

PASSION FOR LIFE · ELS AJ AERTS



PUUR JEZELF IN BEELD

WWW.PASSION-FOR-LIFE.BE

PUUR JEZELF

De inspiraties in dit e-book helpen jou om te voelen wie je nu echt bent. Wat doet er nu écht toe? Waar wil je zijn? Wat is jouw werkelijke missie hier in deze wereld? Wat verlang je uit het diepste van je ziel?

In essentie weet je wie je bent. Je hoeft het je enkel nog te her-inner-en. Beetje bij beetje als je je eigen pad blijft lopen. Heel erg dicht bij jezelf. Vanuit pure zelfliefde en eigenwaarde. Onvoorwaardelijk. Je kan ook pas iemand anders graag zien als je jezelf echt ten volle en vol-ledig graag ziet.

Puur jezelf zijn zorgt dan ook voor magische samenwerkingen. De mensen die je tegenkomt onderweg en de mensen met wie je zal samenwerken zijn meant to be. Geen toeval mogelijk.

En dit door dus gewoon puur jezelf te zijn. In & buiten beeld. Geen fake gedoe, geen maskers maar vooral echtheid. Daar mag ruimte voor gemaakt worden. Daar mag tijd voor gemaakt worden. Moet zelfs...Vanuit stilte en leegte word je opnieuw vol-ledig en heel.

Wij zijn als mens een combinatie van : Geest, lichaam en ziel. Het geheel is groter dan de som van de delen. En nog meer... Wij zijn energie. We zijn ook helemaal goed zoals we zijn.

Als je je eigen pad volgt met hart & ziel, dan zit je ook volledig in je lichaam. Dat weet je gewoon. En dat is enorm krachtig en daardoor voel je ook echt een stroming van Joie de Vivre. Levensvreugde. Door heel je lijf en je ziel.

Geniet ervan!

Liefs

Els



TIJD IS HET MOOIESTE GESCHENK DAT JE JEZELF KAN GEVEN

Tijd en het gevoel van tijd hebben, is absoluut zalig. En het is dan ook nog volledig gratis en vrij. Tijd geeft je de ruimte om je intuïtie te laten werken voor jou. Jouw intuïtie weet alles. En geeft je moeiteloos de helderheid over zaken waar je anders je hoofd over zou moeten breken. Intuïtie vindt het zelfs helemaal ok dat je het gewoon niet weet. Je hoeft niet direct alles te weten.

Voel vooral of het klopt in je lichaam welk pad je te lopen hebt. Voel ook welke emoties daarbij komen kijken en loop er niet van weg. Zoek geen afleiding. Afleiding brengt je nooit waar je moet zijn. Het is soms handig om dingen uit te stellen, maar vroeg of laat krijg je het toch opnieuw op je bord en zal je lichaam wel vertellen hoe laat het is. Het is tijd voor de waarheid. Waar verlang je naar? In het diepste van je ziel? Hoe wil je dat je leven eruit ziet en ben je bereid om daar zelf de verantwoordelijkheid voor te dragen? Durf je puur jezelf te zijn? Ook als er veranderingen bij komen kijken die misschien minder leuk zijn in de eerste instantie? Hoe toegewijd ben je? Voel je werkelijk de *dévotion*?

Blijf hierbij in het nu en in het moment. Je geest en je denken probeert er alles bij te halen dat je opgeslagen hebt, maar niet meer van dienst doet. Het is belangrijk om je hiervan gewoon bewust te zijn. Dus hou je hoofd er zoveel mogelijk buiten. Dat geeft immens veel rust. Zo reageer je ook vanuit een pure emotie.

Dit gezegd zijnde, zou ik jou dus heel graag aanraden en uitnodigen om even heerlijk de tijd voor jezelf te nemen. Tijd om deze inspiraties te laten doordringen, te ervaren en beleven... en letterlijk neer te pennen wat er intuïtief naar boven komt. Alles is goed.

Kies een plek uit waar je helemaal ongestoord tot rust kan komen om hiermee aan de slag te gaan. Dat mag in de natuur of ergens lekker op 1 van jouw favoriete locaties. Als je je maar helemaal ongestoord op je plek voelt.



WIE BEN IK?

