

Wat als alles over religie niet blijkt te kloppen...

Podcast met Carmen Vreeburg

Door Hilde Heijn is een schriftelijk verslag gemaakt van het grootste deel van dit interview:

Vandaag heb ik geluisterd naar dit inspirerende en ontroerende interview met Anthonie Roose, vooral zijn bijna-doodervaring raakte me. Deze ervaring veranderde zijn hele kijk op het geloof, God en het leven. Ik herken ook veel van zijn weg en heb zojuist het interview uitgewerkt en deel het graag:

HET ZIT IN ONSZELF

In dit interview schudt Anthonie allerlei vaste ideeën, vaste beelden over religie, God en het goddelijke los, en laat ons voelen dat het allemaal in onszelf zit. Tijdens zijn leven kreeg Anthonie steeds meer vragen over de vrije wil, Gods wil, jouw wil, dat soort dingen. Daar las hij veel boeken over maar merkte dat leeftijdsgenoten daar vaak niet op die manier mee bezig waren. Dat bevreesde hem. Hij dacht: Als het zo belangrijk is, je gaat ook zondags twee keer naar de kerk, je gaat naar de catechisatie, naar de jeugdvereniging, heel je leven is gegroepeerd rondom dat geloof. En je houdt je toch niet echt bezig met die vragen?

Toen maakte hij de keus om theologie te gaan studeren om in de hoop dat hij meer antwoorden zou krijgen op zijn vragen. Eerst een aantal jaren klassieke talen, Hebreeuws enzovoort. Daarna steeds meer theologie. En toen kom hij erachter dat de dogma's in de kerk, dat die toch op een manier zijn ontstaan waar je ook weer vragen bij kunt stellen, onder leiding van van kerkleiders die niet altijd van die beste mensen waren, maar ook keizers die het niet erg vonden om oorlogen te voeren en massa's mensen de dood in te jagen.

DEPRESSIE

Onder leiding van zulk soort mensen kwamen de kerkelijke belijdenissen tot stand. Dus kwam Anthonie in een depressie terecht. Hij vertelt: Ik was helemaal weg. Ben een half jaar er helemaal uit geweest. Ik dacht: wat moet ik nou? Ik zit hier theologie te studeren en moet het evangelie straks gaan brengen aan mensen, maar ik sta er niet meer achter. Ik wilde naar de Kunstacademie, maar mijn ouders waren daar niet zo voor. Integendeel, ze waren er helemaal niet voor. En ik was niet zo sterk op dat moment om te zeggen: ik ga het toch doen. Dus ik ging weer verder met mijn studie. Ik dacht: nou, ik zie wel waar het op uitloopt.

En zo ben ik afgestudeerd en toch predikant geworden. En dan loop je heel snel tegen de grenzen aan. Want tijdens de studie zelf is het al moeilijk om zelf na te mogen denken, omdat je altijd binnen de kaders van de belijdenis zit. Je mag van alles vinden, maar het moet altijd binnen de kaders.

GRENZEN EN BEZWAREN

Voor mijn doctoraalscriptie heb ik een onderwerp behandeld dat, ja, waar ik graag wat breder in was gedoken dan mocht van de professor. Ik heb dat dan toch maar gedaan zoals de professor het wilde. En ja, dan lees je voor jezelf die boeken en dat komt dan niet in je doctoraalscriptie. Dat is natuurlijk jammer, maar het is dan zo.

En in de kerk zelf, ja, wordt er nog strakker gedacht dan op de universiteit. Daar kom je achter als je eenmaal predikant bent. Dus in mijn eerste gemeente, ja, voor mezelf ontstond al steeds meer het gevoel van Jezus. Jezus was voor mij belangrijk als voorbeeldfiguur en als verlosser, maar het voorbeeldige van Jezus, het metaforische - dat ging een steeds grotere rol spelen in mijn leven en dat kwam ook door in mijn preken.

En aan de ene kant kwamen daar verrassend mooie reacties op van mensen: "Hey, zo heb ik dat nog nooit gezien." Maar aan de

andere kant, en dat waren dan meer de leiders, de leidersfiguren in de kerk, kwam er heel veel kritiek op en ook een bezwaar uit vanuit de gemeente. Een broeder die vond dat ik geschorst moest worden in de kerk. Daar ging dat officieel behandelen en ik moest een verweerschrift schrijven. Dat kwam allemaal weer goed op dat moment. Maar het is geen leuk begin.

