

Vedic Art i praca z ciałem

# ROZBŁYSK INSPIRACJI W OBJĘCIACH OBFITOŚCI



# INFOPACK

Vedic Art i praca z ciałem

# ROZBŁYSK INSPIRACJI

W OBJĘCIACH OBFITOŚCI

**21-27.06.2026**

Dwór w Bronicach



Zapraszamy na 7 dni zanurzenia w malarski eksperyment i pracę z ciałem w historycznym Dworze w Bronicach – dla osób, które już malują intuicyjnie i chcą pogłębić swoją praktykę. To nie jest kurs podstawowy Vedic Art, ale przestrzeń na twórcze ryzyko, odwagę i zabawę z obrazem.

# TEMAT PRZEWODNI: W OBJĘCIACH OBFITOŚCI

W tej edycji zapraszamy do spotkania z obfitością rozumianą jako odwagę do wielkich marzeń i przyciągania tego, czego naprawdę pragniesz i potrzebujesz. To przestrzeń, w której pozwalasz sobie na „dużo” – nie tylko w wyobraźni, ale też w codzienności: w decyzjach, relacjach, twórczości i odpoczynku. Skupimy się na tym, co płynie z serca: na pełnych kolorach, śmiałych ruchach i odważnych wyborach, które karmią, a nie wyczerpują. Najważniejsza jest obfitość, którą dajesz sobie sama/sam – w uważności, trosce o ciało i emocje, w zadbaniu o swoje potrzeby – bo to z niej wyrasta poczucie, że w życiu naprawdę jest „dość” dla Ciebie.



# VEDIC ART

## malarska opowieść o obfitości



Każdego dnia będziemy wchodzić w kilkugodzinny proces malarski, korzystając z doświadczenia Vedic Art jako ramy do osobistego eksperymentu. Metoda stworzona przez szwedzkiego malarza Curta Kallmana opiera się na 17 zasadach wedyjskich i wykorzystuje malowanie intuicyjne jako narzędzie samopoznania. W procesie przyglądamy się temu, jak nasze wybory na płótnie odbijają się w życiu – gdzie pojawia się blok, gdzie lekkość, a gdzie zupełnie nowe ścieżki.

W tym roku skupimy się na większych formatach – być może powstanie tylko jeden obraz, który stanie się Twoją osobistą opowieścią o obfitości. Będzie to przestrzeń na sprawdzenie, jak to jest naprawdę „zająć miejsce”: w kolorze, skali, geście, odwadze powiedzenia „tak” temu, czego pragniesz.

# ZAJĘCIA RUCHOWE trzy ścieżki, jedno ciało

Zajęcia ruchowe zbierają trzy jakości w spójną, codzienną praktykę:

**Improwizacja tańca** – poszerzanie języka ruchowego, uważność na wybory i relacje z innymi w tańcu i życiu. Przez kreatywne zadania będziemy badać obecność, kompozycję w przestrzeni i gotowość na spontaniczne „rozmowy” ruchem.

**Ruch Autentyczny** – spotkanie poruszającego się i świadka, słuchanie impulsów od wewnątrz, praca z akceptacją i obecnością. To praktyka, która może stawać się formą medytacji, terapii i rozwoju – pomaga odkrywać własną kreatywność i ufać procesowi.

**Pilates i praca na mięśniach głębokich** – poranne rozruchy wzmacniające core, wspierające kręgosłup, poprawiające elastyczność i ogólne samopoczucie. Chcemy, aby elementy tej praktyki mogły zostać z Tobą na co dzień.

Traktujemy ciało jak kompas obfitości: sprawdzamy, gdzie się kurczy, a gdzie może odetchnąć pełniej, gdzie jest „za mało”, a gdzie możesz pozwolić sobie na więcej łagodności, siły i przyjemności.



# DLA KOGO?

- dla osób, które mają już doświadczenie w malowaniu intuicyjnym (Vedic Art lub innej formy) i chcą wejść głębiej,
- dla gotowych do podróży w głąb siebie, bo czują, że „coś się zaczyna”,
- dla tych, którzy chcą połączyć rozwój twórczy, pracę z ciałem i odpoczynek w naturze,
- dla pragnących zmiany na wielu poziomach – relacji ze sobą, swoim ciałem i twórczością,
- dla poszukiwaczy swoich wewnętrznych skarbów, wołających inspirację od „motywacji do działania”.

Zaplanuj to najważniejsze spotkanie – spotkanie z samą/samym sobą.  
Zapraszamy do stania się Artystą/Artystką Sztuki Życia.

**„Obfitość jest wtedy, gdy wystarcza tego, co niewidzialne – czułości, uwagi, obecności.” – Anselm Grün**



# MIEJSCE

Bronicki dwór powstał w obecnej formie w latach 1799–1801 jako siedziba ówczesnego właściciela Bronic, kasztelana Józefa Dembowskiego. To klasycystyczny, piętrowy budynek autorstwa Christiana Piotra Aignera. Po latach historii, zmian i powrotu do rodziny w 2014 roku, dziś jest to dom rodzinny z artystyczną duszą.

