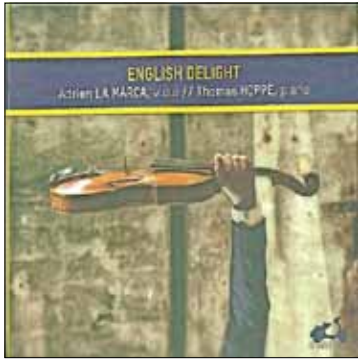


## CD KLASSIEK

Engels theekransje  
Purcell & anderen

Grote digitale uitleenbibliotheken zoals Spotify, Deezer of Apple hertekenen vandaag het landschap van de klassiek muziek vanuit een verhuurmodel gebaseerd op dat van de populaire muziek met haar losse nummers. Voor de klassieke muziek gelden echter andere spelregels. Het heeft geen zin grote symfonieën te verknippen tot losse muziekjes. De ene beweging roept de andere op en spanning en ontlading worden soms een uur lang opgebouwd. Daarom gaat onze sympathie uit naar een klein en moedig label zoals La Dolce Volta, dat zich uit de naad werkt om van de cd opnieuw een hebbeding te maken.

Dat wordt weer eens bewezen door de cd *English Delight*. De jonge altist Adrien La Marca en de ervaren pianist Thomas Hoppe brengen een eerbetoen aan de klassieke muziektraditie op dat nabije eiland dat niet langer tot Europa wil behoren, maar in elke gespeelde noot zijn Europees-zijn laat blijken.

De keuze voor de rijke klank van de altviool beperkt misschien in zekere mate het mogelijk repertoire, maar heeft ook

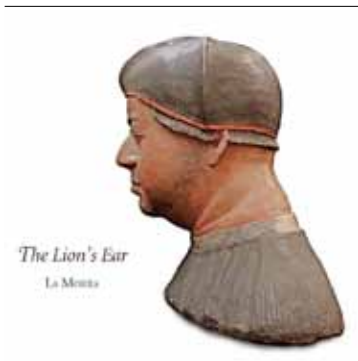
grote voordelen. Adrien La Marca speelt met gedragen gevoel en doorleefde warmte Britse muziek uit ver uit elkaar liggende tijden. De muzikale reis strekt zich uit over vier eeuwen.

We horen bijvoorbeeld Benjamin Britten (1913-1976) met een mijmering. Van diens leermeester compositieer, Frank Bridge (1879-1941), een nog steeds onderschatte componist, werd een indrukwekkend werk opgenomen. We horen ook Ralph Vaughan Williams (1872-1958) en de 'meester in treurnis' John Dowland (1563-1623) en we sluiten het parcours af met Henry Purcell (1659-1695). *Music for a While* was oorspronkelijk geschreven voor stem en *basso continuo*.

Het programma bevat ook een heuse ontdekking, de sonate voor altviool en klavier van Rebecca Clarke (1886-1979), naast componiste ook een bekwame altiste, die haar instrument door en door kende. Het voedt de hoop dat weldra meer van deze geniale componiste zal worden opgenomen. Van La Marca mag trouwens zonder meer gesteld worden dat deze opname bewijst dat hij op zijn zesentwintigste er al helemaal staat. (JC)

*English Delight*, door Adrien La Marca (altviool) & Thomas Hoppe (piano), La Dolce Volta (distributie harmonia mundi - Pias), LDV 22, 23 euro.

## CD OUDE MUZIEK

Muzikale paus  
La Morra

Het pontificaat van Leo X (1513-1521) was een ramp. Om geld in 't laatje te krijgen, verhoogde hij de aflatenhandel, waardoor in Duitsland de reformatie uitbrak. Leo X was de laatste niet-priester die tot paus werd verkozen. Giovanni de Medici, zoals hij heette, was immers de zoon van Lorenzo il Magnifico, de sterke man in Firenze. Net als zijn vader was hij een groot kunstliefhebber en mecenas, maar omdat hij zwakke ogen had, spendeerde hij zijn geld aan muziek.

