



**ping! GINECEU  
+ ESTIGMA**

Um guia para os corpos e a cidade que eles criam  
María Auxiliadora Gálvez

# INTO THE WILD

**INTO THE WILD** foi um workshop orientado por María Auxiliadora Gálvez que teve lugar nos Jardins do Palácio de Cristal. Encontrando pontos de convergência entre corpo e espaço, e estabelecendo interseções entre ecologia e política socioculturais, uma natureza selvagem emergiu destes jardins. Este guia partilha diferentes práticas de movimento e metodologias somáticas que se focam na capacidade transmissora e recetora da nossa pele.

Julho—Outubro, 2023,  
Jardins do Palácio  
de Cristal

INTO THE WILD – Um guia para os  
corpos e a cidade que eles criam,  
com María Auxiliadora Gálvez

María Auxiliadora Gálvez é Doutora em Arquitectura, Paisagista, Professora do método Feldenkrais e Professora da USP-CEU em Madrid. Desde 2016, dirige a “Plataforma de Somática para Arquitectura e Paisagem” (PSAAP) e o seu laboratório associado (LSAAP). Tem sido distinguida em concursos nacionais e internacionais de urbanismo e arquitetura, destacando-se as VI, VII e IX edições do EUROPAN. A sua obra tem sido publicada e exposta internacionalmente, destacando-se a sua presença na 8.ª e 16.ª Bienal de Arquitectura de Veneza. Como investigadora, foi codirectora de “We Are All able Bodies.

From Sensory Deprivation to Sensory Augmentation” (2018) e é autora dos livros: “Espacio Somático. Cuerpos Múltiples” (2019) e “Descampados. Caminar los paisajes revolucionarios en la ciudad somática” (2022). Atualmente, trabalha em paisagem, arte e arquitetura a partir de um ponto de vista incorporado, explorando as possibilidades da “Arquitectura Somática”. É membro da “International Ambiances Network” (França); faz parte do diretório de investigação do “Centre for Sensory Studies” (Canadá) e participa no projeto internacional Blue Sky Research for the Arts “Navigating Dizziness Together” com sede em Viena.

O ping! Projeto Educativo da Galeria Municipal do Porto, ao longo dos últimos três anos de programação, tem vindo a propor uma série de atividades a partir dos Jardins do Palácio de Cristal e envolvente urbana. Os Percursos para os Jardins com diferentes artistas, investigadores, herbalistas, poetas ou ativistas têm contribuído para que diferentes perspetivas sejam lançadas e discutidas com diferentes públicos. Nestas caminhadas de curta duração, as pessoas levam consigo ideias e estratégias, mas para que se enraizem e se desenraizem pensamentos no campo da ecologia e da arte, o ping! propõe workshops de longa duração. Quem orienta o workshop realiza previamente uma residência artística, propõe uma conferência e coordena um encerramento para o qual participantes apresentam um projeto.

INTO THE WILD um guia para corpos e a cidade que a criam aconteceu entre abril e outubro de 2023, a arquiteta e investigadora María Auxiliadora Gálvez revisitou um conjunto de práticas usadas na PSAAP - Plataforma de Somatica para Arquitectura e Paisagem que coordena a partir de Madrid, com extensões a outras instituições culturais, centros de arte e escolas de arquitetura ou dança.

O workshop dividiu-se em três momentos distintos “Nocturnal Garden”, “Animal Body” e “(E)merging Bodies” permitindo vivenciar e experienciar os Jardins do Palácio de Cristal de formas muito diferentes: algumas ações decorreram ao luar, nas antigas estufas uma construção coletiva surgiu da recolha de elementos naturais, a Capela do Rei D. Carlos recebeu a obra escultórica Piel, uma instalação de formas recortadas em papel. Ao longo de 4 dias, o conceito de Cidade Somática – uma entidade urbana capaz de assumir nos seus sistemas e materialidade as vicissitudes ecológicas e sociopolíticas de múltiplos corpos foi, pouco a pouco fazendo parte de cada movimento e de cada gesto acionado.

A Carne dos Baldios foi o título da conferência aberta ao público geral, a arquiteta apresentou o projeto “Wastegrounds. Walking the Revolutionary Landscapes in the Somatic City” editado no livro “Descampados” em 2022.

Desejamos que este guia INTO THE WILD seja uma nova forma de estabelecer relações e conhecer novas potencialidades entre o corpo e a natureza, aqui nos jardins ou em qualquer outro lugar.

## INTO THE WILD

Um guia para os corpos e a cidade que eles criam

O fluxo de dados que atravessa os nossos corpos é maior do que a nossa consciência consegue processar. As palavras não são o principal meio de comunicação quando estamos na natureza. Em vez disso, os nossos corpos aprendem a reagir ao ambiente, tornando-se mais conscientes de uma ecologia do sensual, prestando atenção ao que está em contato com a nossa pele.

Os nossos sistemas de cognição não-consciente estabelecem um fluxo contínuo de trocas e reações com o ambiente e com os nossos companheiros cognoscentes, como os animais e as plantas. Os marcadores e processos somáticos podem revelar uma consciência corporal alternativa e as imagens corporais que lhes estão associadas, capazes de alterar a nossa percepção, mas também o significado que damos às nossas experiências.

O resultado é uma reformulação das fronteiras e da definição de corpos e ambientes. A natureza selvagem emerge neste workshop a partir de uma perspectiva diferente sobre os nossos corpos urbanos, e estes corpos constroem uma outra cidade. Ser selvagem é perder o medo de estar em contacto... “a la intemperie”.

INTO THE WILD é uma proposta para imersão nas dinâmicas do feroz e do abandono, que existem numa cidade inter-espécies. Daqui resultam corpos emergentes, bem como novas práticas que são capazes de realizar. Os Jardins do Palácio de Cristal são especialmente pertinentes como lugar para incorporar esta pesquisa, uma vez que albergam na sua memória um passado colonial que pode ser confrontado com o conhecimento que os corpos emergentes e a envolvente de áreas selvagens e abandonadas podem revelar.

Convidamo-lo a levar este conhecimento e consciência para outras geografias: este guia INTO THE WILD segui-lo-á.





