palco, termos usados por Laban com o mesmo significado. Em alemão, *tanzbühne*. A fusão do movimento, música e a palavra falada; uma forma de dança usada por Laban como tentativa da “intensificação formal da expressividade humana na performance artística” (Mary Wigman, 1921, apud PRESTON, 1995). O nome da companhia de Laban era *Tanzbühne Laban*. Os experimentos iniciais de Laban, buscando representações desta “intensificação” em múltiplos contextos, como ópera, vaudeville, musical e teatro, muito influenciaram o *Tanztheater* de Pina Bausch, a qual foi aluna de Kurt Joss que por sua vez foi aluno e colaborador de Rudolf Laban (a partir de SANCHEZ-COLBERG, apud PRESTON-DUNLOP, 1995 e PRESTON-DUNLOP, 1998).

43 dance farm (G.)

Dance farm eram as danças criadas por Laban e os moradores da comunidade (Monte Veritá) onde viviam, baseadas em atividades ocupacionais. THORNTON (1971), afirma que estas danças levaram à criação das danças corais. v. movimento coral (nº 119, p. 95).

44 diagonal (COR.)

Diagonal é uma linha inclinada em relação às três dimensões. A diagonal é uma linha reta que fica exatamente em igual distância entre as três dimensões. A diagonal tem componentes tridimensionais simultaneamente, isto é a diagonal passa pelas dimensões de amplitude, comprimento e profundidade ao mesmo tempo. Importante ressaltar que é possível visualizar e/ou sentir/perceber espacialmente a configuração do corpo do agente na diagonal, em todas as dimensões, mas enfatizando mais uma dimensão do que outra ou outras. **v. cruz tridimensional** (nº 39, p. 45). **v. dimensão espacial** (nº 46, p. 49). **v. cubo** (nº 40, p. 46). **v. escala diagonal** (nº 67, p. 60).

45 diagonal pura (COR.)

Diagonal pura tem as mesmas características da diagonal. **v. diagonal** (nº 44, p. 48). A diferença entre ambas acontece, na terminologia de Laban, porque a diagonal pura caracteriza-se por enfatizar igualmente as três dimensões. É possível visualizar e/ou sentir/perceber espacialmente a configuração do corpo do agente na diagonal, enfatizando as três dimensões na mesma proporção. Este tipo de diagonal ocorre no espaço cúbico. A diagonal pura é também denominada de diagonal cheia. **v. cubo** (nº 40, p. 46).

46 dimensão espacial (COR.)

Dimensão é uma extensão entre duas direções opostas. Dimensão é um elemento básico de orientação no espaço. Laban (1966) considera as dimensões tendências do espaço. São três dimensões: amplitude, comprimento e profundidade. Cada dimensão facilita a experiência de qualidades de esforço correspondentes a um dos Fatores de Movimento. **v. qualidade do esforço** (nº 146, p. 110).

Na **dimensão de comprimento** (direções cima – baixo) é possível experienciar mais facilmente, em todas as suas gradações, as atitudes de esforço em relação ao fator **Peso**, ou seja, da qualidade leve à firme ou vice-versa. As ações espaciais que facilitam a sensação cinestésica nesta dimensão são **emergindo e afundando**.

Na **dimensão de amplitude** (direções lado – lado) é possível experienciar mais facilmente, em todas as suas gradações, as atitudes de esforço em relação ao fator **Espaço**, ou seja, da qualidade flexível à direta ou vice-versa. As ações espaciais que facilitam a sensação cinestésica nesta dimensão são **alargando e estreitando**.

Na **dimensão de profundidade** (direções frente – trás) é possível experienciar mais facilmente, em todas as suas gradações, as atitudes de esforço em relação ao fator **tempo**, ou seja, da qualidade súbita à sustentada ou vice-versa. As ações espaciais que facilitam a sensação cinestésica nesta dimensão são **avançando e retraindo-se**. **v. sentido cinestésico** (nº 157, p. 114). **v. tema de movimento III** (nº 163, p. 117). **v. cruz tridimensional** (nº 39, p. 45). **v. escala tridimensional** (nº 71, p. 65).

Importante ressaltar que o fator **Fluência** entremeia todos os outros fatores. **v. fator de movimento Fluência** (nº 84, p. 71).

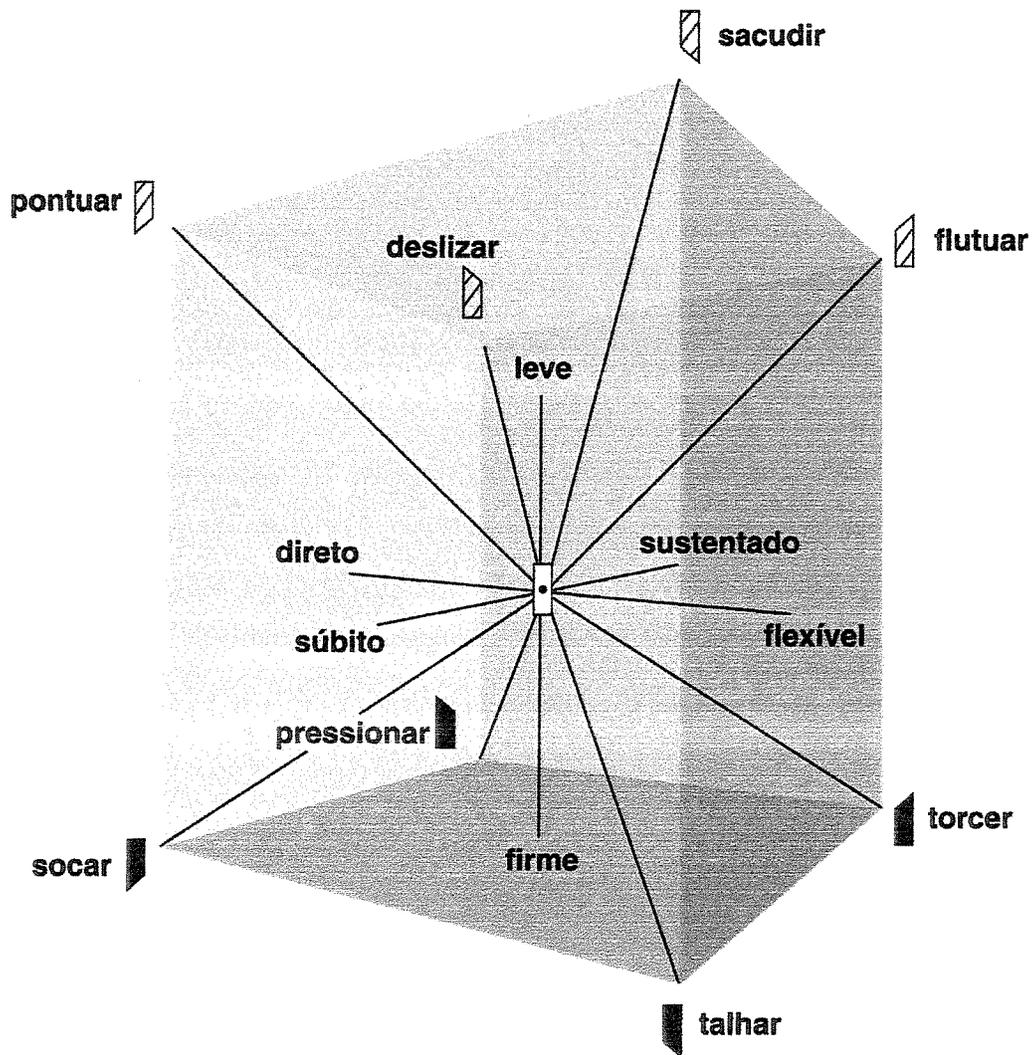
47 dinâmica (EUK. – AT.)

(a partir de LABAN, 1975,1978,1984; DUSCHENES, 1970; MALETIC, 1987 PRESTON-DUNLOP 1979, 1998 e SERRA, entrevista/Maio/2000).

Dinâmica refere-se à combinação das qualidades de esforço. Dependendo da escolha das qualidades, é gerada um tipo de dinâmica. **v. ação básica de esforço** (nº 2, p. 20). **v. qualidade do esforço** (nº 146, p. 110). No alfabeto de Laban, dinâmica é vista como um advérbio qualificando um verbo de ação. Esforço e dinâmica se inter-relacionam a tal ponto que são tratados como sinônimos. Dinâmica de acordo com o conceito de Laban, não trata apenas de mudanças de tempo e peso, mas também de mudanças de espaço e fluência. Dinâmica é a resultante expressiva do movimento quando duas ou mais qualidades de esforço se organizam simultaneamente. **v. eukinética** (nº 81, p. 69).

48 dinamosfera (COR.)

Dinamosfera ou esfera dinâmica é um diagrama que representa a cruz tridimensional embutida dentro do cubo. Este diagrama representa a **configuração espacial das polaridades das qualidades de esforço** em relação aos fatores de movimento e a configuração espacial harmônica das **oito dinâmicas de movimento**. v. ação básica de esforço (nº 2, p. 20). v. cubo (nº 40, p. 46). v. gráfico do esforço (nº 97, p. 83). v. harmonia espacial (nº 98, p. 84). v. qualidade do esforço (nº 146, p. 110).



49 direção (COR.)

Direção é a trajetória traçada no espaço que estabelece relações de correspondência de orientação dentro dos sólidos geométricos e/ou poliedros regulares. v. **as vinte e sete direções de orientação espacial** (nº 16, p. 28). v. **poliedro** (nº 145, p. 109).

50 direção diagonal (COR.)

Direção diagonal é a orientação da trajetória traçada a partir de um centro e caracteriza-se por ter três componentes direcionais. A direção diagonal tem relação de correspondência com as três dimensões simultaneamente. Por exemplo: alto/direita/frente; ou baixo/esquerda/atrás. v. **dimensão espacial** (nº 46, p. 49). v. **cruz diagonal** (nº 37, p. 43).

51 direção diametral (COR.)

Direção diametral é a orientação da trajetória traçada a partir de um centro e caracteriza-se por ter dois componentes direcionais. A direção diametral tem relação de correspondência com duas dimensões simultaneamente. Por exemplo: alto/direita; frente/esquerda ou baixo/atrás. v. **dimensão espacial** (nº 46, p. 49). v. **cruz diametral** (nº 38, p. 44).

52 direção principal (COR.)

Direção principal é a orientação da trajetória traçada a partir de um centro e caracteriza-se por ser a direção dominante dentro de uma dimensão. v. **dimensão espacial** (nº 46, p. 49).

53 direção secundária (COR.)

Direção secundária é a orientação da trajetória traçada a partir de um centro e caracteriza-se por ser a direção subsidiária (submetida a) dentro de uma dimensão. v. **dimensão espacial** (nº 46, p. 49).

54 duração do movimento (G.)

Duração do movimento é a medida de tempo que os movimentos levam para ser executados. Esta duração dos movimentos é organizada em métricas de ritmo, ou outra organização de tempo. v. **ritmo métrico** (nº 153, p. 113). v. **ritmo não métrico** (nº 154, p. 113).

55 eixo espacial (COR.)

Eixo é uma linha imaginária, que cruza um ponto central, com conteúdo direcional de tensões opostas. Um eixo divide um corpo em partes aproximadamente equilibradas. Para cada dimensão espacial há o eixo correspondente:

dimensão de comprimento - **eixo vertical**;

dimensão de amplitude - **eixo horizontal**;

dimensão de profundidade - **eixo sagital**.

Existem também outros eixos, tais como eixos diagonais, diametrais e transversais.

56 elementos de movimento (G. – AT.)

(nº 56, 57, 58, 59 a partir de SERRA, entrevista, Agosto/2000)

Elementos do movimento são todos os componentes constitutivos do movimento, por meio dos quais o movimento pode ser analisado.

57 elementos da expressão do movimento

Elementos da expressão do movimento são elementos qualitativos que revelam basicamente a expressividade do movimento. Os principais elementos da expressão têm origem nos elementos qualitativos do *effort*. v. **esforço** (nº 73, p. 66). v. **eukinética** (nº 81, p. 69).

58 elementos da estrutura do movimento

Elementos da estrutura do movimento são elementos que revelam a estrutura da ação e são basicamente elementos de organização da ação. Estes elementos revelam frases de movimento completas e incompletas, o ritmo e tempo da ação. v. **duração do movimento** (nº 54, p. 53). v. **frase de movimento** (nº 93, p. 81).

59 elementos da forma do movimento

Elementos da forma do movimento são elementos que formam o conjunto de elaboração de conceitos, a partir dos princípios que organizam o movimento no espaço. v. **corêutica** (nº 36, p. 42).

60 equilíbrio (G.)

“Equilíbrio é o resultado de duas tensões contrastantes da mobilidade. Ele nunca é completa imobilização, existe sempre a absoluta presença do movimento” (LABAN, 1966, p. 6).

61 equilíbrio estável (G.)

Equilíbrio estável caracteriza-se desta forma quando o centro de gravidade do corpo (região do quadril) está localizado numa linha vertical em relação ao ponto de suporte.

62 equilíbrio instável (G.)

Equilíbrio instável caracteriza-se desta forma quando o centro de gravidade do corpo (região do quadril) tende a alterar sua relação vertical normal com o ponto de suporte. Quanto mais afastado o centro de gravidade estiver do ponto de suporte, mais instável é o equilíbrio.

63 escala (COR.)

Escala e/ou escalas são séries graduadas de movimento organizadas em formas lógicas básicas. **v. harmonia espacial** (nº 98, p. 84). O treinamento das escalas tem a função de materializar a idéia espacial de Laban. Por meio do estudo das escalas incorpora-se vivencialmente a harmonia natural da trajetória do movimento no espaço. **v. corêutica** (nº 36, p. 42). Estas séries de movimento que atravessam o espaço em uma ordem definida, representam um esquema específico de relações direcionais espaciais, criando referências para o corpo em movimento. A execução das escalas propõe a experiência de se delinear trajetórias **dentro** de poliedros regulares imaginários e/ou a ligação de locações específicas **estabelece** no espaço corpos geométricos imaginários. **v. locação** (nº 112, p. 93). **v. poliedro** (nº 145, p. 109). Outra experiência vivenciada no treino das escalas é a passagem de equilíbrio estável para equilíbrio instável e retornando para equilíbrio estável. **v. equilíbrio estável** (nº 61, p. 55). **v. equilíbrio instável** (nº 62, p. 55). Mudanças nas gradações das qualidades dos esforços, também são propostas como experimentação no treinamento das escalas. **v. qualidade do esforço** (nº 146, p. 110). A trajetória pelas direções das variadas escalas podem ou não passar pelo centro do corpo. É possível criar outras trajetórias que liguem locações no espaço, diferentes das criadas por Laban. **v. trajetória** (nº 178, p. 129). As escalas fazem alusão às escalas musicais e aos *port de bras* do balé clássico. As escalas podem ser executadas com um braço de cada vez, com ambos os braços, membros inferiores e/ou diferentes partes do corpo.

A maioria das séries das escalas que serão apresentadas foram aprendidas durante treinamento com a Professora Maria Duschenes e revistas em julho/2000 com a Professora Doutora Valerie Preston-Dunlop. As sequências das escalas ou idéias de padrões espaciais de como executá-las podem ser encontradas nos seguintes livros:

LABAN, R., 1966. PRESTON, V., 1980. PRESTON, V., 1984 (**v. Bibliografia**).

64 escala A (COR.)

Escala A é uma série de doze movimentos que fazem uma trajetória ligando sequencialmente locações que se alternam entre os planos da porta, roda e mesa, dentro de um icosaedro imaginário. v. **locação** (nº 112, p. 93). v. **plano espacial** (nº 144, p. 105). v. **trajetória** (nº 178, p. 129).

À escala A atribui-se características femininas. Sua origem teve como modelo movimentos de **defesa** próprios da esgrima. Normalmente a escala A é executada com trajetória transversal. v. **trajetória transversal** (nº 181, p. 129). Contudo, as locações podem ser ligadas por movimentos que passam próximos ao centro do corpo ou com movimentos que passam pela periferia. v. **trajetória central** (nº 179, p. 129). v. **trajetória periférica** (nº 180, p. 129).

As locações que a escala liga A são (**Atenção:** para atingir maior clareza no resultado da execução, utilize o lado direito do corpo. **Lembrete:** quando não houver indicação de baixo ou alto, entenda nível médio):

1. alto-direita;
2. atrás-baixo;
3. esquerda-frente;
4. baixo-direita;
5. atrás-alto;
6. direita-frente;
7. baixo-esquerda;
8. frente-alto;
9. direita-atrás;
10. alto-esquerda;
11. frente-baixo;
12. esquerda-atrás.

Volta para número um novamente.

65 escala B (COR.)