Uiteindelijk ben ik daar gestopt als predikant en weer begonnen in een andere kerk, nadat ik een paar jaar les had gegeven... maar uiteindelijk ook daar gestopt. Het was heel moeilijk om afscheid te nemen van die kerk. Ik moest mezelf helemaal losscheuren van het hele gebeuren om mijn eigen weg te kunnen gaan.

HARTINFARCT & BIJNA-DOODERVARING

Toen ik eenmaal los was van de kerk, kwam mijn leven weer in een rustiger vaarwater. Op het moment dat ik dacht van: nu loopt alles lekker op rolletjes, toen sloeg het noodlot toe. Eerst een hartinfarct. Ik heb drie, vier dagen in het ziekenhuis gelegen en met een potje medicijnen kon ik weer naar huis.

Ik kwam thuis en de volgende morgen werd ik wakker en kreeg een ontbijtje op bed. Ik nam een hap en ineens zag ik - als een hele grote zwarte zee - de dood, zo noem ik het maar even - de dood op mij afkomen. En ik dacht: ja, dit is het, het is gebeurd nu. Het is klaar. Het is een beetje jammer. Ik vond mezelf nog wel wat jong.

Maar ik was op dat moment atheïstisch. Zo profileerde ik mezelf. Ik was atheïst. Dat was ik heel open over. Ik wilde niks meer te maken hebben met het religieuze, met het kerkelijke. Hoewel de figuur van Jezus voor mij altijd wel belangrijk is gebleven als een goed mens. Ik geloofde ook niet dat er meer was na de dood. Ik was ook niet bang voor de dood. Ik dacht: nou, oké, het is gebeurd, ik ben weg.

DE ANDERE WERELD

Maar ik was niet weg, want een tijdje later werd ik wakker en toen stonden er allemaal mensen om me heen: ambulancemensen, politieagenten. En ik dacht: wat is hier aan de hand? En ze waren allemaal heel ernstig en serieus bezig. En toen voelde ik een ontzettende pijn opkomen. Nou, die pijn die was zo doordringend - dat is een pijn die je absoluut niet wil meemaken. Die houdt je totaal gevangen.

En ik zei: "Neem die pijn weg of maak me dood." En dat riep ik de hele tijd tot aan het ziekenhuis toe in de ambulance. En ik weet niet eens of ze mij gehoord hebben of er geluid kwam uit mijn stem, maar ik riep het. "Neem die pijn weg of maak me dood." Maar dat deden ze niet. Ze maakten me in ieder geval niet dood. Maar ze gaven ook geen medicijn omdat ze niet precies wisten wat er aan de hand was.

Maar goed, die pijn was aanwezig omdat mijn organen aan het afsterven waren, zo hoorde ik later. En het bloed niet meer bij die organen kon komen. Nou, wat gebeurde? Die pijn was zo sterk dat ik wegzakte. En toen was ik in een heel andere wereld.

EEN WERELD VAN LIEFDE

Het was geen droomwereld. Het was veel echter dan wij hier nu bij elkaar zitten. Echter dan echt. En daar was geen tijd, want alles gebeurde tegelijk. Daar was het niet alleen maar licht en ook niet alleen maar donker. Het was allebei. Helemaal bizar, hè? Dat is bijna niet uit te leggen. Nee, het is niet uit te leggen.

Maar ik voelde wel die diepere liefde, die liefde voor leven, voor alles wat er is. Het was één grote liefdevolle wereld. En dit - je weet gewoon: hier wil ik zijn, hier wil ik blijven, hier wil ik nooit meer weg. Maar ja, ik kwam toch weer terug en die pijn kwam weer in mijn lijf. En toch zakte ik daarna weer terug een tweede keer. En toen kwam ik mijn oma tegen. En dat is voor mij dan ook een link met het mediumschap zeg maar van - ik denk: ja, de doden die zijn er. En daar kwam ik toen achter, want die doden die leven gewoon.

DE BOODSCHAP VAN OMA

Oma en ik waren intuïtief aan het communiceren met elkaar, want ik kan me geen letterlijke woorden herinneren. Maar het was wel duidelijk dat zij zei: "Nou, je hebt nog iets te doen op aarde. Het is nog niet je tijd en je gaat terug en het komt goed." Dat was op zich een geruststelling, maar je moet nog wel door een hel heen. Dus ja, ik moest daar toch weg en dat vond ik erg jammer.

