

WIELKA KSIĘGA SCORÓW to zbiór przepisów na eliksiry, które mogą pobudzić Was do wspólnego snucia wizji i wcielania fantazji o queerowej przyszłości. Scory to inaczej partytury, otwarte na interpretację instrukcje i propozycje, które służą do kreatywnego zapisu pomysłów na wspólne praktyki ruchowe.

Zapraszamy Was do zabawy i poszukiwań z użyciem kart; do wygłupów, tańców, odważnych kroków w stronę przekraczania wstydu i troskliwego zaglądnania w głąb poruszonych serc; do zagrzebania się w archiwach, szperania, rozczytywania znaczeń i wymyślania własnych; do budowania ludzkich i więcej niż ludzkich wspólnot; do projektowania nowych zasad współistnienia i testowania czułych gestów troski.

1. Wybierzcie pytanie otwierające praktykę. Sięgnijcie po kartę, która dzisiaj z Wami rezonuje i podzielcie się swoimi odczuciami / skojarzeniami w kręgu.
2. Nazwijcie składnik, który odnaleźliście na karcie, może być abstrakcyjny. Spiszcie lub narysujcie składniki na wspólnym papierusie.
3. Stwórzcie praktykę ruchową odpowiadającą na potrzebę Waszego wspólnego ciała, której partytura oprze się na składnikach z kart.
4. Zaproście się do wspólnego praktykowania scoru. Zwróćcie uwagę na jego warstwy, np. czynność, jakość/rodzaj ruchu, czas, relacje i przestrzeń - fizyczną lub wyobrażoną.
5. Jeśli chcecie możecie rozwinąć praktykę o wybrane pytanie pogłębiające.
6. Zakończcie praktykę kręgiem domykającym. Wyraźcie doświadczenie słowem lub dźwiękiem.

PYTANIA OTWIERAJĄCE

Gdzie kieruję moją uwagę?

Czego potrzebuje moje ciało?

Czego dzisiaj pragnę?

Ile mamy czasu?

Jak się poruszam?

Dlaczego tak właśnie się poruszam?

Czy chcę być oglądane?

Gdzie jestem? W jakiej przestrzeni się

znajduję? Co jest dookoła?

Co widzę? Co słyszę?

Co czuję wokół siebie?

Czego nie ma? Kogo nie ma?

Na co dzisiaj nie mam zgody/ochoty?

PYTANIA POGŁĘBIAJĄCE

Czym mogę się stać poprzez tę praktykę?

Jak myśleć poprzez odczuwanie?

Jak delectować się w ramach czasu?

Jak praktyki choreograficzne mogą

Jak praktyki choreograficzne mogą być sposobem na spotkanie ze światem, a nie opowiadanie o nim?

Jak zbudować strukturę horyzontalną, wypłaszczającą się, rosnącą wszerek, dekolonizującą nasze myślenie o sprawczości?

Jak poprzez taniec możemy pomyśleć o relacyjności?

Jak mogę praktykować troskę samodzielnie i w grupie?

Jak eksperymentować po to, by wybiec poza antropocentryczne zrozumienie świata, by doświadczyć współbycia, bliskości, kolektywność?

Jak queerować codzienność?