Escala **B** é uma série de doze movimentos que fazem uma trajetória ligando sequencialmente locações que se alternam entre os planos da porta, roda e mesa, dentro de um icosaedro imaginário. v. **locação** (nº 112, p. 93). v. **plano espacial** (nº 144, p. 105). v. **trajetória** (nº 178, p. 129).

À escala **B** atribui-se características masculinas. Sua origem teve como modelo movimentos de **ataque** próprios da esgrima. Normalmente a escala **B** é executada com trajetória transversal. v. **trajetória transversal** (nº 181, p. 129). Entretanto, as locações podem ser ligadas com movimentos que passam próximos ao centro do corpo ou com movimentos que passam pela periferia. v. **trajetória central** (nº 179, p. 129). v. **trajetória periférica** (nº 180, p. 129).

As locações que a escala liga **B** são (**Atenção:** para atingir maior clareza no resultado da execução, utilize o lado direito do corpo. **Lembrete:** quando não houver indicação de baixo ou alto, entenda nível médio):

1. alto-esquerda;
2. frente-baixo;
3. direita-atrás;
4. baixo-esquerda;
5. frente-alto;
6. esquerda-atrás;
7. baixo-direita;
8. atrás-alto;
9. esquerda-frente;
10. alto-direita;
11. atrás-baixo;
12. direita-frente.

Volta para número um novamente.

66 escala campanário (COR.)

Escala Campanário é uma série e/ou circuito de movimentos que ao ligar locações formam um traçado espacial pontiagudo durante a sua trajetória. **v. locação** (nº 112, p. 93). **v. trajetória** (nº 178, p. 129).

Apresentamos uma escala Campanário (**Atenção:** para atingir maior clareza no resultado da execução, utilize o lado direito do corpo. **Lembrete:** quando não houver indicação de baixo ou alto, entenda nível médio):

1. alto-direita;
2. atrás-baixo;
3. frente-direita;
4. frente-baixo;
5. esquerda-baixo;
6. frente-alto.

Volta para número um novamente.

67 escala diagonal (COR.)

Escala diagonal é uma série de movimentos que fazem uma trajetória ligando locações que correspondem aos vértices das diagonais do cubo. Esta escala é composta pelas oito direções da cruz diagonal. v. **cruz diagonal** (nº 37, p. 43). A execução das escalas diagonais se dá dentro do espaço cúbico, o qual pode ter qualquer tamanho. A escala diagonal possibilita a colocação do corpo nas diagonais mais instáveis. v. **equilíbrio instável** (nº 62, p. 55). Não existe apenas uma escala diagonal, existem tantas quantas possam ser traçadas pelo agente, explorando diferentes trajetórias e experienciando diferentes sensações.

Apresentamos alguns exemplos:

1 - Escala diagonal que liga locações opostas em uma mesma diagonal. Nesta escala as diagonais enfatizam igualmente as três dimensões e os movimentos passam pelo centro do corpo. Nesta escala as transições entre as ações básicas de esforço são contrastantes. v. **ação de esforço contrastante** (nº 6, p. 23).

2 - Escala diagonal que liga locações de duas diagonais diferentes, com transição de uma qualidade de esforço. Nesta escala as diagonais enfatizam igualmente as três dimensões e os movimentos podem passar pelo centro do corpo ou serem movimentos periféricos. Nesta escala a transição entre as ações básicas de esforço é complementar ou análoga. A transição se dá entre uma qualidade de esforço em relação a um fator de movimento. v. **ação de esforço análoga** (nº 3, p. 22).

3 - Escala diagonal que liga locações de duas diagonais diferentes, com transição de duas qualidades de esforço. Nesta escala as diagonais enfatizam igualmente as três dimensões e os movimentos podem passar pelo centro do corpo ou serem movimentos periféricos. Nesta escala a transição entre as ações básicas de esforço é complementar ou análoga. A transição se dá entre duas qualidades de esforço em relação a dois fatores de movimento. v. ação de esforço análoga (nº 3, p. 22).

68 escala do eixo (COR.)

Escala do eixo é uma série de movimentos que fazem uma trajetória ligando todas as inclinações transversas possíveis, relacionadas a uma mesma diagonal. **v. inclinação** (nº 104, p.87). Há uma escala do eixo em volta de cada uma das diagonais cheias, ou seja, não existe só uma escala do eixo. **v. diagonal pura** (nº 45, p. 48). As escalas mantêm uma ordem de transição de plano a plano. **v. plano espacial** (nº 144, p. 105). Cada transição de plano para plano dá-se com uma passagem denominada de:

1. Plana;
2. Pontaguda;
3. Contínua.

v. inclinação contínua (nº 105, p. 88). **v. inclinação aplanada** (nº 106, p. 89).
v. inclinação pontaguda (nº 107, p. 90).

Apresentamos uma escala do eixo que ocorre em torno da **diagonal alto/direita/frente – baixo/esquerda/atrás**: (**Atenção**: para atingir maior clareza no resultado da execução, utilize o lado direito do corpo. **Lembrete**: quando não houver indicação de baixo ou alto, entenda nível médio):

1. direita-atrás;
2. alto-direita;
3. frente-baixo;
4. direita-frente/;
5. baixo-esquerda;
6. frente-alto.

Volta para número um novamente.

69 escala do equador (COR.)

Escala do Equador é uma série e/ou circuito de movimentos que, ao ligar locações no espaço, forma um traçado elíptico durante a sua trajetória.

Apresentamos uma escala do Equador: (**Atenção:** para atingir maior clareza no resultado da execução, utilize o lado direito do corpo. **Lembrete:** quando não houver indicação de baixo ou alto, entenda nível médio):

1. direita-atrás;
2. atrás-alto;
3. alto-esquerda;
4. esquerda-frente;
5. frente-baixo;
6. direita-baixo.

Volta para número um novamente.

70 escala padrão (COR.)

Escala padrão ou escala primária é uma série de doze movimentos que fazem uma trajetória ligando locações adjacentes num icosaedro imaginário. Há uma escala primária ou padrão para cada uma das quatro diagonais cheias. **v. diagonal pura** (nº 45, p. 48). Estas escalas traçam uma trajetória acima e abaixo de um eixo, passando de um plano para outro sequencialmente. **v. plano espacial** (nº 144, p. 105). O traço-forma da trajetórias destas escalas forma um desenho espacial de zigzague arredondado. **v. traço-forma** (nº 177, p. 128). Estas escalas são o fundamento da maioria das outras escalas e anéis (ou circuitos). **v. anel** (nº 14, p. 27).

Apresentamos uma escala padrão ou primária que tem como eixo a diagonal:
alto/direita/frente – baixo/esquerda/atrás: (**Atenção:** para atingir maior clareza no resultado da execução, utilize o lado direito do corpo. **Lembrete:** quando não houver indicação de baixo ou alto, entenda nível médio):

1. alto-direita;
2. direita-atrás;
3. atrás-baixo;
4. baixo-direita;
5. direita-frente;
6. frente-baixo;
7. baixo-esquerda;
8. esquerda-frente;
9. frente-alto;
10. alto-esquerda;
11. esquerda-atrás;
12. atrás-alto.

Volta para número um novamente.

71 escala tridimensional (COR.)

Escala tridimensional ou escala dimensional é uma série de movimentos que fazem uma trajetória ligando locações que correspondem às seis direções da cruz tridimensional. v. **cruz tridimensional** (nº 39, p. 45). A idéia de experienciação desta escala é proporcionar estabilidade; ambas as pernas criam um suporte no chão durante a sua execução. De acordo com o conceito de harmonia espacial esta escala propõe o seguinte experimento:

- na **dimensão de comprimento**, com eixo vertical e direção cima - baixo = movimento leve para cima - movimento firme para baixo;
- na **dimensão de amplitude**, com eixo horizontal e direção lado - lado = movimento flexível para fora do corpo- movimento direto cruzando o corpo;
- na **dimensão de profundidade**, com eixo sagital e direção frente - trás = movimento lento para frente - movimento rápido para trás.

v. **corêutica** (nº 36, p. 42). v. **harmonia espacial** (nº 98, p. 84).

Importante ressaltar que as qualidades de esforço em relação ao fator Fluência estão subjacentes a todas as outras.

Nada impede que esta escala seja experienciada de outra maneira.

72 escrita do motivo/motif writing (AT.)

(conceito de Valerie Preston-Dunlop)

Escrita do motivo é uma maneira de notação do movimento, através de sinais que representam o esquema e/ou esboço do(s) movimento(s). A exata execução fica a cargo da interpretação do agente. v. **labanotation** (nº 111, p. 92). v. **notação do movimento** (nº 138, p. 101).

73 esforço (EUK. – AT)

(a partir de LABAN, 1974, 1978; BARTENIEFF, 1980; DELL, 1970; DUSCHENES (1970 e 1977-1999); NORTH 1973; PRESTON-DUNLOP 1963, 1980, 1998, 2000; RUSSEL 1958 e 1975 e SERRA 1977, 1979 e 1993, 2000).

Esforço é a pulsão resultante das atitudes internas que ativam o movimento, imprimindo-lhe variadas e expressivas qualidades. v. **atitude interna** (nº 17, p. 33). v. **qualidade do esforço** (nº 146, p. 110). Esforço é o ritmo dinâmico do movimento do agente. v. **dinâmica** (nº 47, p. 50). A partir de uma atitude interna do agente para com os fatores de movimento e de sua maneira de responder ao mundo, desenvolve-se o esforço que comunica a qualidade expressiva do movimento. Atitude, esforço e movimento não se dão necessariamente em sucessão, ao contrário, ocorrem simultaneamente. Esforço é tanto intelectual, emocional, quanto físico. O movimento pode ser descrito em termos de qualidade de esforço. Há uma relação intrínseca e específica entre esforço e forma que se manifesta no movimento. v. **corêutica** (nº 36, p. 42). v. **eukinéctica** (nº 81, p. 69). v. **sistema effort/shape** (nº 159, p. 115). **Esforço não foi formulado no Método de Laban em termos quantitativos, refere-se a aspectos qualitativos, à características únicas a cada agente e vistas em diferenças de uso de tempo e peso, de padrões espaciais e fluência que o agente demonstra em suas preferências pessoais, em sua atividades de trabalho ou elabora criativamente.**

Laban usou o termo *antrieb* = *propulsão, impulso, ímpeto* pela primeira vez, em 1910. Durante a II Guerra, *antrieb* foi traduzido por Laban para o Inglês como *effort* e este termo foi empregado por ele para nomear as mudanças de qualidades que os trabalhadores aplicavam ao movimento e continuou a ser usado no teatro, dança, na avaliação da personalidade e na terapia corporal. Em KESTEBERG (1977) "*effort* é sinônimo de *tension*", que em Inglês além de significar tensão, é também expansão e força eletromotriz (WEBSTER'S Dicionário de Inglês – Português, 1998).

74 esforço congelado (EUK.)

Esforço congelado é a denominação de Laban para a natureza constitucional do ser humano. Para ele, a estrutura: cabeça, mãos, face, etc., estabelece uma condição natural do corpo, de ser disposta desta forma “congelada”. De acordo com Laban, **esforço congelado** não é manifestação suficientemente reveladora de atitudes internas. v. **esforço** (nº 73, p. 66).

75 esforço humanitário (EUK.)

Esforço humanitário é a denominação de Laban para o que ele acredita ser a capacidade do agente de desenvolver “bons” hábitos de esforço mesmo em circunstâncias adversas, tais como tendências herdadas e instintos considerados “negativos”. Para Laban, o agente é capaz e quase que obrigado a fomentar este tipo de esforço, em razão da vida em sociedade. Contudo, Laban afirma que este esforço não é somente explicado como uma adaptação às circunstâncias, resulta em grande parte do processo educacional e do domínio consciente dos esforços. v. **esforço** (nº 73, p. 66).

76 espaço-movimento (COR.)

Espaço-movimento traz o conceito de unidade entre dois aspectos (espaço e movimento) envolvidos em mesma realidade. *“...o movimento é constituído pelo trajeto entre diferentes pontos no espaço e não por uma sucessão de poses. O espaço é um aspecto oculto do movimento e o movimento é um aspecto visível do espaço”* (LABAN, 1966).

77 espaço vazio (G.)

Espaço vazio é uma idéia **negada** por Laban. “...o espaço é uma localidade. Entretanto nós não podemos olhar para esta localidade como uma sala vazia, separada do movimento, nem o movimento como um ocasional acontecimento somente, porque o movimento é um contínuo fluxo dentro da localidade e ele mesmo é um aspecto fundamental do espaço” (LABAN, 1966).

78 espaço vazio (AT.)

“Espaço **não** é vazio. Espaço é junto com o universo, cósmico. A respiração altera o espaço, interno e externo. Qualquer pessoa que esteja se movimentando modifica o espaço, em grau pequeno ou grande. O espaço está sendo modificado o tempo todo, as pessoas, os animais, o ar que passa, modificam o espaço. O espaço é uma coisa viva” (CAVALCANTI, CIBELE, entrevista, Fevereiro/2001).

79 estado de ânimo (EUK.)

Estado de ânimo é a sensação derivada de atitudes internas. O estado de ânimo espelha o mesmo conteúdo da ação e é provocado pela qualidade expressiva da ação. O estado de ânimo é expressado pelo corpo usando variedades de combinações de qualidades de esforços. v. **atitude interna** (nº 17, p. 33). v. **esforço** (nº 73, p. 66).

80 estudos coreológicos (AT.)

(conceito de Valerie Preston-Dunlop)

Estudos coreológicos: *“Um estudo teórico-prático intrínseco da forma e conteúdo da dança, focando num estudo estrutural do meio da dança, isto é, o **performer**, o **movimento**, o **som** e o **espaço**, usando quatro interdependentes modos de investigação: **experiential**, **exploratório**, **analítico** e **documental**. A política da dança, a sociologia da dança, a estética da dança, a semiótica da dança trazem suporte e são complementares a este estudo intrínseco, por meio de suas próprias metodologias”* (PRESTON-DUNLOP, 1995).

81 eukinética

Eukinética é o estudo dos aspectos qualitativos do movimento. É o estudo do ritmo e dinâmicas do movimento. É o estudo das qualidades expressivas do movimento. Eukinética é parte integrante da **Teoria dos Esforços**. A Eukinética levou Laban à conceituação da palavra esforço e dos quatro fatores de movimento. v. **coreologia** (nº 32, p. 40). v. **dinâmica** (nº 47, p. 50). v. **esforço** (nº 73, p. 66). v. **fator de movimento** (nº 83, p. 69). v. **qualidade do esforço** (nº 146, p. 110). Laban criou o termo Eukinética no início de sua carreira (1910).

82 experimentações com o espaço teatral (G.)

Experimentações com o espaço teatral é uma das ramificações dos estudos de Laban. Sempre que possível, Laban fazia suas apresentações criando um lugar como teatro de arena; uma arte tridimensional não poderia acontecer num espaço que parecia bidimensional. Criou praticáveis de diferentes níveis e formas, colocando-os tanto no palco como na platéia. Explorou diversos modos de relacionamento; muitas vezes, seus *performers* misturavam-se às pessoas da platéia. Não era muito a favor de cenários, preferia apresentações ao ar livre.

83 fator de movimento (G. – AT.)

(a partir de LABAN, 1948, 1963, 1966, 1974, 1978, e 1990; BARTENIEFF, 1980; DELL, 1970; DUSCHENES 1970 e 1977-1999; KESTENBERG 1977; NEWLOVE, 1995; NORTH 1973; PRESTON-DUNLOP 1963, 1980, 1998 ; RUSSEL 1958 e 1975 e SERRA 1977, 1979 e 1993).

Fatores de movimento são componentes que foram identificados por Laban como **FLUÊNCIA, ESPAÇO, PESO e TEMPO**, ao observar as atitudes corporais na experiência do movimento. Como estes fatores pertencem à própria natureza do fato de existir, o agente com eles se relaciona, de uma forma integral. Esta relação é aparente no movimento e se estrutura por meio da capacidade mental emocional/racional e física, de forma consciente ou não. O movimento, portanto, é ativado e expresso com gradações de qualidades de esforço por meio desta capacidade de múltiplas atitudes internas que se tem perante os fatores de movimento. v. **atitude interna** (nº 17, p. 33). v. **esforço** (nº 73, p. 66). v. **fator de movimento – esforço – movimento** (nº V, p. 14). v. **qualidade do esforço** (nº 146, p. 110).

84 fator de movimento Fluência (G. – AT.)

