

HREIÐAR INGI ÞORSTEINSSON

# LJÓÐ OG SKUGGAR

fyrir blandaðar raddir

## LJÓS OG SKUGGAR

Löngum þegar að mér sækir sorg og fár,  
sólin hverfur, himininn er kólgugrár,  
innst í mínu hjarta býr þá vonin bjarta,  
blessun Guðs mun einlægt sefa harm og þerra tár.

Stundum þegar allt svo gott og gjöfult er,  
glaða söngva raula ég og skemmti mér.  
Innst í vitund minni er þá sem ég finni  
yl og birtu er streymir til mín, góði Guð frá þér.

Einatt munu ljós og skuggar skiptast á,  
skærir geislar sólar flökta til og frá.  
Allt þó brotni niður blessun Guðs mig styður.  
Brátt skín sól og aftur verður lífið bjart að sjá.

Iðunn Steinsdóttir (f.1940)

## LIGHT AND SHADOWS

When I am visited by sorrow and disease,  
the sun vanishes, the heaven is dark grey,  
deep in my heart, the bright hope resides,  
God's blessing will solemnly calm sorrows and dry tears.

Sometimes when everything is good and fruitful,  
I sing happy songs and have fun.  
Deep in my consciousness I sense  
the warmth and light flowing to me from you God.

The light and the shadows will always take turns,  
the bright rays of the sun flicker.  
When everything breaks, the blessing of God supports me.  
Again, the sun will shine and make life bright anew.

tr. Egill Árni Pálsson

## HREIÐAR INGI ÞORSTEINSSON

HREIÐAR INGI ÞORSTEINSSON (f.1978) lauk tónmenntakennaraprófi frá Tónlistarskólanum í Reykjavík árið 2001 og bakkalárnámi í tónsmíðum frá Listaháskóla Íslands árið 2007. Ári síðar lauk hann burtfararprófi í söng frá Söngskólanum í Reykjavík. Erlendis stundaði hann framhaldsnám í tónsmíðum og kórstjórn, fyrst við háskólann í Jyväskylä, Finnlandi og síðan í Eistlandi, þar sem hann lauk meistaranámi í tónsmíðum frá Eistnesku tónlistarakademíunni í Tallinn, útskrifaðist þaðan með láði árið 2011. Hreiðar Ingi er stofnandi kóranna Ægisifjar og Kammerkórsins Huldur og hefur verið stjórnandi Kórs Menntaskólans við Hamrahlíð síðan árið 2017.



HREIÐAR INGI THORSTEINSSON (b.1978) graduated from the department of musical education at the Reykjavík College of Music in 2001 and obtained his bachelor's degree in composition from the Iceland Academy of the Arts in 2007. In 2008 he completed a final examination in vocal studies from The Reykjavík Academy of Singing and Vocal Arts and the following year he completed two postgraduate diplomas, in composition and in choral conducting, from JAMK University of Applied Science in Jyväskylä, Finland. Thorsteinsson then sought further education in Estonia, at the Estonian Academy of Music and Theatre, where he completed his master's degree in composition with distinction in 2011. He founded the choirs Ægisif in 2016 and Huldur Chamber Choir in 2021 and has been the conductor of The Choir of Hamrahlíð College since 2017.

To purchase sheet music by Thorsteinsson please visit:

[www.thorsteinssonpublishing.com](http://www.thorsteinssonpublishing.com)

# LJÓS OG SKUGGAR

SATBB a cappella

HREIÐAR INGI ÞORSTEINSSON

Vivace ♩ = 135

Löng - um þeg - ar að mér sæk - ir sorg og fár,  
Stund - um þeg - ar allt svo gott og gjöf - ult er,  
Ein - att mun - u ljós og skugg - ar skipt - ast á,

sól - in hverf - ur, him - inn - inn er kólg - u grár,  
glæð - a söngv - a raul - a ég og skemmt - i mér,  
skær - ir geisl - ar sól - ar flókt - a til og frá.

innst í mín - u hjart - a býr þó von - in bjart - a,  
Innst í vit - und minn - i er þá sem ég finn - i  
Allt þó brotn - i nið - ur bless - un Guðs mig styð - ur.

Meno mosso

bless - un Guðs mun ein lægtsef - a harm og þerr - a tár.  
yl og birtu' er streym - ir til mín, góð - i Guð frá þér.  
Brátt skín sól og art - ur verð ur líf - ið bjart að sjá. bjart að sjá.

ÍÐUNN STEINSDÓTTIR