

Anmeldelse

Amerikanske toner

Steven Halpern, Louis Savary: *Lyd – musik og din sundhed*. Strubes forlag, 1986. Kr. 198,-.

»Vi bruger aspirin – hvorfor så ikke bruge musik« lyder ét af de mange fyndord i bogen »Lyd – musik og din sundhed«. Citatet er karakteristisk for bogen. Forfatteren, som selv komponerer new-age-musik og bl.a. fungerer som musikerapeut, beskriver og vurderer musik ud fra kriteriet, om den er sund eller usund for menneskets krop, sind og ånd. Lyd – og derunder musik – er iflg. Halpern sund og *nærende*, hvis den bidrager til at bringe os i harmoni med os selv og naturen gennem afslapning, healing og velvære. En passende *lyddiæt* vil – som f.eks. en helsekostdiæt – kunne hjælpe det enkelte menneske til at »holde sig i tip-top form og være strålende sund«, påstår Halpern.

Og dermed er bogens meget amerikanske toner slået an: nyd din new-age musik i passende doser morgen og aften, og du vil blive sund og få succes!

Bogens indhold er ikke epokegørende nyt. Under henvisning til utallige autoriteter (Dr. dit og dat) og forskningsresultater opregnes de skader, som *lydforurening* påfører krop og sjæl. Det er til tider ganske underholdende at læse Halperns (garanteret velmente) råd til den støjplagede gennemsnitsamerikaner, f.eks.: hvis du får hovedpine af dit TV-apparats højfrekvente summelyd, så prøv et andet TV-apparat og se, om det hjælper!

Den sunde musik er iflg. Halpern kendetegnet ved, at vi ikke er i stand til at genkende den eller synge med på den. Den indeholder ingen melodier eller inciterende rytmer. Derimod en del »hvid lyd«, som er lyden af vandfald, vind, regn, bølgebrus o.a. Halpern har selv komponeret adskillige musikstykker til musikerapeutiske formål, og de nævnes og anbefales uafsladelig i bogen. Han omtaler forskellige teknikker til at afhjælpe stress og psykiske traumer, f.eks. guidede fantasirejser. Musikkens helbredende muligheder over for kræft, epilepsi og andre sygdomme beskrives kort. Også metoder til lynhurtig og effektiv indlæring (superlearning), hvor musikken skal stimulere både højre og venstre hjernehalvdel, nævnes. Hele tiden understreges det, at musikken må være så tilpas uinteressant, at man ikke fanges ind af selve musikken og dens univers.

En sidste del af bogen beskriver, hvordan musik og toner hænger sammen med »åndelige og helbredende bevidsthedsstadier«. Lydmeditationer og forskellige måder at messe på udgør bogens sidste sundhedsrecepter.

Halpern bruger mange ord. Jeg vil forsøgsvis koge indholdet ned til: sørg for at få ro og fred, når du trænger til det og lyt til den musik, du har lyst til.

En dårlig oversættelse og utallige henvisninger til amerikanske forhold gør bogen tung at komme igennem.

Marianne Bentsen

Anmeldelse

Den rytmiske børnesangbog

Den rytmiske børnesangbog. 66 sange af, med og for børn. Red. Erik Lyhne, Michael Madsen og Karen Rønne. Forlaget Lyren, Haslevej 21, 8230 Åbyhøj, 06 15 80 30. 136 s. ill., kr. 87,-. Brugsbånd 2×21 min., kr. 49,-.

Der udsendes mange plader og sangbøger for og af børn i disse år. Det er især musik, der har sit udgangspunkt i den såkaldte »rytmiske« musikkultur, der har vundet indpas både i børneinstitutioner og skoler. Og dette hænger bl.a. sammen med, at der efterhånden findes mange dygtige musiklærere og -pædagoger rundt omkring i landet, som forstår at bruge den rytmiske musik i pædagogisk øjemed og i bedste fald inspirere børnene til selv at lave musik.

Børnesangbogen fra 1983 indeholdt mange af disse nye børnesange, og jeg har personligt brugt dem flittigt sammen med børn og unge. Derfor har jeg også med stor forventning set frem til udgivelsen af efterfølgeren: Den rytmiske børnesangbog.

Bogen indeholder både nye og gamle sange af bl.a. Lotte Kærså, Bernhard Christensen og Leif Falk, men hovedparten af sangene er lavet af og med børn.

Den henvender sig til børn i alderen 0–14 år, og er delt op i afsnit med hverdagssange, vrøvlesange, sanglege og karnevalssange. Teksterne handler om børn og voksnes liv til hverdag og fest. Flere af sangene er fra Afrika og Cari-