É o primeiro fator observado no desenvolvimento do agente. Ao se observar um bebê, é possível ver seus movimentos de expansão e contração, é a fluência se manifestando com qualidades de esforço liberadas e/ou controladas. Ele apenas “flui”, sem muito domínio deste fluir do movimento. A **tarifa** do fator fluência é a **integração** (**tarifa** refere-se ao aspecto que o fator de movimento auxilia a desenvolver). A integração do movimento traz sensação de unidade entre as partes do corpo. A atitude relacionada à fluência é a **progressão** do movimento, que pode ser livre ou contida, informando (**informação** refere-se ao aspecto de participação de atitude interna no movimento) o **como** do movimento: mais ou menos integrado (liberado) ou mais ou menos fragmentado (contido). A Fluência apoia a manifestação da emoção pelo movimento, pois os extremos e/ou as gradações entre um alto grau de abandono do controle ou uma atitude de extremo controle, manifestam no movimento os **aspectos da personalidade que envolvem a emoção**. O agente pode enfatizar, num determinado treino corporal, a vivência mais consciente da fluência e perceber que ela pode gerar atitudes internas oníricas, imaginárias, móveis, criativas. A liberação da Fluência demonstra, por exemplo, expansão, abandono, extroversão, entrega, projeção de sentimentos.

O controle da Fluência demonstra, por exemplo, cuidado, restrição, contenção, retrair-se.

O conceito de Fluência tem duas formas qualitativas básicas de ser experienciado, assim denominadas:

1. livre e/ou liberada;
2. controlada e/ou contida e/ou limitada.

É possível descrever a qualidade de esforço em relação à Fluência em um movimento, bem como na sucessão de um movimento para outro.

Todo movimento requer tensão muscular, seja em que grau for. Para as mudanças nas qualidades de Fluência também é necessária tensão, porém, Fluência trata da relação entre os músculos tensionados e não propriamente da presença da tensão no corpo. Mudanças na qualidade de fluência são mais vistas em um movimento do que as mudanças de qualidade dos outros fatores de movimento. **A Fluência é considerada como alimentadora dos outros fatores, porque, por vezes, é possível observar em movimentos que qualidades de Espaço, Peso e Tempo permanecem cristalizadas e só a Fluência muda.**

A qualidade livre:

A qualidade de Fluência livre é descrita como fluente, abandonada, continuada, expandida.

A qualidade controlada:

A qualidade de Fluência controlada é descrita como cuidadosa, restrita, contida, cortada, limitada.

Nem sempre em um movimento é possível discernir características de Fluência, isso se deve ao fato de outras qualidades ou considerações estarem mais imprimidas ao movimento. **v. ação de esforço incompleta (nº 8, p. 24).**

85 fator de movimento Espaço (G. – AT.)

É o segundo fator observado no desenvolvimento do agente. Por volta do terceiro mês de vida, o bebê já tem seus órgãos perceptivos mais desenvolvidos, ele manifesta esforço para focalizar sua mãe e objetos. Por intermédio dessa focalização e a conseqüente locomoção para objetos e pessoas, começa a experiência com o fator Espaço, com qualidades de esforço que já começam a acontecer de forma direta (um único foco no espaço) ou flexível (multifoco). v. **direto – unifocado** (nº IV, p. 13). v. **flexível – multifocado** (nº VII, p. 15). Primeiro o contato com o espaço pessoal, depois o parcial e o geral. Quando o agente começa a focalizar para fora, não existe mais a idéia de que tudo é uma coisa só (como acontece com o fator fluência). É estabelecido o que se denomina “princípio de realidade”; quem sou eu e quem é o outro. A tarefa do fator espaço é a **comunicação**. A comunicação que faz o agente se relacionar com o outro, o mundo à sua volta. A atitude relacionada ao espaço é a **atenção**, afeta o foco do movimento, informando sobre o **onde** do movimento. Características do fator Espaço trazem ao movimento **um aspecto mais intelectual da personalidade**, pois localizações no espaço são complexas. Estas localizações requerem atenção tanto num único foco como em dois - atenção bidimensional – ou atenção em mais focos ao mesmo tempo, gerando uma configuração no espaço nas três dimensões simultaneamente. O treino com o fator espaço e suas qualidades gera, por exemplo, atitudes internas alertas ou explorativas. Em geral movimentos flexíveis demonstram mais adaptabilidade, atenção multifocada, menos rigidez. Em geral movimentos retos podem revelar tanto objetividade como convencionalismo. O conceito de Espaço tem duas formas qualitativas básicas de ser experienciado, assim denominadas:

1. **direta;**
2. **flexível.**

Fatos do uso do Espaço são vistos como um contínuo de linhas diretas e lineares para linhas torcidas e polineares (ou plásticas). Focar e visualizar relacionam-se às qualidades espaciais. **As qualidades de esforço em relação ao fator Espaço são concernentes ao tipo de concentração ou foco no espaço e não tanto ao aspecto da forma do movimento.**

A qualidade direta e/ou de um único foco:

O movimento direto é definido como mantendo-se estritamente em uma trajetória ou em direção a um ponto. Para reter uma trajetória não desviada a atenção é mantida no lugar de chegada ou pontos percorridos durante uma curva, por exemplo. É um uso restrito do espaço. Foco direto ocorre com uma retilínea concentração visual. Foco direto ocorre com uma retilínea concentração visual. Atenção direta no Espaço usualmente emprega movimentos retos e lineares, não há torção dos membros e do tronco. Relaciona-se à direção periférica do movimento. **v. movimento periférico** (nº 131, p. 99). Entretanto, na arte da forma, as afinidades são deliberadamente ignoradas.

A qualidade flexível e/ou multifocada:

O movimento flexível é definido como arredondado, ondulante, plástico, indireto. Várias partes do corpo indo em diferentes lugares ao mesmo tempo. É um uso mais amplo do espaço. Foco flexível ocorre com uma concentração por todo o espaço tridimensional. Atenção flexível no Espaço usualmente emprega movimentos torcidos. Relaciona-se à direção central do movimento. **v. movimento central** (nº 118, p. 94). Entretanto, na arte da forma, as afinidades são deliberadamente ignoradas.

Nem sempre em um movimento é possível discernir características de Espaço, isso se deve ao fato de outras qualidades ou considerações estarem mais imprimidas ao movimento. **v. ação de esforço incompleta** (nº 8, p. 24).

86 fator de movimento Peso (G. – AT.)

É o terceiro fator observado no desenvolvimento do agente. Este fator auxilia na conquista da verticalidade. É possível observar como o bebê deixa cair objetos várias vezes, descobrindo a força da gravidade. Depois ele a experimenta em si mesmo, até ficar de pé sustentando seu corpo. As qualidades de esforço do fator peso são leve e firme, com todas as nuances de peso possíveis entre estas polaridades. A tarefa do fator peso é auxiliar na assertividade. Ela dá estabilidade ao agente, proporciona segurança. A atitude relacionada ao peso é a **intenção**, a **sensação**. O peso informa sobre o **o quê** do movimento. Peso traz ao movimento um **aspecto mais físico da personalidade**. O fator peso auxilia o desenvolvimento do domínio de si próprio, ao transportar o corpo sem ajuda do outro, daí ele gerar a afirmação da vontade. Movimentos leves são mais fáceis para cima, revelam suavidade, bondade, e em outro polo, superficialidade. Movimentos firmes são mais fáceis para baixo, demonstram firmeza, tenacidade, resistência ou também poder. O conceito de Peso tem duas formas qualitativas básicas de ser experienciado, assim denominadas:

1. leve;
2. firme.

Em Peso temos quatro fatos a serem considerados:

- 1 - **força de gravidade** – para que o corpo se mantenha na posição vertical é necessário que se exerça uma força em direção para cima e igualmente em direção para baixo. A força de gravidade pode ser superada de forma leve ou firme, com todas as gradações possíveis entre ambos os extremos;
- 2 - **força cinética** – a força (ou energia) que é necessária para mover o corpo no espaço. O corpo ou partes do corpo pode ser movido de forma leve ou firme, com todas as gradações possíveis entre ambos os extremos;

3 - força estática – a força (ou energia) que é exercida quando uma posição é mantida em um estado de ativa tensão muscular. Esta força não é para mover o corpo e sim mantida no corpo. Esta força é sentida como se uma resistência interna está sendo acrescentada ao movimento. Resistência interna pode acontecer de modo leve ou firme, com todas as gradações possíveis entre ambos os extremos;

4 - resistência externa – a resistência oferecida por objetos ou pessoas. Um parceiro, um móvel podem resistir ao corpo ou também suportar o corpo. Resistência externa e suporte podem acontecer de modo leve ou firme, com todas as gradações possíveis entre ambos os extremos.

A qualidade leve e as quatro informações sobre o peso:

1 - *exerção anti-gravidade leve* – é a força para cima, suficiente para manter a estrutura do esqueleto apumada;

2 - *força cinética leve* – é a *exerção anti-gravidade leve* enquanto o corpo ou partes do corpo se movem em qualquer direção. A real quantidade de força usada depende do tamanho do corpo ou parte do corpo e da ação sendo executada, mas em todos os casos a força cinética é suficiente para manter esta sensação de leve sustentação em movimento;

3 - *força estática leve* – é a sustentação que se dá entre tensões e contra-tensões mínimas;

4 - *interação leve* – é produzida com a resistência que é fornecida por pessoas e/ou coisas. Uma força mínima é produzida em direção oposta à resistência oferecida.

Estas mínimas forças podem ocorrer independentemente, simultaneamente ou sucessivamente.

A qualidade firme e as quatro informações sobre o peso:

1 - *exerção anti-gravidade firme* – ocorre na direção para cima de tal modo que a estrutura do esqueleto é conduzida muito além de sua natural postura leve;

2 - *força cinética firme* – é produzida quando o corpo ou partes do corpo de movem firmemente. A *exerção anti-gravidade* em direção para cima pode estar presente ou ausente, em cada caso uma certa firmeza ou sensação de momento de firmeza está presente;

3 - *força estática firme* – ocorre quando há *contra-tensões* internas produzindo uma firme condição de sustentação. Estas *tensões estáticas firmes* podem ser usadas em posições ou acompanhar a *força cinética firme*. A *força cinética estática* pode ocorrer em qualquer direção e é experienciada como uma *resistência interna*;

4 - *interação firme* – é produzida diretamente contra a *resistência* que está sendo fornecida. Não existe uma *contra-tensão interna*.

Leveza e firmeza podem ser produzidas num movimento inteiramente. Neste caso o movimento por completo será leve ou firme, analisado como tal e sentido como tal. Entretanto, por vezes o que se percebe, se analisa e se sente são momentos de leveza ou firmeza durante o movimento.

Nem sempre em um movimento é possível discernir características de Peso, isso se deve ao fato de outras qualidades ou considerações estarem mais imprimidas ao movimento. **v. ação de esforço incompleta** (nº 8, p.24).

87 fator de movimento Tempo (G. – AT.)

É o quarto e último fator a ser observado no desenvolvimento do agente. A noção de tempo, na vida do agente, começa a surgir por volta dos cinco ou seis anos de idade. Antes desta época é vaga a idéia de tempo. É muito comum frases como: “Eu vou ontem”. Nesta idade (cinco ou seis anos) é que as brincadeiras começam a ter começo, meio e fim. O agente empresta um brinquedo porque sabe que depois vai tê-lo de volta, ou não chora quando os pais saem porque, agora, sabe que eles vão voltar.

As qualidades de esforço do fator tempo são sustentada e súbita (sem dúvida, com todas as nuances, como em todos os fatores).

Importante ressaltar, que se usa também lento e rápido para referir-se a tempo sustentado ou tempo súbito. Laban preferia **sustentado** e **súbito** por achar que rápido e lento são termos quantitativos, enquanto **sustentado** e **súbito** requerem uma atitude interna de sustentação do tempo ou de aceleração do tempo, gerando deste modo, aspectos qualitativos.

O tempo traz ao movimento, um **aspecto mais intuitivo da personalidade**. A tarefa do fator tempo é auxiliar na **operacionalidade**, isto é proporciona elementos para execução. A atitude relacionada ao tempo é **decisão**, informando sobre o **quando** do movimento. Em termos de atitudes internas, o treino e domínio das qualidades do fator tempo ajuda, por exemplo, a que os limites não sejam tão rígidos. Auxilia, ainda a maior mobilidade e tolerância em relação às frustrações; se o agente não tem algo agora, talvez seja possível obtê-lo depois.

O conceito de Tempo tem duas formas qualitativas básicas de ser experienciado, assim denominadas:

1. súbita;
2. sustentada.

Em Tempo três fatos a serem considerados:

- 1 - a duração processa-se num contínuo de muito curta a muito longa;
- 2 - a velocidade processa-se num contínuo de muito rápido a muito lento;
- 3 - a velocidade não é constante no movimento. Durante um movimento há momentos de aceleração e desaceleração.

As qualidades súbita e sustentada e os três fatos do Tempo:

- 1 - qualidade súbita é percebida em movimento(s) rápido(s) de curta duração;
- 2 - qualidade súbita é percebida em aceleração de curta duração;
- 3 - qualidade sustentada é percebida em movimento(s) lento(s) de longa duração;
- 4 - qualidade sustentada é percebida em desaceleração de longa duração;
- 5 - movimentos rápidos de longa duração;
- 6 - aceleração de longa duração;
- 7 - curtos movimentos lentos;
- 8 - desaceleração curta.

Nem sempre em um movimento é possível discernir características de Tempo, isso se deve ao fato de outras qualidades ou considerações estarem mais imprimidas ao movimento. v. **ação de esforço incompleta** (nº 8, p. 24).

88 fluxo do movimento (G. – AT.)

Fluxo do movimento é uma ininterrupta conexão de ações do universo que se dão em tridimensionalidade: a natureza e/ou os elementos e/ou os seres emergem e afundam, alargam e se estreitam, avançam e se retraem. O fluxo não tem aspectos internos e/ou externos. O fluxo é dentro e fora simultaneamente. O fluxo pode ser mais ou menos libertado ou mais ou menos controlado, entretanto nunca pára. Laban tem uma perspectiva universal sobre o emprego do fluxo do movimento, no sentido de haver semelhanças de manifestação de fluxo do movimento no universo e em todos os corpos.

89 força de gravidade (G.)

Força de gravidade é atração que a força gravitacional da terra exerce sobre todos os corpos.

90 forma corêutica (COR. – AT)

Forma corêutica é um tipo de arranjo espacial que tem uma energia direcional e um intervalo espacial (intervalo é a tensão entre uma direção e outra). As formas corêuticas são as dimensões, diagonais e diametrais, as inclinações, planos, níveis. (a partir de PRESTON-DUNLOP, 1980, 1984, 1995).

91 forma estável (COR.)

Forma estável caracteriza-se por ocorrer em uma ou duas dimensões v. **escala tridimensional** (nº 71, p. 65). Como o próprio nome diz, esta forma tende à estabilidade.

92 forma instável (COR.)

Forma instável caracteriza-se por ocorrer no espaço entre as dimensões. Como o próprio nome diz, esta forma tende à instabilidade e à contínua troca de equilíbrio. v. **escala diagonal** (nº 67, p. 60).

93 frase de movimento (G. – AT.)

Frase de movimento é o desenvolvimento de uma ação que responde a uma estrutura de organização intrínseca. Apesar de fazer um analogia à linguagem verbal, ao usar a palavra frase, Laban enfatiza nitidamente que: *“O significado dos componentes dos movimentos não é convencional como acontece com as palavras e as sequências idiomáticas. Pode-se entender o sentido das frases de movimento como a expressão de modos de ação definidos”* (LABAN, 1990, p. 47). SERRA (entrevista, Outubro/2000), afirma que o mais importante na linguagem não-verbal é a diferenciação entre frase de movimento e frase de palavras. Segundo SERRA, a linguagem verbal explica de maneira linear; a linguagem gestual expressa de maneira instantânea.

94 frase de movimento completa (G.)

Frase de movimento completa caracteriza-se por ser a sequência de movimentos de uma ação, composta de três partes:

1. **preparação;**
2. **ação;**
3. **recuperação.**

95 frase de movimento incompleta (G.)

Frase de movimento incompleta caracteriza-se por ser a sequência de movimentos de uma ação, onde **não** se apresenta ou a preparação ou a recuperação. Geralmente, a frase de movimento incompleta não **exibe a preparação**, ou seja, é composta de **ação e recuperação**.

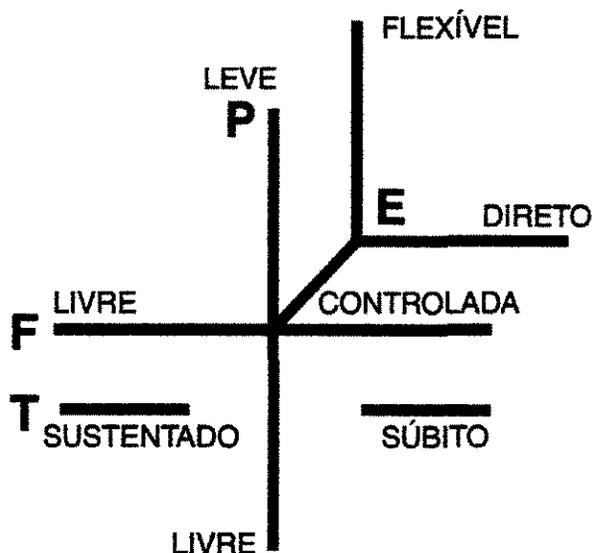
96 funções naturais do corpo (G.)