## Walking the path of water

6. Wasteland - Fonte Pedro V

## Scanning the wild

5. Wasteland - Miradouro Macieirinhas



## Inception

1. Miradouro Ponte da rabia



## Animal Body

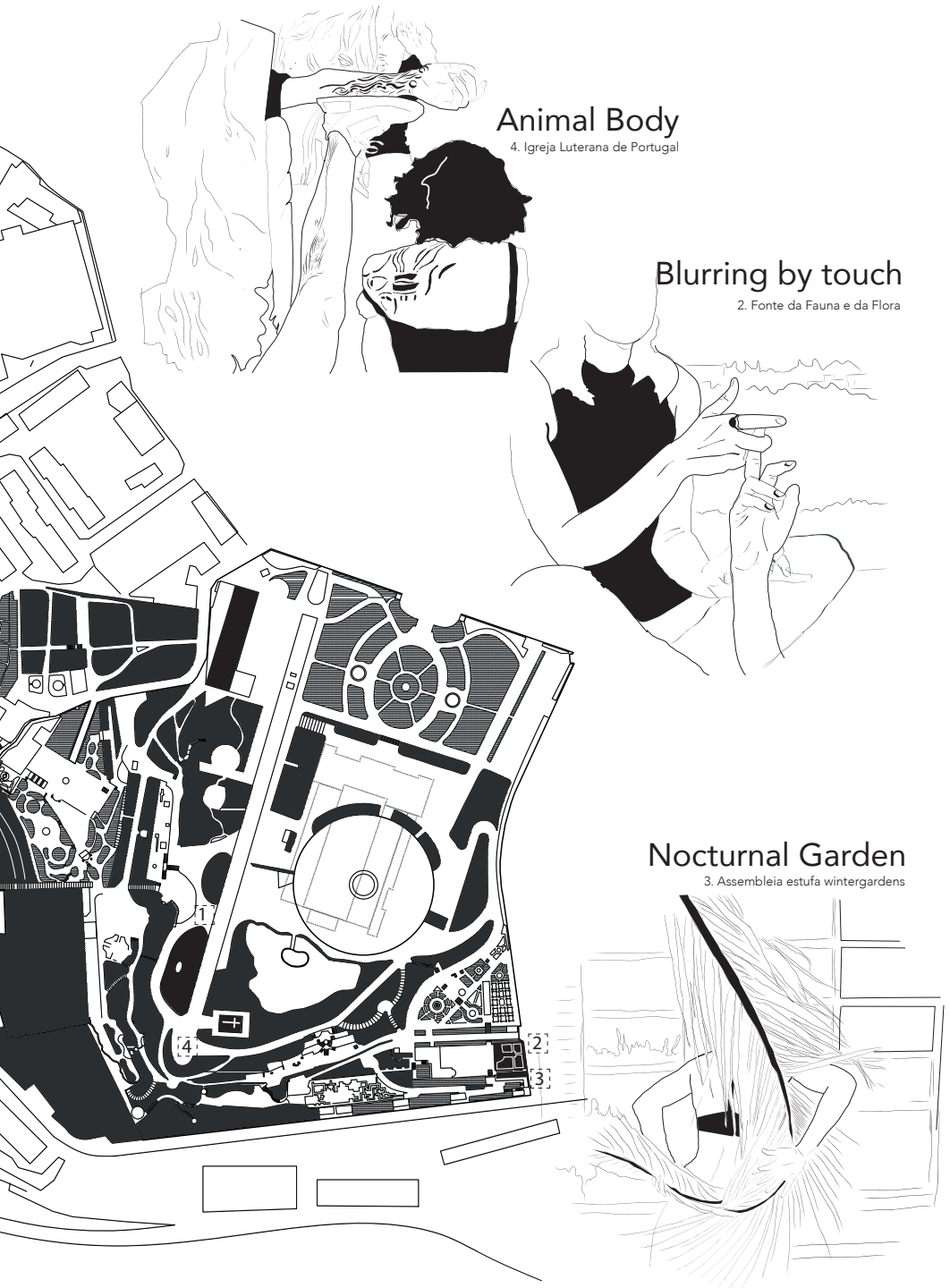
4. Igreja Luterana de Portugal

## Blurring by touch

2. Fonte da Fauna e da Flora

## Nocturnal Garden

3. Assembleia estufa wintergardens



## INCEPTION

(As primeiras experiências de scanning dos corpos e da cidade)

No início, vamos fazer um scan. Vamos digitalizar os nossos corpos e os seus imaginários. Vamos digitalizar a cidade e as suas imagens, e a nossa co-constituição.

Coloque-se de pé, num lugar onde possa alcançar um horizonte urbano de grande alcance. Feche os olhos e sinta como se sente ao estar de pé. Preste atenção ao seu contacto com o solo. Preste atenção à sua respiração.

Abra os olhos e percorra o horizonte: caminhe através da visão, das zonas mais próximas para as mais afastadas.

Agora, estenda o braço à sua frente, com a sua mão à altura do seu ombro. Crie um fio imaginário que liga o nariz à ponta dos

© Helena Fernández López



dedos, de modo que a cabeça e a ponta dos dedos rodem em conjunto, para um lado, ou para o outro. Executando o movimento de um scanner, como varrendo, gire para a direita apenas até ao local que alcança confortavelmente... e volte lentamente ao ponto de partida olhando para a frente. Repita prestando atenção a vários pormenores da linha do horizonte e tendo consciência do seu corpo ao mesmo tempo.

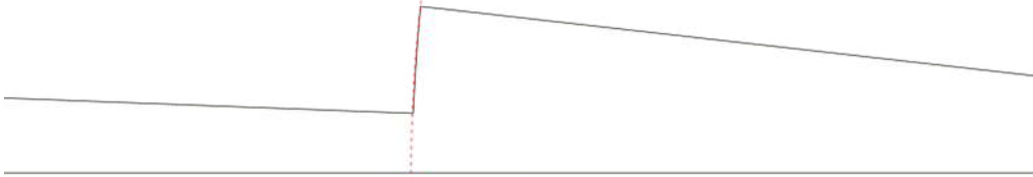




Expansion  
Anushka Athique

Through storytelling we can create an alternate internal image of the self, re-imagining our bodies as a material body. The sea, the sands, corals, seaweed, skeletons, the white cliffs of Dover, the tides and all that is washed in on them, jellyfish carcasses, salted swimmers and timber and trade. Imagining our bodies as other bodies is a matter of faith; of trusting other

bodies to take up residence in our own. To do this we can consider scale and imagine ourselves expanded like the ocean, a vessel for other lives. Or scale down so that bodies can pass through one another. Imagining ourselves as material, hair, bone, calcium, chalk, blood, iron. If we embrace the scale of microbiology, smaller and smaller until we are just atoms shimmering. Imagine the body as vibrating cells. The body in constant movement. The body as a thin frontier between meaning and environment.





© Anushka Athique

Listening with the whole body  
Natalija Boljsakov

Our bodies are composed of around 30 trillion of living cells, each one an universe in itself, constantly pulsating between expanding and contracting inside the sea of inter-cellular fluid, taking in the nutrients, releasing waste. These cells are animated by the same life force that makes the trees grow leaves. They carry the memory of our development in uterus but also of the development of the species starting as a single cell organism in sea waters. Connecting with the mind of the cell gives us access to this knowledge and opens a possibility of a new way of relating to and designing our environments.