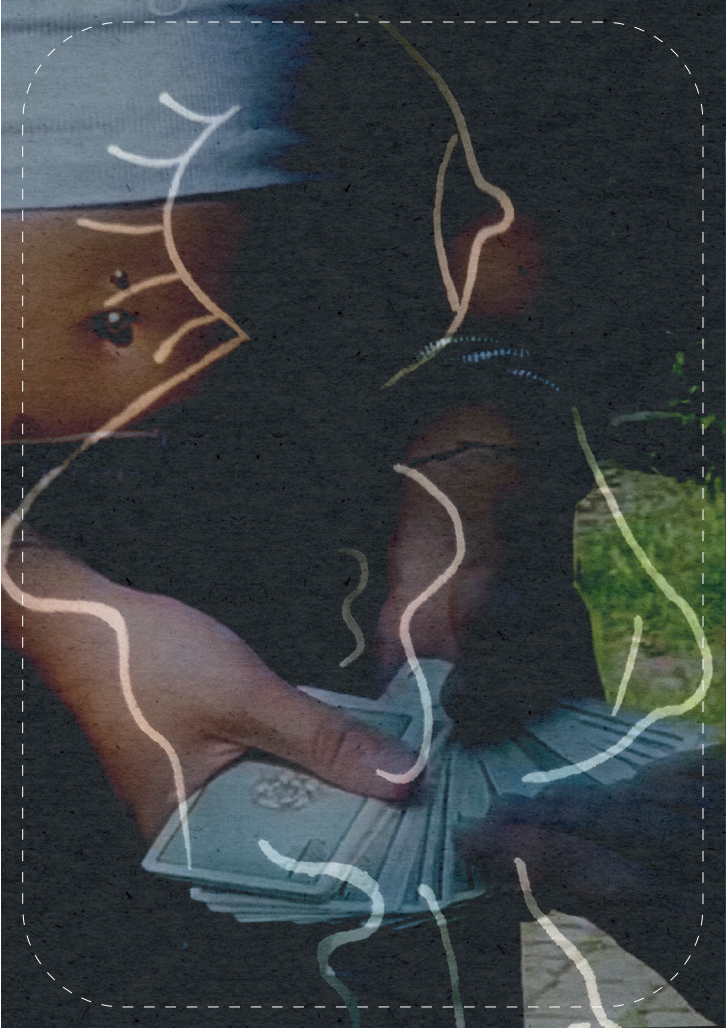
Co się wydarza w czasie poza strukturą?

Dlaczego chcemy być same i co to właściwie oznacza bycie samej?

Jak nasze cielesne krajobrazy się przeplatają, scalają?

jak opiekować
się granicami?
jak rozszerzać
ciało
jak mówić nie
i się nie tłumaczyć

**JAK OPIEKOWAĆ SIĘ GRANICAMI?
JAK ROZSZERZAĆ CIAŁO
JAK MÓWIĆ NIE I SIĘ NIE
TŁUMACZYĆ**



granice są
punktem
połączenia

GRANICE SĄ
PUNKTEM
POŁĄCZENIA

- bycie of family
- brak konieczności
dawania odpowiedzi
(nie bycie responsywny)
- oddawanie kontroli
w zafamie i zmysłowe
i zmysłowe zawracie
w mech
choć
- przeszerzenie jest bez
wyzerpnięcie

CO MNIE
REGENERUJE



twarzowa
archeologic
ciała

DOM TAŃCA
TWARZOWA
ARCHEOLOGIA CIAŁA

Jak można być razem i wziętym?
Pod uwagę potrzebę uszybyć.
Jaki wiek kupić chłopa
i być uspołnionym, ale
do budowy i utrzymania?

całkowicie nie

NIE WIEM,
ALE JESTEM
ROZPUSZCZAM SIĘ
ROZWARSTWIAM
SPACERUJĘ, TAKO
WIELE NOG

NIE WIEM ALE JESTEM
ROZPUSZCZAM SIĘ
ROZWARSTWIAM, SPACERUJĘ
JAKO WIELE NÓG

sierść

futro

piąta

piątka

piąno

piasek

NASIAKNIĘTA
GĄBKĄ
WODĄ Z
BROKATEM

NASIAKNIĘTA
GĄBKĄ WODĄ Z
BROKATEM





**BARSZCZ PEŁEN
KRWI**



Pokaż jej
prześwit

**POKAŻ JEJ
PRZEŚWIT**



JAK
LEŻEĆ
W
PUSZCZY?

**JAK LEŻEĆ W
PUSZCZY?**

12. rok (w styczniu) - pierwsze powstanie
 w tym czasie dawał energię

13. dzień - woda przepływa

symptom, umiar, kształtowanie
ciężkie turlanie

picie wody
 dyszenie
 niebezpieczeństwo

niebezpieczeństwo
 niebezpieczeństwo

HAU HAU HAU HAU

HAU HAU HAU HAU
 niebezpieczeństwo

Ekscjes
a

Codziennosc

EKSCES
A
CODZIENNOŚĆ

Organo



CZY ZACZYNAJEMY
ROZPUUSZCZAĆ
STAROŻYTNAJ
SKAMIELINĘ
CIEPŁEM SWOICH
CIAŁ ?

CZY ZACZYNAJEMY
ROZPUSZCZAĆ STAROŻYTNAJ
SKAMIELINĘ CIEPŁEM SWOICH
CIAŁ?



