

Laulamisen oppimisen mutkitteleva tie

Tapaustutkimus laulamisesta ja eri tyylilajien omaksumisesta

LAHDEN
AMMATTIKORKEAKOULU
Musiikin koulutusohjelma
Musiikkiteatteri
Opinnäytetyö
Kevät 2013
Orvasto Salla-Maria

Lahden ammattikorkeakoulu
Musiikkiteatterin koulutusohjelma

ORVASTO, SALLA-MARIA:

LAULAMISEN OPPIMISEN
MUTKITTELEVA TIE
Tapaustutkimus laulamisesta ja eri
tyylilajien omaksumisesta

Musiikkiteatterin opinnäytetyö, 60 sivua, 3 liitesivua

Kevät 2013

TIIVISTELMÄ

Tutkin opinnäytetyössäni omaa oppimistietäni laulajana alkaen vuodesta 2000 tähän päivään asti.

Laulun oppimistieni sisältää klassisen laulun, musiikkiteatterin ja jazzlaulun opinnot, ja esittelen nämä kolme tyylilajia musiikinäytteiden ja niiden analyysien muodossa tutkimuksen alussa. Oman oppimistieni ohella tutkin musiikin ontologiaa, musiikkipsykologiaa, oppimisteorioita sekä syitä kutsumukseeni oppia hallitsemaan eri tyylilajeja. Tutkimuksen tukena käytän mm. Louhivuoren & Saarikallion toimittamaa teosta Musiikkipsykologia sekä Csikszentmihalyin flow-kokemusta esittelevää kirjaa Flow.

Asiasanat: laulaminen, tyylilajit, musikaali, teatterilaulu, klassinen, jazz, oppiminen, flow, musiikkipsykologia, hermeneutiikka

Lahti University of Applied Sciences
Degree Programme in Musical Theatre

ORVASTO, SALLA-MARIA: THE WINDING WAY OF LEARNING
SINGING

A case research in singing and adopting
different genres of music

Bachelor's Thesis in Musical Theatre 60 pages, 3 pages of appendices

Spring 2013

ABSTRACT

I examine in my thesis my own history and way in learning singing beginning since the year 2000 until today.

My history in learning singing includes studies in classical singing, musical theatre and jazz singing, all of which genres I present at the beginning of the thesis in form of musical examples and a musical analysis. Along with my learning history I examine the ontology of music, music psychology, learning theories and the personal reasons behind my wanting to learn to master different genres of music. Among other things I base this research on books Music Psychology by Louhivuori & Saarikallio and Flow by Csikszentmihalyi.

Key words: singing, genres, musical theatre, theatre singing, classical music, jazz music, learning, flow, music psychology, hermeneutics

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	1
2	MUSIIKKI JA MUUSIKKO MINUSSA	4
2.1	Palanen omaelämäkertaa: Miksi laulan? Miksi haluan olla monipuolinen?	4
3	OPPIMISTIENI KOLME ERILAISTA LAULUMUSIIKIN OSA-ALUETTA	7
3.1	Klassinen laulu	7
3.1.1	Dvorak: Laulu kuulle (oopperasta Rusalka). Laulaja: Karita Mattila	8
3.1.2	Hannikainen: Miksi laulat lintuseni. Laulaja: Dilber	8
3.2	Musiikkiteatterilaulu	9
3.2.1	Schwartz: Defying Gravity (musikaalista Wicked). Laulaja: Idina Menzel	10
3.2.2	Brel: Ala vetää vaan. Laulaja: Susanna Haavisto	11
3.3	Jazzlaulu	11
3.3.1	Eaton: I'm Gonna Lock my Heart and Throw Away The Key. Laulaja: Carmen McRae	12
3.3.2	Kvalda: Yökyöpeli. Laulaja: Aili Ikonen	13
4	MUSIIKISTA, MUUSIKKOUESTA, LAULAMISESTA	14
4.1	Mitä ääni on?	14
4.2	Mitä musiikki on?	15
4.2.1	Musiikki ydinminuuden kokemuksena ja identiteetin ilmentäjänä	20
4.2.2	Tyyllilajien erot	22
4.2.3	Musiikki taiteena	23
4.2.4	Muusikkoudesta	23
4.3	Mitä laulaminen on?	24
4.3.1	Laulutekniikoista ja anatomiasta	25
4.3.2	Laulun sanoista sekä niiden ja musiikin yhteydestä näyttelijäntyöhön	26
5	NELJÄ TAPAUSTA: LAULAMISEN OPPIMISEN MUTKITTELEVA TIE	29
5.1	Palanen omaelämäkertaa: kun kokonaisvaltaisuus estyi valinnan pakosta	29
5.1.1	Alexander-tekniikka ja laulu	31

5.2	Palanen omaelämäkertaa - identiteettikriisi kahdesta sanasta: oma ääni	34
5.2.1	Sanojen “oma ääni” filosofista analyysiä	37
5.3	Palanen omaelämäkertaa: Complete Vocal Technique eli kun liika anatomia alkoi häiritä.	39
5.4	Palanen omaelämäkertaa: kun elämän dramaattinen käänne ja jazzmusiikki palauttivat minut musiikin alkulähteille	44
6	OPPIMISESTA	48
6.1	Aivojen toiminnasta	48
6.2	Intuitiosta, uteliaisuudesta ja luovuudesta oppimisen välineinä	49
6.3	Flow-kokemus	50
6.4	Laulun opiskelusta ja hyvästä laulupedagogiikasta	55
6.4.1	Harjoittelusta	56
7	YHTEENVETO	58
	LÄHTEET	61
	LIITE 1	
	LIITE 2	
	LIITE 3	

1 JOHDANTO

Jokainen voi oppia valtavasti enemmän kuin luulee voivansa oppia (Lonka & Saarinen 2000, 100).

Laulunopiskeluani on leimannut aina tunne siitä, että olen menossa kohti jotain hieman kiellettyä tai oudoksuttua. Olen ollut huomaavinani vallalla olevan käsityksen, jonka mukaan monipuolista laullista osaamista ei ole mahdollista saavuttaa, tai vaihtoehtoisesti, että se on mahdollista, mutta siihen ei ole järkeä pyrkiä, vaan mieluummin kannattaisi kiillottaa yksi taito puhtaaksi ja täydelliseksi. Mielestäni on arvostettavaa, jos ja kun näin monet tekevät, mutta huonompi vaihtoehto ei ole pyrkiä myöskään useampien osa-alueiden hallintaan. Oma laullinen oppimistieni on kulkenut erilaisten tyylilajien omakohtaisen tutkimisen, opiskelun ja kokemisen läpi, ja tahdon jakaa sen ilmiöt niille, joita useiden tyylilajien oppiminen laulussa kiinnostaa.

Lonka ja Saarinen kirjoittavat, että kiinnostavimmat asiat tapahtuvat tieteiden rajapinnalla. Heidän mukaansa ei ole viisasta lokeroida erilleen eri tiedon alueita, sillä kiinnostavimmat ongelmat ovat niin monimutkaisia, ettei niitä voida ratkaista yhden tiedon instituution sisällä. He toteavat, että mitä erikoistuneempi joku henkilö on, sitä enemmän on asioita, joita tämän henkilö on päättänyt olla oppimatta. He korostavat tieteiden rajapinnalla tapahtuvien ilmiöiden ymmärtämiseen tarvittavan kykyä yhdistää asioita toisiinsa sekä yleiskatsauksellisuutta, yleislinjojen tajua. (Lonka & Saarinen 2000, 102–105.)

Otan tässä tutkimuksessani Longan ja Saarisen haasteen vastaan ja pyrin selvittämään, mitä eri tyylilajien omaksuminen vaatii ja mitä ilmiöitä tuo oppiminen sisältää. Samalla uskon löytäväni vastauksia kysymykseen siitä, mitä kaikkea laulajuus itse asiassa on.

Tutkimukseni on tapaustutkimus, ja menetelmäni on hermeneuttinen. Pyrin siis laajentamaan ja syventämään jo valmiina olevaa tietoa, ja tapaustutkimuksen materiaalinani on oma oppimistieni, pääasiassa lauluopintoni viimeisten lähes kolmentoista vuoden ajalta. Laulunopintoni jaottuvat selkeästi kolmeen osa-alueeseen: klassinen laulu vuosina 2000–2008, musiikkiteatteri vuosina 2008–2012 ja jazzmusiikki alkaen vuodesta 2011 tähän päivään asti. Lisäksi

taustoitakseni tiettyjä tapahtumia nostan esiin aiempaa menneisyyttäni. Konkreettisenä materiaalinani tapaustutkimuksessa ovat olleet lukuisat oppimispäiväkirjani, joita olen kirjoittanut klassisen laulun opintojeni alusta alkaen, ja joita olen tätä tutkimustyötä varten analysoinut. Käytän apunani myös musiikkinäytteitä, joita analysoin lähinnä laulajan kannalta ja joiden avulla pyrin tuomaan esiin äänen monimuotoisuuden ja sen kiehtovat mahdollisuudet. Analysoitavien musiikkinäytteiden kappaleet ovat yhtä poikkeusta lukuunottamatta kaikki sellaisia, joita myös itse olen valmistanut ohjelmistoon laulunopettajien kanssa. Itse näytteet ja lista niistä ovat tutkimuksen liitteenä. Muuna materiaalinani on esitystaiteisiin, musiikkipsykologiaan, oppimiseen ja filosofiaan liittyvä kirjallisuus.

Hermeneuttinen filosofia perustuu näkemykseen, jonka mukaan ihmisen ymmärrys ei ala koskaan tyhjästä, vaan sillä on aina kulttuurinen pohja, niin sanottu esiymmärrys. Tämä esiymmärrys sävyttää kaikkea todellisuuden ymmärtämistä, ja kun ihminen saa uutta tietoa, se sulautuu tähän esiymmärrykseen ja laajentaa esiymmärrystä entisestään. Ymmärryksen syventyminen ja laajeneminen tapahtuu tällä tavoin niin sanotun hermeneuttisen kehän avulla. (Mattila & Nyysönen 2001, 67.)

