

## 'Verlichting voelt als beantwoorde liefde'

*Taetske Kleijn van Leids meditatiecentrum voelt zich goddelijk na spirituele ervaring*

door Ilse Keuenhof

LEIDEN – Met uitzicht op de ondergaande zon zat Taetske Kleijn drie jaar geleden op een bank langs een weiland. Een ogenschijnlijk doodnormaal moment dat haar leven op z'n kop zette. Terwijl de dag de duisternis van de nacht groette, werd Kleijn verlicht. "Op dat moment voelde ik tot in mijn botten dat ik helemaal niets meer had om mij zorgen over te maken, voor altijd. Een enorme rust en vrede kwam over me. That was it! Heel simpel." "Na die dag in februari veranderde alles en niets." Volgens Kleijn, die sinds 1998 meditatiecentrum Tsuki aan de Rijnsburgerweg 86 in Leiden runt, zit de verandering na een verlichting niet in de omstandigheden. "Het verschil is, dat je ziet dat je omstandigheden niets met je geluk te maken hebben.

Voordat ik verlicht werd, dacht ik misschien ook wel over de dingen die ik nu zeg: wat zit zij nu uit d'r nek te lullen. Verlichting lijkt op een heftige verliefdheid die plotseling wederzijds blijkt te zijn. Alles ontspant zich, je voelt je gedragen door het bestaan en alles is oké. De volgende dag sta je dan toch heel anders bij de bushalte. In het begin is het zo'n shock dat je er helemaal in opgaat. Je ziet je vrienden niet meer. Na een tijdje wordt het gewoon, maar alles blijft lichter, alsof er een last van je schouders is gevallen."

Verlichting. De Van Dale beschrijft het als: 'ruimdenkend en bevrijd van vooroordelen'. In onze samenleving lijkt het woord een grabbelton voor ultiem geluk. Kleijn is niet blij met de magie die het woord verlichting tot een goddelijk niveau heeft opgestuwd. "Op zich is het een mooi woord, als je ziet dat het betekent dat alles lichter wordt. En toch heeft het ook alles te maken met het goddelijke."

Minstens twaalf jaar in een klooster in Tibet verblijven, de hele dag niets anders doen dan mediteren en al je bezittingen weggeven. Dit is het beeld dat de gemiddelde mens van de moeilijke weg naar verlichting heeft. Toch bleek dit voor Kleijn heel anders uit te pakken. "Ik hou ontzettend van lekker eten en heb heel lang gedacht: zolang ik die snoeplust nog heb, kan ik het wel schudden. We hebben het rare idee dat verlicht zijn perfectie betekent. Dat is het niet. De niet-verlichte is geen centimeter minder perfect dan de verlichte. De verlichte ziet alleen dat alles van goddelijke schoonheid is." Kleijn weet dat degene die 'in de werkelijkheid van het moment leeft' voortdurend in contact met de goddelijke realiteit staat. "Alle religies zeggen dat God alles is en alles God. Je kan jezelf niet van het Goddelijke scheiden, want iedereen en alles is Goddelijk, maar op de een of andere manier krijgen we dit niet in onze hersens. En als God alles is, dan is God ook de duivel." Een 'slecht mens' is volgens Kleijn dan ook niet minder goddelijk dan een 'verlicht mens'. "Zou dat zo zijn, dan klopt er iets niet in het begrip God."

Een van de grootste misverstanden over verlichting vindt Kleijn de fantasie dat daarna het hele leven verandert. "Dat is niet zo. Het leven blijft gewoon het leven. Als je een

brood nodig hebt, moet je nog steeds naar de bakker en als je geen geld hebt moet je iets verzinnen om aan geld te komen. Het grote verschil is dat je humeur er niet meer door wordt verpest." Kleijn leerde relativeren en identificeert zich nu niet meer met haar problemen. Maar verlichting gaat dieper. "Eerst keek ik door mijn denkwereld, zie het als een bril, naar de realiteit. Als ik rustig was, was het een hele heldere bril, waren er problemen, dan was hij soms helemaal verduisterd. Na de verlichting heb ik die bril leren afzetten. Problemen bestaan in je hoofd, niet in de realiteit."

Op 20 april start Kleijn een vijfdaagse Clarity Workshop: 'de weg naar zelfrealisatie'. "Zelfrealisatie is een reis met een heel bijzonder doel, namelijk dáár komen waar je al bent. We weten allemaal wel dat alleen nú bestaat, en gisteren en morgen denkbeelden zijn, maar we ervaren het niet zo. Ik probeer mensen te leren leven in het moment. Ik bied technieken waardoor mensen dit beter kunnen. Ik werk via meditatie om je gevoeligheid voor het moment te openen en meer waar te nemen met je zintuigen. Ik vraag mensen wat ze nu horen, wat ze zien, voelen en ruiken. Als je dat doet ben je even met je aandacht in het hier en nu. Hoe meer je in het moment leeft hoe meer je ervan gaat houden. Na vier dagen Clarity proces begrijp je al dat je in wezen helemaal geen problemen hebt. Mijn zorgen verbleken door in het moment te leven, daar word je ontzettend gelukkig van."