Ken jij jezelf? Kan jij een antwoord geven op de vragen: Wie ben ik? Het is echt geen evidente vraag en niet zo makkelijk te beantwoorden voor jezelf. Dat is alvast een feit. We denken ook vaak dat we onze rollen zijn, maar dat zijn we niet. We zijn ook niet onze job. We zijn zelfs niet ons lichaam of onze ziel. Dus nogmaals wie ben je? Voel eens wie ben je?

Weet jij ook hoe jij overkomt op andere mensen?

Als oefening kan je feedback vragen aan familie, vrienden of mensen met wie je al fijne samenwerkingen had. Voelt erg confronterend om te vragen, maar het levert je wel kennis op die heel nuttig kan zijn op je pad.

En alorsWat wil je uitstralen op de foto? Wie zie jij op foto? Vanuit de betekenis wie ben ik nu echt? En niet vanuit de betekenis van succes van anderen. Dat telt niet. Dat is niet wie jij bent.

Een aantal belangrijke vragen om bij stil te staan.

Ga lekker de natuur in en durf (opnieuw) te spelen. Vertraag en ontdek. Maak deze vragen wat luchtiger dan dat je ze hier op papier ziet staan.

EXTRA TIP : Je kan eventueel de app Insight Timer op je gsm installeren en I AM van Ming Moore beluisteren vooraleer je van start gaat.





Uit de beeldbank van Veerle Vanpée



Uit de beeldbank van Linda Nuyts

GELUKKIG ZIJN

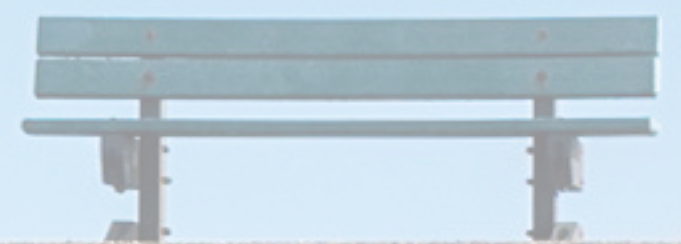
Waar word jij instant blij van? Wat tovert er à la minute een big smile op je gezicht? Waar word jij nu écht gelukkig van? Wat verlang je?

Allereerst kies je ervoor om vandaag al gelukkig te zijn met alles wat er al is. Met wie je bent. Geen voorwaarden. Als ...Dan...

Al deze voorwaarden maken het heel zwaar en vooral heel veraf. Dat hoeft niet zo te zijn.

Nu kan je starten met creëren. Er bestaan wetenschappelijk gezien 4 geluksgebieden.

Sociale contacten en gezin / bijdrage aan de wereld
Geld / Financiën
Gezondheid
Droombedrijf of job



Schrijf voor elk domein je dromen op.
En ga vooral beleven en ervaren. Ermee spelen.

Koppel geïnspireerde & intuïtieve acties aan de dromen.
Dat hoeven geen méga grote acties te zijn. Of toch niet persé.
Je kan kleine dingen veranderen in je leven,
met grote impact.

Gaat dit direct en vanzelf? ja en neen.
Het is een kwestie van te herhalen en hier dagelijks
mee bezig te zijn. En het te doen met fun. En met toewijding.

Maak het ook visueel met een beeldbord.
Beelden laten je voelen en zetten jouw intuïtie in gang.
Scheuren maar in tijdschriften en wat écht raakt plak je op een groot blad.
Hang het ergens zichtbaar en kijk en zie er elke dag naar. Het zal je ook in
beweging brengen. Om te voelen en werkelijk te doen wat er écht toe doet
om jouw zielsverlangens waar te maken.

EXTRA LEESTIP: Five Wishes van Gay Hendricks

Het boekje met die ene simpele vraag: Stel je ligt op je sterfbed, wat zouden dan de dingen zijn waarvan je wenste dat ze gebeurd waren?



Uit de beeldbank van Nathalie Hermans

JOUW ZONE OF GENIUS

Wat is jouw zone of Genius? Wat kan jij als vanzelf. Zo easy dat je er zelfs totaal niet bij stilstaat en al zeker niet aan denkt om er geld voor te vragen?

Wat maakt jou nu zo uniek?

Wat maakt jou nu net zo anders dan anderen?

Niet vanuit vergelijking met anderen, maar vanuit dezelfde waarde.

Durf het te benoemen en wees je er bewust van dat wat jij doodnormaal en makkelijk vindt voor anderen wel eens lastig en moeilijk kan zijn.

Ga het dus niet al te ver zoeken en wees heel fier op jezelf.