Hermeneuttinen tutkimustapa sopii laulunopiskelua koskevaan tutkimukseen hyvin, sillä oppiminen tapahtuu aina hermeneuttisen kehän muodossa. Yhdistämällä hermeneutiikan tapaustutkimukseen pystyn tuomaan esille, miten tämä hermeneuttinen kehä on omalla kohdallani muodostunut, ja samalla laajentamaan ymmärrystäni tähänastisen tietoni pohjalta. Uskon tapaustutkimukseni avaavan oivalluksia myös muiden laulunopiskelijoiden oppimisteiden ilmiöihin. Tapaustutkimus kiehtoo minua myös siksi, että laulamminen on aina kokemuksellinen tapahtuma, eikä laulun oppimiskokemusta voi eritellä kukaan muu kuin laulaja itse.

Tässä opinnäytetyössä keskustelevat siis minä, tähänastinen oppimiskokemukseni sekä kirjallisuus oppimisesta, laulamisesta, musiikista, psykologiasta ja filosofiasta. Pyrin peilaamaan tähänastista oppimistietäni ja musiikillisia kokemuksiani mahdollisimman monesta suunnasta, kuitenkin pyrkien jättämään lauluelimistön anatomiset seikat vain olennaisimpiin huomioihin.

Äänentuottoelimistön anatomiasta on jo olemassa valtava määrä kirjallisuutta ja vahvaa osaamista eri puhe- ja laulutekniikoiden opettajilla. Vaikka eri tyyllilajien omaksuminen vaatii myös eri tekniikoiden omaksumista, laulun anatomia on niin laaja ja hienojakoinen alue, että koin tutkimuskysymyksiäni kannalta hyödyllisemmäksi esitellä anatomian vain karkeasti.

Tekstini vaihtelee asiatekstistä omaelämäkertateksteihin. Pyrin täten tuomaan esille eron teorian ja käytännön välillä, toisin sanoen ilmentämään sitä, miten oppijalla on aina jokin henkilökohtainen tausta ja persoonallisuus, jonka pohjalle hän uutta informaatiota kerää ja omaksuu.

Toivon tutkimukseni avaavan ikkunoita uusiin oivalluksiin laulamisen ja musiikin tekemisen oppimisen ilmiöstä. Itselleni uskon sen antavan uusia reittejä jatkuvaan itsen kehittämiseen, oman itsen opettajana olemiseen ja luovuuden käyttöön esiintyvänä muusikkona. Uskon sen myös selventävän itselleni kokonaisvaltaisesti omaa oppimistietäni, joka on ollut melko mutkikas.

2 MUSIIKKI JA MUUSIKKO MINUSSA

Luon tässä luvussa pohjan tutkimukselleni. Esitän oman kokemuksen musiikista ja haen syytä laulamiseeni ja monipuolisen osaamisen tarpeelleni.

2.1 Palanen omaelämäkertaa: Miksi laulan? Miksi haluan olla monipuolinen?

*En tiedä miksi laulaa lintunen
ja miksi jyrjääpi ukkonen,
vaan itse tiedän siksi laulavani,
kun sävelehet soivat rinnassani.*

*Jo tiedän miksi laulaa lintuset:
kun heissäkin soi kevättoivehet,
ja ukonjyrinässä vuorostansa
taas luonto purkaa sydäntuskiansa.*

*Niin mielessäni vaihtuu tuntehet,
kuin taivaan tähdet, meren aaltoset,
ne säveliä luovat rintahani:
ja siksi juuri tiedän laulavani!*

*(”Miksi laulan”, san. J. H. Erkko, säv. Oskar Merikanto op. 20
no 2, 1891.)*

Musiikki on minussa vahvasti sisällä. Se on niin iso osa persoonaani, että ilman sitä olisin täysin toinen ihminen. Oivallan asioita musiikin kautta ja elän paljon kuuloaistin ja abstraktien ilmiöiden maailmassa. Olen saanut musiikillisen kasvatuksen, koska olen ollut musiikista ja äänistä lapsesta asti kiinnostunut. Minua ei ole milloinkaan pakotettu musiikin maailmaan, harjoittelemaan kylläkin; kuten jokaisella lapsella ja teini-ikäisellä, minullakin oli paljon muitakin kiinnostuksen kohteita, ja kallis harrastus välillä jäi tärkeysjärjestyksessä vähintäänkin kakkoseksi. Jostain syystä en kuitenkaan koskaan ole kyseenalaistanut muusikkoutta osana identiteettiäni, vaan se on ollut minulle itsestäänselvyys.

Minulle laulaminen on ollut aina jonkinlaista maailmaan täydemmin osallistumista, sillä siinä instrumenttina olen minä, ja ääni, musiikin osa, kulkee minusta, minun lävitseni. Laulamalla pääsen johonkin sellaiseen tietoisuuden tilaan, jossa aistin joka hetken, äänen ja rytmin, samoin kuin jokaisen elävän olennon ja elottoman objektin, lävistämässä aikaa ja tilaa. Ajantaju ikään kuin

katoaa, tai aika muuttuu muovailtavaksi aineeksi, joka muotoutuu äänen mukana. Minua kiehtoo myös ihmisäänen joustavuus, sen mahdollisuudet muovautua ympäristön mukaan mitä erilaisempiin tarkoituksiin ja soundeihin.

Huomaan usein omaksikin yllätyksekseni, kuinka visuaalinen tai symbolinen oma musiikkikokemukseni aina on: näen musiikin väreinä, maisemina, tapahtumina, liikkuvina abstrakteina kuvina tai eräänlaisena nuottikuvana. Ymmärrän, etteivät kaikki koe musiikkia samalla tavalla, ja oletankin niin, sillä uskon, että jokaisen oma katsanto musiikkiin riippuu sekä omasta musiikillisesta että muusta taiteellisesta, koulutuksellisesta ja elämäkokemuksellisesta taustasta. Minun kohdallani musiikin visuaaliseen kokemukseen vaikuttanee kiinnostukseni myös kuvataiteeseen ja äidiltäni perimäni esteettinen silmä. Pohdiskelevan ja filosofisen näkökulmani musiikkiin lienen taas perinyt isältäni, jonka kanssa olen lapsesta asti analysoinut maailmaa ja sen ilmiöitä. Lisäksi olen omaksunut tapaa ymmärtää musiikkia musiikinopettajiltani, erityisesti viimeiseltä sellonsoitonopettajaltani, joka opetti minua kymmenen vuotta, ja ensimmäiseltä klassisen laulun opettajaltani, joka näki laulussa paljon samaa kuin sellonsoitossa ja joka osasi soveltaa aiempaa osaamistani minulle uuteen asiaan. Lukion musiikinopettajani taas kannusti oppilaitaan monipuoliseen itsensä ilmaisuun ja opetuksellaan korosti kaikkien musiikkityylien tasa-arvoa ja musiikin rikkauden hienoutta, mikä on herättänyt uteliaisuuteni myös muita kuin klassista musiikinlajeja kohtaan.

Olen aina ollut luonteeltani äärimmäisen utelias, herkkä ja helposti innostuva. Samoin olen ollut aina oman tieni kulkija. Kun kaverit huudattivat radiosta listahittejä, minä kuuntelin klassista musiikkia, musikaaleja, kuunnelmia, swingiä ja teatterilauluja. Muistan klassisen laulun opiskelun aikoina joskus ikävöineeni radion helppoa ja rentoa musiikkia, mutta uteliaisuuksissani en malttanut jättää kirjastosta lainaamiani levyjä kuuntelematta, etenkin kun ne tarjosivat aivoille niin mielenkiintoisia haasteita. Ajatukseni kulkivat (ja kulkevat edelleen) suunnilleen seuraavanlaisia ratoja pitkin: *Miten toi sävelkulku menee, miten se lauletaan? Miten se säveltäjä ton tekee, miten se siirtyy tosta soinnusta tohon sointuun, ja mikä toi sointu on jonka kautta se kulkee? Mun on pakko saada tää tajuttua että voin hyräillä tätä kappaletta, kun tää on niin koukuttava. Miten toi laulaja tekee ton äänen? Mäkin haluan osata tehdä tuollaisen äänen. Miltähän siitä tuntuu kun se laulaa ton? Miten se on saanut tähän tollasen tunnelman? Miten se pääsee*

noin korkealle? Miten se saa sen korkean äänen kuulostamaan juuri tuollaiselta? Miten toi tunne kuuluu tuolta noin hyvin läpi? Miksi toi laulaja kuulostaa niin kolkolta? Miksi toi taas ei? Miksi mä pidän tästä laulajasta enemmän kuin tosta toisesta? Mitä se tekee toisin?

Uskon juuri uteliaisuuteni ja innostuvaisuuteni vieneen minua eniten uusia tyyllilajeja kohti ja tehneen minusta musiikinhimossani kyltymättömän. Miksi tyytyä vain yhteen musiikinlajiin, kun voi omaksua monia? Musiikki ei ole parisuhde. Musiikki sallii uskollisuuden ja rakkauden monelle tyyllilajille yhtä aikaa eikä loukkaannu siitä, jos jokin tyyllilaji jossain vaiheessa jää vähemmälle huomiolle.

3 OPPIMISTIENI KOLME ERILAISTA LAULUMUSIIKIN OSA-ALUETTA

Esittelen tässä luvussa laulun oppimistieni kolme erilaista osa-aluetta näyttekappaleiden ja niiden analysoinnin keinoin. Pyrin valikoimillani esimerkkikappaleilla tuomaan esiin mahdollisimman laajasti näiden osa-alueiden tyypillisiä piirteitä ja lauluäänellä tehtävän musiikin rikkauden mahdollisuuksia. Kerron myös jokaisen osa-alueen kohdalla lyhyesti sen taustoista sekä omista lähtökohdistani ja kokemuksistani sen opiskelussa. Kappaleet löytyvät liitteenä olevalta cd-levyltä (Liite 1).

