

De Bedside Singers zingen op uitnodiging aan iemands sterfbed. Op opvouwbare krukjes schuiven ze aan bij de bedrand. Soms zingen ze een lied, soms duurt hun repertoire een klein halfuur. 'Mijn vrouw zei dat ze toen er voor haar werd gezongen, los kon laten.'

De Bedside Singers aan het werk in een hospice in Amsterdam.(beeld Guus Dubbelman)

Zingen is iets wat mensen voor elkaar kunnen doen. Baby's worden erdoor getroost, jarigen in het zonnetje gezet, mensen met dementie gerustgesteld. 'Ik ging ervan uit dat er ook mensen waren die zingen voor mensen die op hun sterfbed liggen, maar dat bleek in Nederland niet zo te zijn', zegt Petrie Akkerman, zangeres en therapeut. 'Dit bestaat wel in andere culturen, zoals de Surinaamse, waarin er liederen zijn voor de verschillende fasen van een stervensproces.' Ze richtte eind 2016 het eerste Bedside Singers-koor op, met een aantal zangers uit haar buurt in Amsterdam. In groepjes van drie of vier zingen de koorleden meerstemmig in hospices, maar ook in ziekenhuizen en bij mensen thuis.

Hun focus is: zingen voor de ziel op reis. 'We proberen met ons zingen als het ware een brug te slaan tussen het hiernumaals en het hiernamaals, hoe dat er verder ook uit zou mogen zien. Wij hopen het proces van losmaken en overgave daarin te ondersteunen', zegt Akkerman. 'Ik kom zelf uit een gereformeerd nest; dat zingen en de ziel iets met elkaar te maken hebben, is voor mij vanzelfsprekend.'

In hun teksten willen de Bedside Singers niet te sturend zijn. 'Sommige mensen voor wie wij zingen, willen helemaal nog niets over loslaten horen. Neutraal zijn dan teksten als "May peace be with you".' Voordat de rest van het koortje binnenkomt, stelt een van de koorleden de luisteraar een paar vragen. Van welke muziekstijl houdt u? Nederlandstalig of liever niet? Heeft u een religieuze achtergrond?

gevoel van geborgenheid

Ze zingen voornamelijk wiegeliedjes uit verschillende culturen, die een gevoel van geborgenheid geven. Sommige liedjes bestaan enkel uit klinkers. 'Door de meerstemmigheid ontstaat er een klankenbad, waarin de luisteraar zich hopelijk kan onderdompelen', zegt Akkerman. 'Pijnbeleving kan anders worden door een wiegenlied. We hebben eens voor een vrouw gezongen die kreunde van de pijn en wachtte op morfine; naarmate ze luisterde, ontspande haar lichaam', zegt Akkerman.

Voor sommige mensen zingen de Bedside Singers meer dan eens, zoals voor Marjolein Meursing. 'Mijn vrouw verbleef vijf maanden in een hospice in Amsterdam en daar werd ons gevraagd of de Bedside Singers in onze kamer langs mochten komen. Marjolein hield enorm van a-capellakoren', zegt haar echtgenoot Eric Meursing.

Op een winterdag in 2019 komen vier mensen op zelfmeegebrachte, kleine visserskrukjes aan haar bed zitten. 'Return again, return to the land of your soul', zingen ze meerstemmig. Eric zelf verblijft in een andere ruimte. 'Ik kon de confrontatie met een extra laag emotie niet aan. We hadden als echtpaar in die emotionele periode geen eigen rituelen om stil te staan bij de situatie. We probeerden het leven te laten doordraaien.' Hij filmt wel even om het hoekje van de deur. Marjolein ligt met haar ogen dicht en luistert naar de vrouwen om haar bed. 'Het was mooi om te zien dat ze daar vredig lag te luisteren. Zij kon op dat moment accepteren en loslaten, vertelde ze achteraf.'

De integriteit van het kleine koor staat Eric nog goed bij. 'Het is daardoor niet ongemakkelijk, want er werd niets van mijn vrouw verwacht.' Ook hierin stemt het koor af. 'Soms zingen we maar een liedje, een andere keer zingen we samen met ook familieleden een halfuur vol; soms zingen ook familieleden mee. We hebben weleens op de gang gezongen voor iemand die ons liever niet zo dichtbij wilde hebben', vertelt Akkerman. 'Maar vaker ontstaat door de muziek een snelle verbinding, waardoor mensen zich minder eenzaam voelen. Ik herinner me een meneer die het moeilijk vond om afscheid te nemen van muziek, waarin hij altijd werkzaam was geweest. Hij probeerde met ons mee te zingen, maar moest heel erg hoesten. Dirigeert u ons maar, vroegen we hem.'

Akkerman merkt dat de koormuziek ook de geliefden en verplegers raakt. 'Vaak komen er meer tranen bij de familie dan bij de stervende zelf. Zij zitten in een ondersteunende rol en dan komen er opeens drie zangers en die nemen het even van je over.'

Inmiddels zijn er twaalf koren in opbouw in Nederland. Ingrid Windmeijer (63) uit Zoeterwoude is betrokken bij de oprichting van een koor voor omgeving Leiden. 'Dit is mij op het lijf geschreven. Ik houd van zingen en in een klein a-capellakoor doet je stem er echt toe. Van mij mag sterven wel wat meer bij het leven horen. Ik vind het belangrijk dat we er wat makkelijker over praten. Rituelen daaromheen zijn daarin belangrijk.'

elkaar en jezelf ondersteunen

Akkerman is het daarmee eens. 'Ik denk dat veel mensen niet weten hoe je elkaar en jezelf kunt ondersteunen rondom het sterven.' Ze ondervond het afgelopen maand op een andere manier aan het sterfbed van haar vader. 'Ik voelde me heel machteloos wanneer ik naar hem

keek. Door te zingen kon ik iets doen, zowel voor mezelf als voor hem én voor mijn broers, dat vertelden ze mij achteraf.'