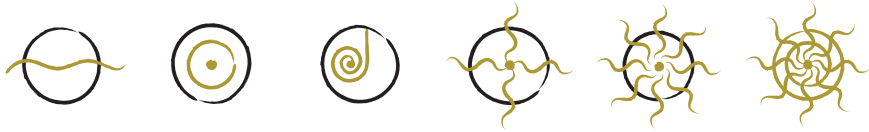


MARIEKE VAN MEIJEREN

RISE

A GUIDE TO UNFOLD *UNCONDITIONAL LOVE*





The ever-changing nature of the Sun

RISE

MARIEKE VAN MEIJEREN

RISE

A GUIDE TO UNFOLD *UNCONDITIONAL LOVE*



Omslagontwerp en Opmaak: Nina Omeragic-Dokic
Illustraties: Marieke van Meijeren
Digitalisering Illustraties: Maren Bruin
Omslagfoto en fotografie binnenwerk: Yvonne Apeldoorn
Foto blz 117 Privécollectie: Marieke van Meijeren uit 1999
Styling: Liselotte Admiraal
Hair & Make-up: Maaïke Beijer

ISBN 9789083180793

Copyright © 2021 Marieke van Meijeren
Copyright © 2021 New Earth Publishers
Eerste druk juli 2021

New Earth Publishers

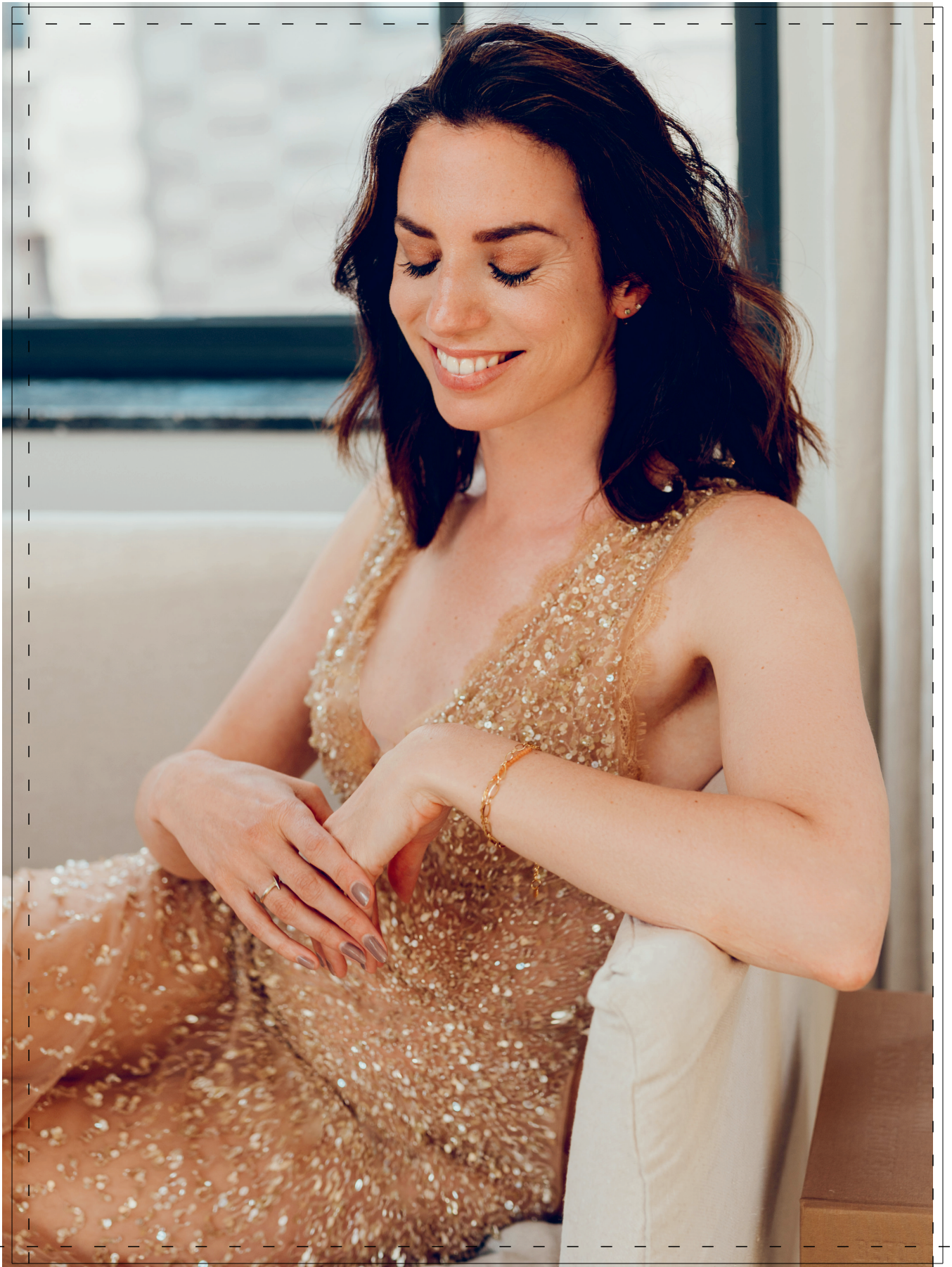
www.mariekevanmeijeren.com
www.debewustzijnschool.nl

 @mariekevanmeijeren

Alle rechten voorbehouden. Niets uit deze uitgave mag worden verveelvoudigd, opgeslagen in een geautomatiseerd gegevensbestand, of openbaar gemaakt, in enige vorm of op enige wijze, hetzij elektronisch, mechanisch, door fotokopieën, opnamen, of enig andere manier, zonder voorafgaande schriftelijke toestemming van de uitgever New Earth Publishers.

*Voor mijn dochter in het licht
en mijn dochter hier op aarde.*

- Marieke van Meijeren



Lief mens,

De reis van het schrijven van dit boek begon acht jaar geleden, waar ik openbrak en deel 1 uit mij kwam. En wat een geschenk is dat om de verhalen uit mijn donkere kamers te halen en het naar het licht te brengen. Het is een helende en magische reis geweest tot het allerlaatste moment. En nu is dit manuscript omgetoverd tot een boek en ligt het in jouw handen.

Ook wil ik je graag vertellen dat dit geen handboek is. Geen How To boek. Geen stappenplan en ook geen roze-vlinder-spiritueel-strikkenboek. Het is een wonderlijk en openbarend boek over een 'echt leven', zoals wij allen hebben. En ik hoop je dan ook uit te nodigen om ook zo jouw 'echte leven' te delen omdat wij als mens namelijk op die manier verbinding maken met elkaar. En om vanuit die verbinding te kiezen om het wonderbaarlijke avontuur te beleven wat het leven heet.

Het is een open boek, waarin ik mijn hart en ziel met je deel. Het gaat over jezelf kwijtraken en jezelf weer terugvinden. Over moed en het hervinden van de bron, het licht in en om jezelf. Het raakt thema's aan waar wij als mens allemaal mee te maken krijgen in dit leven en ik vertel je over mijn persoonlijke reis. Over verlies, dood, relaties, ondernemerschap, schoolsystemen, liefde en de nieuwe wereld. Boven al deze thema's deel ik het meest en het liefst mijn wijsheid, mijn reizen en ervaringen over de non-fysieke wereld (het spirituele) aan de hand van the ever-changing nature of the sun. De zon is ons centrale punt van bewustzijn.

Maar boven alles gaat dit boek over hoe de liefde altijd doorschijnt en je altijd opstaat in wat voor situatie je je dan ook bevindt. Hoe je de liefde door jezelf kan laten bewegen en als je dat volgt, je ziel een avontuurlijk, speels en prachtig leven voor je heeft. Durf je te volgen?