Skąd mogę
być pewna
czy ktoś ma
przestrzeń
mnie wesprzeć

**SKĄD MOGĘ BYĆ
PEWNA CZY
KTOŚ MA
PRZESTRZEŃ
MNIE WESPREĆ?**

арбузи, бодяк кароти, а на сарветка



PRZEPIS NA ELIKSIR

IDŹ DO LASU

SPOTKAJ SIĘ Z TYM W SOBIE

CO CIĘ NIE CIESZY

ZOBACZ TO WYRAŹNIEJ

i

TRANSFORMUJ

PRZEPIS NA ELIKSIR
IDŹ DO LASU
SPOTKAJ SIĘ Z TYM W SOBIE
CO CIĘ NIE CIESZY
ZOBACZ TO WYRAŹNIEJ
BO W LESIE WIDZI SIĘ WYRAŹNIEJ
I TRANSFORMUJ



LAR

PIENIEK
CZUŁOSTEK
SENSUALNA
DŹDŻOWNICA

PIENIEK
CZUŁOSTEK
SENSUALNA
DŹDŻOWNICA

A photograph of a group of people in a park setting, framed by a dashed white border. The image is slightly blurred. In the center, a person is seen from the back, wearing a light-colored, long-sleeved shirt and dark shorts. To their right, another person is partially visible, wearing a light-colored shirt and dark shorts. In the background, other people are visible, including one in a red shirt on the right. The text 'PW' is overlaid in the center of the image.

PW

SIKANIE
KRWAWIENIE
GASZENIE

**SIKANIE
KRWAWIENIE
GASZENIE**



Co masz
w
księżycu?

**CO MASZ W
KSIĘŻYCU?**



**KRZESŁO
SPALONE**

**KRZESŁO
SPALONE**



SPOKOJNA
GABKA

SPOKOJNA
GABKA



nagie
ciało
oddycha

**NAGIE CIAŁO
ODDYCHA**



PARADA
WIELKICH
BRZUCHÓW
PRZEZ WIEKI
(PRZEZ WIEŚ)

PARADA WIELKICH
BRZUCHÓW PRZEZ WIEKI
(PRZEZ WIEŚ)

Zaloguj się

Wyświetl

stuchajcie się z miękkością & delikatnością i uważnością.

4. Wybierzcie się na polany wiezody i dobraćcie się w trójki.

Jedna osoba zamyka oczy i prosi o dwie porosty od drugiej osoby. Dwie osoby, które mają

otwarte ręce zaczynają delikatnie biec, a potem cała z rytmiczności czas uważają na osobę z zamkniętymi oczami.

Poruszamy się przez pole w różny kierunek i natężenie.

5. Osoba z zamkniętymi oczami się zatrzymuje, a następnie puszcza w ramiona osoby opierających się na niej. Do tyłu, do przodu, do boku.

6. Zamkniętymi oczami (ry) Aleksarna

7. Wściekłość wysłuchanie do kryzysu i namyślenie to to się kryzysu.

8. Pochacie sobie myślenie i malowanie się wrogowie

KRZESŁO

OBALONE

- praktyka
obalania
patriarchatu
odhaczona

**KRZESŁO OBALONE
PRAKTYKA OBALANIA
PATRIARCHATU ODHACZONA**



ZAPANOWAŁY

NAD NAMI

RYBY

ZAPANOWAŁY
NAD NAMI
RYBY

sen

sens

zmysł

a
b
s
t
r
a
k
c
j
a

"granice
są
punktem
potężenia"

kos-
mos-
kos-

praktyki nastrojania się wraz z

PŁYWAJĄCA
SOCZYSTA
WYSPA

CZAS
POZA
CZASEM



**PŁYWAJĄCA
SOCZYSTA WYSPA
CZAS POZA CZASEM**

PRAGNIENIA



co możemy
zrobić
razem
czego nie
możemy
zrobić sami.


CO MOŻEMY ZROBIĆ
RAZEM CZEGO NIE
MOŻEMY ROBIĆ SAMI

A photograph of a person's hands clasped in prayer, with the palms facing each other. The hands are positioned in the center of the frame, with the fingers pointing downwards. The background is a soft, out-of-focus green, suggesting an outdoor setting like a field or garden. Overlaid on the image is a large, hand-drawn red outline that resembles a stylized butterfly or a pair of wings. Inside this outline, the text "EMBRACE TRAGIČNOŠĆ ODMONY" is written in a red, cursive script. The text is arranged in three lines: "EMBRACE" on the top line, "TRAGIČNOŠĆ" on the middle line, and "ODMONY" on the bottom line. The entire image is framed by a dashed white border.