3.1 Klassinen laulu

Klassisen laulun historia yltää vuosisatojen taakse, ja sen tekniikka perustuu länsimaisen taidemusiikin esteettisten pyrkimysten lisäksi siihen, miten ääni saadaan kuulumaan orkesterin yli akustisesti. Nykyäänkin, vaikka äänentoistolaitteet ovat kehittyneitä, klassinen laulu pyritään aina esittämään ilman äänentoistoa. Vain ulkoilmakonserteissa ja suurissa halleissa käytetään mikrofoneja saattamaan ääni tarpeeksi kantavasti kuuluviin. Laulutekniikka perustuu päärekisteriin, minkä kautta ääneen saadaan klassiselle laululle tyypillinen ”kiilto”, johon liittyy myös siinä koko ajan vapaana soiva vibrato. Kappaleet esitetään aina alkuperäisessä sävellajissaan, mikä asettaa tietyt vaatimukset laulajan äänialalle ja äänityypille. Klassisessa laulussa puhutaankin *äänifakeista*, jotka rajaavat laulajalle sopivan ohjelmiston hänen äänityypinsä mukaan. Lisäksi on huomionarvoista, että klassisessa musiikissa rytmiiikka ja melodia pitäytyvät aina vahvasti kirjoitetussa nuottikuvassa.

Vahvin lähtökohtani klassiseen musiikkiin nousee yhdeksänvuotiaana aloittamistani sellonsoiton opinnoista, joiden kautta olen oppinut klassisen musiikin sisäisen estetiikan ja tavan tuoda se kuuluviin. Kiinnostuin klassisesta laulusta vasta opiskeltuani sitä jonkin aikaa. Sitä ennen ooppera oli mielestäni tylsää pönöttämistä ja liedit yläluokkaista taidetta, jota suuri yleisö ei kuitenkaan ymmärtäisi. Klassisen laulun opintoni ovat kuitenkin olleet täynnä oivallusta ja sellonsoiton ja näyttelijäntyön sovellusta oppimiseen. Se on perustunut minulla eri elementtien yhdistelyyn mielessä ja mielikuvien kautta teknisten asioiden oppimiseen tunneilla, sekä harjoitteluun, jossa hengaan musiikin kanssa, en

niinkään pyri alistamaan sitä omien taitojeni sisään. Klassisen laulun oppimisen suhteen mieleeni on jäänyt erityisesti opintojeni aikoina useamman kerran eri lähteistä kuulemani toteama, että kestää keskimäärin seitsemän vuotta, ennen kuin lauluääni kehittyy kypsäksi.

3.1.1 Dvorak: Laulu kuulle (oopperasta Rusalka). Laulaja: Karita Mattila

Valitsin tämän kappaleen edustamaan oopperaa ja klassiseen lauluun liittyvää vierailta kielillä laulamista. Keskeinen ohjelmisto on usein saksan-, italian-, espanjan-, ranskan-, englannin- tai venäjänkielistä, sekä ainakin Pohjoismaissa laulukielinä ovat usein myös suomi, ruotsi ja norja. Lauluja esitetään tuskin koskaan käänöksinä. Tämä vaatii näiden jokaisen kielen fonetiikan osaamista sekä valmiudet ainakin auttavaan käännöstyöhön. Esimerkkikappaleessa esityskieli on tshekki.

Tyyliä ominaisesti laulussa vokaalit ovat melko takaiset, ja ääni resonoi vahvasti pään alueella. Musiikillisesti laulussa korostuvat legatolinjat sekä myös laulun sisältämä tarina, jossa vedenneito Rusalka toivoo itselleen ihmisen hahmoa ja sielua, jotta järvessä hetki sitten uinut nuori prinssi rakastuisi häneen (Batta 2001, 136). Laulajan ääni ikään kuin kelluu ilmassaan päällä ja siitä kuuluvat läpi tunteet, joita korostavat dynamiikka ja pienet nyanssierot. Sävellyksessä ja orkestrointiin tukevat tarinaa ja sen tunnesisältöjä.

3.1.2 Hannikainen: Miksi laulat lintuseni. Laulaja: Dilber

Kyseessä on suomalaisen kansanlaulun inspiroima lied, yksinlaulu, jossa taituroidaan koloratuuriäänillä ja -kuvioilla. Kappale on pääasiassa vokaliisimainen, ja se kuvaa laulavaa lintua metsässä. Luontoaiheet ovatkin klassisessa musiikissa yleisiä inspiraation lähteitä. Koloratuurilauluja on sävelletty pääosin hyvin korkeille sopraanoäänille, ja ne vaativat lisäksi omanlaisensa tekniikan, jossa ääni on kannattajalleen, eli laulajalle, kevyt ja helposti liikuteltava. Matalaäänisemmillekin naisille on sävelletty koloratuurimusiikkia, näin on tehnyt muun muassa Vivaldi.

Itselleni juuri tällä sävellyksellä on ollut ratkaiseva asema klassisen laulun opinnoissa, sillä koloratuurilaulu on ollut minulle alusta asti helppoa, minkä uskon liittyvän minulle luonnostaan tehokkaaseen pallean käyttöön sekä myös opettajani opettamaan bel canto -tekniikkaan, jolla alusta alkaen haettiin juuri keveyden tuntua. Tämän laulun kautta olen päässyt kiinni klassisen äänenmuodostuksen kvaliteettiin ja siihen, miltä se tuntuu. Samoin tämän kappaleen myötä olen saanut paljon onnistumisen kokemuksia niin harjoitellessa, tunneilla kuin laulua esittäessäni.

3.2 Musiikkiteatterilaulu

Musiikkiteatterilaulun olennaisin elementti on sen esitysympäristössä: kyseessä on musiikki, joka kuuluu ensisijaisesti teatteriin, näyttelijän laulettavaksi. Siten se vaatii omat, myös ei-musiikilliset, taitonsa, kuten näyttelijäntyöllisen lähestymistavan osaamisen. Tyyllilajillisesti musiikkiteatterimusiikin kirjo on hyvin monipuolinen rockista poppiin ja iskelmään, chansonista musikaalilauluihin sekä etno- ja jazzvaikutteiseen musiikkiin. Laulajat saattavat myös tanssia laulaessaan, joten keskittymispisteitä musiikin lisäksi ovat näyteltävän hahmon kertoma tarina sekä liike. Ääntä voidaan käyttää todella monella tavalla, ja eri karakterit saattavat laulaa hyvin hassuillakin äänillä. Pääasiassa kuitenkin tässä tyyllilajissa käytetään rintaääntä ja miksattua ääntä, kun taas pää-äänen käyttö jää vähemmälle edustaen yleensä joko vanhempaa musikaalia, kuten My Fair Lady'n Eliza, nuorta ja viatonta hahmoa, kuten Sweeney Toddin Johanna, tai luoden karakteriä hassusta oopperadiivasta, kuten Oopperan kummituksen primadonna Carlotta Giudicelli.

Kiinnostuin musiikkiteatterista nähtyäni kahdeksanvuotiaana Jukka Linkolan säveltämän Peter Panin Turun kaupunginteatterissa, sekä pian sen jälkeen klassikkoelokuvan The Sound of Music. Musiikkiteatterissa minua kiehtoo sen yhteys näyttelijäntyöhön, tässä ja nyt fyysisesti näkyväksi tehtävään tarinaan. Opiskelemaan alaa minut vei lisäksi kiinnostus draamaa, puhelaulua ja ”kevyen musiikin” tyyllilajeja kohtaan. Oma kokemukseni musiikkiteatterista ja sen opiskelusta on, että musiikkiteatteri on näistä kolmesta esittelemästäni osa-alueesta suorituskeskeisin, sillä hallittavia taitoja on todella paljon ja hyvin eri

suunnilla. Minulle musiikkiteatterin opiskelu oli uusien tyyllilajien ja laulutekniikoiden kanssa kovaa puurtamista, turhautuneisuutta oman tanssitaidon riittämättömyyden kanssa sekä keskittymiskyvyn liian moneen suuntaan jakaantumisen ja alan kilpailuhenkisyiden kanssa taistelua. Silti nautin ammatistani, joka on sosiaalista, jossa tapaa paljon uusia ihmisiä ja pääsee leikkimään sekä tutkimaan ihmisen mieltä ja sen ilmenemisen muotoja.

3.2.1 Schwartz: Defying Gravity (musikaalista Wicked). Laulaja: Idina Menzel

Esimerkkikappale edustaa uudempaa musikaalia, joka perustuu usein poplaulutekniikkaan ja belttaukseen. Tekniikka on vaativa, ja sitä opetetaan Suomessa tällä hetkellä vielä todella vähän, lähinnä ulkomailta tänne järjestettävien kurssien muodossa sekä muutamien opettajien omaan kokemukseen ja aiemmin opittujen tekniikkojen yhdistelyyn perustuvalta pohjalta. Nykymusikaalien kasvanut suosio toivottavasti saa Suomessakin tämän tekniikan arvostuksen vielä kasvamaan tuoden siten meille lisää musikaalilaulamisen osaamista myös pedagogien taholta. Myös musikaaleissa noudatetaan yleensä alkuperäisiä sävellajeja, mikä luo tiettyjä vaatimuksia laulajalle äänialan, tekniikan ja äänenväriin osalta.