Het kan een gids ergens voor je zijn en op elke bladzijde kan je de stille energetische boodschappen vinden die jou op dat moment een activatie mogen brengen. Dat je voelt dat je uniek, bijzonder en krachtig bent en je spirituele gaven grond krijgen zodat jij jouw gewenste leven kan vormen vanuit puur bewustzijn. Dat is mijn intentie dan ook met dit boek.

*“Want uiteindelijk zijn wij één familie
Als wezen
En mens
En reizen wij met elkaar
Hier op aarde
Met als enig doel
De hemel op
Aarde te
Brenge
En ieder van ons geeft dat
Op een unieke manier*

*Altijd
Vanuit
Liefde
Voor de nieuwe wereld.*

*It's time to
RISE”*

*In liefde,
Marieke*

How to Read Me

Ik neem je graag even mee in een kleine introductie omdat dit boek anders ter wereld wilde komen dan een traditioneel boek.

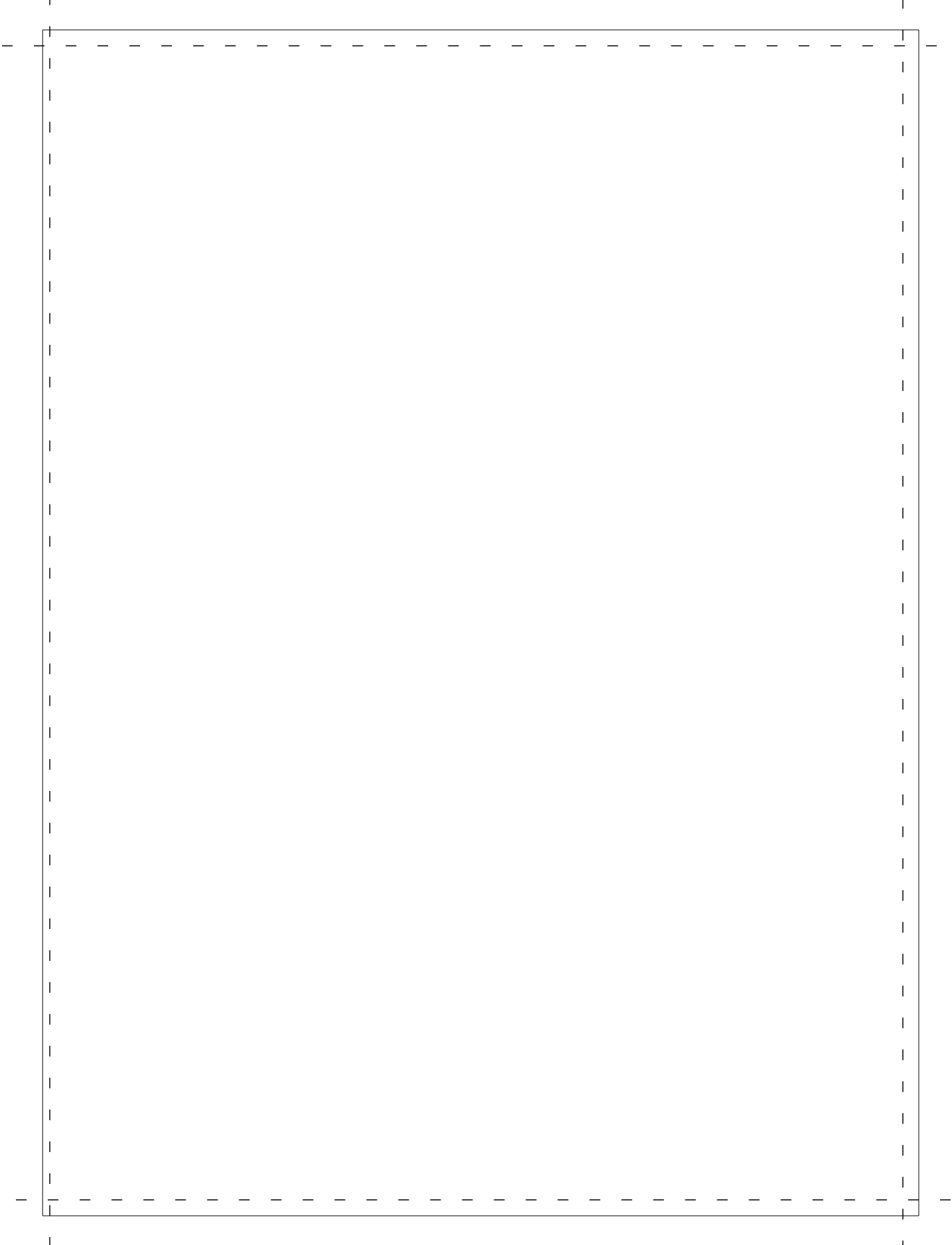
RISE bevat zes delen en elk deel is een boek op zichzelf. Het vraagt van je om je geest open te houden en je creativiteit te activeren. Ik daag je uit om verschillende sprongen te maken in je bewustzijn. En mee te gaan in de beweging en cyclus van de zon, want daar bestaan de delen uit.

De delen 1, 2, 3, 5 en 6 zijn chronologisch geschreven. Ik neem je aan de hand mee door mijn persoonlijke avonturen.

Deel vier bestaat uit short mystical stories. Daarin vertel ik je over mijn herinneringen uit mijn hele jonge jaren van een tot zes jaar en die koppel ik aan eenzelfde soort ervaring maar dan in mijn twintiger jaren. De nadruk ligt hierbij niet op de tijd. Maar op de les of ervaring die ik dan ontvang.

De brieven die ik schrijf zijn geschreven in de loop der jaren. Zie het als brieven terug in de tijd, als een zachte aanmoediging en een liefdevolle en warme arm om de healing van de reis te dragen en vooral naar het licht te brengen. Het zijn bruggen van de ene dimensie naar de andere. En soms hebben we op cruciale momenten in ons leven weleens wat gemist waar we later een inzicht over krijgen. Jij kan datgene wat je gemist hebt nu nog steeds aan jezelf geven, immers zijn alle delen van jou aanwezig in jou. Zo breng je licht en liefde ernaartoe. En is de cirkel rond.

Ook lees je best wat Engelse termen of woorden hier en daar. Dit stuk van mij wilde ik graag vermengen in mijn boek. Mijn taal is zo en ik hoop dan ook dat je mijn taal voelt en ziet zoals het is. Misschien iets meer weg van het traditionele schrijven en meer naar de toekomst gericht.



Inhoud

☉ REMEMBERING THE SUN

The Day	14
Just an Ordinary Day	18
Destiny has many Forms	22
And I won't Cry for Yesterday	26
Yesterday	28
Return to Love	32
De Man met de Witte Haren en de Ronde Brill	34
Close to Heaven	38
RISE like the Sun	42
Transmissions	46
Jij Bepaalt	50
Learning	54
De Transcendente Reis	58
Healing with the Heart	62
The Only Way is Up!	64
De Eerste Maaltijd	68
Wij	72
Freedom Drivers	76
Sweet Disappointment	80
Timelessness	84
Force of Nature	86
De Schaamte Voorbij	88
De Mysterieuze Man	92
Heal	96
De Verhuizing	100
Like Infinite Raindrops	104
Open up the Heart	108
HOME	112
Verwenen van de Aardbodem	116
On Top of the Mountain	118

☉ AWAKENING OF THE SUN

Donker	130
--------	-----

☉ RISING OF THE SUN

Naakt voor de Bevrijding	144
Therapie	148
Soul is Coming Home	152



EMBODYING THE SUN

Palms Rise to the Universe	164
Zondagszwemmen	168
Wolf	170
Overweldigend	176
Op Zoek naar de Stem	180
The Voice of The Mother	182
Walkman	186
Geestkracht	190
Cosmic Crazy Love	194
I'm Coming Out	198
Beam me up, Scotty!	204
Transcendente Reizen	208
De Sneeuwman	212
Spanje	216
Dance, Lady Dance! To your own Natural Rythm	220
You are The Vortex of Your Own Destiny	222