EMBRACE
TRAGIČNOŠĆ
ODMONY

CYCKI
W
SŁOŃCU

CYCKI
W
SŁOŃCU



MAJANIE
W ŚRODKU
SERCA

co jest możliwe
w świecie, który
akceptuje swoją
płynność i
płynny?

CO JEST MOŻLIWE W
ŚWIECIE, KTÓRY
AKCEPTUJE SWOJĄ
PŁYNNOŚĆ I PŁYNNY?

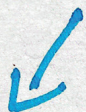


SCORE = sekretary
jezyk

Konflikt

KONFLIKT

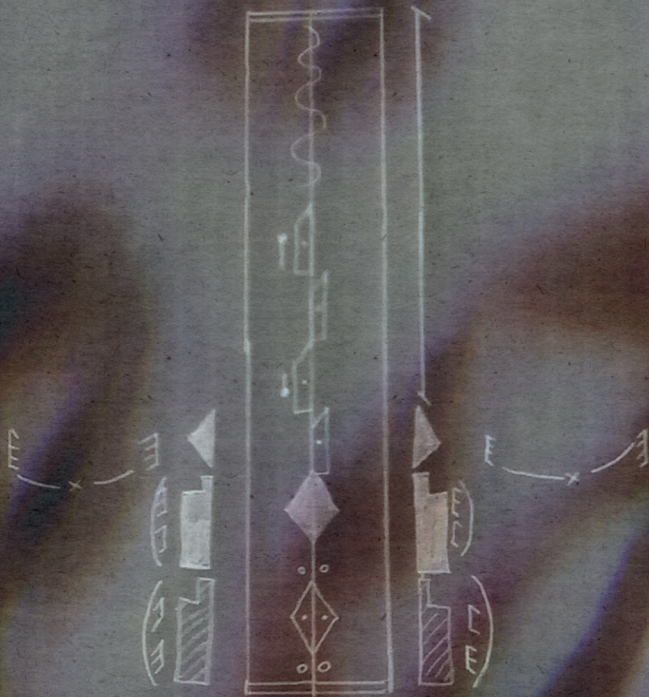
PRAKTYKA
DZIUR



Jako
praktyka
możliwości.

PRAKTYKA DZIUR
JAKO PRAKTYKA
MOŻLIWOŚCI

29.08.2023



ogien
fre

JAK IMPLEMENTOWAĆ LEŚNE I OGRODOWE UGRUNTOWANIE

W CODZIENNOŚĆ W BREW KAPITALISTYCZNEJ OPRESJI?

JAK IMPLEMENTOWAĆ
LEŚNE I OGRODOWE
UGRUNTOWANIE W
CODZIENNOŚĆ W BREW
KAPITALISTYCZNEJ
OPRESJI?



Czy
stogi
chronią
przed złym
wzrokiem?



**CZY STOGI CHRONIĄ PRZED ZŁYM
WZROKIEM?**

JAK ZNALEZĆ MIĘKKOŚĆ,
PRZEPEWY, DOBRÓJNOŚĆ,
ROZPUŞCZENIE I
PROPONOWANIE?



Kto byc
odpowiedzialny?
Jaka jest
rola przewodniczki?

**KTO BYĆ
ODPOWIEDZIALNĄ?
JAKA JEST ROLA
PRZEWODNICZKI?**

"Score & Uczta -
wzajemne karmienie"

- * Przygotujcie w grupie razem ucztę. Użyjcie owoców sezonowych. Gotujcie potrawy proste a za razem nieoczywiste. Przyglądajcie się kolorom. Łączcie stone ze siodlami, kwaśne z gorzkimi...
- * Modelujcie stół. Materiąty. disue. Kuriaty
- * Umyjcie sobie wzajemnie dłonie
- * Kasia, dzie. J... zaprosze się do wzajemnego karmienia. W ramach waszych granic i potrzeb. Kompromujcie, probujcie. Pytajcie. Smakujcie. Dawajcie. Kontemplujcie.

DLACZEGO
CHCĘ LEŻEĆ
NA SNOPKU
Z WYWALONYMI
CYCKAMI?