Przestronne wnętrza, zabytkowe meble, olbrzymie okna i park z plenerową sceną tworzą idealne warunki do twórczej pracy, odpoczynku i podróżowania w czasie. Do naszej dyspozycji będzie m.in. sala balowa, pokoje gościnne oraz przestrzeń ogrodu.





# ZAKWATEROWANIE

Pokoje 2- i 3-osobowe, przestronne, w klimacie dworu.  
Wspólne łazienki (prysznic i toalety) po obu skrzydłach budynku.  
Duża sala balowa – miejsce zajęć ruchowych.  
Vedic Art w plenerze (ogród, scena leśna)  
lub – przy nieporodzie – w bibliotece pałacu.

# WYŻYWIENIE

Podczas 7 dni pobytu proponujemy delikatne oczyszczanie i detox organizmu.  
posiłki zamawiane z restauracji Złota Rybka,  
3 pełne posiłki dziennie, przez cały dzień: woda, kawa, herbata.

# OPŁATY

## Cena za 7-dniowe warsztaty obejmuje:

nocleg w pokojach 2-3 osobowych  
pełne wyżywienie (śniadanie, obiad, kolacja + napoje),  
warsztaty Vedic Art,  
zajęcia ruchowe (improvizacja tańca, ruch autentyczny, pilates, stretching, ćwiczenia oddechowe),  
wieczne spotkania i atrakcje w grupie.

**3000 PLN** – cena regularna  
płatne w całości do końca **maja 2026**.

Po tym terminie, w przypadku wolnych miejsc, cena wzrasta o 300 PLN.

Warsztat ma limitowaną liczbę miejsc: max. 12 osób.

**Przyjazd:** 21.06 (niedziela) od 12:00. 14:00 – wspólny obiad, około 16:00 – start pierwszych zajęć.

**Wyjazd:** 27.06 (sobota) po rozdaniu dyplomów i omówieniu procesu, około 14:00.

Zaliczka: **500 PLN** płatna do 7 dni od rejestracji – gwarantuje miejsce.

W przypadku rezygnacji z warsztatów zaliczka nie podlega zwrotowi.

Dane do przelewu:

Fundacja Artystyczna PERFORM

Nr konta: 85 1090 1870 0000 0001 3706 0360

Tytuł przelewu: Imię, nazwisko + ROZBŁYSK INSPIRACJI





# prowadząca: Grażyna Cholewińska

Artystka, nauczycielka metody malarstwa intuicyjnego Vedic Art (ekstrakompetencyjna), członkini Związku Plastyków Artystów RP. Organizatorka wielu plenerów i wystaw. W swojej pracowni tworzy obrazy energetyczne i prowadzi spotkania malarskie. Ma doświadczenie m.in. we współprowadzeniu warsztatów na Kongresach Kobiet w Łodzi i Warszawie.  
[www.inspiracja.waw.pl](http://www.inspiracja.waw.pl)



# prowadząca: Paulina Święcańska

Choreografka, performerka, animatorka kultury. Absolwentka szkół i uczelni artystycznych oraz kierunków związanych z kulturą, ruchem i produkcją teatralną. Certyfikowana instruktorka animal flow, pilatesu i coach oddechem. Tworzy autorskie choreografie prezentowane na festiwalach w Polsce i za granicą. Współtworzy Fundację Artystyczną PERFORM, realizując projekty edukacyjno-artystyczne, m.in. Międzynarodowy Festiwal Tańca Warsaw CI Flow. [www.perform.org.pl](http://www.perform.org.pl) oraz Centralną Scenę Tańca współpracując od wielu lat z Mazowieckim Instytutem Kultury.



# ZGŁOSZENIA

Zgłoszenia uczestnictwa prosimy przesyłać na adres:  
[paulina.swiecanska@perform.org.pl](mailto:paulina.swiecanska@perform.org.pl)

W razie pytań:

Paulina – 607 293 638

Grażyna – 693 646 683

# ORGANIZATOR

PERFORM  
FUNDACJA ARTYSTYCZNA

Organizatorem warsztatów ROZBŁYSK INSPIRACJI jest Fundacja Artystyczna PERFORM, która od 2011 roku realizuje projekty artystyczne, edukacyjne i społeczne, współpracując z artystami i pedagogożkami/pedagogami z różnych dziedzin sztuki. Zależy nam, aby każde działanie sygnowane przez Fundację miało realny wpływ na rozwój i podniesienie wibracji uczestników. Chcemy, żeby każdy miał odwagę marzyć szeroko i tworzyć życie w zgodzie ze sobą.

Więcej o projektach Fundacji:



[www.perform.org.pl](http://www.perform.org.pl)



<https://www.facebook.com/art.perform>



<https://www.instagram.com/perform.art.foundation/>