Begin by standing on the ground with your eyes open. Try to take in all the information from the environment. What do you perceive?

A letter from Amsterdam  
Lotte van Gelder

Zooming in and out through different languages, sites, and perceptions these three days, we meet in rhythms of confusions and tenderness. This time we are moving away from the walls that surround the garden. Arms pending like unsynchronised metronomes, measuring their personal relations to space. I lag a bit behind the group, as my eyes start to wander and I connect to the stacks of rocks, shelved together. The sadness of the gentrified innards of Porto, the tired feeling of the stones, and recognize the plants that, no matter the square foot/meter price tag, find their way and grow. Eternal optimism, and absolute indifference. Radical we grow.

© Natalija Boljsakov



© Lotte van Gelder

Como medir o tempo que resta até ao pôr do sol

Carla Castiajo

Um amigo ensinou-me como não deixar escapar os últimos raios de sol. Aprendeu com os pescadores que, quando estão no alto mar, precisam de saber quando é que o sol se põe e, para isso, utilizam a própria mão como medida.

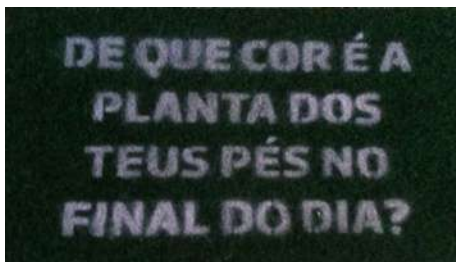
Uma mão = Uma hora.

Desde que aprendi este método, são muitas as vezes que uso a minha mão também como medida. Como fazer: Esticar a mão, perfazendo um ângulo de 90 graus, sobre a linha do horizonte. Se entre o sol e a linha do horizonte couber uma mão, quer dizer que o sol só se irá pôr na linha do horizonte em cerca de uma hora. Se couberem duas mãos, serão cerca de duas horas...

© Carla Castiajo



© Manuela Paulos



## NOCTURNAL GARDEN

A escuridão atuará como uma ferramenta para revelar as ecologias queer da vida, onde as taxonomias não são tão claras. Um passeio noturno leva-nos a uma zona dos Jardins do Palácio de Cristal com umas estufas em ruínas. Aí desenvolvemos uma série de experiências somáticas, leituras, narrativas colectivas e contributos teóricos que terminam num ambiente experimental e participativo dentro de uma estufa e da sua vida vegetal.



Há muito a aprender com os jardins noturnos.

À noite, as categorias tornam-se difusas. Os corpos fundem-se. Os sabores provocam vertigens e todos os nossos preconceitos desaparecem. Criam-se novas ecologias. Nada é artificial, nada é natural, tudo tem voz e os processos são realizados com prazer.

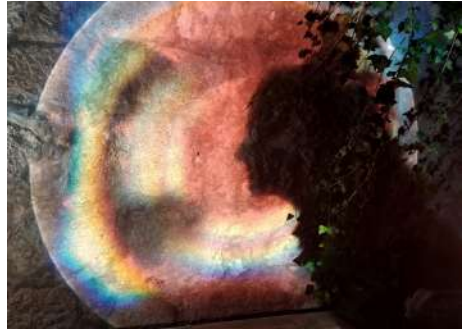
Há muito a aprender com os jardins noturnos.

© Renato Cruz Santos









## ANIMAL BODY

Nunca fomos humanos. As nossas classificações atuais do mundo foram revistas no século XVIII e tiveram profundas implicações culturais e sociopolíticas. Através da experiência somática do nosso corpo interespécies podemos ser imersos numa configuração alternativa dessas classificações que normalmente são tomadas à partida como garantidas.

© Helena Fernández López



Entramos na Capela do Rei Carlos Alberto... e a experiência dá lugar a um ambiente participativo, organizado com uma instalação artística chamada "Pele". Após esta imersão, a consciência da nossa carne animal é explorada através do desenho de tatuagens temporais na pele.

Nunca fomos humanos. Tome consciência do seu corpo animal.

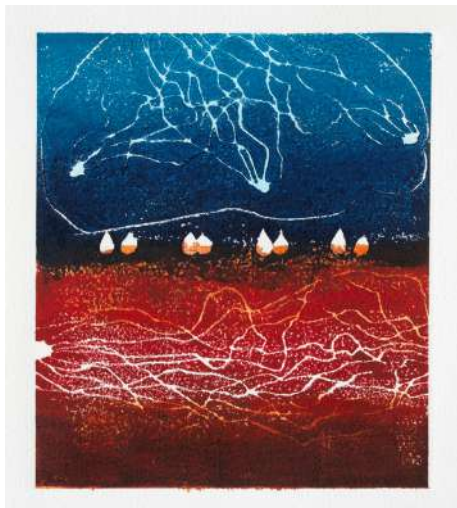


Endo e Radical  
Ema Pina

As xilogravuras têm como ponto de partida as fotografias que tirei durante a sessão Nocturnal Gardens de raízes secas de plantas (seriam paus?), vistas através de um filtro de papel vermelho translúcido. Vistas assim, as raízes trazem-me à memória representações gráficas da camada subcutânea, assemelhando-se as nervuras das plantas às nossas nervuras, quer do sistema circulatório, como veias e artérias, quer do nervoso, como os nervos e as redes neuronais. Mas assemelham-se também às de outros organismos, como as medusas, ou às de fenómenos naturais, como relâmpagos.

Querendo trabalhar o papel, apresentado na instalação da sessão Animal Bodies na Capela do Rei Carlos Alberto com rasgos e cortes, as xilogravuras resultam também elas das fissuras que inscrevi (tatuei?) em sobras dos painéis de madeira que normalmente servem de suporte às minhas pinturas, tornando os filamentos retorcidos entalhados na madeira, e gravados no papel, em fios condutores entre corpos humanos, vegetais, marinhos e atmosféricos.

© Ema Pina



## Sleeping stones

Lotte van Gelder

The ocean tide is low, and the sand stretches far out from the pier. The black and grey rocks curve and tower over. Anushka and myself as we make our way to the water. Inside one of the curvy rocks, a man is curled up sleeping. The soft flesh of his rounded body, spine curved echoing the shrimps' posture, filling the hollow of the stones that appear like pillows, soft. This man and the rock were made for and from each other. And then we meet the sea and the salt for a swim.

© Lotte van Gelder



Um guia para visitantes de Medusozoa  
Marta Pais Oliveira

Aqui não se apresentam instruções de utilização ou de consumo.

Fruição é a possibilidade a que se incita.

### 1. Observações prévias.

§ Medusozoa é um agrupamento taxonómico que inclui medusas, mães d'água, águas-vivas e alforrecas. É também o nome da cidade imaginária a que convidamos a visitar.