DLACZEGO CHCĘ LEŻEĆ NA
SNOPKU Z WYWALONYMI
CYCKAMI?



dysocjacja

smutek

samotność

izolacja

wracanie do siebie

(powolne)

DYSOCJACJA

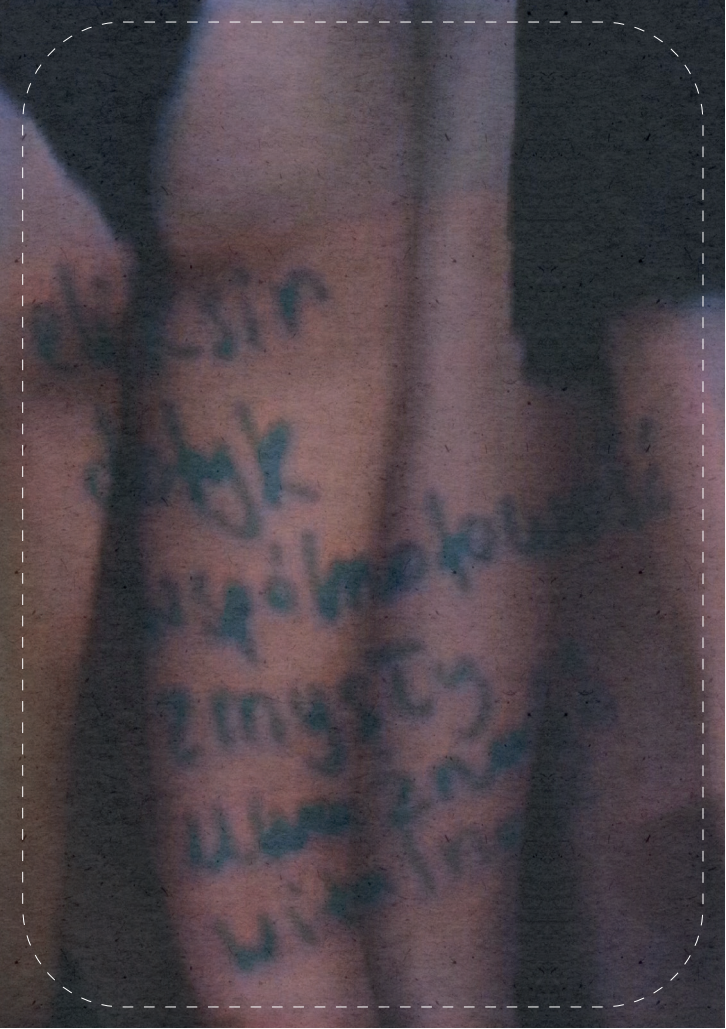
SMUTEK

SAMOTNOŚĆ

IZOLACJA

WRACANIE DO SIEBIE

(POWOLNE)



PŁYWAJĄCA
SOCZYSTA
WYSPA

PŁYWAJĄCA
SOCZYSTA
WYSPA



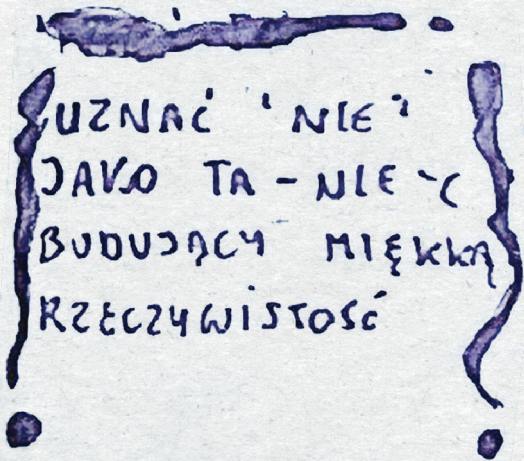
dzikie
roze

lutągá

złoty

o

o

A piece of light-colored paper with a purple ink border. The border is drawn with thick, expressive strokes, forming a rectangular frame with slightly irregular edges. Inside the frame, the text is written in a dark blue or purple ink. The text is arranged in four lines, with some characters appearing to be written in a slightly different style or color than others, possibly indicating emphasis or a specific meaning. The overall appearance is that of a handwritten note or a piece of art.