BEING THE SUN

Forgiveness	234
Weet je nog, Marieke?	238
Healing	240
De Bestemming van je Ziel	244
Bezielde Ondernemerschap	246
You Rise	250
Wat als Ik Verander, wie zal Ik dan Worden?	252

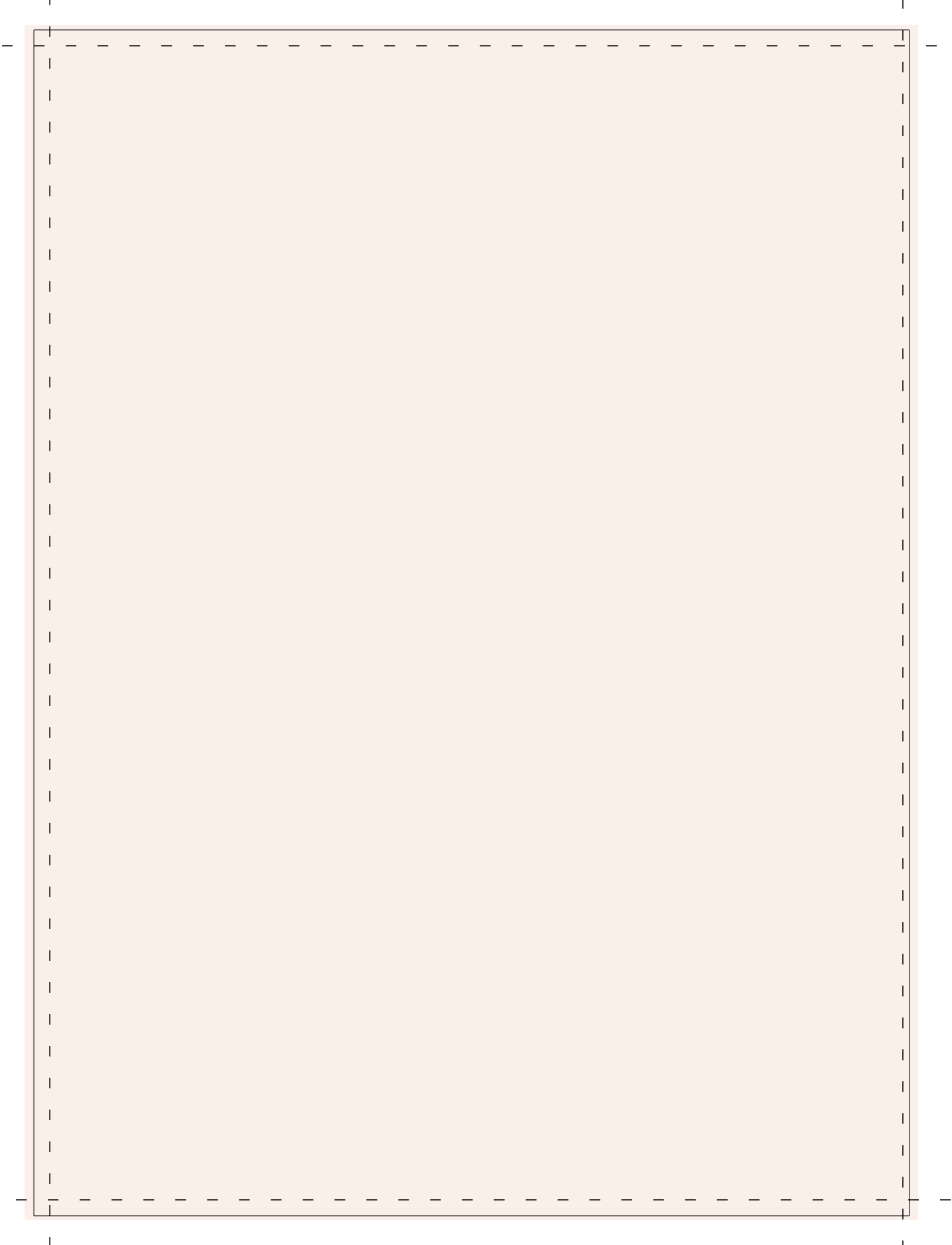


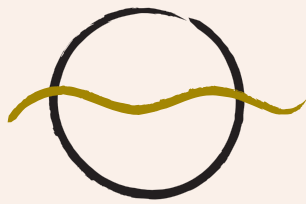
SPREADING THE LIGHT OF THE SUN

Humor	262
Het Spirituele Ego	268
Hoger Bewustzijn in Werk	270
De Bewustzijn School	276
Parenting 3.3	280
Ode aan Jou en De Nieuwe Wereld	284
RISE	289

NAWOORD

Voor Mijn Lieve Oma die in de Hemel Is	296
Dankbaarheid en Liefde	300





REMEMBERING THE SUN

The Day

We reden snel, heel snel. Het leek wel een TGV waar ik in lag. Alles zoefde voorbij, de bomen zover ik kon zien en de huizen. Hij hield mijn hand stevig vast alsof hij mij daardoor hier kon houden. Hij bekeek mij met veel gevoel van bezorgdheid en schrok daar vooral van. Hij maakte zich zorgen maar zei dat niet. Hij zei: 'Alles komt goed.'

Ik voel veel. Heel veel. Ik zie de gedachten en filmpjes van mensen en werelden hiernaast. Ook kan ik de ander helder voelen. Dat heb ik al mijn hele leven. Het maakt het tot een gift. Maar ook een vloek. Vooral nu. Ik wilde dat hij aanvoelde als ontspanning en dat zijn woorden: 'Het komt helemaal goed, de schade valt mee,' in diezelfde lijn lagen, maar dat was niet zo.

We reden zelfs sneller omdat hij dat zei en hij keek daarbij naar zijn collega. En in de verte zag ik Tess, mijn tweelingzus, voorin zitten, die keek over haar schouder naar mij. Gelukkig is zij er.

Ik lag plat op een bed, vastgeriemd en wel, in de snelste rit van mijn leven.


Het oorverdovende geluid wat de ambulance maakte ging dwars door mij heen. Eerst vond ik het cool dat het aanstond, maar snel veranderde dat in paniek. Zo'n angstvlaag die je overmeestert. Ik probeerde mijn adem te vinden, zodat het gevoel wat weg zou ebben. Mijn ogen vlogen overal naartoe. Wat zie ik, wat gebeurt er allemaal, wat gaat hij allemaal nog meer met mij doen?

Ik zag dat ik dacht: natuurlijk ben ik morgen gewoon weer thuis. Dit verhaal is zo over.

Maar hij bleef maar steeds naar mijn naam vragen, steeds maar weer, keer op keer. 'Wat is je naam en kijk mij aan? Wat is je naam?'

*'Marieke,' zei ik, 'Marieke van Meijeren.
Ik ben Marieke van Meijeren,
Marieke, meneer.
Marieke van Meijeren ben ik.'*

En wie is dat dan, vroeg ik mij af.

A dark, moody photograph of a person's arm and hand, with text overlaid. The background is a deep, dark brown or black, with a subtle texture. The lighting is dramatic, highlighting the contours of the arm and hand. The text is centered and reads:

‘Marieke,’ zei ik, ‘Marieke van Meijeren.
Ik ben Marieke van Meijeren,
Marieke, meneer.
Marieke van Meijeren ben ik.’

En wie is dat dan, vroeg ik mij af.



