

## Mijn Balkon

Hallo.

Dit is mijn balkon.

Ik staan nu op mijn balkon, en ik kijk naar de bomen.

De twee grote bomen die op het pleintje voor mijn huis staan.

Waar zit jij terwijl je naar dit filmpje kijkt en mijn stem hoort? Misschien zit je op een bank. Met je laptop op schoot. Of aan een bureau op een stoel. Zit je in de woonkamer, of op je eigen kamer?

Zit je achter je computer?

Of ben je eigenlijk ergens anders?

Lig je eigenlijk nog in bed?

Of ben je in de keuken bij wat je straks gaat eten?

Of ben je zelfs aan het tijdreizen. Ben je al in de toekomst. En zie je daar misschien moeilijkheden op je pad? Zorgen over de toekomst.

Je lichaam zit achter de computer, maar met je gedachten ben je misschien op andere plekken.

Waar zit je terwijl je naar dit filmpje kijkt, en mijn stem hoort? Zit je goed? Zit je prettig?

Ik sta op mijn balkon en zie twee bomen. Met daarin een groot vogelnest.

Wat hebben jullie allemaal nog meer gezien?

Had het nest twee vogeltjes? Of eentje?

Liepen er mensen over de brug?

En zag je er iemand overheen fietsen?

Zag je de hardloper voorbij komen?  
Vlogen er nog andere vogels in de lucht?  
Hoeveel mensen zag je op straat?  
Waren het volwassenen of kinderen denk je?  
Zag je de rode boot en de rode auto?  
Of een vliegtuig?  
Of misschien zie je hem nu?

Met dit vliegtuig in je gedachten wil ik vragen je ogen te sluiten.

Zijn er gedachten die je de laatste tijd vaak hebt, en waar je geen goed gevoel van krijgt? Vervelende gedachten, verdrietige gedachten. Zorgen.

Misschien zijn het gedachten die je eerst nooit zo sterk had. Maar sinds deze nieuwe tijd (van binnen zitten) vaak langskomen.

Is er misschien een vervelende gedachte die gelijk bij je opkomt? Die er vaak is, maar die je eigenlijk liever niet hebt. Die je stoort. Of misschien kan je er wel meerdere bedenken? Kan je deze gedachten misschien wel een titel geven of omschrijven in één zin.

Stel je nu eens voor dat je deze gedachten deze zorgen net op het vliegtuig hebt gezet op Schiphol.

Ze zijn netjes ingecheckt, opgestegen en vliegen nu precies hier over mijn balkon door de lucht.

Ze kijken omlaag door het raampje naar een piep klein balkon onder hen.

Jij kijkt terug. Jullie kijken naar elkaar.

Misschien bedank je ze voor hun bezorgdheid.  
Maar voor nu, voor vandaag heb je ze even niet nodig. Wens  
je ze veel plezier op vakantie, en zwaait ze uit.

Open je ogen: en als je het leuk vind kan je misschien een vel  
papier pakken, stiften of verf: en teken dit vliegtuig. Met  
daarin jou zorgen, jou gedachten die je even niet meer hier  
wilt. Die je even op vakantie hebt gestuurd.