Esimerkkikappaleessa on vahvasti synkopoitu rytmi, mikä vaatii tarkkaa korvaa. Laulajat noudattavat melko tarkkaan kirjoitettua nuottikuvaa, muunnellen rytmiä ja melodiaa lähinnä luodakseen sanoille luontevuutta ja välillä korostaakseen jotakin yksittäistä lausetta. Muuntelu on kuitenkin yleensä etukäteen sovittua ja hyvin kurinalaista, eli jokaisessa esityksessä muuntelu on suunnilleen samanlainen. Tarina ja hahmon ajatukset ovat laulussa tärkeitä ja kulkevat käsi kädessä sävelletyn musiikin kanssa. Tarina kulkee eteenpäin laulun aikana, ja laululla on juonen kannalta tärkeä osa suuren käänteen tekijänä. Esiintyjän pitää yhdistää lauluun saumattomasti siis myös näyttelijäntyö ja lavalla tapahtuva toiminta.

3.2.2 Brel: Ala vetää vaan. Laulaja: Susanna Haavisto

Tämä kappale on omasta mielestäni yksi teatterilaulujen kauneimmista. Teatterilauluissa on paljon singer-songwriter-kulttuuria, ja säveltäjä on usein mukana teoksen alkuperäisesityksissä joko laulajana tai osana bändiä. Tämän kappaleen säveltäjä esitti laulua aikanaan paljon itse. Esimerkkikappale on käännös alun perin ranskankielisestä sanoituksesta, ja vaikka käännös ei suoraan toista alkuperäisen sanoituksen sisältöä, ja vaikka merkitysisältö ”älä jätä minua” on muuttunut suomalaisemmaksi, käänteismerkitykselliseksi lausahdukseksi ”ala vetää vaan”, laulun sanoma on istutettu kauniilla tavalla suomalaiseen kulttuuriin. Kääntäjän työ korostuu teatterimusiikissa, sillä sanat ovat tarinoiden kertomisen kannalta todella suuressa asemassa, ja laulu muuntautuu usein monologin kaltaiseksi.

Kappaleen esitys perustuu paljolti puherytmiseen ja -tekniseenkin lauluun, joka kommunikoi pianon kanssa. Kappaleessa on joustavat tempo ja rytmi, jotka alistuvat sanoille. Laulaja on sisällä tarinassa tasapainotellen ja liikkuen hienosti musiikin ja tarinankerronnan jännitteiden välillä kommunikoiden myös pianistin soittaman musiikin kanssa, mistä syntyy hyvin vahvatunnelmainen, jännitteinen ja silti hyvin yksinkertaisella tavalla kaunis kudos.

3.3 Jazzlaulu

Jazzmusiikki perustuu afroamerikkalaiseen kulttuuriin, ja sen suurin ero muihin kahteen esittelemääni musiikinlajiin nähden on siihen olennaisena osana kuuluva improvisointi ja sen myötä muusikoiden saumattoman yhteistyön tärkeys. Jazzissa solistikin kommunikoi koko ajan muun yhtyeen kanssa, ottaa vastaan impulsseja, tarjoaa ja kehittää niitä. Keskittymispiste on ensisijaisesti musiikissa, ja sanat tulevat vasta sitten, vaikka niiden olemassaoloa ja tarinaa ei voikaan ohittaa.

Suurelle yleisölle Suomessa jazzmusiikki on melko vieras musiikinlaji, ja esimerkiksi nykyään jazzstandardeiksi muodostuneita kappaleita, kuten I Got Rhythm (Gershwin), Misty (Garner) tai My Funny Valentine (Rodgers), pidetään jazzina, esitettiin ne miten vain. Käsitys on kuitenkin hieman virheellinen, sillä jazzmuusikot korostavat standardin muuttumista jazziksi vasta, kun sen esittäjät

käyttävät jazzin perustaitoja, eli muuntelevat melodioita, rytmejä ja sointukulkuja, toisin sanoen ”uudelleensäveltävät” kappaletta improvisoiden vanhan pohjalta. Valmiiksi orkestroitu tai muuten suoraan nuotista esitetty musiikki on siis populaarimusiikkia, klassista, tai jotain muuta musiikinlajia, jota ei välttämättä tarvitse edes osata nimetä. Jazzmusiikin vieraus Suomessa suurelle yleisölle liittyy sen epäkaupallisuuteen, jonka takia sitä ei soiteta erityisemmin radioissa tai käytetä muutenkaan valtamedioiden musiikkina. Ihmiset eivät ole tottuneet jazzmusiikkiin, sen rakenteisiin ja käytäntöihin, jotka poikkeavat jonkin verran klassisesta ja populaarimusiikista. (Henkilökohtainen tiedonanto. Mikkola, Paakki, Simanainen 2011–2013.)

Omalla oppimistielläni jazz on ollut raikas musiikillisen ilon henkäys klassisen laulun ja musiikkiteatterin opintojen jälkeen. Se yhdistää rakkauteni improvisaatioon ja musiikkiin teorioineen kaikkineen. Musiikkiteatteriopinnoissa näyttelijäntyöllinen improvisointi oli minulle välillä todella vaikeaa, mutta musiikissa rakastan sitä. Mitä enemmän opin jazzmusiikin teoriaa, säveltäpailua, historiaa ja käytäntöjä, sitä monipuolisemmin osaan improvisoida. Kiinnostukseni jazzmusiikkiin juontaa juurensa jo lapsuudesta, jolloin kuuntelin paljon Jukka Linkolan ja Heikki Sarmannon musiikkia, jotka on hyvin fuusiojazz-vaikutteisia ja joiden harmonioissa, melodioissa ja rytmeissä oli minusta jo silloin jotain kiehtovaa ja hyvällä tavalla haasteellista. Muistan myös eräässä lapsuuteni lempianimaatioelokuvassa olleen taustamusikkina modaalista jazzia. Jazzlaulutuntini ovat olleet minulle jotain niin syvälle osuvaa, että joka kerta laulutunnilta kotiin matkatessani oloni on ollut äärimmäisen onnellinen, suorastaan euforinen.

3.3.1 Eaton: I’m Gonna Lock my Heart and Throw Away The Key.

Laulaja: Carmen McRae

Laulaja on vahvasti sisällä yhteisessä rytmissä ja tasa-arvoisena osana yhtyettä muiden soittajien kanssa. Rytmisen käsky on vahvasti synkopoitu ja improvisoitu, ja se keskustelee muun musiikin kanssa. Kappaleessa kuuluu jazzmusiikille tyypillinen kolmimuunteisuus. Laulajan ääni on jazzille ominaisesti hieman kehräävä, ja vibrato on ainoastaan tehokeino. Laulun ambitus kulkee pääosin

yksiviivaisen oktaavin lähettyvillä tai sen alapuolella, mikä on myös yleistä jazzlaulussa, ja millä luultavasti korostetaan laulun instrumentaalisuutta ja tasarvoista osuutta yhtyeessä. Korkeitakin ääniä voi esimerkiksi scat-laulussa käyttää, mutta perinteiselle jazzille ominaista ei ole äänenkäytön taitavuuden ja joustavuuden esittely, vaan pääosan saavat muut musiikilliset asiat, kuten musiikillisilla jännitteillä, melodian, harmonian ja rytmin muunteluilla pelaaminen ja musiikin groove.

Esimerkkikappaleessa on perinteinen jazzkappaleille tyypillinen esitysrakenne: ensin esitellään kappale vain vähän muunnellussa muodossa, ja sen jälkeen sitä muunnellaan sooloissa improvisoiden, käyttäen hyväksi harmonia- ja rytmipohjaa, eri sointuihin perustuvia skaaloja ja muunnesäveliä, sointukorvauksia sekä fraasien venyttelemistä ja katkomista tahtiviivojen ja taukojen yli. Näissä sooloissa alkuperäinen kappale saattaa kadota jopa täysin tunnistamattomaksi. Lopuksi kappale esitetään vielä kerran uudenaikaisessa, solistin teemaa paljon muuntelemassa muodossa kuitenkin niin, että alkuperäinen kappale kuuluu muuntelun läpi.

3.3.2 Kvalda: Yökyöpeli. Laulaja: Aili Ikonen

Tämä on esimerkkikappaleista se, joka ei kuulu omaan ohjelmistooni. Kappaleen esittää jazzyhtye Kvalda, ja se edustaa suomalaista nykyjazzia. Halusin tuoda kuultavaksi myös tällaisen tavan käyttää ihmisääntä osana musiikkia, ja osoittaa samalla jazzin monet mahdollisuudet. Tässä kappaleessa on kuultavissa laulajan tausta kansanmusiikin parissa. Laulu on yhtyeessä hyvin instrumentaalisessa asemassa ja välillä vain kommentoi ja tukee taustalla muita soittajia. Kappaleessa kuuluu myös hyvin soittajien saumaton musiikillinen yhteistyö ja improvisoinnin vaatima kuuntelemisen herkkyyks. Musiikki ei perustu vain melodioille tai harmonian muutoksille vaan hyvin paljon rytmiselle kudelmalle, ja siitä kuuluvat inspiraationlähteenä olevat vahvatunnelmaiset mielikuvat. Laulajan ääni on hyvin luonnollinen, kehräävä, hieman huilumaisesti soiva ja kuulas, mitä hän käyttää tunnelman luonnissa hienosti hyväksi. Äänestä kuultavat läpi herkätkin sävyt.

4 MUSIIKISTA, MUUSIKKOUESTA, LAULAMISESTA

Tässä luvussa tutkin kirjallisuuden avulla, mitä muusikkous ja laulajuus ovat, ja mitä ilmiöitä musiikki ja laulaminen itse asiassa sisältävät. Pyrin tällä tavalla pääsemään kiinni muusikkona ja laulajana olemisen ytimeen, oli kyse mistä tyyli- ja laajista tahansa. Tuon esille niitä tapahtumia ja ilmiöitä, jotka ovat läsnä tai vaikuttavat muusikkoon ja kuulijaan aina musiikkia tehdessä.

