

# NYHEDSBREV

## Lyssanger-nyt

August 2012, 2

Jeg får en opringning fra en kvinde. Hun fortæller, at hun altid har elsket at synge, men at hun nu har fået en infektion i lungerne, som giver så megen slim på stemmen, så hun hoster og rømmer sig hele tiden. Hun har endvidere gennemlevet en hård tid, og føler sig generelt drænet for energi og meget træt. Hun har tidligere sunget høj sopran, men kan nu slet ikke komme op på de høje toner længere. Hun håber, at det kan blive bedre, så hun atter kan komme til at synge.

Og, som hun siger, hun vil jo ikke gå ind i en gruppe og ødelægge det for alle de andre!

Denne opfattelse møder jeg rigtig ofte, og mange afholder sig måske fra at melde sig, fordi de er bange for "at ødelægge det for de andre".

Dertil må jeg sige, at når vi åbner vores sind og vores kropsinstrument, og bare lader tonerne strømme igennem os, så kommer det på en eller anden forunderlig måde altid til at lyde smukt. Slim, hæshed osv forsvinder, og det skulle ikke undre mig, om ikke også, det kunne have en virkelig healende effekt på et par inficerede lunger. Vi tillader jo guddommelig energi at strømme gennem vore lunger via åndedrættet, og dette må da helbrede.

### Er du også bange for at ødelægge det for de andre?

Så er du ikke alene. Synes du måske, din stemme er hæs, grim, skarp eller forkert? Føler du, at du ikke kan ramme tonerne? Synger du falsk og ved siden af? Måske er du én af dem, der blev bedt om at holde mund eller sætte sig allerbagerst i klassen i sangtimerne? Sådan noget glemmer man ikke.

**ALLE MENNESKER KAN SYNGE, OG ALLE HAR SMUKKE STEMME,**  
og hvis ikke det er det, der kommer ud af vores mund, så er der en årsag til det. Noget blokerer, noget har lukket af.

### MÅSKE ER SPIRITUEL SANGGRUPPE NOGET FOR DIG?

Spirituel sanggruppe er en fortløbende gruppe med en forårs- og en efterårssæson. Én sæson er på 6 gange, og man melder sig til én sæson ad gangen. Dette giver tryk i gruppen, da man på en sæson er sammen med de samme mennesker.

Vi synger ikke for at præstere noget eller sammenligne os med hinanden. Vi benytter os bl.a. af en fordybende, fri sangform uden fast melodi eller form. Vi åbner for en højere styrelse og lader tonerne synge igennem os.

Har du lyst til at opleve dig selv give los i et harmonisk klangvæld af toner?

Jeg skal huske at sige, at hver gang indledes med frigørende stemme, krop og åndedrætsøvelser. Og vi griner rigtig meget. Det er jo også befriende. Se bare, hvordan mellemgulvet hopper op og ned, når vi griner!

SPIRITUEL SANGGRUPPE er lige dele meditativ fordybelse og sjov og latter.

## Men obs!

Vi starter allerede på tirsdag d. 28. august kl. 15 - 17.  
Sted: Ugerløse Kirkes Sognegård, 4350 Ugerløse  
Pris: 300 kr (for 6 gange)

Læs mere i folderen [her](#) (obs 2 sider) eller vedhæftet foroven

## Og endnu en obs!

Når du deltager i spirituel sanggruppe tilbydes du enetimer, hvor du kan arbejde med din stemme, til særpris kr. 250 (normalpris kr. 400). Mere om dette senere. Vil du vide mere her og nu, så giv mig et ring: 26 28 05 95

*Kærligst  
Maia*

Maia Trayhorn  
26 28 05 95  
maiatrayhorn@hotmail.com

<http://www.lyssanger.dk/>  
[www.bookensanger](http://www.bookensanger)

*Hvis du ikke ønsker at modtage nyhedsbrevet længere, så svar blot på denne mail og skriv afmeld i emneboksen. Så sletter jeg dig af listen.*