



SANGERINDEN
RANDI LAUBEK:
"FORDYBELSE LØFTER MIG"

Hendes personlighed, stemme og intense sange signalerer en spiritualitet, der gør Randi Laubek til en lysende ener på den danske musikscene. Nu er hun fremme med sit femte album "Sun Quakes" (Solskælv) og kredser i sine sange – igen – om livets store spørgsmål: "Hvad er et godt menneskeliv?" "Kan man være lykkelig på en jord, hvor så mange lider?" "Findes der en formel for et tilfreds menneske?" Midt i en travl efterårsturné landet rundt fandt Randi tid til at møde LIV & SJÆL for at tale om nogle af de ting, der optager hende.

Af Vibeke Steinthal
Foto: Lisbeth Holten



Blå Bog

Randi Laubek
Født 1973 i Vendsyssel. Musik-
sproglig student. Debutalbum
"Ducks and Drakes" 1997.
Udgået fra Rytmaskon-
servatorium i København 1999.
Tre grammy'er for Årets Danske
Album, Årets Danske Sanger-
inde og Årets Danske Sangskri-
ver 1998. Siden nomineret tre
gange til Danish Music Award.
Udgav i årene 2000-2005 tre
album "Almost Gracefully", "The
Wedding Of All Things" og "Fi-
gures of Eight", fulgt af turnéer.
Skrev musik til Shakespeare-
forestillingen "En Skærsom-
mernatsdrøm" på Folketeatret
2004. Turné landet rundt i 2007.
Etablerer eget produktionssæl-
skab LoBrook. Udgiver i efter-
året 2009 sit femte album "Sun
Quakes", igen fulgt af turné.

Menneskets behov for religion, en tro på, at der findes en Gud, er symbol på, at vi er en lille del af dette kæmpestore forunderlige system.

Randi Laubek, 36, er født og opvokset i Vendsyssel, tæt på naturen. Og det naboskab har altid betydet meget for hende. "For mig er naturen og de skiftende årstider klare symboler på livets cyklus, at vi fødes og dør, at alting fortsætter og intet slutter. Det gælder ikke blot livet, også kærlighed, venskaber og de forskellige livsfaser, vi gennemgår," siger Randi, som ikke bekender sig til en bestemt religion eller en Gud, der er udenfor os. "Jeg er nok panteist, der tror på, at naturen er en guddommelig kraft. Menneskets behov for religion, en tro på, at der findes en Gud, er symbol på, at vi er en lille del af dette kæmpestore forunderlige system. Alting hænger sammen, og vi er alle forbundne"

Overordnet mønster
Randi går meget op i videnskab, især naturvidenskab og har læst digre bøger om emnet. "Især er jeg optaget af Einsteins ord om, at jo mere man dykkede ned i fysikkens love og livets byggesten, jo stærkere så hanglimt af noget guddommeligt. Selvom jeg oplever, at det åndelige er en del af at være menneske, ikk noget, vi kan adskille os fra eller blive indviet til, men et spørgsmål om at åbne øjnene. Jo mere jeg kigger, jo mere

får jeg øje på særesammenhæng og nærmest mirakuløse hændelser. Jeg er i hvert fald ikke i tvivl om, at alting er forbundet af en størrelsesorden, et overordnet mønster og nogle fundamentale love, der giver ro midt i et kaos.

Med sine sange, som hun selv skriver musik og tekst til, ønsker Randi at formidle kærlighed, lindring, skønhed og en forvisning om, at det nok skal gå, selvom der er meget grums i denne verden. "Det er vigtigt at få øje på de lyse ting, og at finde noget, der holder én oppe og giver mening. Ting, der udvider ens verden og gør den hel i stedet for at søge det, der knuser den, får den til at smuldre. For mit eget vedkommende finder jeg støtte og inspiration gennem fordybelse i musik og kunst, i naturen, videnskab, filosofi og ikke mindst mennesker. Jeg lytter til musik og skriver musik, tegner og maler, læser meget, opsøger gode og kloge mennesker og stræber efter kvalitet i samtaler, ny lærdom og udvikling. Når det drejer sig om musik, består den af toner og struktur plus en tredje, mere udefinérbar dimension, som jeg vil kalde sjæl. Den, der gør, at vi bliver grebet og gerne vil lytte igen og igen. Der er uendelig meget god musik, og jeg bliver inspireret af alle genrer. ▷





”Jeg synes, at det er superspændende, at de ting, vi måske giver op overfor, kan overvindes ved at arbejde med vores tankesæt.”