4.1 Mitä ääni on?

Musiikki vaatii tapahtuakseen ilmiön nimeltä ääni. Joutsenvirta (2005) määrittelee äänen seuraavasti:

Ääneksi tajutaan sellainen mekaaninen värähtely, jonka värähtelytiheys on (ihmiskorvan) kuuloalueella. Ilmassa (tai muussa väliaineessa) etenevä värähtely synnyttää paineenvaihteluita, jotka korva aistii äänenä silloin kun värähtely saa tärykalvon liikkumaan. Jos paineenvaihtelut ovat hyvin epäsäännöllisiä, syntyvä ääni voi olla häly tai esim. kohinaa. Jaksolliset paineenvaihtelut tuottavat sen sijaan havaittavia sävelkorkeuksia.

Ääniaallot etenevät ilmassa pitkittäisinä ääniaaltoina n. 340 metriä sekunnissa. Nopeus riippuu mm. lämpötilasta. Ääni muodostaa edetessään tihentymiä ja harventumia. Äänen voimakkuus riippuu näiden välisistä paine-eroista. (Sibelius-Akatemia > Opi verkossa > Akustiikan perusteet, 8.3.2013.)

Sävelkorkeuden muodostuminen tapahtuu, kun äänipaineen vaihteluja on aikajaksoa kohti yli tietyn rajan (n. 16–20 vaihtelua sekunnissa) ja vaihteluiden erottaminen erillisinä alkaa vaikeutua. Sävelkorkeus nousee taajuuden kasvaessa, mutta taajuuden ollessa 10 000 kertaa sekunnissa ihmiskorva aistii sen enää vain korkeana vinkunana hahmottamatta sävelkorkeutta. (Sibelius-Akatemia > Opi verkossa > Akustiikan perusteet, 8.3.2013.) Ääni on siis mekaanista värähtelyä, joka tietyn taajuuden sisällä on ihmiskorvan kuultavissa. Yleensä ihmisen kuuloalueeksi määritellään 20 Hz – 20 000 Hz. (Sibelius-Akatemia > Opi verkossa > Akustiikan perusteet, 8.3.2013.)

Yhdysvaltalainen neurotieteilijä, aivojen ja musiikin tutkija D. J. Levitin nostaa esille mielenkiintoisen seikan sävelkorkeudesta psykologisenä ilmiönä:

Sävelkorkeus on mielen tapahtumaketjun lopputuote, joka synnyttää täysin subjektiivisen, sisäisen mielen esityksen tai laadun. Itse ääniaalloilla ei ole sävelkorkeutta. Ne ovat vain ilman molekyylijä, jotka värähtelevät eri taajuuksilla. Niiden liike ja värähtelyt voidaan mitata, mutta tarvitaan ihmisen (tai eläimen) aivot selvittämään ne sellaiseksi sisäiseksi ominaisuudeksi, jota sanomme sävelkorkeudeksi. (Levitin 2006, 28.)

Levitin vertaa sävelkorkeuden kokemista värien tai maun kokemiseen ja tähdentää sävelkorkeuden ja äänen olevan olemassa vain, jos molekyylien värähtelyn kokee joku, jolla on kuuloaisti:

Vaikka omena näyttää punaiselta, sen atomit eivät itse ole punaisia. -- Kulhon vanukkaassa on maku vain, kun laitan sitä suuhuni ja kun se koskettaa kieltäni. Sillä ei ole makua jääkaapissani, vaan vain mahdollisuus makuun tai tuoksuun. Samaan tapaan keittiöni seinät eivät ole "valkoiset", kun lähdän huoneesta. -- väri toteutuu vain, kun ne vuorovaikuttavat silmiäni kanssa. (Levitin 2006, 29.)

Ääni on siis mekaanisen värähtelyn lisäksi neurologinen, ihmisen subjektiivinen kokemus.

Itseäni inspiroi ajatus, että ääni on vain ihmiskorvan kokemus tietyistä värähtelytaajuuksista. Se avaa musiikin tekemisen ja äänen tuottamisen tapahtumaa laajempaan kokonaisuuteen: kun laulan, muodostamani ääniaallot yhdistyvät muuhun värähtelyyn, jota itse en kykene havaitsemaan, mutta joka varmasti on olemassa. Tämä ajatus tekee musiikin tekemisestä taianomaista ja lisää siihen pienen ihmeen ja mysteerin tunnun. Minun kohdallani juuri tuo salaperäinen taianomaisuus yhdistettynä siihen konkreettiseen kokemukseen, että ääni soi ja tuntuu kehossa, kiihottaa mielikuvitusta ja onnistuu viemään musiikin tekemisen arkea korkeampiin sfääreihin.

4.2 Mitä musiikki on?

Musiikki on jotain, mitä voimme kuulla, mutta joka jollain tavalla kuitenkin eroaa puheesta ja muista ympäristön äänistä. Usein kuulee sanottavan, että musiikki on järjestettyä ääntä. Lehtonen määrittelee musiikkia muun muassa liikkeessä olevaksi akustiseksi energiaksi, jota voi kuvata liikemielikuvilla, kuten, että ääni nousee, laskee, matelee, hypähtelee, syöksyy tai putoaa (Lehtonen 2010, 244).

Tämä määritelmä on yksittäisenä kuitenkin vielä melko epämääräinen, sillä omalla tavallaan järjestettyä, samoilla määreillä kuvailtavaa ääntä on myös esimerkiksi puhe. Missä siis menee musiikin ja ei-musiikin raja? Lehtiranta etsii vastausta kysymysten muodossa:

Milloin ja miten äänestä tulee musiikkia? Onko musiikki ensisijaisesti taidetta, tiedettä, soivaa matematiikkaa, tunnetta vai kieltä ja informaatiota? Vaiko näiden kaikkien yhdistelmä? Onko musiikkikappale omimmillaan ääniaaltoina ilmassa, nuotteina paperilla, sfäärien soittona, äänilevyllä tai muuna tallenteena, sähkökemiallisina muutoksina aivoissa, säveltäjän esteettis-henkisenä luomuksena vai soittajan ahkerointina instrumenttinsa parissa? Musiikki näitä kaikkia ja luultavasti vielä paljon enemmän. (Lehtiranta 2004, 16.)

Lehtirannan mukaan on oikeastaan jopa paradoksaalista kirjoittaa tai puhua musiikista, joka on, luonnollisesti, parasta kuultuna (Lehtiranta 2004, 17). Myös säveltäjä Igor Stravinski esittää aiheen vaikeana todeten olevan vaikeaa puhua musiikista, jos haluaa pitäytyä vain sen olennaisiin tosiasioihin (Stravinski 1968, 14). On myös olemassa kulttuureja ja kansoja, joissa käsitettä ”musiikki” ei ole, vaan musiikki sisältyy käsitteeseen ”elämä”; näin on esimerkiksi monessa mustassa kulttuurissa (henkilökohtainen tiedonanto, L. Price 16.10.2012).

Näkemyksiä lienee yhtä monia kuin on musiikin kokijoitakin. Siksi musiikkia tarkemmin tarkastellakseen on pureuduttava sen kokijaan ja tekijään, ihmiseen, sekä ihmisen psyyken rakenteeseen. Psykoanalyysin mukaan musiikki on psyykensisäisten prosessien ulkoinen, aistein havaittava ilmenemismuoto. Musiikki ei ole vain ruumiin tai vain mielen tekele, vaan se kelluu niiden välimaastossa, ja sille on ominaista erilaisten vastakohtaisuuksien – virittyvien ja purkautuvien jännitteiden – jatkuva läsnäolo. Tämä vastakohtaisuuksien yhtäaikainen läsnäolo muodostuu viettipohjaisista yllykkeistä (ns. primaariprosessi), jotka villitsevät luovia impulsseja, ja tietoisesta järjestämisestä, jolla impulssit kesytetään (sekundaariprosessi). Musiikki on ihmiselle mahdollisuus muotouttaa ”sisäistä” ”ulkoiseksi” ja siten muuttaa sanoin ilmaisemattomia kokemuksia kuultavaan muotoon. Se on myös sukua ruumiinkielelle, sillä sen plastiset, ”soiden liikkuvat” muodot ilmaisevat sellaista, mihin sanat eivät yllä. (Lehtonen 2010, 238.)

Eräs mielenkiintoinen seikka musiikissa on sen vahva yhteys unityöskentelyyn: sekä unen että musiikin sisällöt nousevat samoista piilotajuntaisista merkityksistä. Niihin molempiin liittyy aktivoitunut *symbolinen prosessi*, jonka synnyttämiä visioita minän puolustusmekanismit eivät pysty patoamaan. (Lehtonen 2010, 240.) Tämä selittää ainakin osittain sitä, miksi minulle musisointi on henkisesti rankkoinakin aikoina helpompaa kuin esimerkiksi ammattiini myös kuuluva näyttelijäntyö; musiikkia tehdessäni en joudu taistelemaan käsittelemättömiä tunnepatoutumia ja niistä johtuvia psyyken puolustusmekanismeja vastaan, vaan tunteet virtaavat vapaasti, sillä piilotajunta nostaa käsiteltäviä asioita esille symbolisina konkreettisten tunnemuistumien sijaan. Tätä ajatusta tukee myös Davisin näkemys, jonka mukaan luova prosessi antaa piilotajuisille impulsseille mahdollisuuden nousta tietoisuuteen taiteelliseksi naamioituna, jolloin ego ei koe tarvetta suojautua. Davis kannattaa transformaatioteoriaa, jonka mukaan sävelteokset ovat taiteilijan sielunelämän symbolisia ilmentäjiä. (Lehtonen 2010, 241.) Egosta kirjoitan myöhemmin minuuden ja identiteetin yhteydessä, mutta korostan sen tässä psykologisessa yhteydessä tarkoittavan ihmisen minuutta, ei egoismia.