It's just an Ordinary Day

Op mijn kamer zat ik. Te dubben, alles af te wegen, te overdenken. Hoe kan ik nu toch het huis uit komen terwijl ik huisarrest heb? Zelfs vandaag op deze dag! Terwijl papa jarig is. Hij is vandaag vijftig geworden, dat is een feest waard zou je zo denken. Maar toch gaf hij geen feest. Opa en mijn tante zouden strakjes langskomen. Ik voelde me klem, opgesloten en verstikt. Zo voelde ik mij vaak de laatste tijd. Alsof de riemen steeds strakker aangespannen werden, zodat ik geen lucht meer kreeg. Alsof alles weg was. Alsof alles vaststond en er geen beweging meer was. Alles staat vast van de spanning. Zo. Boos was ik daarop. Ik was sowieso boos, vooral nu. Ik had zin om weer eens naar buiten te gaan, de frisse lucht in te ademen en vooral met mijn beste vriendinnen en Pieter te zijn. Pieter is mijn vriendje, mijn allereerste grote liefde! Ik vergeet het nooit.

Een paar maanden geleden had ik mijn eerste feestje, het afstudeerfeestje van een van mijn beste vriendinnetjes. Ik had voor het eerst een jurk aan. Ja echt waar. Mijn slungelige en platte lichaam in een jurk gehesen. Normaliter heb ik altijd wijde kleren aan zodat mijn lichaam niet opvalt. Ik niet opval. Ik word enorm gepest met mijn lichaam door wat klasgenootjes. Ze schelden mij uit voor van alles en nog wat. Echt klote vind ik het. Soms wil ik daardoor niet naar school. Dan durf ik niet. Dan heb ik een knoop in mijn buik en ben ik bang dat het weer zo'n dag is waar ik doorheen moet. Maar toen. Toen droeg ik een bruinzwart suède jurkje met mijn Dr. Martens eronder. Mama vond het geen gezicht, ze wilde kleine hakjes eronder maar hakken vond ik echt niks. Eenmaal, uren later op het feest, geen Pieter te bekennen omdat een van mijn vriendinnen dus helemaal gek van hem was. We hebben het de hele avond moeten aanhoren hoe knap en tof hij wel niet is. Ik haakte af. Ik stond aan de bar met mijn vijfentwintig drankbonnen, wijntjes weg te 'tikken'. Toen kwam ze aanrennen, helemaal hysterisch: de groep mannen was gearriveerd, dat ik nu toch echt mee naar buiten moest komen zodat ik hem kon zien. Wanneer zijn mannen zo ontzettend belangrijk geworden? Echt, we hebben elkaar toch, dacht ik. Toen ik achter haar aan liep, vertelde ik haar dat ik in het donker en van een afstand echt geen fuck kon zien. 'Ik heb een bril hè,' zei ik nog. Ik zag hem toen ook niet.

We kletsten wat met de groep mannen, waar die vriendin dus toen ineens het witte licht zag schijnen, om een andere jongen en Pieter was plots uit beeld vertrokken, zo snel als een raket. Poefff. Zo snel kon ware liefde dus smelten, dacht ik toen nog.

Ik liep terug naar de bar en wachtte op mijn bestelling. Ik hoorde in de verte een vet nummer en draaide me om en toen: verdween iedereen voor mijn

ogen. Alle mensen die dansten hielden gewoon op, alsof ze op pauze stonden en hij daar alleen maar stond. Hij keek mij aan met zijn grote groene ogen, bruine haren en zijn atletisch figuur. Hij straalde. Keek hij nou naar mij? Dat kan niet waar zijn, dacht ik. Ik bewoog mijn hoofd zachtjes, om achter mij te kijken of daar niet een knap meisje stond. Maar dat was niet zo. Hij keek naar mij. *Holy shit*. Mijn adem stopte. Ik voelde vuur door mijn hele lijf heen gaan. Ik dacht dat ik smolt voor zijn ogen en langzaam liep hij naar mij toe, hij stelde zichzelf voor als Pieter en ik begon gewoon maar wat te ratelen van de zenuwen. Hij vroeg mij ten dans. Hij raakte zachtjes met zijn ene hand mijn blote rug aan, de andere zocht mijn hand, langzaam vlocht ik mijn vingers in die van hem en liet mij door hem meevoeren. Ik wiegde langzaam met hem mee. Hij rook heerlijk. Mijn gezicht liet ik zachtjes rusten op zijn ene schouder. En voelde diep vanbinnen: dit is liefde. We lieten elkaar niet meer los.

Pieter is bijna twee jaar ouder en heeft een Honda. Daar ben ik helemaal gek van. Die wind door mijn haren, die snelheid (beetje opgevoerd) en de kracht als je schakelt. Ja echt een feest vind ik het om samen op de Honda te zitten. Het is ook gewoon romantisch. Ik houd hem de hele tijd stevig vast en kan soms lieve dingen in zijn oren zeggen. Het voelt zo dichtbij. Die liefde dan.

En toen in een keer viel het kwartje. Ik vraag het gewoon aan mijn ouders en zeg dat ik aankomende tijd tentamens heb en dat mijn hoofd wel wat frisse lucht kan gebruiken. *Fuck it*, ik waag het er gewoon op. Stilletjes pak ik mijn tas in. En loop voorzichtig naar beneden, pak mijn jas van de kapstok en doe de deur open. Mama en papa kijken naar mij op van de bank met een vragende blik. Ik schuifel met een kutgevoel in mijn buik naar voren en vraag of ik even naar buiten mag? Ze knikken allebei. 'Als je maar op tijd thuis bent voor de visite. Je vader is jarig,' zegt mama. Ik voel een opluchting een kleine *Yeah!* Ik stem in en geef ze met veel dankbaarheid een kus. Ze zeggen in koor: 'Het is goed, ga nu maar.'
Valt dus mee vandaag. *Yes!*

Ik doe de deur open van de schuur en pak mijn fiets. Draai de deur op slot en stap op mijn fiets.
En dan ineens: een paar meter, op wat voor een manier dan ook, draait mijn stuur onder mij vandaan en lig ik plat op de grond. Mijn gezicht eerst en de rest volgt. *Jesus!* Mariek. Wat nu dan?!

Ik krabbel omhoog en zie dat de binnenkant van mijn handen opengescheurd is en ik voel een snee bij mijn keel.

Een klein ogenblik, alsof iets mijn volledige aandacht vraagt, een soort trekkracht die ik herken van binnenuit, kijk ik omhoog naar de blauwe stralende lucht. De witte wolken tekenen prachtige figuren in de lucht. Het lijkt wel alsof ik een man zie. Hij zegt: *Stap niet op je fiets. Blijf thuis Marieke!* Ik schrik van die zin die ik hoor van binnenuit, die stem, die hoor ik al mijn hele leven. De zon schijnt zachtjes op mijn gezicht, ik knipper wat met mijn ogen en voel mijn voeten vastgenageld staan op de grond. Ik kan mijzelf niet bewegen. Geen stap verzetten. Ik kijk weer omhoog en zie de man die weer zegt: *Ga niet, je leven is in gevaar.*

De wind waait door mijn haar.

Alsof door de lucht de man weggaat en ik hier alleen achterblijf.

Ik haal de kiezeltjes uit mijn kapotte handen en pak mijn mobiel uit mijn tasje en sms naar mijn beste vriendinnetje Marjan: *Ik kom eraan! Het is gelukt! Ik ben er over twintig minuutjes, X Marieke.*

Dan doe ik mijn mobiel terug in mijn tas en pak een sigaret uit het pakje en steek hem aan.

“Gewoon een dag.

An ordinary day.

Die veranderde met de wind mee.

En ik

Ik luisterde niet naar mijzelf vanbinnen maar reed met een vliegensvlugge trap op mijn fiets met de wind mee.”

Stiekem droom ik op mijn fiets dat ik op een paard zit. Een wild zwart paard dat over de lange uitgestrekte vlaktes galoppeert. Eindeloos samen rijden. Dat deinen op zo'n magisch dier is zo groots. Paardrijden is iets wat ik jaren gedaan heb in de bossen van Veenendaal, maar het paard heb ik letterlijk verruild voor een Honda.