Ikke-troende præst

I et nyligt ugebladsinterview blev Randispurgt om hvilken levevej, hun ville vælge, hvis hun gik hen og mistede sangstemmen. Randis svar lød: ”Så ville jeg nok blive ikke-troende præst”.

Hun ler hjerteligt, da jeg går et skridt videre og forhører mig om, hvad hun i givet fald vil sige fra prædikestolen. ”Mitsvar dengang var jo en renspegel, men okay, hvis jeg skulle ”prædike” noget for andre mennesker, ville jeg nok tale om, at vi skal passe på hinanden, få os et godt liv og være åbne, engagerede og fordomsfrie overfor det, vi møder. Bestræbe os på at give og tage imod. Følg med og se, hvad der sker og så finde den rigtige vej at gå. Endelig kunne jeg bruge et budskab fra en af mine nye sange – ”Snowball Suite” – om at vi skal værne bedre om vores jord. Den sang improviserede jeg frem ud fra et stykke, jeg skrev, da jeg var 14-15 år og stærkt optaget af Greenpeace med tankers om at ”først den dag den sidste fisk er fanget og det sidste træ fældet, finder vi ud af, at vi ikke kan æde penge”, som vist er et citat fra indianerne.”

Isammesanglyderentankevækkende linie: ”If Earth shared our intolerance toward human weakness, differences and flaws, it would simply have to shake us off” (Hvis Jorden delte vores intolerance overfor menneskelig svaghed, forskelle og fejl, ville den simpelthen ryste os af.)

Meditation og Yoga dyrker Randi hver dag, undtagen som hun siger ”i dovne perioder,” og hvis hun føler sig stresset, er hendes erfaring, at fysisk aktivitet bringer ro, så hun løber, cykler eller bare går sig en tur ude i naturen. Gælder det mere eksistentielle problemer, søger hun ind i sit kreative arbejde. Interessen for at tegne og male havde hun udpræget som barn og helt ung, og den er vendt tilbage til hende for nylig.

”Under alle omstændigheder hjælper kreativt arbejde mig til at glemme mig selv og mine aktuelle problemer. Jeg afleder min opmærksomhed med noget konstruktivt.”

Foruden det kreative arbejde holder Randi meget af at læse, især faglitteratur, senest bogen ”Musik som medicin” af den norske læge Audun Myskja. En anden bog, hun har tænkt grundigt over, handlede om neurologi. Om hvordan vores indlærings-systemer baseret på spejlnuroners sådan forstået, at vi oplever vores forældre sig og gøre noget, også spejler videt rent neurologisk.

Positiv ”omlæring”

”Vi nærmest affotograferer og lagrer det, og så sidder indlæringen fast. Vi får nogle vaner på godt og ondt. Men denne fastgroede indlæring af måske dårlige vaner, dårlige tankemønstre kan omlæres. Man siger jo, at hvis man gentager en målrettet tanke i ca.



30 dage, så har man grundlagt et nyt mønster. Positive tanker er selvfølgelig stærkere, og det er de negative jo desværre også.

Jeg synes, at det er superspændende, at de ting, vi måske giver op overfor, kan overvindes ved at arbejde med vores tankesæt. Det kan være idrætsudøvere, der arbejder med positiv psykologi, eller det kan være et negativt syn på verden, der hele tiden gør livet surt. Når positive tanker kan skabe

positive manifestationer bunder det faktisk i noget neurologisk-biologisk – barndommens indlæring – og overbevisning om, at vi kan skifte den lærdom ud med en ny og bedre. For mig er disse tanker netop den sammenkobling af videnskab og åndelighed, jeg tror på, og som gør åndeligheden mere håndgribelig.”