§ A uma cidade dever-se-á apresentar um corpo nutrido. O corpo pede atenção contínua, e mesmo em repouso precisa de certas condições - não muito quente, não muito frio. Uma superfície de apoio - não muito macia, não muito dura. Uma certa quantidade de ar para que o sonho corra nas veias.

§ O corpo é uma régua intimamente ligada a processos temporais e espaciais. Evitar entrar em Medusozoa antes de unir carne a ideias.

§ Levantar uma semente para plantar e cuidar durante o tempo de permanência no território. Não sair do território sem entregar o cuidado dessa semente a alguma criatura.

§ Durante a viagem, perguntar-se: o que é um território? O que é uma fronteira?

§ Importa deixar um espaço para, no futuro, deambular. Incentiva-se o desvio do alcance do limite - seja em qualquer forma em que se apresente.

§ Há dois conceitos - indivíduo e coletivo - que podem ser revisitados ao longo da visita.

§ Pensar a cadeira como o artefacto que dita o começo da nossa civilização - e a sua ruína.

§ Antes de entrar, repetir três vezes: movimento é liberdade, liberdade é movimento. O limite do meu movimento é o limite do meu mundo.

§ Se a memória falhar - a memória é frágil, a memória sempre falha - levar algo para registar sensações. § Entrar a dançar com todas as linhas miofaciais da matéria corporal e imaginária. Levar flores.

### 2. Transcrevemos o diário de viagem de um visitante.

Começar por libertar a tensão. Há cuidados a ter - e não cuidados. Que corpo emergirá? Que cidade é esta? E depois da fome a sede, e depois da sede a fome. Amanhã tudo outra vez. Não é que seja contra o utilitarismo, é que me cansei do cálculo constante a querer chegar do ponto a) a ponto b). Ir sem medição de pontos ou do tempo que passou e do tempo que falta. Nem há como saber o espaço percorrido e o que falta percorrer - onde estão as placas de sinalização? A escala do corpo é curiosa, o corpo no mundo e o mundo no corpo. Gostaria de conhecer os pássaros pelo canto e as plantas pelo toque. Escutar os mistérios, as entidades sencientes. Disseram que haveria neste caminho qualquer coisa somática. O que vejo é que os espaços vazios estão a desaparecer, estão a construir desvairadamente. Os espaços de passagem mingam sobre si, não-ligações. Extração contra regeneração numa espiral infinita. Os pés na terra lembram-me qualquer coisa, havia um poema sobre as vértebras do corpo. O teu braço-régua, a linha imaginária que contorna o teu tronco, quero lá saber dos conceitos, quero sensações e a sabedoria espontânea e construções mais ou menos arbitrárias que sabem ser tudo e todos. Lerei sobre a alegoria do ruído e do vazio. As nervuras das plantas, as minhas nervuras, o discurso da chuva, o olho telescópico, desenhar na pele - esta é a minha pele. Não vás ao limite - ou por onde caminhas? O olho fazendo o movimento

da medusa é bonito. Estudarei o micélio, o cogumelo ancestral, dançarei com essas ideias frutíferas. É bonito o olho fazendo o movimento da medusa. Reivindicação, apropriação, individualidade - coletividade, vulnerabilidade. É tudo atenção de olhar e escala? O olho, o braço - de novo. O braço parece crescer. É cuidar fazer crescer? Seria bom ampliar o marginal, liminal. É que o cerco crescente é como incendiar um buraco para ver as formigas fugir.

© Helena Fernández López



Que corpo emergiu? Que cidade nasce? Um corpo não-corpo, um lugar não-lugar, uma não-fronteira, uma não-margem, uma diluição da carne e da ideia. Feras! Ver a definição de selvagem. A língua é o único músculo do corpo que funciona de forma independente de qualquer osso. Há presas e predadores. des-cam-pa-do.

Diz-se de ou terreno extenso, plano, aberto, inculto, sem árvores e desabitado. = BALDIO. E onde se meteu a utopia? Seria bom mudar de ideias. O sangue e entranhas das plantas. O nervo ótico. O alimento no chão - partilhado. A mão a cruz, ramos luzes essa sombra particular. A mão funde-se com as folhas, há luzes na cidade e uma rosa na cabeça, olha só esta paleta de cores - e essa sombra particular. Quantas cores tem? O esqueleto obedece a padrões subtis e são vincados os recortes das flores. Na fenda - a luz. Esticam-se as mãos - as

sombras das mãos - água, água, água. Sentar só no bosque de noite, creio que foi isso que disse, "elas iam e não sabiam para onde, mas que iam." Já não se lava roupa nestes tanques, as videiras caindo nos nossos cabelos. É imperativo e urgente esquecer conceitos. O anonimato abre a curiosidade - e não saber a palavra também. Aqui há uma certa pulsação. Medusa também significa sabedoria feminina, a deusa serpente, expandindo, contraindo.

O que é importante sempre nasce de uma contração. Ser como a língua, corpo sem travessa. Repara no movimento da medusa. Repete comigo - importa a escala, importa o pormenor. São movimentos delicados, abrem e fecham a parte do corpo em forma de disco, corpo azulado feérico tão bonito. Pairar, pairar, escuta o pulsar da medusa. É que também uma pedra se move. Posídon violou Medusa no templo de Atena. Até à procura da cabeça de Górgona - a solidão e a culpa. Culpa de quê? As medusas têm o mecanismo de propulsão mais eficiente do mundo animal. A aceleração é atingida na contração e a desaceleração na fase de relaxamento. É então que o anel sob o corpo do animal, por onde flui a água, gera uma pressão positiva - aí está o impulso extra. Relaxar para um impulso extra ou - respirar. A força que dá impulso também precisa de descansar. Impelir, dar impulso.

No corpo humano, os ossos e músculos precisam de harmonia para criar propulsão. O movimento sempre pede harmonia.

Motores, reatores nucleares - fontes de propulsão - a combustão de líquidos ou gases como gasolina, etanol, álcool, nitrogénio, vontade.

Os corpos diferentes. Vão lutar? Acho que se vão beijar. Uma planta-régua do mundo.

© Helena Fernández López



O que não está cultivado, inculto, maninho. O terréu usado pela comunidade. Claro que há pessoas paradas em movimento e pessoas em movimento paradas. Eles? Eles são nós. A todos os bichos, plantas, fungos, células - é preciso amá-los. Não querer só ir em frente se ir para trás pode ser o melhor caminho. Onde começa um corpo e acaba outro é assunto político. Tudo é economia e olha como é misterioso o pavão.