Maar als ik op mijn fiets zit, of achter op de Honda, dan voelt het zo. Die kracht van een paard. Ik galoppeer over de wereld met mijn lange bruine haren als een godin van de dag. Of misschien als een indianenvrouw. Of misschien wel als een wilde tiener zoals ik nu ben. Wild net zoals het zwarte paard. Ik zou mezelf dan *The Knight Rider* noemen... net als die hele slechte serie. Jammer dat hij die naam gekozen heeft, anders wist ik er wel raad mee. 'Hé, Marieke! Joehoe! We zitten hier op het veld!! Hello! Marieke!'

'Oooh, ja, ik kom eraan!' En weg zijn de dromen. Ik rijd met een snelle vaart over het heuveltje waar Marjan, Jorin en nog wat vrienden zitten. Ik ken ze niet echt supergoed maar hang weleens met ze. Het hangen is meestal veel roken, kletsen, video's kijken samen of een beetje hangen in het park. Zoals

nu weer. Ik kijk op mijn mobiel en zie dat ik nog wel goed in mijn tijd zit. 'Hoe gaat het Mariek? Je bent weer vrij?' Ja ik ben weer vrij hoor, mijn huis uit! Yes gelukt! En toen in één keer zag ik de nieuwe Honda van Ben, een glanzende blauwe C Honda. Wauw!

'Mag ik daar een rondje op rijden?' Pieter gaf mij een kus, we hadden ook nog wat dingen te bespreken maar dat kon later nog wel. Hij keek mij aan en zei dat het wel een ander type was om op te rijden dan zijn SS. Ik keek hem aan en lachte: 'Natuurlijk kan ik hierop rijden! Marjan en Jorin gaan jullie mee!' En toen sprong Marjan op de SS Honda van Pieter en ik samen met Jorin op de C van Ben.

'Doei!'

En weg waren we. Op de rondweg rondjes rijden, daar leende deze weg zich bij uitstek het beste voor. En voordat ik het wist reden Marjan en ik wedstrijdjes met elkaar. Wie het snelst was uiteraard.

Heerlijk die wind door mijn haren, dat snelle gevoel in mijn buik, die paardendroom kwam weer helemaal tot leven en ik voelde mij krachtig. Jorin hield zich stevig vast aan mijn middel. Marjan haalde mij een paar keer in. Ik moest klaarblijkelijk toch nog even wennen aan die nieuwe C van Ben.

De wind ging sneller door mijn haren en Jorin hoorde ik steeds verder weg, het gas verder open, hoe hard kan hij eigenlijk gaan? En nog verder open en nog verder open en toen zag ik maar net op tijd de bocht, ik remde af en voelde mijn banden een beetje slippen over het asfalt. Zweethanden had ik ervan. *Jesus Marieke*, zei ik tegen mezelf, beetje oppassen hier! En toen zomaar stond ik stil.

Marjan ook.

Jorin zei dat ze het eng vond om bij mij achterop te zitten en ik zei ook tegen haar dat het beter was om nu bij Marjan achterop te gaan zitten. Ze stapte eraf bij mij en ging bij Marjan achterop.

Ik keek naar boven de hemel in. Wat een mooie verjaardag voor papa, de zon is er eindelijk na een week regen en bewolking. Na dit ritje ga ik lekker wat eerder naar huis om bij ze te zijn, dacht ik en ik deed mijn pothelm rustig op en seinde naar Marjan dat we ons laatste rondje ingingen. Ik trok het gas open en reed met een rotgang weg. Die woeste kracht van het optrekken vond ik lekker. In een keer zo snel. Magisch. Ik reed moeiteloos door de bochten en keek naar voren hoe ik Marjan in kon halen om toch te winnen. Bij de volgende en laatste bocht zou ik, als ik meer gas gaf haar kunnen inhalen en dat deed ik.

Ik gleeed langs ze heen met gemak. Zo smooth als een pakje boter. Ik draaide mijn hoofd om naar ze en stak mijn peaceteken lachend de lucht in met mijn vingers... ha! Ik heb gewonnen! En hoe... fluitend!

"Ik won.

Of toch niet?

Ik won wel.

Ik herwon uiteindelijk alles."

Destiny has many Forms

Het ging te snel. Het ging allemaal zo *fucking* snel. Die Honda C ging zo snel en ik, ik kon het niet bijhouden. Dit was een andere snelheid. De snelheid van niet oké zijn. De snelheid waar je handen van gaan zweten. De rest van je lichaam ook. De snelheid van hartkloppingen. De snelheid van blinde paniek en angst. De snelheid en het gevoel van dit gaat helemaal mis. Dit is klote. Dit wordt klote. Dit wordt een grote puinbak en nog meer van dat alles.

Ik draai mijzelf weer om na mijn peaceteken, na mijn overwinning naar Marjan, maar de zoete overwinning was er niet. Ik draai me om en voel het door mijn hele lichaam stromen als modder. Die stroperigheid van angst. Diepe angst. Hele diepe... Doodsangst.

Ik kijk naar voren en zie tot mijn schrik mijn voorband in de gleuf terecht komen van de weg naar de stoepwand. Mijn achterband volgt een fractie van een seconde later. Ik zit vast terwijl over een aantal meter een bocht komt die ik op deze manier nooit kan maken. Mijn snelheid is enorm snel. Het gaat zo enorm snel in mijn hoofd. De wind door mijn haren, het geluid van Marjan achter mij. Ze schreeuwt naar mij, maar ik versta het niet meer. Ik ga al mijn opties af om mijn voorband eruit te krijgen. Eruit sturen met veel kracht? Nee! Geen goed plan, want dan slip ik en dan neem ik Marjan en Jorin mee. Remmen dan? Nee ook geen goed plan, want dan slip ik ook en neem ik wederom mijn vriendinnetjes mee in dit mooie verhaal.

De enige optie die er is, is het gas loslaten, ademen en laat die lantaarnpaal maar komen die daar in de verte mijn naam uitschreeuwt.

Ik laat mijn gas los, laat mijn handen van het stuur gaan zodat ik rechtop zit. Alles schiet voorbij, het gras wat zo mooi groen in de voorjaarszon is, ik voel de wind en de zon stralen over mijn gezicht en ik hoor de man uit de wolken weer zeggen:

Ga niet Marieke, je leven is in gevaar.

Ik voel mijn lichaam ontspannen. Alsof ik in kleine filmclips precies weet wat er kwam en zou komen. Het stelt gerust. Het stelt gerust dat ik alleen op deze Honda C zit. Het stelt me gerust dat ik mijn vriendinnen niet meeneem in dit verhaal. Het stelt gerust dat ik alleen ga. Alleen ik.

De bocht komt eraan, ik ben stil, ik denk niks, ik voel alleen maar rust en alles in mij weet wat er gaat komen. Heel gek om te zeggen maar ik ben er klaar voor, meer dan klaar, zo klaar ben ik nog nooit ergens voor geweest in mijn leven. Alsof het staat geschreven in mijn ziel. In mijn leven. In mijn hart. Dat ik het wist.

De Honda staat met een gigantische klap stil, net een paar meter voor de lantaarnpaal. Ik voel de Honda onder mijn benen verdwijnen. Ik vlieg door de lucht en draai een kwartslag. Alsof ik op mijn zij lig in de lucht. Ik doe mijn armen voor mijn gezicht, adem in en incasseer de lantaarnpaal volledig in mijn buik en mijn linkerarm, ik schreeuw mijn adem uit. Ik *bounce* met een enorme kracht terug van de paal en kom enkele meters ver van de lantaarnpaal stil te liggen in de foetushouding in het groene gras.