Na de operatie moest ik revalideren, opnieuw leren lopen, maar vooral de zin in het leven was helemaal weg. Het verschil was te groot op dat moment voor mij in ieder geval. Ik kon er ook niet met anderen over spreken, alleen een enkeling bij wie ik het probeerde. Maar ze konden zich zo moeilijk voorstellen waar ik het over had.

Het was een eenzame weg. En het heeft echt jaren geduurd voordat ik weer zin kreeg in het leven, maar op een gegeven moment ging ik zien dat het er helemaal niet om gaat dat ik alleen maar in die wereld ben, de non-duale wereld ben. Het gaat er juist om dat je die wereld weet te integreren in het leven hier op aarde, in dit leven. Die twee samenbrengen.

En dat is wat ik dan later ook in het evangelie van Thomas zo mooi las en andere boeken ook: maak die twee één. Dus al die polariteiten die er zijn op alle niveaus - als je die één maakt, dan kom je in een soort midden, in het centrum en daar is het volmaakte. En dat kunnen we af en toe voelen. Dat kunnen we af en toe bereiken.

DE ZOEKTOCHT NAAR DE WAARHEID

Weet je wat ik fascinerend vind aan het hele de beleving van religies en geloven? En ik hoop dat jij daar een goed antwoord op hebt. Het - iets wat me namelijk echt al jaren, maanden bezig houdt en soms heel veel en soms wat minder - maar wij mensen willen graag de absolute waarheid verkondigen, weten, ervaren. En dan als de absolute waarheid gevonden is, dan is alles wat daarvan afwijkt - deugt niet. En dat is natuurlijk wat we - waar

door religies komen natuurlijk heel veel wereldproblemen. Er zijn natuurlijk heel veel ellende, haat en noem maar op.

Waarom - wat is jouw ervaring, idee, mening over waarom is de mensheid zo op zoek naar die ultieme waarheid? Ja, dat op zoek zijn naar de waarheid, dat heb ik zelf ook altijd heel sterk gehad. Ik wil weten hoe het zit. Maar waarom? Een innerlijke drive. Hoort dat niet gewoon bij mensen? Ja, dat ben ik met je eens.

Maar mijn persoonlijke overtuiging is dat we - dat dat wat vandaag de waarheid is, is morgen misschien heel anders. Omdat we leven, groeien als mens en daarom zijn we hier. En dat dus kan veranderen. Dat is altijd aan verandering onderhevig.

Ja, wat ik moeilijk vind is de hardheid en de veroordeling, zeker binnen religies. Dit is het geloof. Dit is wat de waarheid is. En alles wat een andere stroming is, dat deugt niet, is niet goed. Waarom is dat zo verhard binnen religies?

HET INSTITUUT CHRISTENDOM

Het is niet overal in dezelfde mate aanwezig alle religies. Maar in het christendom, de religie die ik natuurlijk het beste ken, is dat zeker zo gegroeid. En ik ben ervan overtuigd dat vooral ook te maken heeft met de manier waarop het officiële christendom is ontstaan en verder gegroeid, als een instituut met regels en dogma's.

E sommige mensen willen graag andere mensen overheersen. Ik heb zelf die neiging helemaal niet, maar ik zie dat heel veel mensen die neiging hebben. Ze willen de baas zijn over andere mensen. Misschien uit angst om anders zelf weggedrukt te worden.

Het christendom is een staatsgodsdienst geworden onder leiding van de keizers, waarbij mensen verplicht werden om christen te worden. Deed je dat niet, dan hoorde je er niet meer bij. Dan had je een probleem. Maar daar ging het dus eigenlijk al mis met het christendom. Wat eigenlijk op een heel mooie manier begon: alles

samen delen, rijk en arm, heer en slaaf, man en vrouw - alles. En iedereen was gelijk aan elkaar en ze deelden alles met elkaar in die eerste christelijke gemeenschappen. Maar dat is snel veranderd toen het een instituut werd. En het is er niet beter op geworden. In deze tijd worden de verschillen ook verhard en de uitingen daarvan. En dat vind ik heel moeilijk.