Do caos aos cosmos vai um salto de fé. Não, não, por favor não atives o discurso, a palavra interrompe a sensação, aninha-te na concha sonora, percorre o descampado do teu corpo, onde não acedes, olha o movimento do bebé - ele ensina o que deve ser aprendido. Se as plantas têm orgasmos é coisa que não entendi. Há essa inteligência vegetal, micro que é macro, a biodiversidade é complexa, não escolhas o caminho trilhado - a aventura é outra forma de poesia. Começar pelo descampado é uma possibilidade - ou outra qualquer. É sensual o não-lugar, vejo explodindo o olho-medusa, o sacrifício do pavão, havia ventos. E surgiu a primeira vez em que um corpinho humano se suspendeu nos próprios pés, sem apoio. A posição ereta abriu a verticalidade de olhar o mundo. Depois as coisas aceleraram muito. O açougueiro que corta carne entre as costelas longas horas tem lesões no pulso como quem pinta telas lindas horas. São lesões similares por excesso de repetição de movimentos. Não repitas os mesmos movimentos! A não ser que sejas esse bebé a por repetidas vezes a bola no cesto - tira e põe, tira e põe, aplaudimos, ri muito de satisfação. Aprendemos pela repetição e como aprender pela não-repetição? Expiar a vergonha de não saber e de falhar, procurar o que é esquisito. Isso começa na palavra ou no movimento? Pediu-se silêncio e ouvia nos ouvidos mudos violência, vigilância, um olhar demorado, toda a pós-verdade dos ar-re-do-res, advérbio, no espaço circundante; em redor, arrabaldes, redondezas. Mas - sussurram - qual é o centro? O que é ser centro? A cenografia importa, é que a performance é difícil de catalogar pelo limite sem fundo. O meu corpo artístico não é o meu corpo humano e sem um corpo humano não tens um corpo artístico. Talvez por uma nova



ecologia mental e relacional, poder gera poder, ausência de poder gera ausência de poder. Sempre assim foi. Está alguém aí? No escuro tremeluz um novo ângulo da verdade. Sem um corpo artístico tenho um corpo humano? Não te escondas. Não te escondas. Desagregar, desunir-se o que estava agregado ou junto = separar, desfazer ou desfazer-se uma ligação ou associação = desligar, desassociar. Dissociar. O limite da minha linguagem é o limite do meu mundo, isso disse-o pausadamente o filósofo. Como se é fora do corpo? Parece continuar a tocar a música, dançam natureza e cultura. Sinestesia, cinestesia, da estética à ética, provocação, resistência.

Ao estudo das orações chamamos eucologia. O corpo - a voz. O não-corpo - a não voz. A canção de vibração particular, sacudir corpos e fundações, não-potência, complacência, prazer e simbiose. Adiante, curar a energia sexual impulsiona a criatividade. Sempre assim será? Esta melodia não cabe nessa palavra. A inquietude deixa pistas e começa a estudar-se o efeito de impelir para trás. Ser toda a parte, ideias diluídas pelos campos como letras indecifráveis. As instruções não são claras, como não é claro viver. Um organismo indivisível é poderoso. Sei que o meu movimento toca todo o organismo, o organismo influi no meu movimento. E as repetições de padrões saltitam por aí, exploram-se suavemente as linhas de fuga, olha a concha em forma de fuso, tibia-fuso, olha o fuso do prego. E os ciclos que não se fecham - avançam em espiral. Há por aí espaços amplos para as névoas se expandirem melhor, trampolins para ideias e desejos, pensamento e criação. Poderíamos, quem sabe, aprender ferramentas de intervenção.

Criaturas no seu meio envolvente - as circunstâncias - a estilhaçar fronteiras com estudos da paisagem - como fonte de linguagem, sagrado e justiça. Liberdade ousadia alegria. Não sei se é pela divisão taxonômica usada na classificação dos seres vivos que tudo se enleou desta forma. Como ver uma coisa e não olhar essa coisa - olhar outra. É que tudo é uma narrativa e quem não crê nisto crê no seu contrário - isso também é possível. Ou em nada crer. As coisas tendem a mostrar a sua essência quando desabam e ficam as traves mestras expostas. Há uma nova atenção, o que sustentava o exterior esventrado, a falência do olhar num brevíário do êxtase. Uma nova atenção cria um novo imaginário. O que é um território? Fundir-me no solo do vento quente da infância - agora caminha. Fusão ou dissecação? A arquitetura do olhar tirando o véu da vértebra e da ideia. Importa ritmo, frequência, vibração, o corpo em mil fragmentos. Estudar o sacro e o umbigo importa. E sobre este apelo do limite - ainda não sei o que fazer. Talvez habitar outra forma corpórea: elefante, serpente, samambaia, besouro, gazela. Corpos no espaço em movimento: podem realizar-se, podem despedaçar-se. Tudo parece ser flutuante. E contudo

3. O visitante nunca mais foi visto.

4. Chegados aqui, é momento de entrar em Medusozoa.

## (E)MERGING BODIES

Após este quarto momento do workshop, novos corpos (e)fundem-se nos limites. Um passeio pelas zonas mais selvagens das redondezas amplificará o horizonte para sinergias e ações diferentes de até então experienciadas nos jardins. Estes novos corpos são capazes de albergar diferentes órgãos sensoriais, com implicações políticas divergentes, como *assemblages*.

© Helena Fernández López



Uma cidade alternativa cresce a partir deles e das suas práticas, revelando ativismos somáticos...



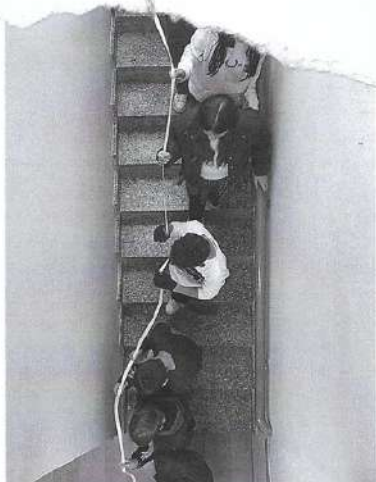




### corpo coletivo

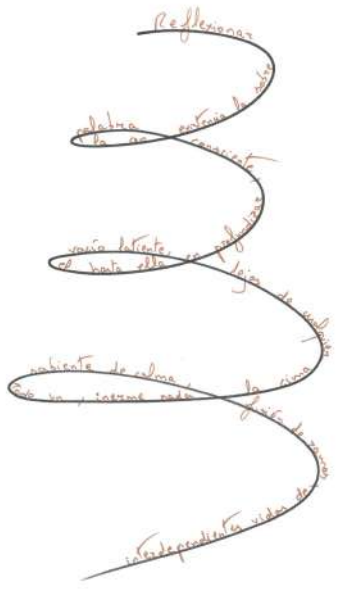
cada um, um corpo, uma força, uma fragilidade,  
um cuidado, uma energia - matéria viva.

a fita, feita de cola em estado sólido, dá a sentir, e a ver,  
o corpo coletivo, e o corpo de cada um, e cada  
força, e cada ponto frágil, e cada gesto de cuidado, e cada  
impulso de energia - matéria viva.