Ik open mijn ogen en mijn gehele lichaam doet pijn, of hoe dit dan ook voelt, wat ik nu voel. Damn denk ik. Oké, rustig blijven en even nagaan wat er nog over is van mij en wat nog werkt. Ik beweeg mijn voeten en die doen gelukkig mee. Daardoor voel ik ook mijn benen en die zijn ook helemaal in orde. Ik voel mijn armen, maar mijn linkerarm doet niet mee, die ligt op mijn zij, levenloos, maar te schreeuwen van de pijn. Gelukkig mijn rechterarm is in orde. Oké na ja: ik heb een arm gebroken, zo voelt dat dus. Mijn helm ligt net als de Honda netjes in de bosjes verderop. Mijn hoofd is gelukkig geheel intact. Mijn buik en mijn middenrif gaan kapot van de pijn. Ik heb vroeger weleens een stomp in mijn buik gehad, maar die vuistslag versus een lantaarnpaal is een geheel ander verhaal. Ik kan mij niet bewegen.

Het klopt

Het scheurt

Het drukt

En het loopt leeg vanbinnen

Het is niet oké.

In de verte hoor ik geschreeuw en gehuil van Jorin en Marjan. Pfff gelukkig die zijn er natuurlijk ook nog! Marjan huilt en zegt: 'Wacht hier. Ik ga Pieter halen.' Ze stapt op de Honda SS en rijdt er supersnel vandoor.

Jorin huilt hysterisch en praat nog luider en sneller dan normaal. Ze aait mij huilend over mijn gezicht, ze is helemaal overstuur. Ik zeg niks. Mijn ogen zijn open, ik adem en ben in een totale shocktoestand. De tranen van Jorin voel ik druppelen over mijn wang. Ik voel het. Maar ik kan niks meer. Ik kan geen geluid meer maken. Haar tranen rollen langs mijn wang het gras in en ze zegt: 'Marieke ik moet 112 en je ouders gaan bellen! Je ligt dan even alleen, maar ga niet dood! Oké?'

Ik kijk haar aan en knik en knipper met mijn ogen.

Ze staat gelukkig snel op en rent weg naar het eerste huis dat ze ziet.

Ik lig alleen, helemaal alleen. In de zon, in het mooie volle gras en ik hoor de vogels fluiten, het lijkt wel alsof ik helemaal wegzak in de aarde als in een warm matras, zacht en lief. Zo'n warm liefdevol gevoel. Alsof ik nu heerlijk ga slapen. Wat een hemels gevoel. Dat moment duurt maar even want ik word teruggeroepen naar het hier en nu door een enorme pijnscheut in mijn buik. Dit is lichamelijke pijn, echte lichamelijke pijn, pijn die je in die ziekenhuisserie ER voorbij ziet komen, die ik altijd met mama zit te kijken. Ik hoor in de verte de ambulances en politie aankomen, gelukkig, denk ik, net op tijd.

Voor een ogenblik doe ik mijn ogen dicht en wanneer ik ze weer open is de straat geheel afgezet met linten en de politie is bezig met mensen tegen te houden (ramptoeristen... heel chique). Een aardige ambulancebroeder knielt naast mij neer en praat heel zacht en rustig tegen mij. Ik leg uit waar ik pijn heb en dat mijn naam Marieke is.

Uit het niets hoor ik een stem, boos, wild en woest om zich heen schreeuwen. Woedend, laaiend en nog net niet stomend, gaat hij tekeer en dat is zijn manier wellicht om met hetgeen om te gaan wat hij ziet liggen. Zijn dochter helemaal naar de klote. Radeloos en verloren staat hij daar te schreeuwen en iedereen de schuld te geven. Ik zeg sorry, sorry tegen mijn vader. Ik was nog niet gewend om op die brommer te rijden. Het was mijn eerste ritje op de Honda C.

Mijn moeder is er ook, gelukkig, ik lach naar haar en zeg: 'Niet zo handig hè mam.' Voor de rest zeg ik niks. Ik lig heel stil, te stil. Mama kijkt mij aan op een manier die ik niet ken. Ik schrik ervan. Ze staat op en gaat naar de ambulancebroeder die bezig is om een brancard te pakken. Ze komen met z'n drieën teruglopen en vertellen heel rustig dat ze mij gaan draaien op mijn rug.

Ik zeg: 'Dat wil ik niet. Kan ik niet gewoon hier zo rustig blijven liggen?' 'Nee, dat kan niet Mariek, dit is hetgeen wat we nu echt moeten doen.' Ze rollen mij heel voorzichtig uit mijn foetushouding op mijn rug. Ik vergeet dat gevoel nooit meer, het gevoel van scheuren, knappen, bloeden en kapotgaan vanbinnen. Ik geef geen kik, ik ben stil en kijk naar boven, naar de lucht die langzaam wolkjes aan het maken is. Naar het oogverblindende zonlicht. Wauw wat mooi en wat is het een mooie kleur licht, echt prachtig, warm, mooi, zacht licht. Alsof de hele wereld in een wit lichtveld zit. Ik wil net mijn handen naar de lucht doen om het aan te raken, maar dan tillen mama en de twee broeders mij zachtjes op en leggen mij op de brancard. 'Waar doet het pijn Marieke?' Ik draai mijn hoofd in slow motion naar ze toe en zeg: 'Mijn linkerarm, borstkas en buik.'

Ze kijken mij aan en schrikken. Ze is te bleek en ze verliest heel snel intern bloed, denken ze. Binnen enkele seconden word ik aan de bloedtransfusie gelegd. Ze rijden mijn brancard naar de ambulance en net voordat ze mij naar binnen rijden, staan ze stil. Een zonnestraal schijnt precies op mijn gezicht. Ik voel de warmte van de eerste warme voorjaarszon. En dan klinkt het:

Precies op tijd. Precies op tijd Marieke, hoorde ik van boven komen. Van een stem die ik kende. Dezelfde stem. Precies op tijd Marieke. Maar nu begint je reis. Je bent niet klaar. Het begint nu pas. Houd je moed hoog.

De deuren gaan dicht en we rijden met een enorme rotgang naar het ziekenhuis.

*“Help me
Dacht ik
Help me
Kan iemand mij horen daarboven
Help mij.”*

And I won't Cry for Yesterday

BAM! Keihard met mijn ambulancebed dwars door de klapdeuren heen, met in mijn kielzog Tess, die het echt goed doet, aangezien het scenario vrij dramatisch te noemen is. Ze is kalm in haar gezicht. Met dezelfde vaart word ik door de broeder van het ene bed naar het andere bed getild. Tess houdt mijn hand vast en blijft tegen mij praten. Gelukkig hoef ik niet meer zo vaak mijn naam te herhalen. Oké, wat een domme broeder in de ambulance en maar blijven vragen: 'Hoe heet je?' Dat ik er na drie keer toch echt geïrriteerd van werd en vroeg: 'Kan je geen andere vragen meer bedenken waar ik op kan antwoorden?' Dat was mijn houding, mijn houding tegenover de wereld. Want ik was verdwaald en boos op het leven, al best een tijd. Ik wil niet *lost in life* zijn en al helemaal niet boos. Ik begreep ook de urgentie niet. Ik had het niet door, of laat ik zeggen, ik voelde het wel vanbinnen maar wilde er niet aan geloven.

Mijn bed wordt met een rotgang een zaal in gereden waar vier man paraat staan. Ik word in het midden van de ruimte geduwd. Wat gebeurt er hier in hemelsnaam? Waar zijn mama en papa? Ik wil dit niet! Ik wil dat dit weggaat! Laat het over gaan alsjeblieft!

Mama komt binnen en geeft mij een kus en loopt naar de ambulancebroeders en de dokters. Mama werkt haar hele leven al in het ziekenhuis. Ik voel mij daar nu door gesterkt. Dat ze voor mij kan zorgen. Marjan en Jorin zijn inmiddels ook aangekomen in het ziekenhuis en moeten in de hal wachten. De deuren zwaaien open en daar komt een dokter doorheen gestapt. Dokter Schreuder stelt zich aan mij voor, heel zacht en rustig doet hij dat. Hij vertelt dat hij traumachirurg is. Ik begrijp daar niks van. 'Trauma? Wat betekent dat en dat heb ik toch niet? Mijn arm en buik doen helse pijn maar dat maken jullie zo weer goed, toch?'