HET SPIRITUELE PAD: YOGA EN ONTDEKKINGEN

Ik ging op zoek naar een soort basis van: waar sta ik nu? En nadat ik erachter kwam: er is toch meer dan alleen het materiële, het zichtbare - toen kwam ik op het spirituele pad, wat toch een nadrukkelijk ander pad is dan het religieuze. De kerk - daar zou ik niet meer terugkeren, dat is duidelijk. Maar er is meer tussen hemel en aarde.

Op een gegeven moment tijdens mijn revalidatie begon ik te hardlopen. Daar werd ik helemaal verslaafd aan. En toen zei iemand: "Is yoga niet iets voor jou wat beter bij jou past?" En daar ben ik toen ingestapt. Yoga was altijd nog iets van de duivel van vroeger in mijn hoofd, maar dat is niet meer zo natuurlijk. Dus toen ben ik yogales gaan volgen en ik sliep zo lekker die avond, die nacht daaropvolgend, en ben ik yoga blijven doen. Ik ben er nooit meer mee gestopt. Het is nu een dagelijkse bezigheid voor mij geworden: yoga en meditatie. En het doet van alles met mij op fysiek vlak, op psychisch vlak en op spiritueel vlak.

DE APOCALYPS ALS YOGA, ASTROLOGIE & NUMEROLOGIE

In yoga verdiepte ik mij verder in, in de yogafilosofie en het hindoeïsme wat erachter zit. En dat was zo bijzonder. Ik zag ineens overeenkomsten tussen hindoeïstische teksten, yogateksten en bepaalde teksten in de Bijbel. En met name het boek Openbaring, de Apocalypse van Johannes, het laatste boek - zag ik die overeenkomsten in staan.

En in januari 2019 begon ik voor mezelf, helemaal voor mezelf - herinner ik mij - begon ik opnieuw in die Bijbel te lezen, in de

Apocalyps. Omdat ik vermoedde dat daar iets te vinden was wat te maken had met mijn nieuwe ontdekkingen binnen de yoga. En dan heel snel kom je dan op het spoor en komt van alles naar je toe. En dan zie je dat die Apocalyps in feite een yogaboek is. En veel meer dan dat. Het is yoga, het is astrologie, het is numerologie, het is gnosis. Nou, noem maar op. Daar zit zoveel in. Het is een boek waarin alle wijsheid van de wereld samen gebracht is in een soort mythe, in een mythologisch verhaal, waar dan ook de figuur van Jezus Christus een rol in speelt.



HET BOEK: IK BEN HET ZELF

Van daaruit is langzamerhand dan het idee ontstaan: hier kan ik een boek over schrijven. En ik had altijd al een soort plan om iets te schrijven over mijn leven in de kerk en hoe ik eruit gestapt was enzovoort. Maar alleen een boek schrijven over jezelf zonder verdere diepte daarin vond ik te veel een egodocument.

Dus nu heb ik mijn verhaal verweven met het verhaal van de Apocalyps. En dat was best wel lastig, maar toch - ja, in die hele Apocalyps zie ik mijn eigen leven terug, omdat dit het verhaal is van mijn ziel. Het is niet een verhaal van onze buitenwereld. Indirect wel natuurlijk. Maar het is het verhaal van wie wij mensen zijn en hoe wij door het leven gaan. Het is zo mooi om dat te gaan zien en ervaren.

Het is ook mooi om dat te kunnen delen in een boek. Nou, ik schreef het op. Het is uitgegeven en nu is het in de wereld. En nu krijg je op allerlei manieren reacties en van heel verschillende soorten mensen. Nu nu begint het echt te leven. Je zit een aantal jaren alleen achter die computer om dat boek te schrijven, maar nu zie je wat het met mensen kan doen. De reacties zijn heel bijzonder vaak. En heel divers.

JEZUS ALS MEDIUM & GENEZER

Als ik tegen jou zeg: misschien was Jezus wel één van de grootste mediums en healers die we gekend hebben - wat zeg jij dan? Hij was het beide denk ik. Hij was natuurlijk een figuur die hemel en aarde bij elkaar bracht, God en mens. Hij is - hij staat bekend als als degene die mensen genas en vaak onmogelijke ziektes wist te genezen. En dan is natuurlijk de vraag van: deed hij dat of deden die mensen dat zelf? Want ik geloof in ons zelfgenezend vermogen.

