

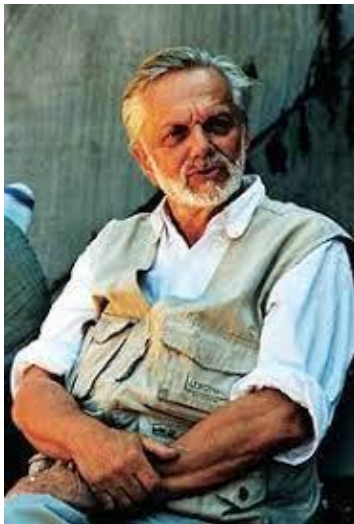


“Vedic Art leert je niet hoe je moet schilderen.
Vedic Art is een methode die je helpt te herinneren hoe je schildert.”
(Curt Källman)

Vedic Art gaat over veel meer dan alleen schilderen.

De zeventien principes van creatie zijn er om je steeds dieper met jezelf en jouw gevoel te verbinden. De methode maakt jouw hoofd stiller en opent je hart, waardoor je beter kunt waarnemen. Je luistert bewust naar wat in je leeft, je bezig houdt, je belemmert maar ook naar je dromen en verlangens. Om deze te begrijpen, ga je door de ervaringen van dit speciale proces heen. Je innerlijke wijsheid vergroot je inzichten en bevrijdt je van overtuigingen. Jouw leven is jouw inspiratiebron. Het geeft je inzichten, wordt getransformeerd en komt tot expressie in kunst.

Vedic Art verrijkt je creativiteit. Het maakt je vrij om weer te spelen, nieuwe dingen te gaan (her)ontdekken en te experimenteren. Het gaat niet over technieken maar om onbevangen te schilderen zonder oordeel of verwachtingen over het resultaat. Daar is moed voor nodig en maakt je dapper. Het geeft je meer energie en zelfvertrouwen. Het creatieve proces geeft plezier en is puur genieten!



De Methode

Vedic Art is een schildermethode die is ontwikkeld door de Zweedse beeldend kunstenaar Curt Källman, daartoe uitgenodigd door Maharishi Mahesh Yogi (bekend door transcendentie meditatie). Hij heeft een methode ontwikkeld (sinds 1988) waarin de Vedische filosofie op een praktische wijze tot expressie komt. De methode bestaat uit zeventien principes die je in aanraking brengen met alle kennis die je nodig hebt om authentiek te creëren, kennis die in iedereen al aanwezig is en die we door middel van de principes tot leven kunnen brengen. De principes gaan zowel over kunst als over levenskunst.

Voor wie?

Vedic Art is er voor iedereen; er is **geen enkele ervaring met schilderen nodig**, je hoeft nergens aan te voldoen en je werk wordt niet beoordeeld. Alles wat je nodig hebt is al in jouw aanwezig. Vedic Art biedt je een ontmoeting met jouw creativiteit. Het biedt jou de ruimte om in zachtheid door je eigen creatieproces te reizen.

- Eendaagse Introductieworkshop -

Tijdens deze dag maak je **kennis met de eerste vier van de zeventien principes** en ga je na de uitleg en toelichting zelf aan de slag met oefeningen en schilderopdrachten. Geen enkele voorkennis is nodig! Neem een duik in het creatieve proces!

De cursusdag start om 10.00 uur en duurt tot ongeveer 16.00 uur. Het atelier is open van 9.30 – 16.30 uur.

Momenten van theorie en schilderen wisselen elkaar af. Ook is er voldoende tijd voor pauzes.

Thee, koffie & lekkernijen staan klaar en voor de lunch zal een vegetarische maaltijdsoep klaar staan.

De kosten voor deze dag bedraagt 90 euro inclusief koffie/thee, lekkernijen en een vegetarische maaltijdsoep. Tegen meerprijs kun je gebruik maken van materialen aanwezig in mijn atelier zoals verf, doeken, penselen, palet, paletmessen en overige materialen.