Ik voel mij niet goed worden. Het wordt koud van binnenuit en alles doet zo veel pijn. Er zijn geen gedachten en woorden die ik kan vinden waarmee ik de pijn ooit kan uitleggen. Ik word stiller en stiller. Het wordt sowieso vrij stil om mij heen. Iets lichter ook. Alsof de lucht ook in de zaal verandert naar wit licht, heel eventjes denk ik iets te zien...

Maar dan trekt de zuster aan mijn vest en zegt dat ze mijn kleding kapot gaan knippen om bij mijn lichaam te komen. Ik kijk haar aan en vraag haar of ze het niet voorzichtig over mijn hoofd kan uittrekken omdat ik zo hard gespaard heb voor de kleding die ik draag. 'Nee Marieke dat kan niet, helaas. We doen het zo.' Tess begint zich er ook mee te bemoeien, dat vindt ze fijn,

zo uit ze haar zorgen en kan ze voor mij zorgen. Beschermen wellicht ook. Maar ook haar woorden doen niet zo veel bij de zuster. Ze pakt de schaar en zet hem in mijn vest en dan in mijn T-shirt. Voorzichtig langs mijn armen en mijn borstkas vallen de stukken stof langs mijn lichaam. En toen bleef het stil in de ruimte...

Iedereen kijkt naar mij. Ik word niet goed. Mijn bloed voel ik verstillen. Mijn hart stopt even een ogenblik en ik denk dat ik flauw ga vallen. Iedereen kijkt naar elkaar en begint als een gek te bewegen. De dokter komt naast mij zitten op een stoel en vraagt of hij mag kijken en aan mijn buik mag zitten.

Ik knik stil en slik mijn kots weg.

Hij zit eraan. Hij drukt, hij draait, hij duwt en hij bekijkt. Mijn buik. En bij elke beweging krimp in elkaar. Het zweet stroomt langs mijn rug naar beneden van de pijn. Ik kan niet schreeuwen, niet huilen, niet praten. Ik zit vast en opgesloten in mijn kapotte lichaam. Ik heb nog nooit echt iets in mijn hele leven aan mijn lichaam gehad. Weleens iets gekneusd of mijn amandelen eruit laten halen. Dat was het. Het buitenspielen en hutten bouwen in bomen bracht mij ook weleens onder de modder of dat ik uit een boom viel, maar ik stond gewoon altijd weer op. Het was het gevoel van onsterfelijk zijn, die dus niet bestaat hier op aarde. Ik ben dus niet onsterfelijk. Ik kan dus kapot zijn, mijn lichaam is kapot.

De zuster legt heel voorzichtig mijn linkerarm naast mij neer. Dat kan ik niet meer doen, die is kapot en verbrijzeld. Er zit geen beweging meer in. Ze tilt me rustig op en duwt me zacht een beetje naar voren zodat de kleren van achter mijn rug weggepakt kunnen worden. Langzaam ontdoet ze mij van mijn beha. Ik schaam me. Diep. Nog nooit heeft iemand mij naakt gezien naast Pieter, Tess of mijn moeder. En nu vijf andere mensen die ik niet ken. Ze doet een overhemd over mijn hoofd, voorzichtig, en trekt het naar beneden langs mijn lichaam. Mama is erbij, ze kijkt mij aan. En ik haar.

*“Er wordt een nieuwe bloedzak aan het infuus geplaatst
ik zie het rode bloed druppel
voor druppel
naar beneden vallen door de slang
zo stromend in mijn ader verdwijnen.”*

Yesterday

Het is niet leuk, verreweg van dat. Ik kijk naar Tess en dat verscheurt mij vanbinnen. Haar zorgelijke gezicht. Strak van de spanning. Ze staat daar in de ruimte. Ik geloof dat tweelingzijn bijzonder is. Ik ervaar het als iets bijzonders. Maar dit. Dit is afschuwelijk. Voor haar, voor mij. Dit wil ik niet. Ik ben niet alleen gekomen op de aarde. Ik ben met haar gekomen. Ik kwam samen.

En nu? Ik glij weg. Glij ik dan weg van de aarde? Glij ik dan het onbekende in of ga ik naar de hemel waar mijn oma's en opa's zijn? Ga ik dan alleen en blijft zij achter?

Mama staat ook even. Te rusten. De uren verstrijken hier op de EHBO. We zijn inmiddels al zes uur verder. Haar gezicht is ook vertrokken van de zorgen. En ik, ik kan geen grappen meer maken om het goed te maken. Om de sfeer naar iets luchtigers te brengen. Dat is iets wat ik mezelf heb aangeleerd, al van jongs af aan. Is de energie gestrest of op hoogspanning, dan ga ik grappen maken, de lucht filteren. Schoonmaken. De Vibe hoger maken. En dat doe ik met grappen. Het staat strak hier in de ruimte. Ik adem het in. Het voelt zo angstaanjagend. Ik ben doodsbang.

Marieke, we gaan je door de CT-scan halen omdat we moeten zien wat er allemaal kapot is gegaan vanbinnen. Ik kijk naar de arts en zeg: 'Dat is goed. Mag ik wat drinken, ik heb zo'n dorst!'

'Nee, dat mag niet, je moet nuchter blijven, het kan heel goed zijn dat we je met spoed moeten gaan opereren.' Oké, denk ik. Opereren aan wat dan? Aan mijn linkerarm begrijp ik wel, van toen ik ernaar keek. Maar de rest?

De deur gaat open naar de hal waar Marjan, Jorin en papa zijn.

De artsen pakken mijn bed vast en we rijden de hal in. Ik had van iedereen kusjes kunnen krijgen maar iedereen was aan het huilen. Mijn lieve vader was helemaal kapot vanbinnen. Het troost mij dat ik dat zie. Dat hij huilt. Dat hij mens is. Dat hij zijn tranen laat zien. Dat maakte hem 'echt' voor mij. Iets waar ik op kan vertrouwen. Hij pakt mijn hand vast en zegt dat het goed komt. Ik kijk om mij heen en bekijk ieders gezicht en zeg: 'Ik ben bang.' Mijn gezicht is helemaal vertrokken en ik wil niet weggeduwd worden. Ik wil dat mama en papa mij weer mee naar huis nemen. Mama staat naast mij aan de andere kant en aait over mijn gezicht zoals een moeder dat doet. 'Ik ben bang mama,' zeg ik weer. En niemand zegt iets. Het is stil.

Mijn woorden hangen als het zwaard van Troje in de ruimte. Maar het is echt. Het zijn echte woorden. Niemand verandert het. Niemand vult de ruimte op met bullshit. De broeders pakken het bed vast en rijden me weg van iedereen. Mama loopt mee.

Daar gaan we dan. In een tube. In een ruimte die geluiddicht is. Als ik het niet meer uithoud, dan mag ik zwaaien met mijn armen, zei de zuster. Ze liep naar de deur en deed die dicht en ik dacht: hoe dan B(^%\$? De een is kapot en de ander is volgeprikt met infusen en zakken.

Hupatee daar gingen we dan. Het apparaat ging aan. En draaide om mij heen. Het viel reuze mee.

Het ging een tijdje zo door. Ik lag daar maar. En toen brak het zweet mij uit van de pijn. Het zweet plakte aan mijn rug vast en ik voelde het langs mijn gezicht naar beneden druppelen. Zweeten van pijn. Pure pijn. Alsof ik verscheurd werd. Mijn buik. In twee delen.

Je voelt dat je doodgaat, Marieke. Maar nu nog niet. Adem rustig in en uit. Ga naar je adem. Niet in de paniek schieten, zegt de stem weer.

Ik kan niet meer. Ik ben kapot. Moe. Gesloopt. Ik kan niet meer, ik houd het niet meer vol, dacht ik terug.