Funções naturais do corpo são as funções mecânicas básicas do movimento: **dobrar, esticar e torcer**.

97 gráfico do esforço (G.)

Gráfico do esforço é um diagrama que representa o conteúdo de esforço de um movimento. Este diagrama é desenhado por meio da combinação de traços horizontais e verticais que indicam a configuração espacial das qualidades de esforço dos fatores de movimento. A curta linha diagonal no gráfico do esforço é chamada de **sinal de esforço** . Toda notação dos esforços tem esta linha diagonal, ela identifica claramente que está se tratando do gráfico de esforço. v. **esforço** (nº 73, p. 66). v. **fator de movimento** (nº 83, p. 70). v. **qualidade do esforço** (nº 146, p. 110).

P = Peso; E = Espaço; F = Fluência; T = Tempo.



98 harmonia espacial (COR. – EUK.)

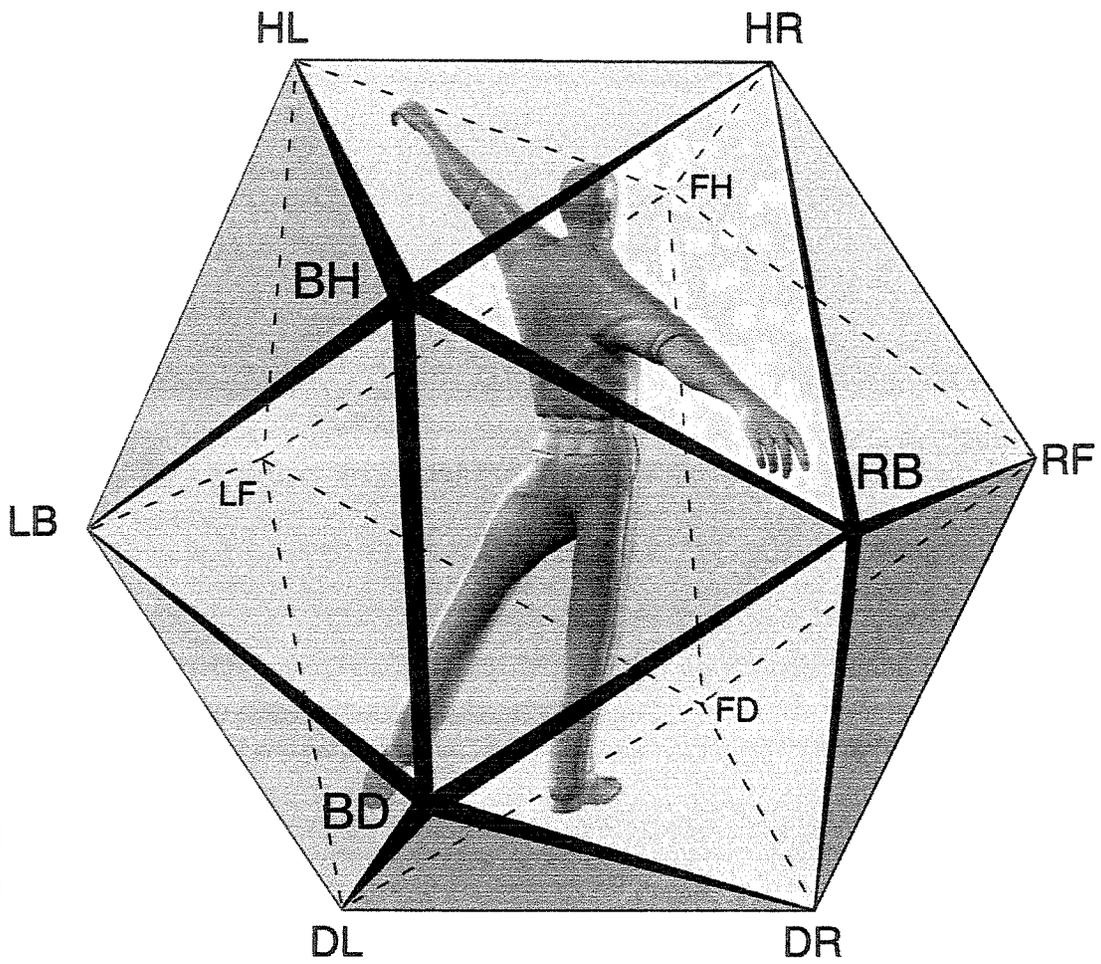
Harmonia espacial é um conceito de Laban para designar o que ele via como lógica e/ou harmonia existindo entre a estrutura espacial e os conteúdos dinâmicos do movimento (a partir de MALETIC, 1987).

v. **corêutica** (nº 36, p. 42). v. **dinâmica** (nº47, p. 50). v. **eukinéica** (nº 81, p. 69).

99 icosaedro (COR.)

Icosaedro é um corpo geométrico de estrutura tridimensional, com vinte faces triangulares unidas por doze vértices, estabelecido pela ligação periférica dos três planos. v. **plano espacial** (nº 144, p. 105). v. **poliedro** (nº145, p. 109). v. **trajetória periférica** (nº 180, p. 129). O icosaedro é mais esférico que o octaedro e o cubo. O icosaedro tem mais afinidade com a forma natural da cinesfera. v. **cinesfera** (nº 24, p. 37). O centro do icosaedro é o centro do corpo do agente, e/ou o corpo todo do agente é a locação central do icosaedro. v. **locação** (nº 112, p. 93). O espaço corêutico só é possível de ser experienciado, em toda sua potencialidade, devido ao conceito de espaço icosaedral. É possível experienciar o espaço icosaedral perifericamente, ao longo dos cantos, ou transversalmente. v. **trajetória transversal** (nº 181, p. 129). Trajetórias centrais dentro do icosaedro só ocorrem quando o agente permanece em um diâmetro de um mesmo plano. v. **cruz diametral** (nº 38, p. 44). v. **trajetória central** (nº 179, p. 129). As transições de um plano a outro dentro do espaço icosaedral sempre empregam movimentos com as três tendências espaciais das dimensões. v. **dimensão espacial** (nº 46, p. 49). Todas as escalas e variações no icosaedro, utilizam movimentos que têm os três componentes dimensionais, os quais nunca têm a mesma importância. v. **inclinação contínua** (nº 105, p. 88). v. **inclinação aplanada** (nº 106, p. 89). v. **inclinação pontiaguda** (nº 107, p. 90). Figura à página 84.

ICOSAEDRO



Illustr. A. Robson

100 ímpeto de ação (EUK.)

Ímpeto de ação é a denominação dada à combinação de qualidades de esforço em relação a Peso, Tempo e Espaço. *“Isto acontece numa ação básica de esforço, quando a Fluência se mantém latente”* (LABAN, 1978, p. 129). v. **ação básica de esforço** (nº 2, p. 20). v. **fator de movimento** (nº 83, p. 70). v. **qualidade do esforço** (nº 146, p. 110).

101 ímpeto de encanto (EUK.)

Ímpeto de encanto é a denominação dada à combinação de qualidades de esforço em relação a Peso, Fluência e Espaço. A Fluência substitui Tempo. *“Repousa a atitude interna relativa a Tempo e o movimento irradia uma qualidade de fascínio”* (LABAN, 1978, P. 130). v. **ação básica de esforço** (nº 2, p. 20). v. **atitude interna** (nº 17, p. 33). v. **fator de movimento** (nº 83, p. 70). v. **qualidade do esforço** (nº 146, p. 110).

102 ímpeto de paixão (EUK.)

Ímpeto de paixão é a denominação dada à combinação de qualidades de esforço em relação a Peso, Fluência e Tempo. A Fluência substitui Espaço. *“Não se esboça nenhuma atitude referente à forma, ou seja, quando se acham adormecidas as qualidades espaciais, as ações corporais se tornam particularmente expressivas das emoções dos sentimentos”* (LABAN, 1978, p. 130). v. **ação básica de esforço** (nº 2, p. 20). v. **atitude interna** (nº 17, p. 33). v. **fator de movimento** (nº 83, p. 70). v. **qualidade do esforço** (nº 146, p. 110).

103 ímpeto de visão (EUK.)

Ímpeto de visão é a denominação dada à combinação de qualidades de esforço em relação a Espaço, Fluência e Tempo. A Fluência substitui Peso. “... *não há uma atitude ativa em relação a Peso, tendo reduzido conseqüentemente o significado físico do movimento*” (LABAN, 1978, p. 130). **v. ação básica de esforço** (nº 2, p. 20). **v. atitude interna** (nº 17, p. 33). **v. fator de movimento** (nº 83, p. 70). **v. qualidade do esforço** (nº 146, p. 110).

104 inclinação

Inclinação é uma linha transversal que se situa entre dois planos. Caracteriza-se por ser uma digressão (desvio) em relação a uma norma de estrutura espacial dada, como é a cruz tridimensional. A inclinação tem em si a combinação de componentes dimensionais e diagonais. **v. cruz tridimensional** (nº39, p. 45). **v. plano espacial** (nº 144,p. 105).**v. transversal** (nº 183, p. 130).

105 inclinação contínua (COR.)

Inclinação contínua (*flowing inclination*) é um movimento transversal que passa entre o plano da roda e o plano da mesa. **v. inclinação** (nº 104, p. 87). **v. plano espacial** (nº 144, p. 104). **v. transversal** (nº 183, p. 130). Caracteriza-se por enfatizar a dimensão de profundidade (com direções frente/atrás). Há oito inclinações contínuas e durante sua execução é possível perceber seu traçado fluido no espaço entre o corpo do agente e a periferia do espaço do icosaedro. Este tipo de inclinação só acontece dentro do espaço icosaedral. **v. icosaedro** (nº 99, p. 84).

Apresentamos as oito inclinações contínuas (**Atenção:** para atingir maior clareza no resultado da execução, utilize o lado direito do corpo. **Lembrete:** quando não houver indicação de baixo ou alto, entenda nível médio):

- 1 - de frente-baixo para esquerda-atrás
- 2 - de frente-baixo para direita-atrás
- 3 - de frente-alto para esquerda-atrás
- 4 - de frente-alto para direita-atrás
- 5 - de atrás-baixo para esquerda-frente
- 6 - de atrás-baixo para direita-frente
- 7 - de atrás-alto para esquerda-frente
- 8 - de atrás-alto para direita-frente

106 inclinação aplanada (COR.)

Inclinação aplanada (*flat inclination*) é um movimento transversal que passa entre o plano da mesa e o plano da porta. v. **inclinação** (nº 104, p. 87). v. **plano espacial** (nº 144, p. 105). v. **transversal** (nº 183, p. 130). Caracteriza-se por enfatizar a dimensão de amplitude (com direções lado/lado). Há oito inclinações aplanadas e durante sua execução é possível perceber seu traçado aplanado e/ou achatado no espaço entre o corpo do agente e a periferia do espaço do icosaedro. Este tipo de inclinação só acontece dentro do espaço icosaedral. v. **icosaedro** (nº 99, p. 84).

Apresentamos as oito inclinações achatadas (**Atenção:** para atingir maior clareza no resultado da execução, utilize o lado direito do corpo. **Lembrete:** quando não houver indicação de baixo ou alto, entenda nível médio):

- 1 - de esquerda-atrás para alto-direita
- 2 - de esquerda-atrás para baixo-direita
- 3 - de direita-atrás para alto-esquerda
- 4 - de direita-atrás para baixo-esquerda
- 5 - de esquerda-frente para alto-direita
- 6 - de esquerda-frente para baixo-direita
- 7 - de direita-frente para alto-esquerda
- 8 - de direita-frente para baixo-esquerda

107 inclinação pontiaguda (COR.)

Inclinação pontiaguda (*steep inclination*) é um movimento transversal que passa entre o plano da porta e da roda. **v. inclinação** (nº 104, p. 87). **v. plano espacial** (nº 144, p. 105). **v. transversal** (nº 183, p. 130). Caracteriza-se por enfatizar a dimensão de comprimento (com direções cima/baixo). Há oito inclinações pontiagudas e durante sua execução é possível perceber seu traçado que sobe e desce, formando pontas acentuadamente agudas no espaço entre o corpo do agente e a periferia do espaço do icosaedro. Este tipo de inclinação só acontece dentro do espaço icosaedral. **v. icosaedro** (nº 99, p. 84).

Apresentamos as oito inclinações pontiagudas (**Atenção:** para atingir maior clareza no resultado da execução, utilize o lado direito do corpo. **Lembrete:** quando não houver indicação de baixo ou alto, entenda nível médio):

- 1 - de alto-direita para frente-baixo
- 2 - de alto-direita para atrás-baixo
- 3 - de baixo-direita para frente-alto
- 4 - de baixo-direita para atrás-alto
- 5 - de alto-esquerda para frente-baixo
- 6 - de alto-esquerda para atrás-baixo
- 7 - de baixo-esquerda para frente-alto
- 8 - de baixo-esquerda para atrás-alto

108 instrumento-corpo (G.)

Instrumento-corpo é um conceito que traz a idéia de aprimoramento do corpo como um instrumento de expressão. Envolve a idéia dos corpos humanos serem ferramentas criativas e/ou instrumentos “vivos”, sensíveis e expressivos, capazes de manifestar relação mútua entre mundo interior e exterior. Compreende a noção de os corpos humanos serem um instrumento que produz movimento e formas de arte do movimento.

109 labananálise (G.)

“É um sistema de observação, descrição e notação de todas as formas de movimento, derivado do trabalho de Rudolf Laban, seus colegas e seus alunos. Um vocabulário sistemático e metodologia de descrição do movimento”
YOUNGERMAN, 1978, apud PRESTON-DUNLOP, 1998.

110 labananálise (AT.)

Labanálise é combinação da Anotação de Laban (*labanotation* ou kinetografia) com a Análise de Movimento de Laban; a **eukinéctica/effort**, e a **corêutica/shape**.

v. **corêutica** (nº36, p. 42) v. **eukinéctica** (nº81, p. 69).

Labanálise é empregada para anotar, reproduzir e ensinar movimentos e/ou danças e/ou coreografias. É, também, usada clinicamente nas terapias corporais para documentar características de movimentos de pacientes.

111 labanotation (G.)

Labanotation é um sistema de sinais gráficos criado para registrar o movimento. Os diagramas da *Labanotation*, ou *Kinetografia*, são linhas verticais e horizontais, pontilhadas e/ou cheias. Os diagramas são também pequenos círculos vazios e/ou cheios que descrevem tanto esquemas como detalhes das ações, partes do corpo isoladas e em conjunto, direções, níveis espaciais, começo, duração e final do movimento. Estas estruturas de movimento (ou diagramas) são configuradas numa pauta, como a da notação da música, só que esta pauta é desenhada verticalmente e a leitura e/ou o registro do movimento são feitos de baixo para cima. A pauta é dividida em quatro colunas. Esta divisão se dá do centro para fora da pauta.

A *Labanotation* possui princípios gráficos de Beauchamp e Feuillet (ambos *maîtres de ballet* do século XVIII).

Segundo PRESTON-DUNLOP (1998), a kinetografia foi desenvolvida afim de ser uma nova forma de coreografia (escrita da dança) e este termo também foi criado com o intuito de ser distinto de *Coreografia*, o método de Feuillet, publicado em 1700.

112 locação (COR. – AT.)

Locação é um lugar de mobilidade reconhecido dentro da cinesfera, o qual tem um definido valor direcional, como alto/direita ou baixo/frente, ou centro. Uma locação não é um ponto rígido no espaço. É, acima de tudo, uma pequena área em um ponto.

“Existe na locação uma liberdade de acordo de onde o movimento vem e para onde ele vai” (PRESTON-DUNLOP, 1984, p. viii).

“O conceito de locação garante ao movimento sua natureza física de nunca parar” (SERRA, entrevista, outubro/2000).

“O centro que é uma das direções espaciais, não é um ponto, é um lugar, uma locação. O centro é como uma esfera, ele gira em torno dos seus eixos, ele se move um pouco, se abre em 45°” (CAVALCANTI, CIBELE, entrevista, fev./2001).

113 métrica (G.)

Métrica é o tempo dividido em unidades mensuráveis. v. **ritmo métrico** (nº 153, p. 113).

114 movimento assimétrico (G.)

Movimento assimétrico caracteriza-se por um lado do corpo se movimentar ou estar imóvel diferentemente do outro, a partir de uma divisão natural definida pela coluna vertebral. As colocações direcionais dos ombros diferem uma da outra. Da mesma maneira, pode acontecer assimetria nas colocações direcionais do quadril, mãos, pernas ou pés. Há um incalculável número de posições, movimentos e trajetos assimétricos.