Freudin mukaan unityö, eli psyykkiset muutokset, joiden tulokset näkyvät vain unessa, sisältää seuraavat mekanismit:

1. Tiivistymä, eli elementtien, joilla on jotain yhteistä, tiivistyminen uusiksi kokonaisuuksiksi,
2. siirtymä, eli jonkin tiedostamattoman elementin korvautuminen jollakin sitä muistuttavalla, tai painopisteen siirtyminen merkittävästä toisarvoiseen,
3. kuva ajatuksen tilalla, eli ajatusten muuttuminen kuvasarjoiksi, ja
4. toiskertainen työstö, eli edellä mainittujen mekanismien aiheuttamista "rykelmistä" yhtenäisen kokonaisuuden muodostamisen yritys. (Lehtonen 2010, 241.)

Musiikkia kuunnellessa ja luodessa tehty psyykkinen työ onkin verrattavissa valveuneen, jossa psyyke järjestee ja muodostaa uusia kokonaisuuksia omista sisällöistään käsitellen samalla niihin liittyviä tunnelatauksia. (Lehtonen 2010, 249.)

Aihetta myös tutkinut Friedman on löytänyt unen ja musiikin rakenteistakin samankaltaisuuksia: musiikissakin on teemojen ja aiheiden tiivistymiä, taustan ja hahmon sekaantumista, koon ja painopisteen sekaantumista sekä eri tavoin yhdisteltyjä peilikuvia ja rapuliikkeitä. Tämän kaiken nojalla Freudin sanoma lause “unet ovat kuningastie piilotajuntaan” voidaankin Lehtosen mukaan täydentää muotoon “musiikki on avain piilotajunnan ymmärtämiseen”. (Lehtonen 2010, 241.)

Musiikkia ja unia yhdistää siis symbolinen prosessi. Miten prosessi toimii? Sen käyttövoimana on ruumiin ja mielen välimaastossa toimiva vietti, joka muuntaa ruumiillisia merkityskokemuksia mentaaliksi ja päinvastoin. Symbolisen prosessin ominaisuudet ovat seuraavat:

1. Metonymia, eli merkitysyhteyksien jatkuvasti laajenemaan pyrkivä leviäminen eri tahoille (näiden puitteissa säveltäjät voivat sijoittaa sekä mentaalisia että ruumiillisia merkityskokemuksiaan musiikkiin ja käsitellä niitä musiikkina),
2. kyky käsitellä poissaolevaa läsnä olevana (joka on prosessin tärkein osa, sillä sen maailma on "poissaolevasta koostunut": jokainen prosessin maailman osa on oma todellisuutensa, johon liittyvät poissaolevat kokemukset ja ihmiset),
3. kielelliset kyvyt, ja
4. kyky valmistaa työkaluja ja tehdä työtä. (Lehtonen 2010, 241–242.)

Lehtonen toteaa piilotajunnan tarkastelemisen valaisevan musiikin loputonta monimerkityksellisyyttä:

Siinä kaikki luovat prosessit perustuvat piilotajunnan symmetriseen logiikkaan, jossa aika ja paikka liukenevat, vastakohtat sulautuvat yhteen, kokemuksen rajat hämärtyvät, sisäinen ulkoistuu ja ulkoisesta tulee sisäistä, ruumis ajattelee ja ajatus ruumiillistuu. Musiikillisessa ajattelussa kaikenlainen symbolinen muokkaus on mahdollista. Musiikki on "plastinen pienoismaailma" (mikrokosmos), jossa on mahdollista kokea, ilmaista ja muotoilla musiikiksi mitä tahansa psyykkistä materiaalia. (Lehtonen 2010, 242.)

Musiikki on siis ihmisen psyyken kokemus ja luomus sekä erinomainen väline ymmärryksen, oivalluksen, tunteiden ja tilanteiden käsittelyyn. Jokainen

musiikillinen kokemus synnyttää näin ollen subjektiivisen, omasta persoonasta ja piilotajunnan ja tietoisesta tajunnan prosesseista koostuvan, kuuloaistiin ja ääneen perustuvan monimuotoisen tapahtumarykelmän ja -ketjun. Tällä ketjulla on väistämättä vaikutuksia ihmisen hyvinvointiin, sillä se kulkee ihmisen tunteissa, muistoissa ja piilotajunnassa, toisin sanoen niissä osissa ihmistä, joita itse voisinkin kutsua sieluksi.

Juslin ja Västerfjäll ovat esittäneet musiikin synnyttävien tunnekokemuksien seitsemän eri mekanismin kautta:

1. Refleksit, eli tunnekokemukset, jotka syntyvät reagoitina musiikin sisältämiin yllättäviin, voimakkaisiin tai dissonoiviin ääniin,
 2. ehdollistuminen, eli että musiikki on opittu yhdistämään positiiviseen tai negatiiviseen asiaan,
 3. samaistuminen, eli kehon "samaistuminen" musiikin akustisiin elementteihin, samalla lailla kuin jos ihminen eläytyy esimerkiksi toisen kasvoilta tai äänensävyistä heijastuvaan tunneilmaisuun,
 4. mielikuvat, jotka saavat usein alkunsa musiikin rakenteellisista piirteistä, jotka jollain tavalla vastaavat visuaalista ilmaisua,
 5. muistot, jotka ovat tunteiden heräämisessä keskeinen mekanismi: musiikki voi herättää muistikuvan jostain tunnepitoisesta tapahtumasta,
 6. musiikilliset odotukset, eli musiikki toteuttaa tai jättää toteuttamatta kuulijan odotukset siitä, miten hän olettaisi musiikin jatkuvan.
 7. tavoitteen arviointi, jossa kuulija tekee arvion musiikin merkityksestä hänelle itselleen, kuten että saiko musiikki hänet hetkeksi irtaantumaan arjen huolista, tai harjaantuneemman muusikon kohdalla esimerkiksi, tarjosiko musiikki hänelle tarpeeksi haasteellista ja oivalluksia tarjoavaa kuunneltavaa, ja jos sai, seurauksena on positiivinen tunnekokemus.
- (Eerola ja Saarikallio 2010, 265–266.)

Tunnekokemusten kirjo on suuri ja laaja. Musiikilla on mahdollista vaikuttaa ihmiseen näiden kaikkien mekanismien kautta yhtä aikaa, ja siten tunnekokemukset, joita mekanismit nostavat pintaan, voivat olla hyvin erilaisia musiikin vastaanottajasta riippuen. On kuitenkin tiettyjä säännönmukaisuuksia,

jotka toteutuvat kuulijoille melko samanlaisina kokemuksina persoonasta ja jopa kulttuurista riippumatta.

Länsimaisessa kulttuurissa elänyt ihminen on tottunut duuri-molli-tonaliteettiin, jonka myötä hän kokee yleensä duurin ilona ja mollin suruna. Mikään yksittäinen piirre tai musiikillinen elementti ei kuitenkaan yksinään riitä aiheuttamaan haluttua tunnetta, vaan tunteet aiheutuvat vasta yhdistelmästä erilaisia piirteitä. Nämä tonaliteettiin perustuvat tunnekokemukset liittyvät muun muassa kuulijan odotuksiin musiikillisen rakenteen suhteen, kuten tiettyihin sointukulkuihin. Tunnekokemuksia aiheuttaa myös tulkinta: esittäjä voi tulkita musiikin rakenteen monella eri tavalla, ja on jopa toivottavaa, että esittäjä värittää oman tulkintansa tietyn emotionaalisen sävyn mukaan, sillä se vaikuttaa todella paljon esimerkiksi musiikin tempoon, voimakkuuteen ja artikulointiin, ja siten kuulijalle välittyvään tunteita herättävään informaatioon. Tämä liittyy yleismaailmalliseen, kaikissa kulttuureissa ilmenevään puheen ja tunteiden väliseen yhteyteen: eri tunnetilat aiheuttavat aina ihmisen puheeseen erilaisia voimakkuuksia, tempoja ja artikulaatiotapoja. (Eerola ja Saarikallio, 267–271.)

Yleisten tekijöiden lisäksi musiikki herättää tunteita yksilökohtaisesti eri tavoilla. Persoonallisuuden pysyvät piirteet vaikuttavat musiikin tunnekokemuksiin: introvertti kokee musiikissa keskimääräistä negatiivisempia ja ekstrovertti positiivisempia vivahteita. Samoin kuulijan tunnekokemuksiin vaikuttavat tilanteesta riippuvat tekijät. Musiikilla on todettu olevan muun muassa seuraavan kaltaisiin asioihin liittyviä merkityksiä: kommunikaatio, ryhmäidentiteetti, työmusiikki, nautinto, kehtolaulut, juhlat, taistelu, urheilu, kansallistunne, minuuden ilmaisu ja kuluttajakäyttäytyminen. (Saarikallio, 279–280.) Uskon, että omassa persoonallisuudessani avoimuus on isona vaikuttimena monesta erilaisesta tyylilajista viehättyneisyyteen.

4.2.1 Musiikki ydinminuuden kokemuksena ja identiteetin ilmentäjänä

Sternin mukaan musiikin vaikutukset ovat aistien välisiä, mitä hän kutsuu *amodaaliseksi aistimiseksi*: musiikkia kuullaan synestesioina, kuten väreinä, muotoina, kosketuksina tai mielikuvina. Tämän amodaalisen aistimisen myötä säveltäjät ja muusikot voivat esityksessään ”maalata”, ”värittää” ja kertoa

kuulijoille jotakin ydinminuuteensa kuuluvaa. Amodaalisten vaikutusten lisäksi musiikin vaikutus perustuu *vitaaliaffekteihin*, jotka tulevat esiin muun muassa nuottien eri tunnetiloja kuvaavissa esitysmerkinnöissä. Juuri nämä kaksi elementtiä muodostavat pohjan ihmisen kehittyneemmälle psykodynaamiselle tasolle, myös tietoiseen analyysiin perustuville kognitiivisille tasoille, ja juuri näiden kahden elementin virtailu ihmisen läpi muodostaa jo vauvaikäisen kokemukset. Stern painottaa tässä yhteydessä *minuuden välitöntä kokemuksellisuutta*, eli sen vastakohtia ovat esimerkiksi ”tajuaminen”, ”käsitys” ja ”tieto”. (Lehtonen 2010, 244.) Musiikki siis vaikuttaa ihmiseen myös silloin, kun hänellä ei ole käsitteitä tai laajaa ymmärrystä maailmasta. Tähän ilmiöön perustuneeseen myös musiikin terapeuttinen vaikutus mentaalisesti tai fyysisesti vakavasti sairaidenkin kohdalla. Musiikki antaa heille kokemusta heidän olemassaolonsa ytimeästä. Tämä vaikutusmekanismi on olemassa kuitenkin kaikilla musiikin kokijoilla, ei vain vauvoilla ja vakavasti sairailta.