HOU VAN JEZELF

Hou van wat je doet.

Hou van wat jij kan betekenen voor anderen.

Hou van wat jij kan betekenen voor de wereld.

Het kan misschien niets lijken, maar geloof me ...het is net alles.





MAGISCHE SAMENWERKINGEN

Ik spreek zelf liever over magische samenwerkingen dan over jouw ideale klant.

Wie wil jij bereiken via je foto's?
Met wie maak je het allerliefste connectie?
Met welke mensen?

Iedereen willen helpen = niemand helpen.
Dat is gewoon de waarheid.
Je maakt het jezelf en je klanten moeilijk.
Dat kan toch niet de bedoeling zijn?

Deze samenwerking omschrijf je best door iemand concreet voor de ogen te halen.
Wie is deze persoon? Blijf schrijven tot je niet meer verder kan...hoe uitgebreider, hoe beter.

Dus geen lijstje maar echt een persoon met wie je connectie kan maken. En uiteraard is het ook gewoon de klik die telt.

Voel je de energie en de magie al? Het zal voor beiden een verrijking betekenen en het zal vast en zeker meent to be zijn.





Uit de beeldbank van Veerle Stevens

JOUW WHY

-
Waarom doe je wat je doet? Wat is jouw missie? Jouw unieke why?

Welk verlangen raak jij?

Als je om 1 ding bekend zou staan, wat zou dit dan zijn?

Wat is jouw bijdrage aan de wereld?

Blijf doorschrijven tot je voelt dat het je écht raakt.
Je gaat het weten als het moment er is.





LOCATIE

Welke plek hoort helemaal bij jou?
Waar voel jij je helemaal op je gemak?
Van welke plek krijg jij energie?

Hoe past deze plek in jouw uitstraling naar klanten?
Raak je met deze plek ook hun verlangen?
Wat is de bijdrage van deze plek aan jouw uitstraling?

Wat is jouw meest voorkomende werkplek?
Waar ga je naartoe om te ontspannen?
Welke plekken zijn inspirerend voor jou?

Locaties met daglicht zijn schitterend.

Als oefening kan je deze vragen beantwoorden,
maar jezelf ook eens de vraag stellen of jij
je voldoende beweegt op de plekken waar je wil zijn.

Ik ben zelf super graag aan zee of aan het water.
Water geeft me rust.
Met blote voeten in het zand of het gras. Zalig.

Ga op ontdekking en wees dus nog meer daar
waar je moet zijn. Het kan allemaal.





ATTRIBUTEN

Welke attributen gebruik jij in jouw werk?
Hoe draagt dit bij aan jouw personal branding?
Zoek ook naar de juiste kleuren in je attributen.
Wat zijn jouw 3 branding kleuren?

vb als je goud gebruikt in jouw branding, kies dan voor een gouden pen en niet voor een andere kleur.
Stem dat gericht op elkaar af. It is all about the details.

Die kunnen een beeld maken of kraken.
Het brengt ook net dat gevoel in de foto.
Zoek het zeker ook niet te ver. Hou het simpel.

Je branding versterkt wie je bent. Niet omgekeerd.



KLEDIJ

Welke kleding draag jij graag?
Waar voel je je helemaal top in?

Wat typeert jou? Wat is jouw stijl?

Wees je bewust van wat je uitdraagt,
maar ook van wat je letterlijk draagt.

Voel je vooral goed in je vel en in wat je draagt.

Draag kledij die past bij je gezicht en je ogen.
Die past bij je branding. Ook qua kleuren.
Die past bij wie jij bent.

Felle kleuren en hele drukke prints leiden af
van gezicht en je ogen. Draag jij dit echter elke seconde van het jaar,
kleur dan buiten de lijntjes. Dat moet kunnen, maar doe dan dan bewust.

En straal.

Hetzelfde met kledij als met branding. Ze versterken wie je bent. Ze zijn niet
wie je bent.





Uit de beeldbank van Veerle Vanpée



Uit de beeldbank van Inez Senecaut

MAKE-UP EN HAAR

Welke make-up wil je gebruiken?

Als je echt nooit make-up draagt, ga dan zeker niet met hele opzichtige make-up op de foto. Hou het naturel en gebruik puur de basis om glimmen te voorkomen. Doe je dit wel en typeert jou dit, dan uiteraard wel. Dan hoort het bij jouw naturel.