115 movimento ativo (G.)

Movimento ativo caracteriza-se pela atitude que o agente tem em relação à força de gravidade. Se o agente tem uma atitude de resistência à esta força, o movimento é chamado de ativo. Tanto movimento **leve** como movimento **firme** podem ser ativos; o agente pode resistir à força de gravidade com qualidade leve ou qualidade firme e/ou com todas as gradações possíveis entre estes extremos.

116 movimento cardial (G.)

Movimento cardial caracteriza-se por ser um movimento de transição. É o mesmo que movimento intermediário. Movimento que fica entre duas ações ditas principais.

117 movimento causal (G.)

Movimento que caracteriza-se por exprimir um objetivo. É principalmente consciente.

118 movimento central (G.)

Movimento central caracteriza-se por ter origem ou envolver ativamente o centro do corpo. v. **centro do corpo** (nº 22, p. 36). v. **trajetória central** (nº 179, p. 129). Tende a dirigir-se deste centro as extremidades. Mesmo iniciado na periferia, atinge o centro do corpo. É integrado por um fluxo contínuo, ajustando cada parte do corpo no processo da ação. (a partir de DELL, 1975 e SERRA, 1993).

119 movimento coral (G.)

Movimento coral é o nome dado a uma forma de dança que buscava um sentido coletivo e comunitário, festivo, criativo e terapêutico. Entre 1920 e 1933, Laban, Albrecht Knust e Martin Gleisner fizeram inúmeros movimentos corais ou danças corais (este termo é similar a um coro de cantores, com várias vozes), nas suas escolas, com seus alunos e com muitas outras pessoas, principalmente com trabalhadores de diversos ramos. A Teoria de Movimento de Laban era aplicada nestas danças por meio do que ele denominou de **episódios expressivos**, os quais são temas ou propostas de características de movimentos para serem improvisados. Havia dançarinos profissionais (hoje chamados de *animateurs* de dança) entre amadores. Eles eram treinados para expressar os episódios expressivos e, a partir desta estrutura e/ou estímulo, as outras pessoas criavam seus próprios movimentos. THORNTON (1971) relata que as danças ocupacionais e as festividades que ocorriam em Monte Verità (comunidade em que Laban viveu), deram origem aos movimentos corais e/ou danças corais, pois o público, no fim das apresentações, juntava-se à estas danças.

120 movimento córdico (G.)

Movimento córdico caracteriza-se por ser executado em três direções simultaneamente. Este tipo de movimento pode ser realizado em qualquer direção e por qualquer e/ou quaisquer partes do corpo.

121 movimento, corpo e saúde (G.)

Movimento, corpo e saúde é uma das ramificações dos estudos de Laban. Ele estudou a estrutura anatômica do corpo humano, ossos, músculos e sistema nervoso. Afirmava que o movimento continua dentro do corpo, como o movimento dos pulmões, das batidas do coração, do fluxo sanguíneo, dos sistemas digestivos e excretórios, etc. Fez estudos sobre respiração. Em relação à alimentação, afirmava que ela deveria ser tão variada quanto as nuances qualitativas dos esforços. Era a favor de tratamentos médicos alternativos. v. **qualidade do esforço** (nº 146, p. 110).

122 movimento de sombra (G.)

Movimento de sombra caracteriza-se por ser um movimento reflexo. Tem esta denominação, pois acompanha, à maneira de uma sombra, o(s) movimento(s) da ação com objetivo. É um movimento executado inconscientemente.

123 movimento do balanceio (G.)

Swinging movement caracteriza-se por ter uma qualidade de natureza pendular, combinando uma fase relativamente relaxada, com outra relativamente tensa. v. **acento rítmico transicional** (nº13, p. 26).

124 movimento dramático (G.)

O movimento dramático caracteriza-se por ser um movimento feito para o palco, artístico.

125 movimento e educação (G.)

Movimento e educação é uma das ramificações dos estudos de Laban. Ele nunca foi um especialista em Educação no sentido acadêmico, porém, usufruindo do contato com pioneiros como ele, começou a formular sua Teoria de Educação pelo Movimento. Para Laban o essencial é não tolher o ímpeto natural para a movimentação e o desenvolvimento do sentido cinestésico de que todos os agentes são dotados, junto a um processo social, expressivo e criativo. Seus Dezesesseis Temas de Movimento são cartilha básica para educadores de vários países. v. **tema de movimento** (nº 160, p. 116 a p. 128).

126 movimento e terapia (G.)

Movimento e terapia é uma das ramificações dos estudos de Laban. PRESTON-DUNLOP (1990) destaca pontos da Teoria dos Esforços (Eukinéctica) com relação à Teoria das quatro funções da mente de Carl Gustav Jung (sabemos pela biografia de Laban que ele e Jung conviveram durante um período):

	JUNG	LABAN
1.	Pensamento	Espaço;
2.	Sentimento	Fluência;
3.	Sensação	Peso;
4.	Intuição	Tempo.

Laban fez observações sobre distúrbios mentais em relação ao movimento corporal verificando desequilíbrios nos padrões de movimento. As primeiras abordagens de Psicologia Experimental na Europa, por volta de 1910, a partir dos primeiros escritos de Laban foram feitas por Wilhelm Wundt (BARTENIEFF, 1973). A partir de 1940, com a fundação do *Dance Notation Bureau*, os conceitos de movimento de Laban começaram a ser aplicados à Terapia, nos Estados Unidos. Nenhuma publicação de Laban a respeito de Movimento e Terapia foi editada, apesar de ele estar trabalhando em um livro sobre este tema no final da sua vida (HODGSON e PRESTON-DUNLOP, 1990 e THORNTON, 1971). Muitos de seus estudos foram seminais para toda uma teoria e prática desenvolvida até os dias atuais, notadamente no *Laban Centre*, em Londres, no *Saint Elizabeth Hospital*, em Washington, na *Hahnemann University* Filadélfia, no trabalho de formação e terapêutico da Professora Doutora Monica Allende Serra, em São Paulo.

127 movimento e trabalho (G.)

Movimento e trabalho é uma das ramificações dos estudos de Laban. Ele destaca que o agente usa as mesmas formas de movimentação no trabalho, na dança ou em qualquer outra atividade, apenas as dispõe de modos diferentes. Laban experienciou em si mesmo formas de adaptação a trabalhos variados. Durante os anos 1899-1900, em que serviu o exército, aprendeu a construir ferrovias e a manusear máquinas. Em 1929, em Viena, quando foi dirigir um grande movimento coral, estudou vários ofícios e trabalhou com lavadeiras, chapeleiras, ferreiros, sapateiros, alfaiates, padeiros, e com muitos outros trabalhadores. v. **movimento coral** (nº 119, p. 95). Durante a II Guerra, Laban trabalhou em fábricas inglesas e junto com F.C. Lawrence, escreveu o livro *Effort*. Este livro é resultado de um estudo metuculoso das qualidades de movimento manifestadas nas ações do trabalho e da configuração destas ações no espaço.

128 movimento funcional (G.)

Movimento funcional caracteriza-se por ser um movimento associado à operação de trabalho ou um objetivo específico. Tem uma função objetiva.

129 movimento gestual (G.)

Movimento gestual caracteriza-se por ativar somente partes do corpo, quaisquer que sejam. É um movimento associado à expressão de pensamentos.

130 movimento passivo (G.)

Movimento passivo caracteriza-se pela atitude que o agente tem em relação à força de gravidade. Se o agente tem uma atitude de entrega à esta força, o movimento é chamado de passivo. Tanto movimento **leve** como movimento **firme** podem ser ativos; o agente pode se entregar à força de gravidade com qualidade leve ou qualidade firme e/ou com todas as gradações possíveis entre estes extremos.

131 movimento periférico (G.)

Movimento periférico caracteriza-se por ter origem, quase sempre nas extremidades do corpo. O fluxo desta característica do movimento envolve as extremidades do corpo (dedos, mãos, pés, cabeça), a periferia. v. **trajetória periférica** (nº 180, p. 129).

132 movimento postural (G.)

Movimento postural caracteriza-se por ativar o corpo como um todo com a mesma qualidade de esforço e forma. Um pequeno movimento de cabeça, mas que ative o corpo como um todo, é considerado um movimento postural. É um movimento associado à expressão de emoções (a partir de LAMB, 1965 e SERRA, M. A.1993).

133 movimento ritual (G.)

Movimento ritual caracteriza-se por expressar um significado religioso, sagrado.

134 movimento simétrico (G.)

Movimento simétrico caracteriza-se pela correspondência em forma, desenho e arranjo de ambos os lados do corpo, a partir de uma divisão natural, definida pela coluna vertebral. A colocação direcional de ambos os lados é a mesma.

135 movimento simultâneo (G.)

Movimento simultâneo caracteriza-se por ser executado em sincronia por várias articulações de partes do corpo, ou pelo corpo por completo. É iniciado e finalizado ao mesmo tempo.

136 movimento sucessivo (G.)

Movimento sucessivo caracteriza-se por ser executado de maneira sequencial. Cada articulação e/ou parte do corpo inicia o movimento após a outra e cada articulação e/ou parte atinge a posição final em tempos diferentes.

137 nível espacial (COR.)

Nível é a relação de posição espacial que ocorre em duas instâncias:

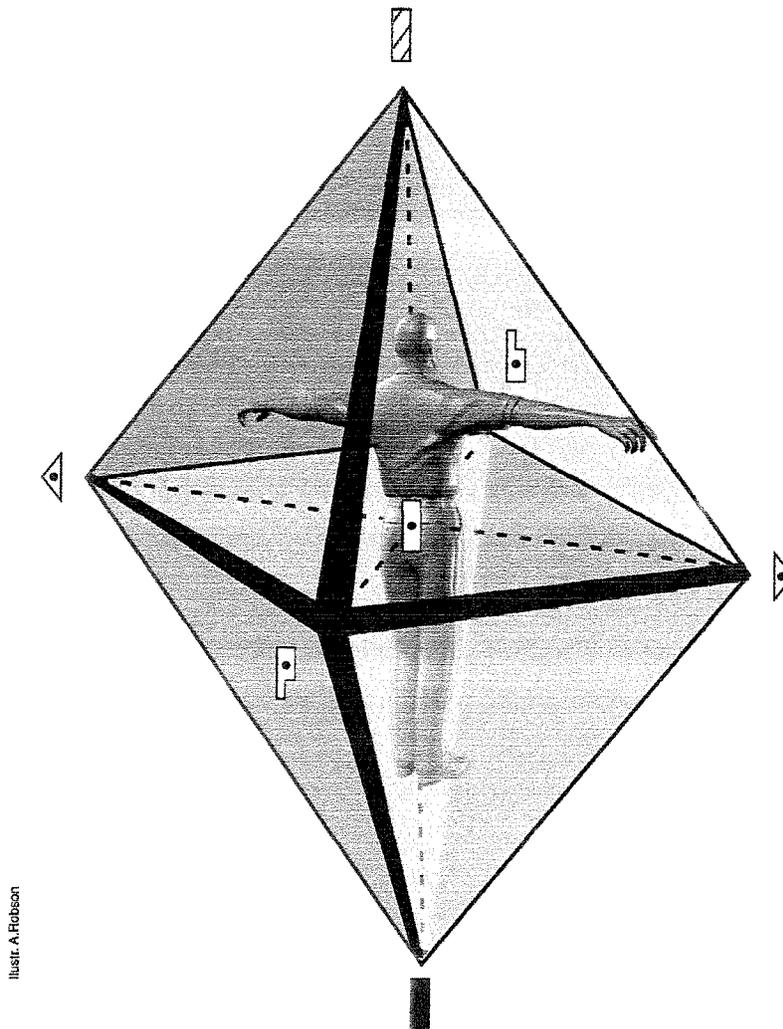
- de uma parte do corpo em relação à articulação na qual ocorre o movimento. Por exemplo, um braço pode estar **alto**, **médio** ou **baixo**, em relação à articulação do ombro;
- do corpo como todo em relação a um objeto, outro(s) corpo(s) ou ao espaço geral. Por exemplo, o corpo do agente está **baixo** em relação a uma cadeira ou outro agente.

138 notação do movimento (AT.)

“Notação da dança tem muitos elementos abertos. A notação nunca é reprodução do movimento, não pretende ser uma reconstituição exata. A notação dá poucos elementos, ela é criativa, pressupõe um tom pessoal. Ela abrange uma faixa, mas ela tenta preservar alguma coisa depois que o movimento acaba. Devem existir muitas notações, uma só não faz sentido. Podemos usar todos os recursos existentes para fazer notação” (CORDEIRO, ANALÍVIA, entrevista, novembro/2000). v. **escrita do motivo** (nº 72, p. 65). v. **labanotation** (nº 111, p. 92).

139 octaedro (COR.)

Octaedro é um corpo geométrico de estrutura tridimensional, com oito faces, estabelecido pela ligação dos extremos alcançados pelas seis direções da cruz tridimensional. v. **poliedro** (nº 145, p. 109). Há inúmeras maneiras de se experienciar este sólido imaginário, criando-se diferentes trajetórias, com diferentes qualidades de esforço. v. **cruz tridimensional** (nº 39, p. 45). v. **qualidade de esforço** (nº 146, p. 110).



140 oficina de pensamento e ação (G.)

Oficina de pensamento e ação é a denominação da atividade didática de Laban. Esta oficina traz a idéia de que o aperfeiçoamento técnico está unido a uma compreensão do conteúdo do movimento. Nesta oficina, a prioridade dada por Laban, de início, é à atuação das características internas da ação do que à habilidade da execução externa, como uma forma de provocar uma reflexão de como é executado o movimento e não qual movimento é feito.

141 ordem coreológica (G.)

Ordem coreológica: *“As regras ocultas e estruturas no movimento, as quais, quando conscientemente dominadas, fazem o movimento penetrável, significativo e compreensível”* (LABAN, apud PRESTON, 1998). v. **coreologia** (nº 32, p. 40). v. **estudos coreológicos** (nº 80, p. 69).

142 pausa (G.)

Pausa é o período de parada da ação e/ou movimento. A duração da pausa pode ou não ser medida por unidades de tempo proporcionais a dos movimentos que introduzem e concluem o período de parada.

143 pensar por movimentos (G.)

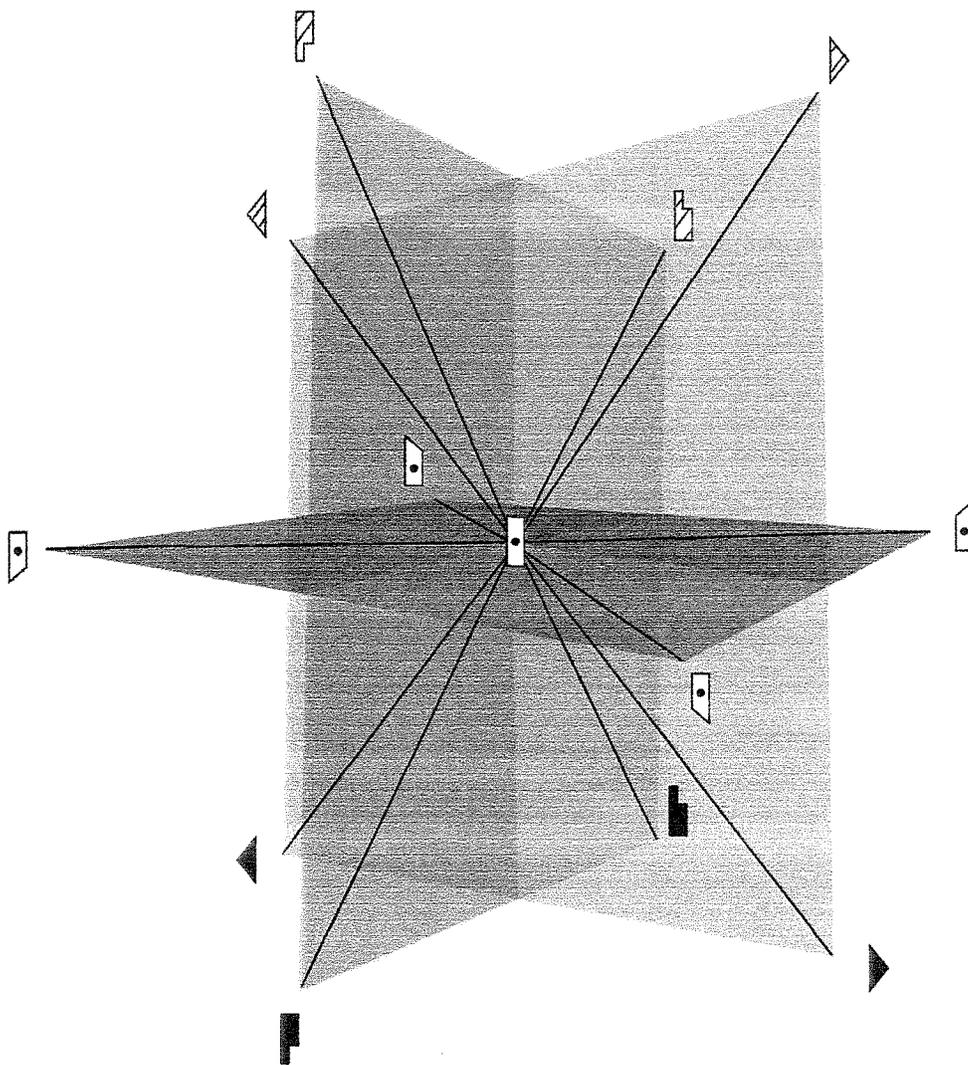
“Talvez não seja inusitado introduzir aqui a idéia de se pensar em termos de movimento, em oposição a se pensar em palavras. O pensar por movimentos poderia ser considerado como um conjunto de impressões de acontecimentos na mente de uma pessoa, conjunto para o qual falta uma nomenclatura adequada. Este tipo de pensamento não se presta à orientação no mundo exterior, como o faz o pensamento através das palavras mas, antes, aperfeiçoa a orientação do homem em seu mundo interior, onde continuamente os impulsos surgem e buscam uma válvula de escape no fazer, no representar e no dançar”. (LABAN, 1978, p. 42).

