

Clarity: een weg voor zelfkennis

# Welkom in de werkelijkheid

Zelfkennis is als de steen der wijzen, de doos van Pandora en de heilige graal: het is de weg die leidt tot de kennis van wat er is. Taetske Kleijn van Tsuki ontwikkelde op basis van het gedachtegoed van Jeru een manier of methode om deze weg te gaan en te komen tot de helderheid of 'clarity' die het zicht geeft op de werkelijkheid zoals deze is.

Taetske Kleijn

Waarover gaat Clarity? Taetske: "Het gaat over zelfkennis. Met als doel om te ontwaken uit de droom die door het denken wordt gecreëerd. Jezelf en de werkelijkheid ongesluierd waarnemen. Op de korte termijn grondt het mensen in hun dagelijks leven. De ervaringen zijn vaak erg persoonlijk omdat het samenhangt met de thematiek die je zelf inbrengt. Maar bijna iedereen ervaart een vorm van diepere ontspanning en acceptatie van het leven dat ze al hebben."

**Je noemt het een 'weg met twee poten'...**

"Ja. De ene poot is de mind en de andere poot is de werkelijkheid. We stoppen in beide evenveel energie om het diepgaand te leren kennen. Dat doen we met behulp van vijf stappen: ontdekken, ontvouwen, bevrijden, eenheid en helderheid. Je krijgt daardoor zowel zicht op de onderliggende oorzaken van je problemen, als dat je leert om in het nu te leven. Het uiteindelijke doel van Clarity is het vinden van een antwoord op de vraag: wie ben ik?"

**Is het een systeem?**

"Ja, een systeem dat je helpt om ontspanning te vinden door de denkwereld te kunnen scheiden van de werkelijkheid. Het maakt een eind aan overbodig lijden. De bron van bijna al onze problemen en spanningen ligt in het niet kennen van en niet kunnen omgaan met onze eigen onbewuste patronen en overtuigingen. We geven mensen verschillende technieken om dat te onderzoeken en om er zelf mee te kunnen werken. Daarmee krijg je niet alleen de sleutel tot zelfkennis in handen, maar het zet je ook op je eigen benen. Je kunt het Clarity Proces ook een methode noemen. Hoewel alle technieken gericht zijn op het loslaten van de overbodige oude angsten en verlangens die het lichaam en het denken in een kramp houden. Dat brengt je in een toestand waar het methodeloze 'op het nu richten' mogelijk is in een diepgang die je anders niet kunt toelaten."

**Is het een therapie?**

"Alle processen zijn zo ontworpen dat je ze zelf kunt toepassen. Door ontspanning in de geest, ontstaat ontspanning in het lichaam. Deze ontspanning maakt de weg vrij om je aandacht op het hier en nu te richten. Als je energie vastzit in problemen met je werk, je relatie of gezondheid, heb je gewoonweg

de innerlijke rust niet om je op je adem te richten en op een open onbevooroordeelde manier naar jezelf en de werkelijkheid te kijken. Nee, geen therapie dus."

**Wat doe je tijdens de workshop?**

"We doen verschillende bewustzijnsoefeningen en meditaties. Denk bijvoorbeeld aan zelfonderzoek, regressiewerk, hier en nu technieken en krachtige ademmeditatie zoals de Quantum Light Breath. In de Driedaagse Clarity Workshop leer je de technieken kennen en toepassen. Een groot verschil met vele andere wegen is dat Clarity erop gericht is je de middelen in handen te geven om het zelf te doen. De leraar en de groep zijn er om je te helpen het onder de knie te krijgen, maar je doet het zelf. Verder staat Clarity los van religieuze of spirituele stromingen. Het kan goed met andere processen en richtingen samengaan."

**Word je er gelukkiger van?**

"Veel mensen ontdekken bij Clarity dat geluk in je relatie met het moment ligt. Niet in je bezittingen, zelfs niet in je liefdesleven, je werk of je vriendschappen. Die zijn er



workshops van verschillende lengte. De drie dagen vormen een kennismakingsworkshop. Lang genoeg om te kunnen ervaren of de technieken je liggen en of het je brengt waar jij naartoe wilt. Smaakt

**Mijn perspectief is 180 graden gedraaid. De vraag 'wie ben ik?' speelt niet meer.**

om het leven en je vreugde daarin mee te delen, en verder zijn het geweldige spiegels om je te laten zien waar je vastzit en waar je ingangen tot verdere bevrijding kunt vinden. Liefde en compassie voor anderen en voor alles wat leeft en is, ontstaat spontaan zodra je het voor jezelf kunt opbrengen."

**De basis is non-dualiteit. Wat betekent dat voor jou?**

"Non-dualiteit is voor mij niet meer dan een woord. De werkelijkheid zou niet benoemd en uitgelegd moeten worden, zodat iedereen de kans heeft het zelf te ontdekken zonder van te voren al allerlei beelden en ideeën te krijgen voorgeschoteld door mensen die erover vertellen. Dat staat alleen maar in de weg. Op het moment dat je wakker wordt, zie je het gewoon."

**Is er na deze cursus een vervolg?**

"Het Clarity Proces kent

dagelijks toe. Daardoor blijf ik helder, gezond en kan ik van het leven genieten. Ik heb zo'n zeven beginnersworkshops met Jeru gedaan en ben daarna de driejarige training bij hem gaan doen, plus de trainersopleiding. Na enkele korte ontwakingsmomenten ben ik in 1996 begonnen met Clarity workshops geven. Drie jaar later trok de sluier helemaal op. In 2000, toen Jeru stierf, heb ik mijn baan opgezegd om me er fulltime aan te kunnen wijden. Veel gevolgen (buiten ander werk!) heeft het niet gehad. Ik leef nog steeds mijn eigen gekke zelf. Wel is mijn perspectief 180 graden gedraaid, als je het zo zou willen uitdrukken. De vraag 'wie ben ik?' speelt niet meer. Elke zoek-energie op het spirituele vlak is verdwenen. En ik ben heel gelukkig met mijn werk! Ik vind het geweldig om mee te maken dat mensen hun weg vinden.

Je vroeg enkele deelnemers wat ze van het Clarity proces vinden... "Ze zeiden allemaal: het is life changing. Zo heb ik het ook ervaren. Vanwege het andere perspectief. Het is een cadeau om te kunnen genieten van het leven dat je hebt gekregen. De sleutel naar ontspanning en geluk zit 100% in jezelf. Het is dan echt heerlijk dat je ook zelf de middelen in handen hebt om daar wat mee te doen."

**Meer over de workshops en activiteiten van Taetske Kleijn:**  
[www.djoj.nl](http://www.djoj.nl)

**Wie is je leermeester(s)?**  
"Mijn leermeester is Jeru Kabbal. Hij heeft dit proces ontwikkeld. Wat me in hem aansprak was zijn eenvoud in combinatie met een diepe intelligentie en wijsheid. Ik herinner me nog goed dat het me van m'n sokken blies dat iemand me vertelde hoe het zat, en me ook nog simpele middelen in handen gaf waarmee ik het zelf kon ontdekken, waardoor ik volstrekt onafhankelijk van hem was."

**Is Clarity voor jou persoonlijk belangrijk?**

"Voor mij persoonlijk is het enorm belangrijk. Ik pas de technieken