

# Dood *gewoon* het einde?



Dood *gewoon*  
in Den Haag

Geschreven en samengesteld door Wout Huizing

In opdracht van het Platform Dood *gewoon* in Den Haag  
Met fotoserie van GetOud over Hagenaars in gesprek over sterven



**J**os Somsen had een interactieve bijdrage op de manifestatie van 22 november 2017. In deze bijeenkomst lag de nadruk op het opmaken van de balans van je leven en de regie die je daarop hebt door je levensverhaal te vertellen. Dat levensverhaal kun je óók via een verrassende ingang vertellen.

### **LIED VAN MIJN LEVEN**

Wat is je favoriete muziek?

Is er een lied of nummer dat een speciale betekenis voor je heeft?

Op welke muziek danste je vroeger?

Wat zong je voor (je) kinderen?

Welke muziek troost jou of maakt je blij?

En: Wat mag er straks klinken op je uitvaart?

Kortom: Welke muziek vertelt het verhaal van jouw leven?

Deze vragen reikte Jos Somsen aan tijdens de manifestatie van Platform dood *gewoon* in Den Haag. Aan de hand van eenvoudige liederen en een poster met vragen gingen de deelnemers met elkaar in gesprek over de rol van muziek in hun leven.

Wat zegt die voor jou bijzondere muziek over wat voor jou belangrijk is?

Hoe kun je juist dat leidend laten zijn, ook in de laatste fase van je leven?

Er ontstonden levendige gesprekken, die maar moeilijk te onderbreken waren voor het afsluitende lied op een tekst die was opgetekend uit de mond van een vrouw met dementie: "Maak dat je samen bent en goed met elkaar, want we hebben allemaal de morgen!"

Luisteren naar en praten over muziek, of die zelf zingen, is een prachtige manier om onderwerpen aan te raken die zich soms moeilijk in woorden laten uitdrukken. Bijna iedereen wordt wel eens geraakt door muziek. En veel mensen zingen ook wel eens, al is het maar wat neuriën onder de douche of meezingen met de radio in de auto of zingen voor je kind bij het slapen gaan. In zingen kun je ervaren wat je beweegt en bezielt. En er is weinig dat zo verbindend werkt als samen zingen of samen luisteren naar muziek.

Jos Somsen kiest daarom muziek als ingang om op een diepergaande manier uit te wisselen over verlangens en wensen rondom het levenseinde.





Onder de titel *Lied van mijn leven* ontwikkelt zij voor de Coalitie Van Betekenis tot het Einde een muziek- en ontmoetingsgroep rond dit thema: een serie van vijf bijeenkomsten voor bewoners van een afdeling somatiek van een verpleeghuis. Ze geeft ook workshops op symposia en congressen en voor bijvoorbeeld koren en kerken. Ze begeleidt hospicemedewerkers, palliatieve zorgprofessionals en vrijwilligers in het inzetten van muziek bij het spreken over leven en dood.

Voor mensen die gaan overlijden en hun naasten bestaat de mogelijkheid een 'muzikaal levensboek' te maken, op een CD/playlist of uitgevoerd als intiem concert.

Voor meer informatie: [www.liedvanmijnleven.nl](http://www.liedvanmijnleven.nl).