Een foundation kan best mat zijn zonder glinsteringen. En zonder SPF of maximum tot factor 15.

Gebruik je mascara, zorg dan dat je niet teveel gebruikt of zeker dat je wimpers niet aan elkaar geklit zijn.

Als je je handen en voeten in beeld wil brengen, verzorg je nagels dan extra goed. Een voetbadje met zeezout is trouwens gewoon kei zalig.

Voor de kapper maak je het beste een afspraak ongeveer een week voor een fotoshoot. Dan is de (eventuele) kleuring en de natuurlijke val van je haar helemaal top. Maar er zijn ook mensen die een dag vooraf gaan of de ochtend zelf. In mijn ogen kan dat ook. En voor een selfie moet je nooit wachten...zelfs op een bad hairday kan dat ...

En waarschijnlijk het allerbelangrijkste...

ZELFZORG.

Ga op tijd slapen. Ontspan. Drink voldoende. Beweeg voldoende. Doe een dansje in de living. Walk on blote voeten. Zwem buiten heel het jaar door.

Be happy.
Voel dat je leeft. Voluit.



VERANTWOORDELIJKHEID

Er is maar 1 persoon verantwoordelijk voor
haar geluk en dat ben jij zelf.
Wees de beste versie van jezelf. Voel jouw zelfliefde stromen.

BE YOU.

Hou van jezelf. Wees gelukkig.

Ga staan voor wie je bent en voor jouw boodschap
aan de wereld. En remember keep it simple. But be devoted. Always.



WIE BEN IK?

Ik ben Els. Mama van Luna. Ik leef voluit met hart & ziel. Het glas altijd halfvol . Heel hoogsensitief. Ook Speels en eigen-wijs. Grenzeloos reizend achter mijn eigen hoek of verder weg. Alleen of ont-moetend. Wonend in het midden van de natuur in Mazée samen met dochter Luna. . In een Een dorp waar niets en dus alles is. In de vallei van de stroming. Op de grens met La douce France. Als Miss Afrika. Heerlijk traag en nog trager om te kijken, te kijken en te zien wat er zichtbaar wordt, wat er zichtbaar is. Een foto blijft echt een eeuwige her-innering.

Om te koesteren in het nu. En nu te leven. Voluit. Met passie voor La Vie. Puur jezelf in beeld laat je voelen & her-inneren wie je in essentie bent.

Passion for Life is dan ook geboren vanuit mijn liefde voor mensen, intuïtief fotograferen en (solo) reizen. Het is een combinatie die mij altijd heel blij maakt. Daarin ervaar ik zelf rust en joie de vivre. En dat gaat gewoon vanzelf. Daarin ervaar ik altijd energie. Ik leef Afrika in België. Dit is de reis uit de ratrace naar pure & onvoorwaardelijke zelfliefde.

Mijn missie is om mensen puur zichzelf te laten zijn. Vol van onvoorwaardelijke zelfliefde. En dat ze dat ook echt voelen en zien in de beelden die ik van hen maak. Het gevolg is meer openheid in de wereld, de wereld zal automatisch vertragen en er zal meer gelijkheid en gelijkwaardigheid zijn zonder oordeel.

Ik zou zeggen..volg zeker mijn instagram account en stories, want dat is mijn enige social media kanaal waar ik voluit op ga. Eenvoudig & simpel. Overal aanwezig moeten zijn, dat is echt niets voor mij. Mijn energie komt van alleen zijn. Ook al vind ik het echt magisch om te verbinden met mensen.

Ik wens jou nogmaals veel plezier en als je dat graag wil ...deel je foto's en avonturen en tag mij op instagram. Zo kunnen we alvast de wereld wat positieve vibes doorsturen. Je kan mij op instagram vinden onder Els AJ Aerts Diatta. AJ staat trouwens voor Adrienne en Jeanne. Mijn 2 liefste grootmoeders en inspiraties.

<https://www.instagram.com/els.aj.aerts/>

Weet dat je mij ook altijd een DM mag sturen op instagram en voor een gratis KLIK gesprek mag contacteren via DM of mail: els@passion-for-life.be. Ik kijk graag even met jou mee om alvast een eerste stap te zetten naar puur jezelf zijn.

Slow Greetings & Bisou Els xxx



**KIJKEN DOE JE MET JE OGEN
ZIEN MET JE HELE LICHAAM
EN JE HART.**

*'I observe mankind with my eyes,
I picture them with my heart'*