“A lógica exigida para se pensar em termos de movimento deveria em primeiro lugar ser desenvolvida a partir da observação e da descrição de movimentos simples...” (LABAN, 1978, p. 86).

“Uma análise que se baseie nos fatores de movimento propicia o pensar em termos de movimento ...” (LABAN, 1978, p. 88).

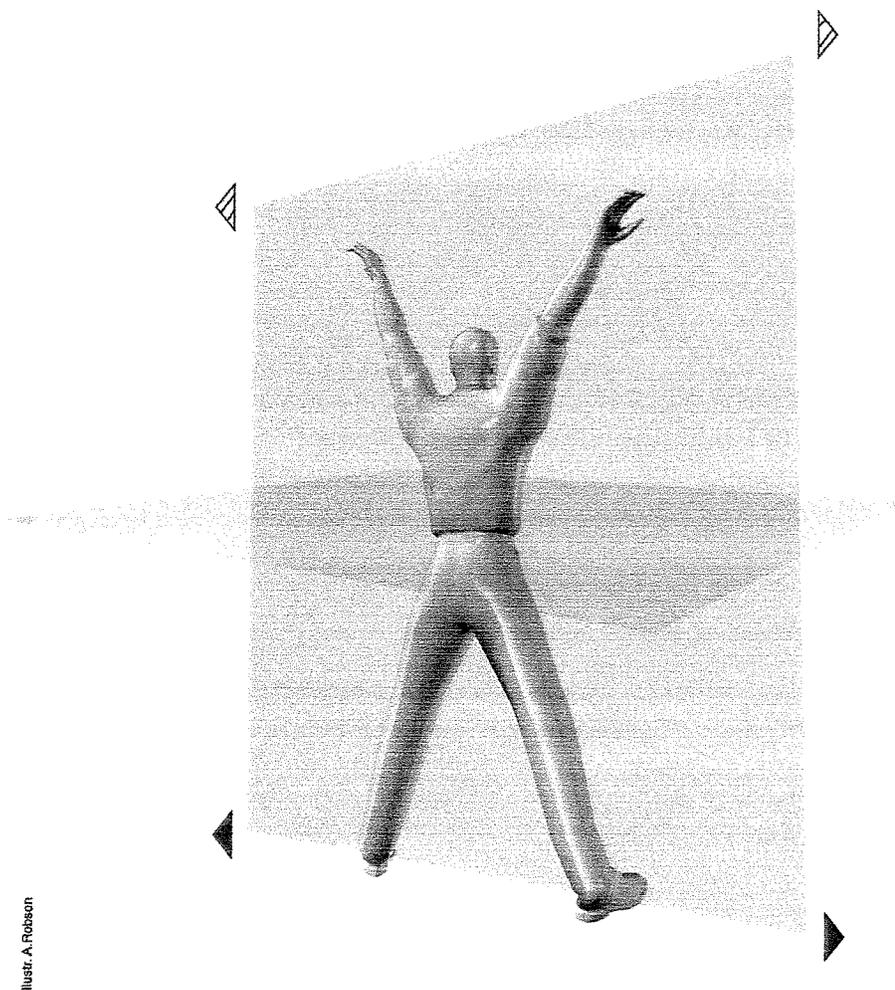
144 plano espacial (COR.)

Plano espacial é a combinação de duas dimensões. Os planos espaciais são visualizados quando é feita a ligação dos extremos alcançados pelas doze direções diametrais. v. **cruz diametral** (nº 38, p. 44). No plano, uma das dimensões é a dominante (principal) e a outra dimensão é a secundária. Laban denominou estes planos de **plano da porta**, **plano da mesa** e **plano da roda**.



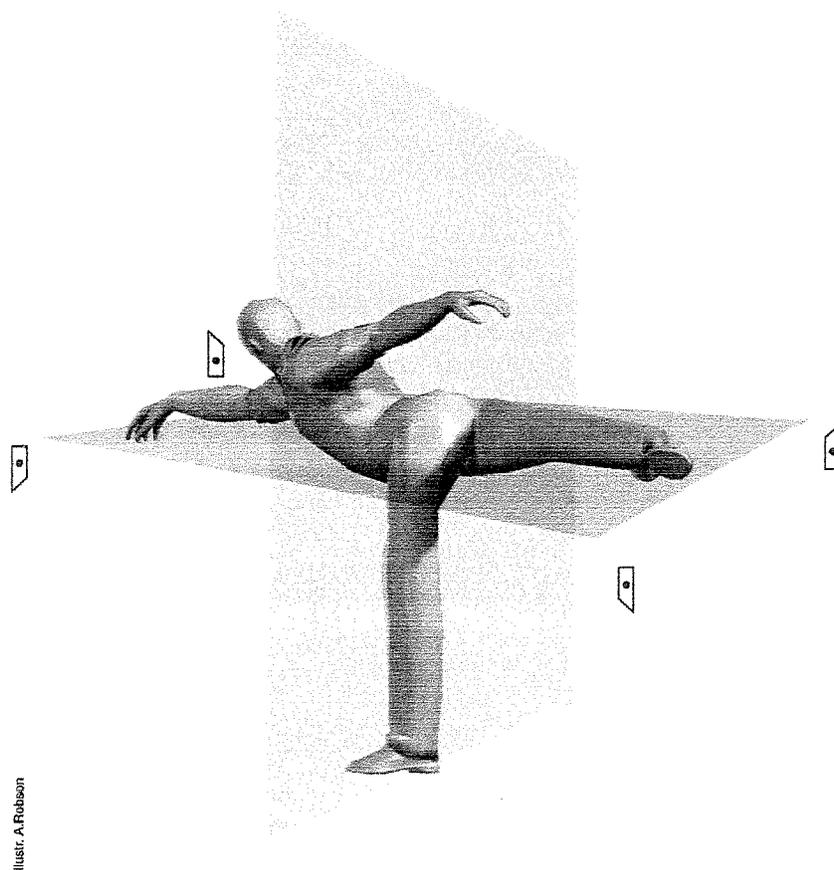
Ilustr. A. Robson

- **plano da porta** – Neste plano a dimensão de comprimento que combina as direções cima – baixo é a dominante. A dimensão de amplitude que combina as direções lado – lado, é a secundária. No plano da porta é possível observar e experienciar a postura do eixo vertical (cima e/ou baixo) e a capacidade da coluna de dobrar lateralmente.



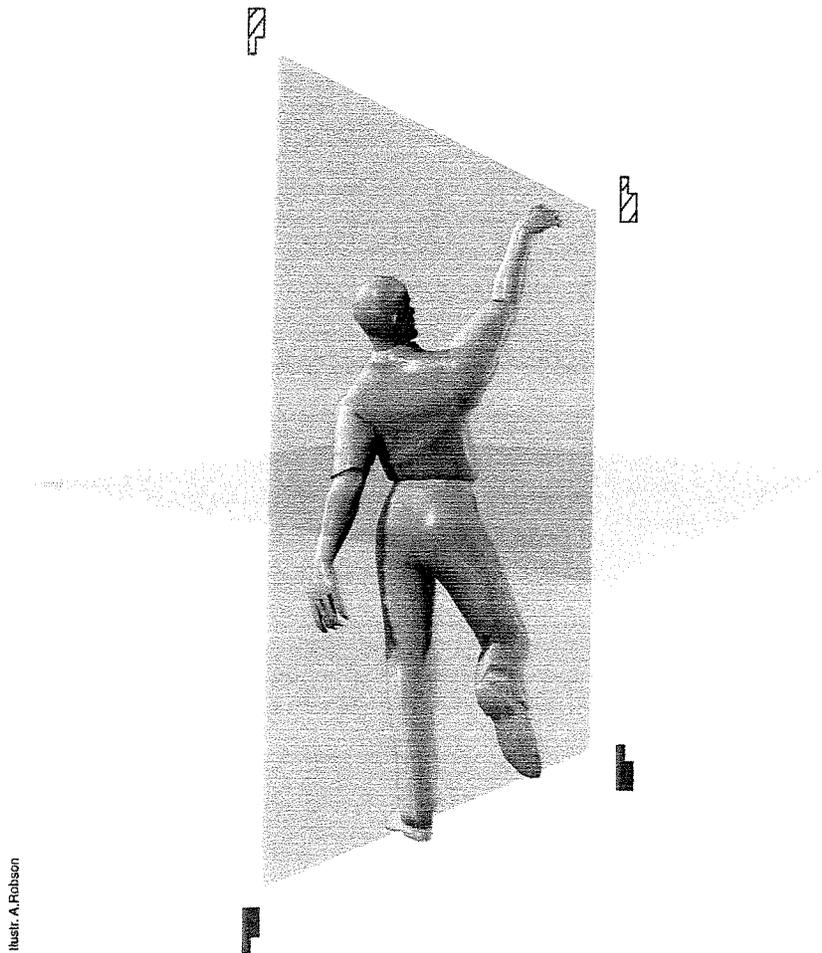
Ilustr. A. Robson

- **plano da mesa** – Neste plano a dimensão de amplitude que combina as direções lado – lado, é a dominante. A dimensão de profundidade que combina as direções frente – trás é a secundária. No plano da mesa é possível observar e experienciar movimentos que se abrem e fecham em relação ao corpo e a capacidade da coluna de torcer.



Ilustr. A. Robson

- **plano da roda** – Neste plano a dimensão de profundidade que combina as direções frente – trás é a dominante. A dimensão de comprimento que combina as direções cima – baixo é a secundária. Neste plano é possível observar e experienciar movimentos com os membros superiores e inferiores e a capacidade da coluna de arquear e arredondar, para frente e para trás.



145 poliedro (G.)

Poliedro é um corpo e/ou sólido tridimensional que apresenta superfícies planas (*poli* = vários; *edro* = face). Os poliedros são também conhecidos por sólidos platônicos e poliedros regulares. As superfícies dos poliedros são denominadas **faces**. As faces dos poliedros são polígonos ou figuras geométricas planas. Os lados das faces recebem o nome de **arestas** e os pontos onde as arestas de encontram são denominados de **vértices**. Duas faces consecutivas formam um **ângulo diedro** (*di* = dois, *edro* = face). Os poliedros recebem denominações de acordo com o número de faces que apresentam. (a partir de PENTEADO, 1970). A arquitetura de Laban se constrói com base nos poliedros, pois vê neles “leis universais cósmicas” que refletem a semelhança entre este fluxo universal e o movimento humano em todos os níveis: “mental, físico e espiritual” (LABAN, apud NEWLOVE, 1999).

Laban faz uma abstração, ao criar uma analogia entre os corpos físicos e os corpos geométricos. Seu estudo de harmonia espacial concentra-se em poliedros de seis faces (hexaedro), oito faces (octaedro) e vinte faces (icosaedro).

“As formas poliedrais embutem-se uma dentro da outra como bonecas russas” (NEWLOVE, 1999, p. 29). **v. cubo** (nº 40, p. 46). **v. dinamosfera** (nº 48, p. 51). **v. octaedro** (nº 139, p. 102). **v. icosaedro** (nº 99, p. 84).

146 qualidade do esforço (EUK.)

“Qualidade do esforço é o componente primário da dinâmica de movimento, a qual tem elementos polares em tempo (sustentado - súbito), em espaço (direto - flexível), em peso (leve - firme) e em fluência (livre - limitada)” (LABAN, 1971). v. **dinâmica** (nº47, p. 50). v. **eukinéctica** (nº 81, p. 69).

Qualidade refere-se a atributos que indicam distinções que não são de ordem quantitativa ou mensurável. As mudanças qualitativas do esforço no movimento ocorrem dentro de uma gama entre dois opostos. v. **esforço** (nº 73, p. 66).

Qualidade do esforço é um aspecto do comportamento e pode ser considerada como um produto do metabolismo, da aprendizagem e da percepção do meio ambiente. Resulta de uma atitude interior (consciente ou inconsciente) da pessoa que se move em relação aos os fatores de movimento.

As qualidades do esforço têm uma rede infinita e complexa de nuances, as quais derivam das inúmeras relações e combinações que podem acontecer no movimento.

A qualidade do esforço também é denominada de **elemento do esforço**, ou **elemento constitutivo do esforço**, ou **elemento constituinte do esforço**, ou **elemento qualitativo do esforço**, ou ainda, **elemento do esforço**.

147 relaxamento (G.)

Relaxamento é movimento, pois compreende esforço como qualquer outro movimento. Não confundir com repouso. v. **repouso** (nº 149, p. 111).

148 repertório individual de movimentos (AT.)

“Repertório individual de movimentos é a maneira como uma pessoa combina, a seu modo, as qualidades constitutivas do esforço em relação aos fatores de movimento” (SERRA, 1993). v. **fator de movimento** (nº 83, p. 70). v. **qualidade do esforço** (nº 146, p. 110).

149 repouso (G.)

Repouso é considerado como relativamente sem esforço. É associado à cessação do movimento. v. **relaxamento** (nº 147, p. 110).

150 ritmo corporal (G.)

“Ritmo corporal é a adequação do homem às diferentes situações da vida, que é diferente para cada pessoa. É a forma de lidar com o tempo nas transições entre movimentos ou ações” (CORDEIRO, 1998, p. 54). O ritmo corporal não se processa com regularidade absoluta, embora constitua um conjunto fluente no tempo. A harmonia do ritmo corporal auxilia na adaptação ao ritmo externo, resultando na execução de movimentos eficientes, com economia de esforço.

151 ritmo do esforço (EUK.)

Ritmo do esforço é o ritmo das ações corporais manifestado nas mudanças e variedades de qualidades de peso, tempo, espaço e fluência. Consiste nas diferentes pontuações de esforço. v. **esforço** (nº 73, p. 66). Ritmo do esforço está relacionado a uma temporalidade primordial, ou seja, ele acontece sem uma organização de tempo de acordo com o ritmo métrico. v. **ritmo métrico** (nº 153, p. 113). v. **ritmo não métrico** (nº 154, p. 113). Nas operações atividades de trabalho, na vida cotidiana e no experimento dos esforços, observa-se variantes que transcorrem de sutis até abruptas, ou então absolutamente radicais. É possível perceber, também, que duas pessoas fazendo a mesma coisa, têm diferentes ritmos de esforço.

152 ritmo-espaço (G.)

Ritmo-espaço é a maneira como o agente vai estruturando o Tempo enquanto vai mapeando o espaço que circunda seu corpo, afim de criar um certo domínio e uma adequada esfera pessoal de esforço à sua volta. Trata-se também da maneira como o agente vai manipulando objetos à sua volta, afim de atingir a melhor posição para seu esforço. v. **cinesfera** (nº24, p. 37). v. **esforço** (nº 73, p. 66). Ritmo-espaço é o caminho que o agente vai traçando através de todas as combinações de esforço necessárias ao seu trabalho e a seu comportamento geral. Está sempre associado aos outros ritmos, apesar de poder estar mais enfatizado em uma dada ação. Origina-se do uso de direções relacionadas entre si, resultando em formas e configurações espaciais.

153 ritmo métrico (G.)

Ritmo métrico é o ritmo executado em conformidade a unidades de tempo mensuráveis. É o ritmo medido, quantificado, restringido a batidas e contagens. Agentes cuja movimentação utiliza mais saltos e/ou pulos são movedores naturalmente métricos. v. *métrica* (nº 113, p. 93).

