**Blind date**

Ga lekker zitten en sluit je ogen.

Stel je voor dat je alleen op een bankje in de zon zit in een groot park bij een bushalte en je wacht op iemand die je niet kent.

Er stopt een bus voor jou, je bent de enige bij de halte en je stapt in om te kijken wie je gaat ontmoeten. De bus zit vol met mensen.

De bus blijft staan en je loopt langzaam naar achteren en je neemt de mensen die je ziet goed in je op. Je ziet hun kleding, de kleuren, hun gebaren, hun geuren, en je laat alles op je inwerken.

Je blijft langzaam doorlopen en wacht tot er iemand naar je toekomt. Jou bezoeker pakt je hand en stapt met je uit de bus. Jullie gaan op het bankje in de zon zitten en je stelt jezelf voor en vraagt wie de ander is.

De ander is een deel van jezelf. Je vraagt welk verborgen deel van jezelf deze persoon vertegenwoordigt en wacht het antwoord af; vraag vervolgens welk geschenk hij of zij je te geven heeft ….

Neem het antwoord in ontvangst en bedank de ander voor het bezoek en geschenk.

Neem dan afscheid en begeleid de ander terug naar de bus en zwaai naar de mensen als de bus weer vertrekt. Het zijn allemaal delen van jezelf die je graag willen ontmoeten.

Kom nu langzaam weer terug in deze ruimte en open je ogen. Neem even de tijd voor jezelf om op te schrijven of te tekenen welk geschenk je hebt gekregen.