

KijkZieKlik fotochallenge

Doe mee met de 30 dagen 'KijkZieKlik' fotochallenge en gun jezelf een maand lang iedere dag een moment van ontspanning en inspiratie, waar je ook bent. Elke dag neem je maximaal een half uur de tijd en fotografeer je een ander onderwerp uit de onderstaande lijst. Je hoeft niets anders te doen, dan dat.

Deze vorm van meditatief fotograferen traint op speelse wijze je aandacht door te kijken. Zo word je je bewuster van de omgeving en hoe jij je hierin beweegt, ontwikkel je je creativiteit en krijg je inspiratie. Ben je na 30 dagen nog niet uit gefotografeerd, begin dan gewoon opnieuw. Veel plezier! Deel je foto's online met #KijkZieKlik.

1 Rood	2 Eten	3 Lucht	4 Zand	5 Ik
6 Hoog	7 Voeten	8 Schoonheid	9 Nummers	10 Passie
11 Moed	12 Ja	13 (T)huis	15 Vrienden	15 Dichtbij
16 Wegen	17 Wolken	18 Vrijheid	19 Groen	20 Jij
21 Avontuur	22 Handen	23 Groot	24 Koesteren	25 Natuur
26 Water	27 Spiegeling	28 Deuren	29 Open	30 Bomen

Meer weten over meditatief fotograferen of andere vormen van creatief mediteren zoals schrijven, tekenen/kleuren, (inkt)schilderen of boetseren, dan is het boek [Creatief mediteren, voor meer bewustzijn, ontspanning en creativiteit](#) wellicht iets voor jou. Kijk op www.moolelo.nl voor meer inspiratie en mogelijkheden voor persoonlijke, professionele of creatieve ontwikkeling.