UZNAĆ "NIE"
JAKO TA-NIE-C
BUDUJĄCY MIĘKKĄ
RZECZYWISTOŚĆ

UZNAĆ "NIE" JAKO
TA-NIE-C
BUDUJĄCY MIĘKKĄ
RZECZYWISTOŚĆ



SKINX

LIZANIE
SOBIE
MÓZGU

LIZANIE SOBIE
MÓZGU

1. litybier utas'ciela

2. Opawedz potim jester
perkiem: potki jester
tudj kolaw
i unporabieniu

3. Potnebujez murky 2
woda?

4. Moze potkijs zabawicati

5. A moze chcesz byc na dteugij
smyszy? - mygn mygn

6. Mygnij imie i sposob
rozsekama

7. Osoba utas'ciela dusz przesemciti
& zamnyko ocy) mygnijci ny

8. Osoba prisz chala ny
trawim unporabieniu

10. osoba prisz szekts utalozym
mygnien

11. osoba utas'ciela szekts

ZŁOTY
DESZCZ
GASI
OGNISKA

**ZŁOTY DESZCZ
GASI OGNIKA**



What if your body is a stone?
Be with this stone,
observe it.

WOLNE

DUPY

WSPÓLNE

CIAŁO

KARMIENIE

**WOLNE DUPY
WSPÓLNE CIAŁO
KARMIENIE**



Uczucia, o jakich
wstyd mówić

UCZUCIA, O JAKICH
WSTYD MÓWIĆ

magia

Wesentlich

viert



ILE CISZY SOBIE
DAWAĆ, ŻEBY
NIE

PRZESADZIĆ?

**ILE CISZY SOBIE DAWAĆ,
ŻEBY NIE PRZESADZIĆ?**



TAK

rozdrożone
nie wiem

NIE

TAK

rozchisiane
nie wiem

NIE

MAM JEDNOCZEŚNIE
LAT DWIEŚCIE
JAK PUSZCZAŁSKI DĄB
94 JAK MOJA BABCIA
5 LAT I 5 MINUT
JAK ŚWIEŻY LISTEK
Z WAMI

MAM JEDNOCZEŚNIE
LAT DWIEŚCIE
JAK PUSZCZAŁSKI DĄB
94 JAK MOJA BABCIA
5 LAT I 5 MINUT
JAK ŚWIEŻY LISTEK Z WAMI

czy

nie

boli?

?

CZY MAM GOTOWOŚĆ
NA CZYJEŚ I SWOJE
NIE?

CZY MAM GOTOWOŚĆ
NA CZYJEŚ I SWOJE
NIE?