154 ritmo não métrico (G.)

Ritmo não métrico é executado em conformidade com o ritmo interno ou biológico: a pulsação cardíaca, o ritmo respiratório, o fluir da corrente sanguínea. Agentes cuja movimentação utiliza mais gestos, são movedores naturalmente não métricos.

155 ritmo-peso (G.)

Ritmo-peso é a maneira como o agente utiliza os acentos rítmicos da(s) frase(s) de movimento. v. *acento rítmico* (nº 10, p. 25). Para que este tipo de ritmo aconteça, é necessária a fusão de acentuação (peso) e duração (tempo). Está sempre associado aos outros ritmos, apesar de poder estar mais enfatizado em uma dada ação. Origina-se das associações breves e longas com partes mais acentuadas e não acentuadas, ou pouco acentuadas, de uma frase ou sequência de movimentos.

156 ritmo-tempo (G.)

Ritmo-tempo é a maneira como o agente lida com o fluxo contínuo do movimento. Está sempre associado aos outros ritmos, apesar de poder estar mais enfatizado/destacado em uma dada ação. Origina-se dos ritmos produzidos pelos movimentos corporais. Estes movimentos podem ter durações regulares ou irregulares. v. **ritmo do esforço** (nº 151, p. 112). v. **ritmo métrico** (nº 153, p. 113). v. **ritmo não métrico** (nº 154, p. 113).

157 sentido cinestésico (G.)

Sentido cinestésico é o sentido mediante o qual percebe-se o esforço muscular, o movimento e a posição do corpo no espaço.

158 sequência de movimentos (G.)

Sequência de movimentos é organização da combinação de frases de movimento. Em uma sequência, **preparação** e **recuperação** se juntam e formam uma transição. v. **transição de frase de movimento** (nº 182, p. 129).

159 sistema *effort/shape* (G.)

Sistema *effort/shape* é um método de descrição das mudanças das qualidades do movimento em termos de modos de manifestação e em termos de modos de adaptação do corpo no espaço. Este sistema permite a análise e a anotação da dinâmica expressiva do movimento. Esta anotação é realizada a partir de diagramas que permitem especificar:

- 1 - a qualidade do movimento = é o **esforço/effort**,
- 2 - a configuração que o movimento toma no espaço tridimensional = **forma/shape**.

A corêutica – **princípios espaciais do movimento** – e a eukinética – **princípios qualitativos do movimento** – são a base desse sistema (SERRA, 1990).

Warren Lamb desenvolveu o Sistema *Effort/Shape*. Lamb formulou o conceito *shape* como correlato a *effort* fundamentado na codificação de Laban das afinidades de relação das qualidades de esforço com específicas dimensões do espaço, apresentadas no livro *Choreutics* (1966). Lamb criou um conjunto de sinais para *shape* que se referem a *effort*, ampliando mais ainda os diagramas de Laban. Este método de notação e de análise tornou-se um sistema estabelecido e utilizado de vários modos e para diferentes fins, todavia, sem perder sua origem na Eukinética e na Corêutica.

160 tema de movimento (G. – AT.)

(definição dos **dezesesseis Temas**: a partir de LABAN, 1948, 1963 e 1990; DUSCHENES, apostilas e anotações de aulas – 1977 a 2000 e PRESTON-DUNLOP, 1963 e 1980).

Tema(s) de movimento(s) são um instrumental didático, de aprendizado da teoria de movimento. Cada um dos temas, trata de um conceito e/ou uma idéia de movimento e corresponde a uma etapa na progressão da sensação e compreensão mental/emocional do movimento. Um Tema é sempre desenvolvimento de outro(s).

161 tema de movimento I – relacionado com a consciência do corpo (G. – AT.)

Trata de conscientizar para as possibilidades do uso do corpo e partes do corpo para se mover ou dançar. Este Tema trata de como coordenar as bases mecânicas constituintes do movimento, as quais são dobrar, esticar e torcer e de funções cinéticas elementares. v. **sentido cinestésico** (nº 157, p. 114). Este Tema tem sub-temas a serem experienciados:

- ♦ **corpo em movimento e imobilidade;**
- ♦ **Uso simétrico e assimétrico do corpo;**
- ♦ **Ênfase em partes do corpo;**
- ♦ **Liderando o movimento com partes específicas do corpo;**
- ♦ **Transferência do peso e gestual;**
- ♦ **Relações entre partes do corpo.**

162 tema de movimento II – relacionado com a consciência do peso e do tempo (G. – AT.)

Trata de conscientizar para as possibilidades da experiência do movimento sustentado ou súbito, firme ou leve, de qualquer parte do corpo. Este Tema é o primeiro, entre vários que lida com dinâmicas e ritmos do movimento. v. **dinâmica** (nº 47, p. 50). v. **ritmo métrico** (nº 153, p. 113). v. **ritmo não métrico** (nº 154, p. 113).

163 tema de movimento III – relacionado com a consciência do espaço (G. – AT.)

Trata de conscientizar para as possibilidades de uso do espaço. É o primeiro tema no qual o foco não é o agente, mas sim o seu meio ambiente. Este Tema tem sub-temas a serem experienciados:

- ◆ Usando o espaço – explorando, preenchendo, penetrando, envolvendo, etc.;
- ◆ Áreas espaciais – três áreas fundamentais: baixa, média e alta. v. **nível espacial** (nº 137, p. 101);
- ◆ Zonas do corpo – cada parte tem seu lugar. Explorar as possibilidades de harmonia natural do corpo, mas também uma parte “conhecer” o lugar da outra;
- ◆ Extensão no espaço – trata da mudança de foco: para perto do corpo e para longe do corpo;
- ◆ Palavras espaciais – palavras que oferecem indicações espaciais e que estimulam a exploração do movimento no espaço. São, em geral, preposições: por cima; por baixo, ao redor, através, longe, etc.:

- ♦ **Ações espaciais básicas** - ações que resultam de movimentos nas direções das três dimensões: **emergindo** (para cima), **afundando** para baixo), **alargando** (para o lado abrindo), **estreitando** (para o lado fechando), **avanzando** (para frente), **retraindo-se** (para trás). Estas ações proporcionam sensações cinestésicas básicas. v. **dimensão espacial** (nº 46, p. 49).

164 tema de movimento IV – relacionado com a consciência da fluência do peso corporal no espaço e no tempo (G. – AT.)

Este Tema trata da fluência e suas qualidades e completa a explanação e experiencição dos quatro fatores de movimento. Este tema também lida com momentos no movimento. Estes momentos são identificados como as qualidades de esforço associadas aos fatores: leve, firme, sustentado, súbito, direto, flexível, livre, controlado. v. **fator de movimento** (nº 83, p. 70). v. **tema de movimento VII** (nº167, p. 121).

165 tema de movimento V – relacionado com a adaptação a parceiros (G. – AT.)

No presente Tema, o ambiente torna-se outra(s) pessoa(s). No Tema III o ambiente era o próprio espaço. Este Tema tem sub-temas a ser experienciados:

- ◆ Fazendo o mesmo - o mesmo que brincar de espelho;
- ◆ Conversações em movimento - perguntas e respostas em movimento;
- ◆ Dançando junto - a idéia principal é criar algo que não possa ser feito por só um agente;
- ◆ Dançando para o parceiro - treinar a observação de movimentos;
- ◆ Dançar em duos, trios, quartetos, etc.

166 tema de movimento VI – relacionado com o uso instrumental do corpo (G. – AT.)

O propósito deste Tema é favorecer a consciência geral ganha por meio do Tema I. Primeiramente a atenção é dada ao que o corpo é capaz de fazer, atuando como um instrumento. Depois, procura-se construir um vocabulário técnico por meio da prática de diferentes atividades. As ações são miméticas, como por exemplo usar a mão como uma faca, entretanto à medida que ação é experienciada e aumentada, o elemento mimético se dissolve. Este Tema também lida com as denominadas cinco ações do corpo:

1. gestos - incluem todos os movimentos do corpo, os quais não estão concernentes em suportar o peso;
2. passos - incluem todas as transferências de peso de um suporte para outro;
3. locomoção - inclui maneiras de transportar o corpo de um lugar para outro;
4. pular - inclui todos os movimentos nos quais não há ponto de suporte;
5. virar - inclui todos os movimentos nos quais é feita uma mudança de frente.

Todas estas ações podem ser executadas com diferentes combinações entre elas. Este tema também trata da imobilidade, relacionando-a primordialmente às qualidades da fluência do movimento e à forma e equilíbrio do corpo.

167 tema de movimento VII – relacionado com a consciência das oito ações de esforço básicas (G. – AT.)

Este Tema é uma progressão dos Temas II e IV. Na dança as oito ações de esforço básicas não aparecem de uma maneira absolutamente completa. Entretanto, as ações de esforço são capazes de acentuar importantes momentos do movimento e este Tema trata de identificá-las, experienciá-las e dominá-las isoladamente, buscando demonstrar as suas diferenças de qualidades. v. ação de esforço básica (nº 2, p. 20).

168 tema de movimento VIII – relacionado com os ritmos ocupacionais (G. – AT.)

Este Tema faz uma ligação entre os Temas V, VI e VII e prepara para o Tema X. O objetivo deste Tema é ligar movimento criativo com movimento de trabalho, mostrando que os mesmos princípios e características estão envolvidos em movimentos práticos e expressivos. Originalmente este Tema correspondia a aprender a compor a partir de canções e de sons produzidos no trabalho. Este Tema tem sub-temas a ser experienciados:

- ◆ **Ações mímicas de trabalho - experienciar e analisar e o que acontece na ação;**
- ◆ **Trabalhos em pares ou grupos - ações e jogos em conjunto;**
- ◆ **ritmo da ação - preparação, ação e recuperação. v. frase de movimento (nº 93, p. 81); várias ações dentro de uma ação principal;**
- ◆ **Estados de ânimo e ações de trabalho. v. atitude interna (nº 17, p. 33). v. estado de ânimo (nº 79, p. 68). Diferentes atitudes ou estados de ânimo podem ser imprimidos às ações, buscando assim diferentes formas de executá-las;**
- ◆ **Traduzindo o trabalho em dança - repetição do ritmo, elaboração do padrão de movimento.**

169 tema de movimento IX – relacionado com as formas do movimento (G.- AT.)

Este Tema é uma progressão das idéias contidas no Tema III. O propósito deste tema é que padrões e formas imaginados, sejam transformados em movimentos guiados e controlados pela rede cinestésica. **v. sentido cinestésico** (nº 157, p. 114). Este Tema tem sub-temas a ser experienciados:

- ◆ Padrões espaciais básicos - Linhas retas, curvas e torcidas;
- ◆ Progressão espacial e tensão espacial;
- ◆ tamanho do movimento - Configurações do corpo, grandes e pequenas e suas inúmeras gradações, experienciadas em relação a formas e padrões de movimento;
- ◆ Formas corporais - Como-agulha, como-muro, como-bola, como-parafuso.

170 tema de movimento X – relacionado com os ritmos dinâmicos e as transições das oito ações básicas (G. – AT.)

Este tema é um desenvolvimento dos temas II e IV, nos quais as ações foram identificadas separadamente e do Tema VII. O objetivo deste Tema é experienciar, para reconhecer e dominar mudanças de uma qualidade de esforço para outra. **v. ação básica de esforço** (nº 2, p. 20). **v. qualidade de esforço** (nº 146, p. 110).

Apresentamos tabelas de transições de esforços:

Transição gradual

	Mudança de Tempo	Mudança de Peso	Mudança de Espaço
Flutuar	Sacudir	Torcer	Deslizar
Socar	Pressionar	Pontuar	Talhar
Deslizar	Pontuar	Pressionar	Flutuar
Talhar	Torcer	Sacudir	Socar
Pontuar	Deslizar	Socar	Sacudir
Torcer	Talhar	Flutuar	Pressionar
Sacudir	Flutuar	Talhar	Pontuar
Pressionar	Torcer	Deslizar	Torcer

Transição menos gradual

	Mudança de Peso e Tempo	Mudança de Tempo e Espaço	Mudança de Espaço e Peso
Flutuar	Talhar	Pontuar	Pressionar
Socar	Deslizar	Torcer	Sacudir
Deslizar	Socar	Sacudir	Torcer
Talhar	Flutuar	Pressionar	Pontuar
Pontuar	Pressionar	Flutuar	Talhar
Torcer	Sacudir	Socar	Deslizar
Sacudir	Torcer	Deslizar	Socar
Pressionar	Pontuar	Talhar	Flutuar

Transição abrupta

	Mudança de Espaço, Peso e Tempo
Flutuar	Socar
Socar	Flutuar
Deslizar	Talhar
Talhar	Deslizar
Pontuar	Torcer
Torcer	Pontuar
Sacudir	Pressionar
Pressionar	Sacudir

171 tema de movimento XI – relacionado com a orientação espacial (G. – AT.)

Este Tema contém os princípios dados no Tema III e está estreitamente conectado ao Tema IX. Este Tema trata de criar um esquema para transformar o espaço em uma estrutura, com a qual o movimento se relaciona e se orienta. Neste estudo da organização espacial, Laban apresentou vinte e sete direções espaciais básicas. Seis dimensionais, oito diagonais, doze diametrais e o vigésimo sétimo ponto é a pessoa, de cujo centro do corpo irradiam-se estas direções. **v. as vinte e sete direções de orientação espacial** (nº 16, p. 28). **v. poliedro** (nº 145, p. 109).

Neste Tema apresenta-se conceitos fundamentais da corêutica de Rudolf Laban. **v. corêutica** (nº 36, p. 42).

172 tema de movimento XII – relacionado às afinidades de esforço e forma (G. – AT.)

Este Tema trata da ligação entre esforço e forma no movimento e integra o trabalho dos Temas IX, X e XI. É o primeiro Tema no qual a inter-relação entre o corpo e os aspectos espaciais e dinâmicos do movimento são abordados como uma coisa só. Há liberdade total de escolha, o agente pode escolher qualquer forma e qualquer ritmo e usar qualquer parte do corpo. Entretanto este Tema apresenta formas que combinam melhor com certos esforços, ou sucessão de esforços, do que outras. v. **harmonia espacial** (nº 98, p. 84).

173 tema de movimento XIII – relacionado com a elevação do solo (G. – AT.)

Este Tema apresenta formas de se experienciar o natural impulso de superação da força da gravidade. Este Tema tem sub-temas a ser experienciados:

- ◆ Saindo do chão;
- ◆ Partes específicas do corpo, levando o peso em direção ao ar;
- ◆ Formas e elevação;
- ◆ Esforço e elevação;
- ◆ Volta ao chão;
- ◆ Elevação sem pulo;
- ◆ Jogos com parceiros e grupos;
- ◆ Música e elevação.

174 tema de movimento XIV – relacionado com o despertar da sensação de grupo e a composição de grupo (G. – AT.)

Este é um Tema tratado de forma bastante pessoal por agentes. Muitos acham o trabalho em grupo irrelevante. Outros acreditam que a sensação de grupo é importante.

Este Tema tem sub-temas a ser experienciados:

- ◆ Sendo parte de um grupo;
- ◆ Liderando e adaptando-se num grupo de improvisação;
- ◆ Ações de grupo miméticas;
- ◆ Compondo para e dirigindo um grupo;
- ◆ Relações de Espaço;
- ◆ Relações de Fluência;
- ◆ Relações de Peso;
- ◆ Relações de Tempo.

175 tema de movimento XV – relacionado com as formações grupais (G. – AT.)

Este tema trata de formas e relações entre o grupo. O propósito deste Tema é que as formações tenham relação com o conteúdo como um todo.

Este Tema tem sub-temas a ser experienciados:

- ◆ O grupo atuando como uma unidade;
- ◆ Formações de grupos lineares, irregulares, fragmentadas;
- ◆ Recursos visuais que auxiliam as formações (objetos, esculturas, elementos da natureza).

176 tema de movimento XVI – relacionado com significado, expressão, comunicação e corporificação/*embodiment* e/ou materialização (G. – AT.)

Este Tema trata de desenvolver habilidades básicas como suporte para o processo criativo. Este Tema lida também com demonstrar que auto-expressão e criação artística não são a mesma coisa.

O Tema XVI tem sub-temas a ser experienciados:

- ◆ Significado, expressão, comunicação;
- ◆ Conteúdo de uma composição de dança;
- ◆ O processo criativo;
- ◆ Formas coreográficas;
- ◆ Instrumentos coreográficos;
- ◆ Coreografia como um evento multimídia;
- ◆ Da expressão à corporificação/*embodiment*.

177 traço-forma (COR.)

Traço-forma é a forma traçada no espaço (ou a forma que se configura no espaço) pelo movimento do corpo ou partes dele, durante uma trajetória.

178 trajetória (COR.)