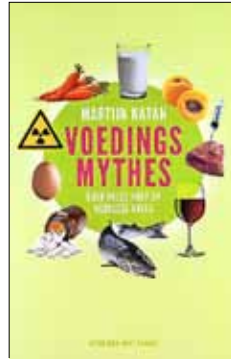
Het ensemble La Morra is gespecialiseerd in wereldlijke muziek uit de vijftiende en zestiende eeuw en heeft zijn uitvalsbasis

in Bazel, al jaren de hoofdstad van de oude muziek. Een volledig album is gewijd aan werk dat zeker aan Leo's hof heeft geklonken.

Op de cd horen we zowel instrumentaal werk als geestelijke en wereldlijke gezangen. Veel van de gekozen stukken duren amper drie minuten. De smaak van de 'leeuw' (Leo betekent leeuw) was uitermate verfijnd. In heel Europa zocht hij de beste musici. Van Heinrich Isaac horen we een schitterende litanie van de heiligen. Het absolute meesterwerk op deze cd is het *Salve regina* van de Frans-Vlaming Josquin des Prez, een hoogtepunt van de Vlaamse polyfonie. Paus Leo hoorde het wellicht in de Sixtijnse kapel in Rome. (EDS)

*The Lion's Ear. A Tribute to Leo X. Musician Among Popes*, door La Morra, RAM 1403, 23 euro.

## BOEK GEZONDHEID

Spinazie en rode wijn  
Martijn Katan

Spinazie opwarmen is ongezond, want daarbij komt natriet vrij en daar kun je kanker van krijgen. Een zogeheten volkswijsheid, maar dus onwaar. Martijn Katan onderzoekt zeventig voedingsmythes en haalt ze onderuit. Uit nitraatrijke groenten ontstaat inderdaad natriet, zij het in kleine hoeveel-

heden. Bovendien is het niet bewezen dat dat natriet in de maag kankerverwekkende verbindingen maakt.

Katan, gewezen hoogleraar voedingsleer aan de universiteit van Amsterdam, hakt in op tal van veronderstellingen. Zoals de mythe dat frituren slecht is. Je wordt er wel dik van, maar in Spanje bakken ze alles in hete olijfolie. Mensen maken zich van alles wijs. Valeriaanthee geldt als nachtrust bevorderend, maar je moet al er al sloten van drinken om voldoende werkzame bestanddelen binnen te krijgen. En het is niet bewezen dat rode wijn goed is voor het hart.

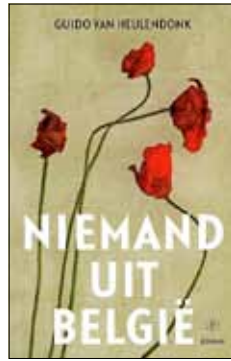
Katan pleit voor een gezonde, evenwichtige manier van eten en veel beweging. Hij haalt uit naar het geloof in zogeheten natuurlijke voeding en allerlei diëten. Meest opmerkelijk in zijn betoog zijn 's mans bedenkingen bij een overdreven geloof in groenten en fruit als gezondmakers. Sapjes blijken bijvoorbeeld

helemaal niet gezond, want ze maken door hun suikers dik en zijn slecht voor de tanden.

Katans slotconclusie: neger alle 'nieuws' over voeding. De informatie blijkt bijna altijd fout, niet wetenschappelijk bewezen en vaak gestuurd door bedrijven die baat hebben bij de verkoop van bepaalde producten. Een evenwichtige levensstijl, niet roken en geen alcohol drinken, is het beste voor je lijf. Een boek dat ons leven wellicht kan vereenvoudigen en ons afhelpen van een aantal angsten. (EDS)

Martijn Katan, *Voedingsmythes. Over valse hoop en nodeloze vrees*, Bert Bakker, Amsterdam, 2016, 320 blz., 19,95 euro, ISBN 978 90 3514 111 7.

## BOEK ROMAN

De vader van de bruid  
Guido van Heulendonk

Wanneer een dochter trouwt, zijn trots en vreugde dan niet de meest voor de hand liggende emoties voor een vader? Niet in het geval van Blancke, het

voornaamloze hoofdpersonage in *Niemand uit België*. Het huwelijk van zijn enige kind, Fleur, in Groot-Brittannië voert hem vooral terug naar het verleden, en dan niet eens naar de meest roemruchte passages.