Sternin mukaan minuuden ydin koostuu *toimivasta minästä*, jolla on oman toimintansa omistamisen ja aikaansaamisen kokemus, *yhtenäisestä minästä*, jolla on kokemus fyysisestä minuudesta sekä paikallaan oltaessa että liikkeessä, *tuntevasta minästä*, jolla on kyky tuntea erilaisia tunteita minän tapahtumien yhteydessä, ja *historiaa tajuavasta minästä*, jolla on kyky kokea pysyvyyttä yhteydessä menneeseen, kykyä muuttua ja pysyä samana sekä kykyä tajuta säännönmukaisuutta tapahtumien kulussa. (Lehtonen 2010, 245.) Näiden perusteella musiikki voi tulla hyvinkin tärkeäksi osaksi ydinminän kokemusta, jos ihminen on lapsesta asti tekemisissä musiikin kanssa laulaen, soittaen ja kuunnellen ja vaikka siihen tanssien. Se selittäisi, miksi minulla itselläni on musiikin seurassa, joko sitä kuunnellessa tai musiikkia tehdessä, todella kotoisa olo, ja miksi kauan musiikista erossa oltuani minulla alkaa olla vahva tunne, etten ole kokonainen. Samoin tällä saattaa ainakin osittain selittyä minun tarpeeni monipuolisuuden laulajana, sillä olen lapsesta asti saanut kuunnella ja olla mukana tekemässä hyvin monenlaista musiikkia.

Ydinminän lisäksi musiikki on mukana myös egon ja superegon piirissä. Egon piiriin se liittyy kaikenlaisen hallinnan, osaamisen, oppimisen ja taidon muodossa. Musiikki antaa ihmiselle syvällisiä minuutta, identiteettiä ja itsetuntoa vahvistavia kokemuksia. Se voi kuitenkin esimerkiksi kovaa suorituskeskeisyyttä ja kilpailua

korostaessaan olla myös hyvin tuhoisaa. Lehtonen korostaa tässä yhteydessä musiikkikasvatuksessa oltavan tekemisissä hyvin hienopiirteisen ja herkän psyykkisen materiaalin kanssa. Superegoon eli yliminään musiikki liittyy siten, että se antaa ihmiselle mahdollisuuden arvostella muita ja tämän kautta kokea suuria moraalisuuden ja oikein tekemisen elämyksiä. Tässäkin on riskinsä. (Lehtonen 2010, 250.) Musiikki on siis myös taitona osa minuutta, egoa. Jos taito katoaa tai sitä ei saa kokea, voi tuntua siltä, että oma minuus heikkenee. Tämä selittää osittain identiteettikriisejä, joita olen laulun kanssa kokenut.

4.2.2 Tyylilajien erot

Musiikki koostuu rytmistä, melodiasta, harmoniasta ja sointiväristä, joista melodia on erilaisilla korkeuksilla soivaa ääntä, joka liikkuu ajassa, rytmi määrittelee, miten tuo ääni sijoittuu ajallisesti, harmonia on monen äänen summa ja sointiväri luonnehtii sitä, miltä ääni kuulostaa. Näiden osa-alueiden erot määrittävät kaikkia musiikin tyylilajeja. (Sibelius-Akatemia, Atro Mikkolan luento 11.9.2012.)

Toiviainen (2010) esittää musiikin eri tyylilajien erottamisen psykologiset mekaniikat kaaviolla, jossa musiikki tunnistetaan ensin signaalina, sitten primitiivisinä piirteinä, havaintoyksikköinä, kontekstuaalisina havaintoyksikköinä, rakenteina ja lopulta käsitteinä (liite 2). (Toiviainen 2010, 123–133.) Tämän kaavion perusteella voi tehdä päätelmän, että jotta monta eri tyylilajia voi hallita, on osattava tunnistaa erilaisia sointivärejä ja kyettävä tuottamaan niitä, hallittava erilaiset soinnut ja harmoniakulut sekä rytmikuviot (esimerkiksi onko rytmi suoraa vai kolmijakoista, perustuuko se legatolinjoille vai grooveen), on kyettävä toistamaan sekä yksinkertaisia että monimutkaisia melodioita, on kuultava yhtäläisyyksiä kappaleen sisällä olevissa elementeissä ja samanlaisuutta kappaleissa, sekä on oltava tietoinen yleisestä jaottelusta, jolla tietyt tyylit määritellään.

Kaikki tämä tarkoittaa käytännössä paljon työtä ja paljon informaation omaksumista ja sen järjestelemisen tarvetta. Loogisesti informaation omaksuminen ja järjesteleminen vaatii myös paljon aikaa ja oppimista ja oivalluksia tukevia toimintatapoja.

4.2.3 Musiikki taiteena

Kaikkea aiempaa informaatiota vasten on vielä todettava musiikin olemus taiteena. Stravinski (1968) toteaa taiteesta seuraavasti:

Taide on olemukseltaan konstruktivistista. ... Vallankumous on väliaikainen kaaostila, ja sellaisena juuri taiteen vastakohta. Taide ei voi antaa periksi kaaokselle; jos se näin tekee, se joutuu heti huomaamaan elävien teostensa, jopa koko olemassaolonsa olevan uhattuna. (Stravinski 1968, 22.)

Tähän toteamukseen nojaten musiikin erittäin vapaa määritelmä ”musiikki on järjestettyä ääntä” saakin syvemmän merkityksen. Taide on todellisuuden järjestämistä yleisölleen aistittavaksi, ja itse uskon, että sen tarkoituksena on antaa yleisölle mahdollisuus kehittyä ihmisinä sekä jakaa yleisölle kokemusta maailmasta aiemmin selitettyjen psykologisten prosessien avulla.

4.2.4 Muusikkoudesta

Koen, että muusikkous on paitsi ammatti ja harrastus, myös ihmisen kiinteäksi osaksi kasvava identiteetin osa. Muusikon identiteetillä tarkoitan, että ihminen osaa kommunikoida musiikin keinoin: kuunnella, ymmärtää ja vastata kyseiselle musiikille ominaisella kielellä. Muusikkouteen kuuluu myös vahvana osana sen esittävä, musiikkia yleisölle jakava luonne.

Kurkela (1995) esittää musiikin objektiksi, joka ilmentää ja määrittää tekijänsä. Hänen mukaansa muusikko manifestoi itsensä esityksessään ja siten musiikki on psykologisesti osa esittäjää. Esittäjästä tulee musiikin kanssa auditiivinen objekti muille. Tätä tekijänsä itseyttä ilmentävää objektia, tässä tapauksessa musiikkia, hän kutsuu Kohutin ajatusta soveltaen self-objektiksi. (Kurkela 1995, 83–85.) Kurkela toteaa myös, että muusikko on esiintyessään sekä antava että saava osapuoli: hän antaa musiikillisen kokemuksen yleisölle ja saa sitä vastaan sosiaalisen vuorovaikutuksen yleisöön. Samalla hän vuorovaikuttaa myös musiikin kanssa luomalla sitä, tarkkailemalla sitä ja keskustelemalla sen kanssa. Muusikko voi esittää kappaleen yleisölle joko mekaanisesti eli passiivisesti, tai osallistuen ja tulkiten eli aktiivisesti. Aktiivisesti esittäessään muusikko käyttää hyväkseen muun muassa musiikin psykologisia symbolisia prosesseja ja musiikin

vaikutusta häneen itseensä. (Kurkela 1995, 77–78.) Näin yleisö saakin musiikillisen kokemuksensa lisäksi toimia muusikon ja hänen esittämänsä musiikin välisen kommunikoinnin tarkkailijana.

Stravinski esittää muusikon noudattavan aina tiettyjä dogmeja, kyseenalaistamattomia sääntöjä (Stravinski 1968, 17). Säännöt on kuitenkin tehty rikottaviksi, ja siten ala kehittyy. Stravinski käyttää esimerkkinä omaa vallankumouksellisenä musiikkina koettua Kevätuhri-teostaan: säveltäjä oli säveltänyt itselleen tutun musiikillisen tiedon perusteella jotain, mitä hän oli päänsä sisällä kuullut. Suurelle yleisölle tämä musiikki oli kuitenkin vielä uutta, se sisälsi liikaa uutta informaatiota ja kuulosti siksi kaaosmaiselta. (Stravinski 1968, 23.) Kuitenkin nykyään teos on yleisön kunnioittama ja ymmärretty, ja tämän päivän vallankumouksellisen musiikin määritelmän alla ovat nyt aivan toisenlaiset teokset, jotka odottavat suuren yleisön ymmärryksen kehittymistä. Tämä esimerkki toimii osoituksena siitä, että jokainen muusikko on osaltaan vaikuttamassa musiikin ja sen vastaanoton kehitykseen. Stravinskia lainatakseni musiikin muutos syntyy jokaisen muusikon spontaanista, luovasta, tietotaitoon perustuvasta työstä, jolla aikaansaadaan uudenlaisia yhdistelmiä ja kokonaisuuksia. ”Vallankumouksellisuus” musiikissa harvoin on tarkoituksellista, ja siksi tässä yhteydessä se onkin yleisön hieman väärin käyttämä termi. (Stravinski 1968, 20–21.)