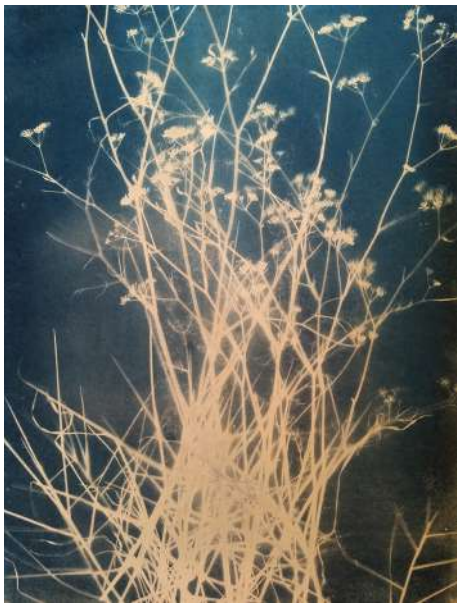


Herbarium  
Najla Leroy

Campo a mar é um caminho cíclico  
que brota da nossa horta fértil  
foge pelo muro de pedras  
atravessa o capim imaturo  
resvela os grelos em flor  
escapa pela rua lateral  
corta o cordão dunar primavera  
avista a ribeira nascente  
goza pelas pedras húmidas  
escorre pelas estrias da maré baixa  
e na foz parteja um ocaso.



© Najla Leroy



(E)merging Questions: Dialogues of Past,  
Present and Future with the Garden of  
the Crystal Palace

Jo Bernardes, Luísa Natário

The images and questions we propose find their source in the situated context of Gardens of the Crystal Palace in Porto. We fundamentally acknowledge these grounds are far from neutral, bearing the weight of history and past wounds, left imperceptible by most humans. Different bodies carry different stories and so we wish to emphasise the inclusive nature of this invitation. These questions have the potential to grow roots anywhere, adapting to individual choices and unique contexts.

Our intention is to provide an open space for contemplation and exploration in any garden, location or landscape. Beyond an individual journey, our aim is to foster a dialogue with spaces and the more-than-human entities that coexist within them. Our proposition seeks to reflect on and amplify concepts of “(e)merging” and interconnectedness, recognizing the interplay of diverse narratives and forging new connections.





What does the organisation of a garden say about our collective history?



How can alternative, unexpected narratives and encounters invite us to engage in conversations about our common future?

What stories can arise when we transgress the borders (visible and invisible) in our path?



How can alternative, unexpected narratives and encounters invite us to engage in conversations about our common future?



What can we sense and learn from more-than-human bodies and the way they relate to each other?



Which elements inspire you to contemplate a deeper understanding of the role of our collective memory in shaping our future?







Para a sua cidade, para o seu corpo. Experiências portáteis.  
María Auxiliadora Gálvez

**BRING IT WITH  
YOU**

## EXPERIÊNCIA 1

### Retângulo colorido — Mapa Corpo-Cidade

(Por favor, dedique algum tempo a fazer esta experiência. Tente não a fazer de forma mecânica, mas explorando... estas instruções são apenas a base para a sua pesquisa, pode brincar com elas. O mais importante é a sua curiosidade e a sua atenção sobre como faz o que faz. Irá descobrir questões sobre si próprio, mas também sobre o ambiente que o rodeia)

Deite-se de costas, feche os olhos e sinta o contacto com o chão. Os seus braços estão esticados ao longo do seu corpo e as palmas das suas mãos estão viradas para o chão. Em primeiro lugar, faça uma análise da sua imagem corporal.

Na sua imaginação, com o seu olho mental, desenhe um mapa. É o mapa do seu contacto com o chão à volta das suas omoplatas. Os limites deste mapa são definidos por um retângulo na parte superior das suas costas, um retângulo onde se encontram as suas omoplatas. As zonas onde sente mais pressão serão desenhadas com uma cor mais intensa, as zonas onde não toca no chão serão deixadas a branco, e pode acrescentar qualquer estado intermédio entre elas. O catálogo de cores pode ser escolhido livremente de acordo com os seus desejos. Consegue imaginar este mapa?

Agora, estenda o braço direito ao comprido, na vertical, perpendicular ao chão, com o cotovelo estendido. Depois, estenda o braço para o teto, vá para a frente, acompanhando esse movimento com uma rotação interna do braço (o polegar deve rodar no sentido dos ponteiros do relógio)... e volte para trás para que a omoplata

toque novamente no chão. Repetir várias vezes. Volte a levantar a omoplata com o braço esticado, mas não o faça ao máximo, apenas observe a percepção dessa ação e até onde o movimento é transmitido. Observe a sua estrutura. Como é que o movimento se organiza? Até onde chega? O que está a fazer a sua cabeça? Se tentar chegar mais longe, ao teto, sem forçar e com as pernas soltas, consegue começar a rolar o corpo para a esquerda? Até onde vai o movimento?

Consegue perceber as mudanças no seu mapa colorido das costas à medida que desenvolve este movimento?

Abandone esta ação e volte à posição inicial, deitado de costas, com os braços esticados no chão, ao longo do corpo. Verifique o seu mapa, há alguma alteração? Em caso afirmativo, ajuste-o e desenhe-o de novo com cores...

... Agora pode repetir este processo com o outro braço... Quando terminar, verifique novamente o mapa e compare-o com o que desenhou no início.

Rode para um lado, sente-se e levante-se. Preste atenção à forma como se vê a si próprio. Como está a sua imagem corporal agora? Como é que a percepção em conjunto com o ambiente?... ande...

Coloque aqui as suas perguntas...

- a. Pode descrever esta experiência?
- b. Quais foram as percepções ou partes do corpo mais visíveis durante a experiência? Quais foram as mais invisíveis?
- c. Que imagem corporal tem depois da experiência? Pode incluir todos os aspectos que quiser. Pode até incluir áreas para além dos limites da sua pele, outras pessoas ou referências ao ambiente.
- d. Encontrou alguma ideia que chegasse aparentemente sem relação com a experiência? Surge algum imaginário?
- e. Para além das experiências corporais e perceptivas associadas a esta ação, gostaria de comentar alguma outra (arquitetónica, política, social, ecológica...)?
- f. Que superfície emerge da cidade em que se encontra? Textura? Composição? É a cidade que gera o mapa em si ou é você que deixa a sua marca no território?
- g. Como é que os dois territórios se relacionam: o do seu corpo e o da cidade em que vive?