Ik denk -, Jezus is een voorbeeld van onze ziel. Mooi. Dus dat hij is - Jezus is ook mijn zelfgenezend vermogen onder andere. Hij zit in mij. Hij is mijn ziel die de weg gaat door dit leven en verlangt om te groeien, om verder te groeien naar het goddelijke toe. Dus ja, de Jezus zit in mij. Ik ben zelf ook die healer. En dat is ook de titel natuurlijk van mijn boek: "Ik ben het zelf".

Dat wil ik ook benadrukken: het zit allemaal in ons. Je hebt niemand anders nodig. En dat vind ik het fascinerende. Want ik geloof ook dat we verbonden zijn met een groter geheel en daardoor ontstaat het door ons heen. En we zijn het ook zelf.

RELIGIE EN VERBINDING

Ik geloof dat de religie waartoe je je aangetrokken voelt, dat dat past bij de uitdrukking van jouw ziel als mens. Dus als we trekken naar het islam of het christendom of hindoeïsme, maakt niet uit wat - dat past bij onze weg op aarde. Dat past bij wie wij zijn.

Dus waarom niet allemaal aan tafel van: oh, vertel me over jouw God, vertel me over jouw religie, vertel me over jouw uitdrukking? Want er is geen verschil. Het is puur misschien cultureel of je voelt je ergens toe aangetrokken omdat dat bij jou past in de mens die jij bent.

Alleen orthodoxe christenen zullen daar niet mee eens zijn, want Jezus is de figuur die scheiding maakt tussen de mensen die geloven in zijn offer wat hij voor jou gebracht heeft en de mensen die dat allemaal niet geloven. Dus dat centrale dogma in de kerk is scheiding brengend. Absoluut. En dat vind ik lastig. Want daarmee - ik geloof niet in een God die ons verdeelt. Ik geloof in een God die ons verbindt.

En dat is ook wat ik - ja tijdens die voorbij-de-doodervaring ervaren heb: dit is God. Dit is - het hele universum is God. Ja. Dus God zit in mij. Maar God is ook veel groter dan ik. We zijn verbonden in alles. Absoluut. Ja. Mooi.

OVER WAARHEID

Waarheid is altijd van het moment. Dus je waarheid is van nu. En morgen kan er een andere waarheid zijn. En dat geldt denk ik voor ons allemaal. En dat daar leren we het meest van. En dat geeft ook openheid tot alles wat er maar kan gebeuren. Dus zo zie ik dat.

Waarheid kan nooit in strijd zijn met de liefde, denk ik. Exact. En ik denk dat we misschien het stukje waarheid een beetje los moeten laten. Ik denk dat de liefde zou moeten regeren. En dat waarheid gaat alleen maar over houvast zoeken. We willen houvast, want we zijn eigenlijk onzeker als we geen waarheid hebben. Maar uiteindelijk is liefde de waarheid. Ja. Zo eenvoudig is het uiteindelijk. Zo simpel is dat.

DE FASE WAARIN WE ONS NU BEVINDEN

Toen ik me bewust begon te worden van hoe we bespeeld worden door de machten in deze wereld, toen ben ik echt wel daarvan

van de kaart geweest. Ik ben boos geweest. Al die fases, ja, die verwerkingsfases die maak je dan mee. Maar uiteindelijk - nu kan ik er toch al veel meer op een bepaalde afstand naar kijken. En ik denk dat het ook goed is. Het is denk ik niet verstandig om ervan af te keren en te doen alsof het niet bestaat, want dan komt het - ja op een vergrote manier naar je terug.

Maar wel beseffen dat het er is, maar je er niet in mee te laten slepen door je emoties door je te verzetten. Want verzetten tegen deze dingen, dat heeft in het algemeen niet zoveel zin volgens mij. En ik zie dan die machten van deze wereld die kwaad veroorzaken als een belangrijk onderdeel om dat te transformeren. Dus hoe ik daarmee omga - dat dat moet in mijzelf transformeren tot iets goeds.

Dus ik probeer dan op mijn plek met mijn mogelijkheden iets positiefs neer te zetten in deze wereld. Ik denk dat dat heel belangrijk is en dat probeer ik dus ook. Die politiek gaat toch zijn gang. Alles is uiteindelijk gepland. President Roosevelt zei het al: Denk niet dat er iets toevallig gebeurt in de politiek. Dus alles waarvan het lijkt: oh nu gebeurt dit of dat en heel het volk schrikt op. Nee, dat is allemaal gepland.