É a união dos pontos por onde se desloca o movimento. A trajetória define o ponto exato de início do movimento, para onde é conduzido e aonde chega.

179 trajetória central (COR.)

Trajétória central é a representação da ligação de locações através do centro do corpo, indo para ele ou para fora dele. v. **locação** (nº 112, p. 93).

180 trajetória periférica (COR.)

Trajétória periférica é a representação da ligação de locações de bordas ou cantos da cinesfera e dos poliedros imaginários. v. **locação** (nº 112, p. 93).

181 trajetória transversal (COR.)

Trajétória transversal é a representação da ligação de locações feitas entre o centro e a periferia da cinesfera. Por exemplo: alto/direita para atrás/baixo; frente/alto para direita/atrás. Trajetórias transversais só são encontradas na orientação espacial icosaedral. v. **icosaedro** (nº 99, p. 84). v. **locação** (nº 112, p. 93).

182 transição de frase de movimento (G.)

Transição de frase de movimento é a conjunção da preparação e da recuperação de um movimento. O movimento de recuperação numa frase é, frequentemente, a preparação da outra. v. **frase de movimento** (nº 93, p. 81).

183 transversal (COR.)

Transversal e/ou transversais são linhas que atravessam a cinesfera, passando entre o centro e a periferia. Importante ressaltar que a transversal não corre paralela à diagonal. Exemplo de transversal:

- de alto-direita para atrás-baixo;
- ou de alto-direita para esquerda-baixo.

No exemplo dado é possível perceber que a transversal passa entre diferentes planos. A transversal é também denominada de **inclinação**. Usualmente o movimento transversal tem um traçado de linha reta. Entretanto, pode ter traçado de linhas curvas ou sinuosas. v. **inclinação contínua** (nº 105, p. 88). v. **inclinação aplanada** (nº 106, p. 89). v. **inclinação pontiaguda** (nº 107, p. 90). v. **trajetória transversal** (nº 181, p. 129).

184 treinamento do ator (G.)

Treinamento do ator é uma das ramificações dos estudos de Laban. Para Laban, voz é movimento expressivo das cordas vocais e os outros movimentos do corpo devem se agregar, todos num mesmo ritmo e/ou fluxo total. v. **fluxo do movimento** (nº 88, p. 80). Ao treinar atores, Laban aplicou seus princípios. Procurou caracterizar o período em que a peça se passava, seus costumes, o modo de se vestir, para fazer com que os atores desenvolvessem seu sentido de espaço e tempo, suas habilidades de observação e sensibilidade para a dinâmica do movimento. Nas suas observações, constatou que o ator tinha mais “vida interior” do que o bailarino. Porém, achava o teatro muito “pictórico”, ou seja, estático, com pouca plasticidade (diga-se tridimensionalidade). Era preciso que o ator encontrasse novos parâmetros dentro do seu próprio corpo, aplicando o mesmo “pensar por movimentos” que se aplicava à dança. v. **pensar por movimentos** (nº 143, p. 104).

185 unidade corêutica (COR. – AT.)

(conceito de Valerie Preston-Dunlop)

Unidade corêutica é uma parte da forma corêutica. É uma linha, um ângulo ou uma curva que tem conteúdo direcional. v. **forma corêutica** (nº 90, p. 80).

4. Conclusão

Descobertas e conclusões foram surgindo ao selecionar os movimentos-palavras apresentados, e, durante este processo de sucessiva reorganização de formas mais apropriadas de categorização, o foco se manteve não só no dicionário, como também no agente usuário. Julgamos ter cumprido nosso objetivo de reunir e divulgar a terminologia da Teoria de Movimento de Laban para uso dos estudantes e profissionais das Artes Corporais e do Movimento.

O ato de ler-manusear o dicionário várias vezes, devido aos *links*, visa enfatizar a correlação inerente entre pensamento, fala e ação. O ensino do movimento e a prática da criação artística, não devem estabelecer uma aparente e arbitrária divisão desta tríade. A Teoria de Movimento de Rudolf Laban reflete a ênfase dada a este aspecto unificador e oferece subsídios para uma melhor expressão verbal do movimento corporal.

Concluimos que temos para oferecer um dicionário de consulta que apresenta estímulos para a criatividade. Ele pode ser usado para aumentar o vocabulário corporal de diferentes faixas etárias. Pode ser utilizado também pelo professor da Rede Pública. Mostra-se ser proveitoso na explicação de gestos, movimentos e passos de dança. É útil para o coreógrafo na criação de coreografias e para o intérprete durante a criação artística. Na mesma linha de descobertas, percebemos que a classificação das sensações de movimento é feita quanto às suas qualidades e que Laban constituiu um rico instrumental para esta interpretação.

No decorrer do aprofundamento na pesquisa hoje estruturada, percebemos que o **Dicionário Laban** não é um objeto concluído, embora julguemos que tenha cumprido sua etapa de Mestrado. Como qualquer dicionário, esta pesquisa tem a proposta de ser um trabalho aberto, vivo e com espaço para receber as inúmeras contribuições de agentes das áreas afins a ele e com capacidade para absorver as transformações e evoluções que ocorrem dentro do próprio uso de um determinado vocabulário corporal.

5. Bibliografia

ANDRADE, M. e HENRIQUES, A. – *Língua Portuguesa. noções básicas para cursos superiores.* São Paulo: Atlas, 1997.

ANDRADE e MEDEIROS, J. – *Curso de Língua Portuguesa para a área de humanas.* São Paulo: Atlas, 1997.

ARRUDA, S. – *A arte do movimento.* São Paulo: P N Gráficos e Ed. Associados, 1988.

BARNHART, R. K. – ed. *The Barnhart concise dictionary of etymology.* New York: Harper Collins Publishers, 1995.

BARTENIEFF, I. & LEWIS, D. – *Body movement.* New York: Gordon and Breach, 1980.

BARTENIEFF, I. & DAVIS, M. – *Effort/Shape analysis of movement: the unity of approaches to movement and personality.* New York: Arno Press, 1972.

BARTENIEFF, I., DAVIS, M; FORRESTINE, P. – *Four adaptations of Effort Theory in research and teaching.* New York: Dance Notation Bureau, Inc., 1973.

BECHARA, E. – *Moderna gramática Portuguesa.* Rio de Janeiro: Lucerna, 2000.

BOURCIER, P. – *História da dança no ocidente.* São Paulo: Martins Fontes, 1987.

CALABRESE, O. – *A linguagem da arte.* Lisboa: Editorial Presença, 1986.

CAMPEDELLI, S. Y. e SOUZA, J. B. – *Gramática do texto – texto da gramática.* São Paulo: Saraiva, 1999.

CARVALHO, ELIEZER, LIGETI, SERRA, CIORNAI, KENZLER – *A arte cura? Recursos artísticos em psicoterapia.* Campinas: Editorial Psy II, 1995.

CAMBRIDGE INTERNATIONAL DICTIONARY of ENGLISH. Cambridge: Cambridge University Press, 1999.

CLARKE & CRISP – *Ballet, an illustrated History.* London: and C. Black Ltd. , 1973.

- CORDEIRO, CAVALCANTI, C.; HOMBURGER, C.** – *Método Laban, nível básico*. São Paulo: Edição LabanArt, 1989.
- CORDEIRO, A.** – *Nota-Anna - a escrita eletrônica dos movimentos do corpo baseada no método Laban*. São Paulo: Annablume: FAPESP, 1998.
- COTON, A. V.** – *The new ballet. Kurt Jooss and his work*. London: Dennis Dobson, 1946.
- CUNHA, A. G.** – *Dicionário etimológico da Língua Portuguesa*. 2ª ed. aum. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1997.
- DELL, C.** – *A primer for movement description*. New York: Dance Notation Bureau, 1970.
- – *Space harmony, basic terms*. Revised by Crow. Second Printing. New York: Dance Notation Bureau, 1975.
- DICIONÁRIOS ACADÊMICOS, Alemão – Português, Português – Alemão**. São Paulo: Martins Fontes, 1983.
- DUSCHENES, M.** – *Arte do movimento*. Londres, 1970. Monografia para Obtenção de Certificado. Laban Art of Movement Centre.
- – *Apostilas e anotações de aula*. São Paulo, 1977 – 1999.
- FERREIRA, A. B.** – *Novo Aurélio, o dicionário da Língua Portuguesa, século XXI*. 3ª edição, revista e ampliada. Rio de Janeiro: Nova Fronteira, 1999.
- FERNANDES, F.** – *Dicionário de sinônimos e antônimos da Língua Portuguesa*. 36ª ed./rev. e ampl. por C. P. Luft. São Paulo: Globo, 1997.
- – *Dicionário de verbos e regimes*. 41ª ed. São Paulo: Globo, 1996.
- GUIRAUD, P.** – *A linguagem do corpo*. São Paulo: Ática, 1991.
- HAZAN, F.** – *Dictionnaire du ballet moderne*. Paris: Delaporte, 1957.
- HUTCHINSON, A.** – *Labanotation*. New York: Dance Notation Bureau, 1954.
- JACOB, M. D.; FRANCONI, C. A.; LOSSOW, W.** – *Anatomia e fisiologia humana*. 5ª ed., Rio de Janeiro: Guanabara, 1990.
- KESTENBERG, J.** – *The role of movement patterns in development*. Vol. 1 New York: Dance Notation Bureau Press, 1977.

- KIRSTEIN, L.** – *A short history of classic theatrical dancing*. Princeton: Princeton Book Company, Publishers, 1987.
- KNUST, A.** – *A dictionary of kinetography Laban (labanotation)*. Volume 1, Volume 2. London: Mac Donald & Evans, 1979.
- KOELLREUTTER, H.J.** – *Terminologia de uma nova estética da música*. Porto Alegre: Editora Movimento, 1990.
- LABAN** – *Modern Educational Dance*. London: MacDonald and Evans, 1948.
- – *Principles of dance and movement notation*. London: MacDonald & Evans, 1956.
- – *Modern Educational Dance*. Second Edition, revised by Lisa Ullmann. London: MacDonald and Evans, 1963.
- – *Choreutics*. Annotated and edited by Lisa Ullmann. London: MacDonald and Evans, 1966.
- – *The mastery of movement*. Third edition, revised and enlarged by Lisa Ullmann. Boston: Plays, INC., 1971.
- and **LAWRENCE, F.C.** – *Effort- Economy of human movement*. London: MacDonald and Evans, 1974.
- – *A life for dance. Reminiscences*. Translated and annotated by Lisa Ullmann. London: MacDonald & Evans, 1975.
- – *Domínio do movimento*. São Paulo: Summus, 1978.
- – *A vision of dynamic space*. London and Philadelphia: The Falmer Press, 1984.
- – *Dança educativa moderna*. São Paulo: Ícone, 1990.
- LAMB, W.** – *Posture and gesture- an introduction to the study of physical behavior*. London: Gerald Duckworth & CO. LTD., 1965.
- and **Turner, D.** – *Management behavior*. London: International Universities Press, inc., 1969.
- LANGENSCHIEDTS TASCHENWÖRTERBUCH** – Deutsch – Portuguesisch. Berlin: Langenscheidt, 1960.

- LAUNAY, I.** – *À la recherche d'une danse moderne. Rudolf Laban – Mary Wigman.* Paris: Editions Chiron, 1996.
- LOPES, J.** – *Coreodramaturgia: a dramaturgia do movimento.* Campinas: UNICAMP, Instituto de Artes, 1998.
- MALETIC, V.** – *Body – space – expression / The development of Rudolf Laban's movement and dance concepts.* Berlin: De Gruyter, 1987.
- MARTIN, J.** – *The modern dance.* New York: Dance Horizons, 1972.
- MASSAUD, M.** – *Dicionário de termos literários.* 7ª ed., São Paulo: Cultrix, 1995.
- MCKECHNIE, J. L.** – *Webster's new universal unabridged dictionary.* 2ª ed. New York: Dorset and Baber, 1983.
- MESQUITA, R, M.** – *Comunicação não verbal: Atuação profissional e percepção da psicodinâmica do movimento expressivo.* São Paulo, 1997. Tese de Doutorado – Universidade de São Paulo.
- MICHAELIS:** *Moderno dicionário da língua portuguesa.* São Paulo: Melhoramentos, 1998.
- MICHEL, M. et GINOT, I.** – *La danse au XXe siècle.* Évreux: Bordas, 1995.
- MIRANDA, R.** – *O movimento expressivo.* Rio de Janeiro: FUNARTE, 1979.
- MORAIS, F.** – *Arte é o que eu e você chamamos arte – 801 definições sobre arte e o sistema da arte.* Rio de Janeiro: Record, 1998.
- NAVAS, C. e DIAS, L.** – *Dança moderna.* São Paulo: Secretaria Municipal de Cultura, 1992.
- NEWLOVE, J.** – *Laban for actors and dancers. Putting Laban's theory in practice.* London: Cox & Wyman, 1998.
- NORTH, M.** – *Movement education – child development through body motion.* New York: E. P. Dutton & CO., INC., 1973.
- NOVO MICHAELIS,** *Dicionário ilustrado. Inglês – Português, Português - Inglês.* 8ª ed., São Paulo: Melhoramentos, 1971. vol. 1 – 2.
- PARTSCH-BERGSOHN** – *Modern dance in Germany and the United States: cross currents and influences.* Tucson: Harwood Academic Publishers, 1994.

- PASTORI, J. P.** – *La danse – des ballets russes à la avant-garde*. Paris: Gallimard, 1996.
- PENTEADO, J. A.** – *Curso de desenho*. 8ª ed. São Paulo: São Paulo Editora, 1970.
- PIRET, S. BÉZIERS, M. M.** – *A coordenação motora*. São Paulo: Summus, 1990.
- PRESTON, D. V.** – *A handbook for modern educational dance*. London: Macdonald and Evans, 1963.
- – *An introduction to kinetography Laban*. Second Edition. London: MacDonald & Evans, 1966.
- – *Dancing and dance theory*. Kent: Scorpion Press, 1979.
- PRESTON, D.V.** – *A handbook for dance in education*. London: Macdonald and Evans, 1980.
- – *Point of departure: the dancer's space*. London: Lime Tree Studios, 1984.
- *Dance is a language isn't it?* London: Laban Centre for Movement and Dance. 1987.
- PRESTON, D.V. and HODGSON, J.** – *Rudolf Laban- an introduction to his work and influence*. Plymouth: Northcote House, 1990.
- – *Dance words – compiled by Valerie Preston-Dunlop*. Amsterdam: Harwood Academic Publishers, 1995.
- – *Looking at dances*. London: Verve, 1998.
- – *Rudolf Laban – an extraordinary life*. London: Dance Books Ltd, 1998.
- PRESTON, D. V.** – *Apostilas e anotações de aulas*. Curso de estudos coreológicos. Londres, julho/2000.
- RECTOR, M. , TRINTA, R.** – *Comunicação do Corpo*. São Paulo: Ática, 1990.
- ROCHA, L.** – *Gramática normativa da Língua Portuguesa*. 37ª ed., Rio de Janeiro: José Olympio, 1999.

- ROUQUET, O.** – *Les techniques d'analyse du mouvement et le danseur*. Paris: Fédération Française de Danse, 1985.
- RUSSEL, J.** – *Modern dance in education*. London: MacDonald and Evans, 1958.
- – *Creative dance in the primary school*. London: Macdonald and Evans, 1975.
- SERRA, S. M. A.** – *The understanding of creative learning in modern dance*. USA, 1977. Dissertação de Mestrado – Ithaca Univ. N. Y.
- – *Analysis of expressive movement qualities in the creative personality*. USA, 1979. Dissertação de Mestrado – Hahnemann Univ. Philadelphia.
- – *Apostilas e anotações de aulas*. Curso de atualização em dinâmica do movimento expressivo. São Paulo, 1993.
- – *Laban: A versatilidade coreográfica expressiva*. São Paulo, 1998. Pesquisa realizada com apoio da **FAPESP –DACo, UNICAMP**.
- STOKOE, P. e HART, R.** – *Expressão corporal na pré-escola*. São Paulo: Summus, 1987.
- TAVARES, H.** – *Teoria literária*. Belo Horizonte: Bernardo Alvares, 1969.
- THORNTON, S.** – *Laban's theory of movement – a new perspective*. Boston: Plays, INC. 1971.
- VASCONCELLOS, L.** – *Dicionário de Teatro*. São Paulo: L & PM, 1987.
- WEBSTER'S COLLEGIATE THESAURES**. *English language – synonyms and antonyms*. Massachusetts: G. and C. Merriam Company Publishers, 1976.
- WEBSTER'S Dicionário Inglês – Português, Português – Inglês**. 10ª ed., Rio de Janeiro: Record, 1998.
- WIGMAN, M.** – *Le langage de la danse*. Paris: Papiers, 1986.