## EXPERIÊNCIA 2

### Estrutura flexível — Mapa Corpo-Cidade

(Por favor, dedique algum tempo a fazer esta experiência. Tente não a fazer de forma mecânica, mas explorando... estas instruções são apenas a base para a sua pesquisa, pode brincar com elas. O mais importante é a sua curiosidade e a sua atenção sobre como faz o que faz. Irá descobrir questões sobre si próprio, mas também sobre o ambiente que o rodeia)

Deite-se de costas, feche os olhos e sinta o contacto com o chão. Os seus braços estão esticados ao longo do seu corpo e as palmas das suas mãos estão viradas para o chão. Em primeiro lugar, faça uma análise da sua imagem corporal.

Dobre os joelhos, levante os pés e fique com os joelhos nesta posição, apontando para o teto. Ao longo de toda a experiência, os joelhos estarão a apontar para o teto.

Na sua imaginação, desenhe um retângulo na sua parte da frente. Os quatro vértices são os seguintes: junção da anca direita, junção da anca esquerda, ombro esquerdo, ombro direito. Agora desenhe um outro, equivalente ao anterior, mas nas suas costas. Este estará em contacto com o chão e consigo. Tem agora dois retângulos paralelos. Se fizer linhas verticais que unam todos os vértices (o de baixo com o de cima), obtém o volume de um prisma.

Visualize essas linhas; imagine como elas são e o espaço dentro do prisma. Utilize esta informação para obter uma imagem mais clara de si.

Organize agora o seu movimento de forma a levantar a anca direita do chão e a voltar. Para o fazer, pressione o chão com o pé

direito, com os joelhos ainda apontados para o teto. Observe como o prisma e os dois retângulos se deformam. Faça-o várias vezes, observando lentamente como se faz este movimento e como é a trajetória de transmissão. O que acontece com o volume interior do prisma e com as partes de si que ele contém? O que acontece ao seu contacto com o chão? Deixe-o e observe se há diferenças nos retângulos. Percebe igualmente o lado direito e o lado esquerdo?

Tente fazer o mesmo, mas desta vez levante a anca esquerda. Deixe que a sua respiração seja fluida enquanto se move. Como é que o prisma muda desta vez?

Por fim, volte com todos os pontos para o chão e, da próxima vez, levante o ombro direito e deixe-o voltar. Faça-o várias vezes, mudando a velocidade e o alcance. Observe os seus retângulos. Depois, faça o mesmo só que com o ombro esquerdo. Quando tiver terminado, tente qualquer combinação que possa imaginar: levantar o ombro direito e a anca direita ao mesmo tempo e voltar... levantar o ombro esquerdo e a anca direita e voltar... mudar o ritmo... etc. Brinque... Faça-o observando como o faz e a transformação que ocorre na sua estrutura dos retângulos. Varie o ritmo de execução e observe.

Quando for suficiente, deixe-o, alongue as pernas e observe novamente o seu contacto com o chão e o prisma... faça-o ainda deitado de costas.

Rode para um lado, sente-se e levante-se. Preste atenção à forma como se percepção a si próprio. Como é a sua imagem corporal agora? Como é que se percepção em conjunto com o ambiente?... ande...

Coloque aqui as suas perguntas...

- a. Pode descrever esta experiência?
- b. Quais foram as percepções ou partes do corpo mais visíveis durante a experiência? Quais foram as mais invisíveis?
- c. Que imagem corporal tem depois da experiência? Pode incluir todos os aspectos que quiser. Pode até incluir zonas para além dos limites da sua pele, outras pessoas ou referências ao ambiente.
- d. Encontrou alguma ideia que chegasse aparentemente sem ligação à experiência? Surge algum imaginário?
- e. Para além das experiências corporais e perceptivas associadas a esta ação, gostaria de comentar alguma outra (arquitetónica, política, social, ecológica...)?
- f. Consegue relacionar esta estrutura flexível e os seus ritmos com algumas das outras estruturas da sua cidade ou com os organismos que a habitam?

### EXPERIÊNCIA 3

Um plano a dividir o corpo — um corpo em fragmentos

(Por favor, dedique algum tempo a fazer esta experiência. Tente não a fazer de forma mecânica, mas explorando... estas instruções são apenas a base para a sua pesquisa, pode brincar com elas. O mais importante é a sua curiosidade e a sua atenção sobre como faz o que faz. Irá descobrir questões sobre si próprio, mas também sobre o ambiente que o rodeia)

Deite-se de costas, feche os olhos e sinta o contacto com o chão. Os seus braços estão ao longo do seu corpo e as palmas das suas mãos estão viradas para o chão. Em primeiro lugar, faça uma análise da sua imagem corporal.

Dobre os joelhos, levante os pés e fique com os joelhos nesta posição, apontando para o teto. Ao longo de toda a experiência, os joelhos estarão a apontar para o teto.

Imagine um plano (o plano médio) que divide o seu corpo em duas metades (esquerdo e direito), o plano é perpendicular ao chão... e desenhe a linha da sua intersecção consigo, primeiro ao longo da sua frente e depois ao longo das suas costas.

Essa linha passa pelo centro da testa, pelo eixo do nariz, pelo centro dos lábios, passa pelo meio do queixo e da garganta, passa pelo centro do esterno, passa pelo umbigo, pelo centro do osso púbico e dá a volta para passar pelo eixo do cóccix, pela linha central do sacro, passa pela coluna vertebral, atinge o eixo central do pescoço, o crânio e volta a passar pelo centro da testa depois de rodear a cabeça.

Apercebe-se claramente de todas as partes dessa linha? Ou encontra zonas que são invisíveis para a sua autoimagem? Percorra essa linha várias vezes e volte especificamente às partes mais difíceis de visualizar. Quando tiver terminado, tente ter uma imagem completa dessa linha de intersecção.

Agora imagine a secção que este plano produz no seu corpo. Observe o espaço entre a linha de secção superior (parte da frente) e a linha de secção inferior (parte de trás). Para explorar esta secção, ajude-se com a seguinte imagem: imagine uma pequena bola capaz de saltar. Coloque a bola no chão em contacto com o seu crânio e deixe-a saltar dentro da sua secção. Desta forma, a bola avança, saltando dentro de si e sem sair do plano da secção, fazendo um movimento em zigue-zague. Por exemplo, começa na parte mais alta do contacto do seu crânio com o solo, desprende-se do solo para colidir com algum ponto do seu rosto e volta a descer, mas mais abaixo, em direção ao seu pescoço... assim continua a avançar, subindo e descendo, avançando dentro da área da sua secção através da caixa torácica e do abdómen. Isto dar-lhe-á as dimensões de cada parte dessa secção.