Jawel. Dat kan je wel Marieke. Doe het! Doe het nu, zegt de stem.

Yesterday will become a new day

De laatste drie uur van de tien uur op de EHBO zijn voor mij een toestand geweest van bij bewustzijn zijn en ver weg zijn. Ik kreeg morfine, valium, alles waar een junk helemaal blij van zou worden.

Uit de CT-scan kwam dat ik inwendige bloedingen heb, mijn alvleesklier is gescheurd en die sappen zijn in mijn vrije buikholte terechtgekomen. Mijn milt is gescheurd. Het bloed dat ik verlies komt ook in de vrije buikholte terecht. Dat geeft mij een buikomvang van een negen maanden zwangere vrouw.

De witte draculateint had ik al onder de lantaarnpaal. Daar waren mijn inwendige bloedingen ontstaan. Ze kwamen net op tijd, vertelden ze, maar een paar minuutjes langer zonder bloedtransfusie en ik was er niet meer geweest. Mijn linkerarm was verbrijzeld en ik had ribben gebroken en gekneusd.

Ik werd klaargemaakt om naar de intensive care te gaan en toen kwam mijn broer Niek binnen die ik nog niet gezien had. Op de een of andere manier schaamde ik mij jegens hem. Hij is mijn grote broer, mijn held en wat zal hij nu wel weer niet van mij denken? Maar hij hield mij vast zover dat kon en zei: 'Riek, het komt allemaal goed!'

En omdat hij dat zei, gaf hij mij hoop. Omdat hij die woorden zo krachtig en vol met een open hart zei. Omdat hij het echt meende. Omdat hij zacht hilde en dat nooit deed. Omdat hij alles is wat ik niet ben. Omdat ik bewondering voor hem heb. Omdat hij mijn grote broer is.

*“Ik liet mij afvoeren in een toestand die ik niet meer kende
Maar wel herkende
Tussen het Hier en Nu
Maar vooral
Daar.”*

Return to Love

De liftdeuren gaan open. Hup de gang op en doorrijden naar de deuren die automatisch opengaan door het drukken op een rode knop. Langzaam word ik naar binnen gereden. Gekoppeld aan apparaten. Katheter is al ingebracht. Alles is al ingebracht. Ik lijk wel een robot. Mijn bed wordt onder een soort glazen hoge ruimte geplaatst met alleen maar ramen. Ik kan naar buiten kijken als ik wil, aan mijn linkerkant is het raam naar buiten. De zuster zegt dat ze een voor een mijn ouders, broer en zus gaat halen.

Mama en papa komen het eerst. Ze staan naast mijn bed en houden mijn handen vast. Ik kan ze niet goed zien, alsof het een beetje mistig is in deze ruimte. Ik vraag of ze bij mij blijven maar ze schudden nee. Ik voel me instant paniekerig worden en misselijk. Waarom niet? Waarom blijven jullie niet bij mij? 'Dat kan niet Marieke op de intensive care. Wij gaan nu even naar huis, de telefoon staat aan en ik ben er morgenochtend om zeven uur weer,' zegt mama.

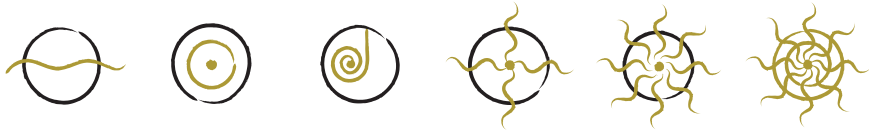
Ze kijken mij aan en zeggen: 'We houden van je.' En die woorden schieten dwars door mij heen. Ik word er bang van. Die woorden heb ik ze bijna nooit horen zeggen tegen mij. Die woorden zijn iets uit een film. Een slechte film waarin iemand bijna doodgaat. Ik krijg het er Spaans benauwd van. En toen kwam ook de eerste gedachte naar binnen in mijn hoofd als een zwarte inktvlek: ik ga dood. Daarom zeggen ze het. Waarom anders? Ik ga dood. 'Ga ik dood mama?' Ik kijk haar aan en zie dat ze geen antwoord heeft. Ze moet erover nadenken. Ik krijg het er nog benauwder van. Ze zegt: 'Je bent in goede handen. Alles komt goed, morgenochtend ben ik er weer.' Ze loopt naar mij toe en geeft me een kus en zegt 'Ik haal Tess en Niek even'. Papa is nog steeds aan het huilen. Hij komt naast me zitten en pakt me vast bij mijn hoofd en drukt zichzelf ertegen aan. Ik zeg: 'Het komt goed papa.' Maar ik kon de zwaarte niet tillen die er in de ruimte hing, alsof ik eraan onderdoor ging.

Tess komt binnen en Niek ook. Het is kort, wat grapjes hier en daar en zo gaan ze weg.

Pieter mag ik niet zien, hij komt niet. Ergens voelt dat rustig. Ik schaam me voor hoe ik erbij lig. Maar ik hunker naar hem. Dat hij mij vasthoudt in zijn grote, sterke armen en mij veilig hier vandaan weghaalt. Ver weg van hier. Terug naar de dansvloer. Alleen zijn armen om mij heen, zijn geur en dan de zachtheid van onze eerste kus.

Toen ging de deur dicht.

*“Toen iedereen weg was
Viel er een oorverdovende stilte om mij heen
Alsof er in deze stilte mist kwam
Een witte mist
Een witte lichte mist
Die om mij heen kwam
Ik viel weg
Eindelijk
De diepte in
Ver weg
Stil
Niks meer.”*



The ever-changing nature of the Sun

RISE

A GUIDE TO UNFOLD UNCONDITIONAL LOVE

Zou het niet geweldig voelen om krachtig, geaard en volledig jezelf te zijn? 'RISE' is intens, authentiek en kwetsbaar en Marieke van Meijeren inspireert als nooit tevoren. Daarnaast is dit een meeslepend verhaal over een bijna-dood ervaring, verlies, liefde, vertrouwen en overwinning. Een verhaal over steeds moedig opnieuw kiezen om op te staan in de liefde en voor de nieuwe wereld.

Wij hebben van jongs af aan geleerd te leven naar de verwachtingen van de buitenwereld en Marieke pleit er in 'RISE' voor dat we die verwachtingen en illusies nu loslaten en herontdekken wie en 'wat' we echt zijn.

Marieke van Meijeren laat in haar debuut 'RISE' zien hoe je als mens volledig en krachtig jezelf echt kunt zijn en daarmee meer liefde, geluk en vrijheid ervaart in het leven. Ze laat je de magie van een spiritual based leven voelen door haar woorden heen. Een leven dat zelfs de dood overstijgt. Door het herwinnen van Puur Bewustzijn en in de diepte te weten wat (Ziel) jij bent, ontstaat de verbinding weer die dwars door alle lagen, dimensies en ruimtes gaat. Een verbinding die voor wonderen, psychic abilities en creativiteit zorgt.

Door haar eigen verhaal met de lezer te delen geeft de auteur ons allemaal de kracht om gehoor te geven aan de innerlijke stem die wij te lang hebben genegeerd. Alleen door écht jezelf te zijn, kun je werkelijk gelukkig zijn en je gewenste leven leiden. Ontdek wie jij was. Zo staat namelijk de wat in je op. Je Ziel. Je Licht.

Ondernemer, spreekster, schrijver, maar vooral Lightrider (energiewerker) Marieke van Meijeren is moeder van Leah en woont deels samen met haar vriend. Zij is eigenaar van De Bewustzijn School & The Business School in Amsterdam. Inmiddels heeft ze honderdduizenden mensen online en offline geïnspireerd en bewogen met haar liefde, wijsheid en humor naar een spiritueel geïntegreerd leven vol innerlijke rust, verbinding en liefde.



New Earth Publishers
mariekevanmeijeren.com