ZŁAMANE
SKRZYDŁO
POZWALA
LATAĆ
NA MIOTLE

ZŁAMANE SKRZYDŁO
POZWALA LATAĆ NA
MIOTLE

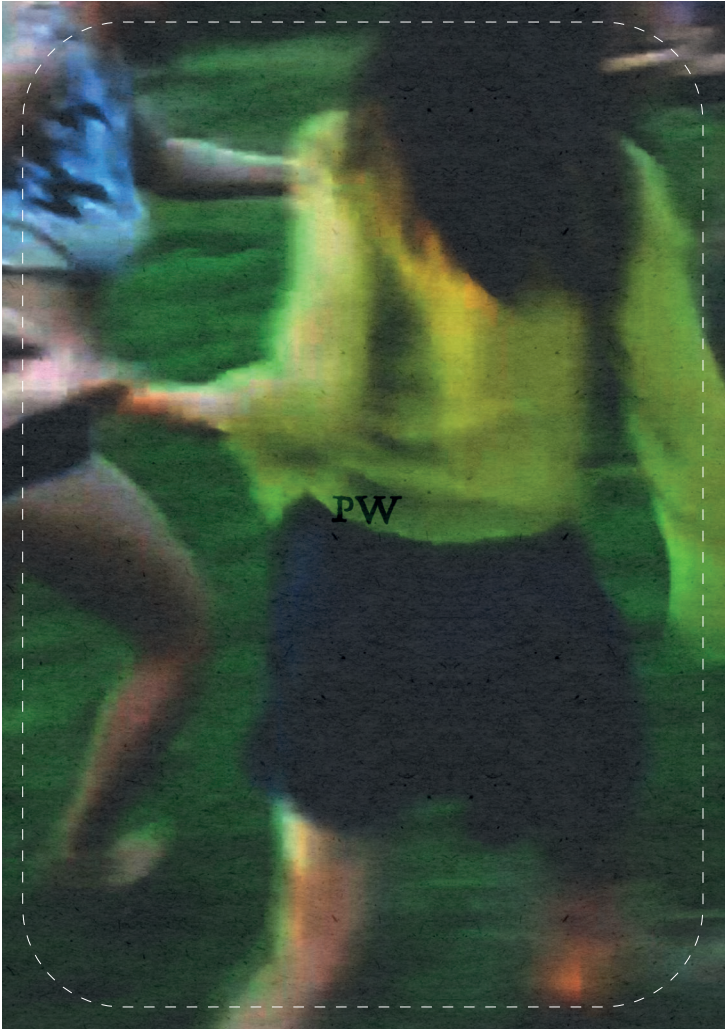


LAR

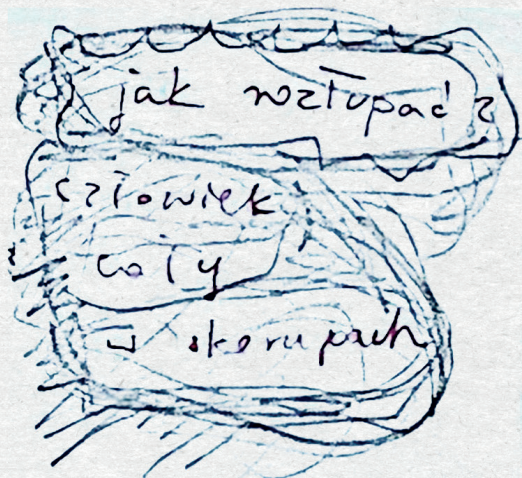
NIEWIDZIALNY

BÓL

**NIEWIDZIALNY
BÓL**



PW



**JAK ROZŁUPAĆ ?
CZŁOWIEK
CAŁY W
SKORUPACH**



=DAS
=OAK
=QUERQUS



CZY MOŻNA

OBLIZAĆ

KOMUŚ

PALCE?

**CZY MOŻNA
OBLIZAĆ KOMUŚ
PALCE?**



WJTRYSK

RADOŚCI

ukojenie
rozbowienie
zmęczenie
ciekawość
błogość

UKOJENIE
ROZBOWIENIE
ZMĘCZENIE
CIEKAWOŚĆ
BŁOGOŚĆ



JAK DRZEWU
PODOBAŁ
SIĘ SQUIRT?

JAK DRZEWU
PODOBAŁ SIĘ
SQUIRT?



JAK SIĘ DAĆ
NAKARMIC
NA CO DZIEŃ?

JAK SIĘ DAĆ
NAKARMIC NA
CO DZIEŃ ?

E SCORBŃ

NIE PA NUCZKA

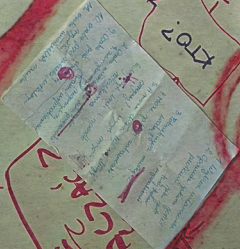
UIDED

→ GIFF

mm stron
PROBLEMATYK
cy



2 os.
KTO?

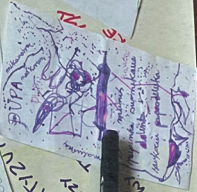
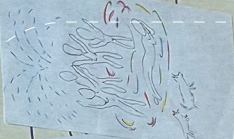
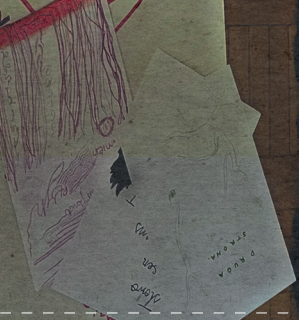


SIE
TACZAK
NIRN

2. SIELECKA
CO TERAZ
NIRN

PROJEKT

MA
AWERS
NIRN



CZEMU NIE MOŻNA
SIĘ ULECZYĆ ZE
WSZYSTKIEGO
RAZ NA ZAWSZE,
JA JEBIĘ?

**CZEMU NIE MOŻNA SIĘ ULECZYĆ ZE
WSZYSTKIEGO RAZ NA ZAWSZE,
JA JEBIĘ?**

czym karmisz
źródło?

~ droga do źródła ~

jak znaleźć mapę?

jak nie gubić trasy?

czy źródło nigdy nie wysycha?
(nawet jeżeli czasem głęboko
się utkniesz)

Nie ma jednej metody docierania
do źródła i kontaktowania się z
nim, ale dobrze jest znaleźć swoje.

CIELESNY
LABIRYNT
W KTÓRY
WCHODZIMY
I SZUKAMY
CENTRUM

CIELESNY LABIRYNT W
KTÓRY WCHODZIMY I
SZUKAMY CENTRUM