Blancke ex-vrouw en haar obsessie voor slagvelden, zijn stuurse vader, Fleurs voorliefde voor charmezanger James Blunt, die plotseling besmettelijk bleek toen ze het huis uit was – Guido van Heulendonk laat zijn antiheld verdwalen tussen herinneringen. Van feeststemming is daardoor volstrekt geen sprake.

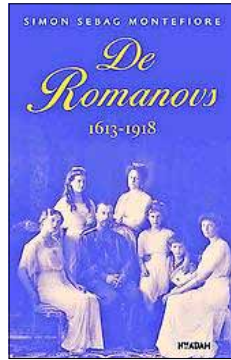
*Niemand uit België* beslaat een periode van een paar dagen, zo'n dagen waarop het gewoon even niet gaat. Guido van Heulendonk weet ze raak te typeren, met korte zinnen en zonder franjes. Minder levensecht zijn de neven-

personages in de roman, maar dat hoort bij de blik van Blancke, die niet meer weet hoe hij zich tot de vrouwen in zijn leven moet verhouden.

Niet meteen een boek om vrolijk van te worden dus, wel een behoedzaam balanceren tussen zucht, glimlach en plaatsvervangende schaamte. Misschien moet iemand die Blancke vertellen dat het allemaal zo erg niet is? (JVH)

Guido van Heulendonk, *Niemand uit België*, De Arbeiderspers, Amsterdam/Antwerpen, 2016, 207 blz., 21,50 euro, ISBN 978 90 2951 013 4.

## BOEK GESCHIEDENIS

Autocraten  
Simon Sebag Montefiore

Rusland was ooit, aan het begin van de negentiende eeuw, een land dat zich uitstrekte over drie continenten, van Wijselland in het huidige Polen tot Russisch-Amerika, de huidige Amerikaanse staat Alaska. Dat uitgestrekte rijk werd geregeerd door een autoritair heerser, de tsaar. Het woord 'tsaar' komt van Caesar en mag je niet verwarren met 'keizer', want daar kent het Russisch een ander woord voor.

Van 1618 tot 1918 kwamen de tsaren uit de dynastie van de Romanovs, een familie die zich in huwelijken voortdurend ver-

bond met Deense en Duitse vorstenhuizen. Anders echter dan Europese vorstenhuizen, die rekening moesten houden met burgers en parlementen, bleef het tsarendom een middeleeuwse instelling. De tsaar was tegelijk staatshoofd, opperbevelhebber, hogepriester en de belichaming van de Russische natie. Tsaren regeerden met harde hand en diegene die dat niet deed, ging ten onder.

De Brits-Joodse historicus Simon Sebag Montefiore vertelt in meer dan achthonderd bladzijden het hallucinante verhaal van de Romanovs. Volstrekt idiote samenzweringen, boeren die zichzelf tot tsaar uitroepen, een tsarina die van de ene naar de ander minnaar rent... En tussendoor spelen die lui een rol in de wereldgeschiedenis.

De auteur heeft niet enkel belangstelling voor de politieke ontwikkeling, maar ook voor de huwelijksstaat van de tsaren en vraagt zich terecht af hoe het mogelijk was dat er uit die gezinnen zoveel invloedrijke persoonlijkheden voortkwamen.

Sebag Montefiore werd beroemd met zijn biografie van Stalin. De Sovjetdictator besloot in de jaren 1930 dat het Russische

volk niet zonder tsaar kon en besliste rond zichzelf een personencultus te scheppen die hem voorstelde als een rode tsaar. Ook Vladimir Poetin, de huidige leider van Rusland, heerst naar het voorbeeld van de Romanovs als een autocraat en laat zich omringen door een klik van getrouwen die zich mateloos kunnen verrijken, zo stelt de auteur vast.

De meest beklijvende bladzijden gaan over de ondergang van de Romanovs in de Russische Revolutie en de dood van de hele tsarenfamilie voor een communistisch vuurpeloton. De Romanovs zijn geschiedenis, maar blijven een voorbeeld voor alle autocraten in de regio. (EDS)

Simon Sebag Montefiore, *De Romanovs*, Nieuw Amsterdam, Amsterdam, 2016, 880 blz., 49,99 euro, ISBN 978 90 4682 042 1.