DUALITEIT EN ONTWIKKELING

In de geschiedenis zie je dat dingen beter gaan, de rechten van vrouwen en rechten in het algemeen. En uiteindelijk zie je dan weer dat er een soort terugslag komt. We gaan op een gegeven moment, in sommige aspecten van het leven gaan we ineens weer terug naar een fase waarvan we dachten dat we die wel achter ons hadden gelaten. Alles herhaalt zich, en tegelijk gaan we omhoog. Het is een soort spiraalvorm die omhoog gaat.

Ja, dat is moeilijk te zien omdat we in een tijd zitten dat alles wel heel heel donker is, maar tegelijk is ook heel veel licht. Oh ja, want dat zie je dus weer: die dualiteit zorgt ervoor dat er ook heel veel liefde en licht is. Dus we gaan steeds naar een hoger niveau, hoger bewustzijnsniveau. Ook al lijkt het misschien alsof

we teruggaan, maar we moeten even terug om nog weer verder te kunnen groeien.

GOED EN KWAAD

Als er een God is, waarom is er dan zoveel ellende op de wereld? Dat is een vraag die je vaak hoort. Maar wat is je beeld van God? Daar begint het al mee. Als je die vraag stelt, dan heb je dus al een bepaald beeld van God. God is goed. Hij is almachtig. En hij kan het kwaad zo even uit de weg ruimen. Maar zo ervaar ik God niet.

God is het bewustzijn waar ik bij kan aanhaken, in kan zwemmen of niet. Kijk, God is het middelpunt, kun je zeggen. Het juiste midden. Het volmaakte. En alles wat buiten God is - hoe verder van God af, hoe minder goddelijk het is. Dus hoe kwader het is, zou je kunnen zeggen. Dus er is heel veel wat niet voldoet aan de norm God.

Als je God ziet als het volmaakte en zo ervaar ik het goddelijke, maar alles wat buiten die kring van God is, hoort toch eigenlijk ook bij God. Dat heeft de potentie om ook goddelijke - een goddelijke manifestatie te krijgen. Zo iets.

ADVIES VOOR DEZE TIJDEN

Wat zou jouw advies zijn in deze tijden voor mensen om het dichtst verbonden te blijven met zichzelf? Dus wat - hoe zou jij wat zou jij aanraden? Wat wat zou je mensen willen meegeven?

Voor mezelf heb ik gemerkt als je met adviezen komt zonder dat mensen die vraag hebben, dan komt dat meestal niet over. Maar als iemand echt vraagt van: wat kan ik doen om dicht bij mezelf te blijven? Dat is die weg naar binnen gaan in jezelf. En hoe doe je dat dan? Die weg naar binnen gaan.

Kijk, wat ik en jij ook van nature hebben is vragen stellen. Waarom zijn dingen zoals ze zijn? En ik denk dat ik zie het bij heel veel mensen dat ze dat niet van nature hebben. Althans ze laten het niet merken. En misschien hebben ze het wel, maar ze

durven ze niet te uiten of ze zitten vast. Maar durf vragen te stellen. Gooi het eruit. Praat er met mensen over en durf alles wat je voor waarheid hebt aangenomen in je leven om dat eventueel aan de kant te zetten. Ook al heeft dat enorme consequenties voor je materiële leven.

Dan komen we op het punt van: wat vandaag de waarheid is voor jou kan morgen anders zijn en durf dat ook te veranderen. Hoe heerlijk is het dat je niks vast hoeft te houden. Want dat is voor mensen misschien wel hun houvast, maar dat zorgt er ook voor voor de beperking daarin, dat mensen niet vrij zijn eigenlijk.

Juist door vragen te stellen krijg je langzamerhand antwoorden. Die antwoorden zijn vaak weer heel anders dan je misschien verwacht had. Maar het is het is heel bevrijdend om die weg naar binnen te gaan en en niet afhankelijk te zijn van alle meningen en en dingen om je heen.

Fragmenten uit:

<https://www.youtube.com/watch?v=MLIkYLoQadI>

ZIJN BOEK:

Ik ben het zelf

<https://anthonieroose.nl/boek>