Materiaallijst

Je maakt gebruik van je eigen materiaal. Maak daarin vooral jouw eigen keuzes en het is fijn dat je hiermee thuis eventueel nog verder kunt werken aan je schilderij:

- Schetsblok A4
- Potlood
- Notitieboekje
- Enkele kleurpotloden of krijtjes
- Acrylverf (Amsterdam of gelijkwaardig)
- Verschillende penselen vwb diktes / breedtes
- 2 ondergronden van A3 en A2: doek, acrylpapier oid.
of MDF (1,2 en 0,8 m dik, verkrijgbaar bij de bouwmarkt en handig om direct op gewenste maat te laten snijden en van te voren te behandelen met Gesso.

Veel materialen zijn prima bij de Action/ Xenos te verkrijgen maar het wordt geadviseerd om de verf van het Amsterdam aan te schaffen.

- Basiscursus -

In de basis cursus word je gedurende 6 dagen stapsgewijs meegenomen in de 17 principes. Aan de hand van een korte uitleg en inspirerende schilder-opdrachten of -voorstellen ga je op eigen wijze en in je eigen tempo/ritme aan de slag. De voorstellen nodigen je uit om voorbij de inperkingen van prestatie en het rationeel denken, zonder oordeel, te gaan schilderen. Zo kom je in je eigen creatieve proces en gaat jouw creativiteit stromen. Jouw eigenheid komt via jouw gevoel op het doek tot expressie. Je ervaart de vreugde en energie van jouw authentieke creatiekracht en creatieproces. Je verkent al doende jouw mogelijkheden en komt zo dicht bij jezelf.

In het atelier is rust en ruimte om je eigen proces in te gaan en te doorlopen. Bij Vedic Art schilderen wij in stilte, zodat wij ons kunnen focussen op het laten ontstaan van de creaties.

Elke cursusdag start om 10.00 uur en duurt tot ongeveer 16.00 uur.

Het atelier is open van 9.30 – 16.30 uur.

Momenten van theorie en schilderen wisselen elkaar af. Ook is er voldoende tijd voor pauzes.

Thee, koffie & lekkernijen staan klaar en voor de lunch zal een vegetarische maaltijdsoep klaar staan.

De kosten voor de 6-daagse cursus bedraagt 390 euro per persoon inclusief koffie, thee, lekkernijen en soep maar exclusief materiaalkosten. Tegen meerprijs kun je gebruik maken van materialen aanwezig in mijn atelier zoals verf, doeken, penselen, palet, paletmessen en overige materialen.

Materiaallijst

Je maakt gebruik van je eigen materiaal. Het verzamelen ervan is al een eerste stap van de weg die je tijdens de cursus aflegt. Je maakt daarin jouw eigen keuzes (afhankelijk van jouw budget) en het is fijn dat je hiermee thuis verder kunt werken aan je schilderij.

Notitieboekje

Schetspapier of blok, A5 formaat is groot genoeg

Kleurpotloden (optioneel)

Pastelkrijt (optioneel)

Acrylverf van het merk Amsterdam: zwart, wit, rood, geel en blauw en eventueel kleuren die je mooi vindt.

Palet, oud bordje of afscheurpalet

Schilderstape (Action)

4 Canvasdoeken van minimum 50 x 50 of 50 x 60 (Action, Xenos ...)

1 Zeer klein schilderdoekje (het kleinste dat je kan vinden)

1 Groot doek (wat voor jou groot is)

2 Doeken van ongeveer 60 x 80 (je kan ook kiezen voor acrylpapier in plaats van canvas of je kan dit meebrengen als extra reservemateriaal).

Penselen voor acryl: 2 dik, 3 tussenformaat, 2 dun

Keukensponsjes (om achtergrond te schilderen)

Verfroller (klein)

Keukenrol, baby lotion doekjes (herschuitbare verpakking Aldi) of oude lappen/doeken

Sterke lijm

Schort of oud hemd

Veel materialen zijn prima bij de Action/ Xenos te verkrijgen maar adviseer de verf wel van Amsterdam aan te schaffen.

- Vervolg cursus -

Na de basiscursus kun je de vervolgcursus gaan volgen. Hier krijg je aanvullingen en uitbreidingen over de principes aangeboden. Op de site van Vedic Art Nederland vindt je het cursusaanbod en de verschillende teachers die de cursussen geven. Zie hiervoor op <https://vedicart.nl>

En heb je vragen ... mail gerust! Admin@abcreatie.nl

Met creatieve groet,

Astrid Brinkman
<https://www.abcreatie.nl>