Af rent åndelige bøger har Randi haft stort udbytte af Dalai Lamas, fordi hun finder buddhismens grundtanker

inspirerende og meningsfulde, primært hele livssynet med vægten på empati og forbundethed frem for den adskilthed med andre mennesker, som opoffrelse indebærer.

”Tankevækkende hos Dalai Lama er bl.a., at for buddhister er empati også lig med medfølelse for én selv, hvor vi i Vesten knytter det til opoffrelse. Det ligger i den kristne tro, at man ofrer sig for andre, mens buddhismen går ind for, at vi ikke kan tage vare på andre uden

først at tage vare på os selv. Et andet aspekt, jeg har taget til mig, er skelnen mellem umiddelbar behovs-tilfredsstillelse og langsigtet lykke.

Vi er tilbøjelige til at tro, at det vi har behov for her og nu vil være rigtig godt for os. Men tænk vil langsigtet, opdager vi ofte, at vejen til lykke måske går i den modsatte retning. Måske er den mere stille, mere dyb, kræver mere tålmodighed og udsættelse af tilfredsstillelsen af begær/behov. ▷





"Kærligheden er det, der binder os sammen og skaber udvikling, bevægelse, børn, kunst.

Endelig har jeg gennem hans bøger lært at være taknemmelig over for indre og ydre modstandere, fordi det er dem, vi lærer mest af".

Duel med en svag side

En modstander, som Randi er gået i duel med og har overvundet på dengod måde, er hendes efterrettede udsagn manglende praktiske og tekniske evner. Hun satte sig for at lære alt om indspilning og redigering af en plade. I starten primært for at spare penge, men undervejs blev hun grebet af den tekniske proces og har stået for hovedparten af produktionen af sit nye album "Sun Quakes". Det vil i praksis sige, at hun nu på rejser altid har sit bærbare studie med sig og er lykkelig for sin nye lærdom.

Kærligheden

Om kærligheden siger Randi – der lever i parforhold – at den løfter livet op og gør det meningsfuldt: "Kærligheden er det, der binder os sammen og skaber udvikling, bevægelse, børn, kunst. For mig er kærlighed nok lige dele passion og hengivenhed eller hengivenhed til mennesker, tilstande, kreativskabelse af enhver art. Øjeblikke, hvor jeg er helt og fuldt tilstedeværende. Vi har måske en romantisk forventning om, at kærlighed altid skal være nem og positiv, ikke besværlig og smertefuld. For mange forekommer det nemmere at gå fra et forhold end

at blive i det. Hele vores kultur er bygget op omkring forventningen om den romantiske, altopslugende kærlighed.

Når den først stormende forelskelse har lagt sig, står vi og smiler i et Invitakøkken. Men virkeligheden er jo sådan, at kærlighed også kan være smertefuld, kompliceret, kedelig. Der hvor vi skal se vores mindre flatterende sider i øjnene – og holde ud eller være der for hinanden, når det brænder på.

Formiger kærlighed nok også ordet for mit livssyn om forbundethed, det at være inkluderende frem for ekskluderende. Dermed er vi også forbundet med det svære, komplekse, udfordrende og må tage ansvar for det.

I sin nye sang "Run From Love" synger Randi om at løbe væk fra det, man er bange for... og det er ofte stærke følelser om kærlighed. Man vælger det sikre, det trykke, det kontrollerende frem for at springe ud på dybt vand.

Siden det store gennembrud midt i 90'erne føler Randi, at hun har gennemgået en væsentlig udvikling både som sanger, sangskriver og som menneske:

"Jeg er blevet mere åben, tør gå mere ud i livet og har lært at værne om mine værdier og følge det, der er rigtigt for mig... frem mod et ståsted. Men jeg vil ikke lægge skjul på, at det har kostet kampe."



Favoritmusik

I de perioder, hvor Randi selv skriver musik, kan hun ikke helt rumme at lytte til for mange andre kunstnere, men forelsker sig i en plade, som hun så hører om og om igen i flere måneder.

Ellers holder hun specielt meget af Kate Bush, som har været en inspiration, siden hun som 16-årig hørte hende for første gang. Pladen "Kind of Blue" med Miles Davis er også blandt favoritterne, ligesom hun er begejstret for norske Thomas Dybdahl.