Depois de ter efetuado uma primeira varredura desde o espaço da parte superior da cabeça até ao espaço inferior à volta do ventre, volte atrás e verifique novamente em cada secção as distâncias entre a parte de trás e a parte da frente, seguindo a intersecção com o plano. Pode descansar sempre que precisar.

Quando já tiver experimentado o suficiente, deixe-o e, com a consciência desta secção, explore com as mãos o plano que



o divide em dois. Coloque as duas mãos sobre ele, como se tivesse consistência (materialidade) e pudesse tocar com a mão direita o lado direito do plano e com a mão esquerda o lado esquerdo do plano. As palmas das mãos juntam-se sem sair do plano. Observe como é esse movimento, mova-se ao longo do plano... e depois saia dele e descanse.

Explore a mesma coisa - a superfície do plano - mas desta vez com os pés. Ponha as duas solas em contacto com a superfície do plano imaginário... e faça alguns movimentos sem sair do plano, sem deixar de o tocar... Observe como se desenrola esse movimento... e saia dele.

Alongue as pernas e coloque os dois braços ao longo do corpo no chão, observando como é agora a sua imagem corporal.

Observe um lado e outro do seu corpo, esquerda e direita. Observe o espaço de cada lado de si.

Sente-se e levante-se. Preste atenção à forma como se vê a si próprio. Como é a sua imagem corporal agora? Como é que a percebe em conjunto com o ambiente?....

Coloque aqui as suas perguntas...

- a. Pode descrever esta experiência?
- b. Quais foram as percepções ou partes do corpo mais visíveis durante a experiência? Quais foram as mais invisíveis?
- c. Que imagem corporal tem depois da experiência? Pode incluir todos os aspectos que quiser. Pode mesmo incluir zonas para além dos limites da sua pele, outras pessoas ou referências ao ambiente.
- d. Encontrou alguma ideia que chegasse aparentemente sem relação com a experiência? Surge algum imaginário?
- e. Para além das experiências corporais e perceptivas associadas a esta ação, gostaria de comentar alguma outra (arquitetónica, política, social, ecológica...)?
- f. Que outros limites e fronteiras encontra no seu ambiente imediato? Como é que os corpos (humanos e não humanos) se relacionam com esses limites?



INTO THE WILD  
– UM GUIA PARA  
OS CORPOS E A CIDADE  
QUE ELES CRIAM

ORIENTAÇÃO  
Mária Auxiliadora Gálvez

COORIENTAÇÃO  
Natalija Boljsakov,  
Mária Ruíz, Carmen Parte  
(equipa PSAAP –  
Plataforma Somática para  
Arquitectura e Paisagem)

PARTICIPANTES  
Anushka Athique, Carla  
Castiajo, Chus Jiménez  
Mazuelas, Elisabetta Conti,  
Ema Pina, Joana Bernardes,  
Lotte van Gelder, Luísa  
Barreira, Luísa Natário,  
Manuela Paulos, Marta Pais  
Oliveira, Najla Leroy,  
Sofia Pinto, Sofia Santos

FOTOGRAFIA  
Helena Fernández López,  
Renato Cruz Santos

PING!

COORDENAÇÃO GERAL  
Matilde Seabra

ASSISTÊNCIA À COORD.  
Mariana Sardon

MEDIAÇÃO E VISITAS GUIADAS  
Isabeli Santiago,  
Mariana Sardon,  
Patrícia Coelho

PRODUÇÃO  
Patrícia Vaz (Coord.),  
Clara Saracho

DESIGN GRÁFICO  
Joana Lourencinho Carneiro

ADAPTAÇÃO GRÁFICA  
Patrícia Coelho

FOTOGRAFIA  
Dinis Santos,  
Renato Cruz Santos

GALERIA MUNICIPAL  
DO PORTO

CURADOR SÉNIOR  
Juan Luis Toboso

DIRETORA EXECUTIVA  
Sílvia Fernandes

PROJETO EDUCATIVO  
Matilde Seabra (Coord.)

ASSISTENTE DE CURADORIA  
Isabeli Santiago  
Patrícia Coelho

COORD. DE PRODUÇÃO  
Patrícia Vaz

COORDENADOR TÉCNICO  
Paulo Coelho

COMUNICAÇÃO  
Tiago Dias dos Santos  
(Coord.)  
Hernâni Baptista

FRENTE DE CASA  
E RELAÇÕES PÚBLICAS  
Rui Braga

ASSISTENTE DE SALA  
Catarina Vilaça

MONTAGEM E APOIO  
À PRODUÇÃO  
Armando Amorim  
Carlos Lopes  
Clara Saracho

ASSISTENTE ADMINISTRATIVA  
Juliana Campos

ÁGORA – CULTURA E DESPORTO  
DO PORTO, E.M.

PRESIDENTE DO CONSELHO  
DE ADMINISTRAÇÃO  
Catarina Araújo

CONSELHO DE ADMINISTRAÇÃO  
César Navio, Ester Gomes da Silva

SECRETARIADO DA ADMINISTRAÇÃO  
Liliana Gonçalves

DPO  
Filipa Faria

DIREÇÃO DE GESTÃO DE PESSOAS,  
ORGANIZAÇÃO E SISTEMAS DE INFORMAÇÃO  
Sónia Cerqueira (Dir.), Cátia Ferreira,  
Elisabete Martins, Helena Vale, Joana  
Ngola, João Carvalhido, Jorge Ferreira,  
Madalena Peres, Paulo Cardoso,  
Paulo Moreira, Ricardo Faria, Ricardo  
Santos, Salomé Viterbo, Sandra Pinheiro,  
Susete Coutinho, Vânia Silva

DIREÇÃO DE SERVIÇOS JURÍDICOS  
E DE CONTRATAÇÃO  
Jorge Pinto (Dir.), Amanda Leite,  
André Cruz, Eunice Coelho, Francisca  
Mota, Pedro Caimoto, Leonor Mendes,  
Luís Areias, Luís Brito, Manuel Teixeira,  
Márcia Teixeira, Marta Silva, Sofia Rebelo

DIREÇÃO FINANCEIRA  
Rute Coutinho (Dir.), Alexandra Espírito  
Santo, Ana Paula Areias, Ana Rita  
Rodrigues, João Monteiro, Fernanda Reis,  
Manuela Roque, Mariana Vilela, Sandra  
Ferreira, Sérgio Sousa, Sónia Pinto

DIREÇÃO DE COMUNICAÇÃO E IMAGEM  
Bruno Malveira (Dir.), Agostinho Ferraz,  
Catarina Madruga, Francisco Ferreira,  
Gina Macedo, José Reis, Rosário Seródio,  
Pedro Sousa, Ricardo Alves, Rui Meireles,  
Rute Carvalho, Sara Oliveira, Maria Bastos

**GALERIA  
MUNICIPAL  
DO PORTO**

**Porto.**