Muusikko on siis luova itsensä kautta musiikkiin sisältöä tuova taiteilija, joka ymmärtää ja tekee musiikkia omalta psykologiselta, maailmankatsomukselliselta ja tietotaidolliselta pohjaltaan. Muusikko on musiikillisen tapahtuman alkuunpaneva tekijä, jonka yleisö tarvitsee kuullakseen musiikin, ja joka aktiivisesti esittäessään antaa musiikkiin oman persoonallisen sävynsä.

4.3 Mitä laulaminen on?

Laulaminen on musiikin luomista oman ihmisäänen avulla, joten laulajan instrumentti on henkilökohtaisempi kuin muilla instrumenteilla. Instrumentti on myös pysyvä, jolloin sitä ei voi vaihtaa erisointiseen tai rakenteeltaan parempaan, jos tämänhetkinen soitin ei tyydytä. Laulussa toinen suuri ero muihin

instrumentteihin on lähes jokaisen laulun sisältämät sanat, jotka tuovat musiikkiin lisäulottuvuuden.

4.3.1 Laulutekniikoista ja anatomiasta

Ihmisen puhe- ja lauluäänen tuottaminen tapahtuu äänielimistössä, johon kuuluvat keuhkot, kurkunpää, nenäväylä ja suuväylä. Ihmisääni on äänihuulivärähtelyn ja resonanssin synteesi: ilman virratessa keuhkoista ulos se kohtaa äänihuulet saaden ne värähtelemään, ja syntyy ns. alkuääni. Alkuääni kulkee resonanssitilojen läpi ja kasvaa ja muuntuu ennen tuloaan ulos suusta ja nenästä. (Honkanen-Korhonen 1999, 48.)

Eerola kiteyttää, että kaikissa äänenkäytön lajeissa perustavoitteena on ääntöbalanssi, jossa ilmanpaine ja äänihuulilihasten jännite on oikeassa suhteessa toisiinsa. Eerola huomauttaa kuitenkin ääntöbalanssin saavuttamisen keinojen olevan monisyisiä, sillä laulaja on psykofyysinen toimintakokonaisuus, jonka toiminnassa vain osa äänentuoton alkuunpanevista voimista on tahdonalaisia ja osa reflektorisia, välillisesti ohjattavia. Lauluääni muodostuu siis toimintaketjuista, joiden suunnat ja alkuunpanevat voimat laulajan on tunnettava hyvin saadakseen ne toimimaan terveellä tavalla. Eerola tähdentää, että myös ilmaisu vaikuttaa näiden ketjujen toimintaan ja ääntöbalanssin löytymiseen. (Eerola 2013.) Lisäksi voisin edelleen todeta jo esille tullutta informaatiota vasten, että myös musiikki itse voi toimia vaikuttajana toimintaketjuihin, sillä psykologiset tunteisiin liittyvät toiminnot jännittävät ja vapauttavat lihaksia.

Terveellisen äänenkäyttöbalanssin perustekijöiksi Eerola kiteyttää seuraavat seikat:

1. tasapainoinen ryhti,
2. koordinoitu hengityslihasten (vatsa-, kylkiväli- ja selkälihakset) käyttö,
3. äänentuottoon osallistuvien lihasten yhtäaikainen toiminta, ja
4. ääniväylän liikkuvien osien (eli pehmeän kitalaen, kielen ja huulten) käyttö pääasiassa vokaalien avulla. (Eerola 2013.)

Kokonaisuus on siis monisyinen ja monimutkainen. Jotta tämä tulisi lukijalle konkreettisesti selvemmäksi, olen kerännyt yhteen eri aineistojen tietoa ja luonut

niiden pohjalta kuvan lauluelimistön rakenteesta (liite 3). Tähän tahdonalaisten ja reflektoristen lihasten, hermojen ja eri resonanssipaikkojen labyrinttiin on laulajan helppo eksyä, ja omalla oppimistielläni niin on tapahtunutkin.

Laulaja voi laulaa eri tekniikoilla, joista karkein jaottelu jakaa tekniikat klassiseen ja ei-klassiseen laulutekniikkaan. Eerola selittää klassisen ja ei-klassisen laulun suurimmaksi anatomiseksi eroksi sen, että ei-klassisessa laulussa äänihuulimassa on klassista lyhyempi ja paksumpi. Tämä on kuultavissa parhaiten etenkin naisten rintään rekisterissä, joka klassisessa laulussa loppuu keskimäärin joko e:n kohdalle ja josta klassisilla naislaulajilla alkaa ohennerekisteri. Rytmimusiikissa rintäänellä taas saatetaan laulaa kaksiviivaisen oktaavin alkuun saakka. Lisäksi käytetään niin sanottua miksattua ääntä. (Eerola 2013.)

Sekä klassisen että ei-klassisen laulun tekniikat sisältävät valtavat määrät erilaisia koulukuntia, joissa haluttuun lopputulokseen pyritään eri tavoilla. Koulukunnat eroavat toisistaan usein laulopedagogisilta lähtökohdiltaan, mahdollisesti myös pyrkimyksiltään. Laulajan käyttämä tapa pyrkiä lauluelimistön ääntöbalanssiin riippuu siis paljon hänen opettajiensa arvostamista koulukunnista. Kuitenkaan käytännössä, kuten Borg toteaa, *ei ole olemassa mitään patenttiratkaisua, ei mitään määrättyä autuaaksitekevää "koulua" tai metodologiaa, asia on aina yksilöllinen* (Borg 1999, 14).

4.3.2 Laulun sanoista sekä niiden ja musiikin yhteydestä näyttelijäntyöhön

Laulusta instrumentin henkilökohtaisuuden lisäksi omintakeisen tekee se, että musiikin lisäksi lähes kaikki laulu sisältää jotakin tarinaa kertovat sanat. Sanat luovat musiikkiin uuden tason, joka tuo laulamiseen myös lisää käsiteltävää yhdistäen laulun musiikin lisäksi myös kirjallisuuteen. Musiikki ja sanojen sisältämä tarina voivat kulkea käsi kädessä tai olla ristiriidassa. Laulaja voi myös omalla tulkinnallaan valita, mihin suuntaan hän lähtee kappaletta viemään: sanojen sisältämän tarinan vai musiikin sisällön suuntaan. Kiertämätön fakta on kuitenkin se, että sanojen olemassaoloa laulussa ei voi ohittaa.

Sanat ja niiden vaatima tekstianalyysi tekevät laulusta tietynlaisen monologin, ja tällä tavalla laulaminen lähestyy näyttelijäntyötä. Selaillessani uutta suomennosta

Stanislavskin (1989/2011) kirjasta Näyttelijäntyö huomasi iloiseksi yllätykseksi useiden kirjan otsikoiden voivan sopia yhtä hyvin myös muusikkoutta käsittelevään teokseen. Tällaisia otsikoita olivat muun muassa seuraavat: Jos luovana virkkeenä, Sisäinen näkö ja mielikuvat, Keskittyminen ja tarkkaavaisuus, Huomion kohteet, Materiaalin kerääminen havaintokyvyn avulla, Lihasten vapauttaminen, Emotionaalinen muisti, Kommunikaatio, Psyhyksen liikkeellepanevat voimat, Näyttelijän sisäinen luova tila, Tempo-rytmi, Hillintä ja viimeistely, Etiikka ja kurinalaisuus, Yleinen luova tila. Samoin musiikkiin liittyviä otsikoita löytyy myös Westonin kirjasta Näyttelijän ohjaaminen (1999): Adjektiivit, Verbit, Faktat, Mielikuvat, Kysymyksiä, kysymyksiä, kysymyksiä, Rehellisyys, Riski, Läsnäolo, Vapaus, Keskittyminen, Subteksti, Aistihavainnot, Tunteet, Vastukset, Muisti (henkilökohtainen kokemus) ja Salaiset sopimukset.

Musiikkiteatteriopin yhteydessä saamissani monisteissa käsitellään keskeisiä näyttelijäntyön metodeja. Näistä monet ovat sovellettavissa lauluun, sekä suorina lainauksina ja siten, että ”näyttelijän”, ”roolin” tai muun teatteriin liittyvän sanan korvaa jollakin musiikkiin liittyvällä tilanteeseen sopivalla sanalla:

”Sisäinen näkeminen”: Ei pidä kuunnella itseään, vaan on nähtävä selvästi se, mistä puhuu, selvästi ja pienimpiä yksityiskohtia myöten yhtä tarkkaan kuin todellisuudessa. Sitä selvemäksi se tulee myös näyttämöllä ja sitä selvemmin myös katsoja näkee sen. (T. Kalliomäki, 2007.)

Tahdolla, rytmillä ja tarkalla sisäisellä näkemisellä teidän on saatava vastanäyttelijä kiinnostumaan. Näyttelijän tahto ei saa olla laiska. (T. Kalliomäki, 2007.)

Näyttelijä vie yleisöä (oma muistiinpanoni keväältä 2011).

Älä yritä olla nokkela, mikä tahansa yksinkertainen idea on hyvä, luota siihen (käsin kirjoitettu moniste liittyen improvisaatioon, kevät 2011).

Näytelmän lukutapa: näytelmän nimi, kuka on kirjoittanut, minä vuonna, lyhyesti faktaa näytelmäkirjailijasta; ... määrittele yhdellä lauseella, mistä näytelmässä on kysymys; huomioi seuraavat asiat: milloin tarina tapahtuu, missä tarina tapahtuu, juoni, roolihenkilön faktat ja luonne, etsi tunnistaminen (käännekohtaa edeltävä, enne / suuntaa antava siirtyminen / kun outo havaitaan tutuksi), etsi käännekohta, roolihenkilön ongelma / ratkaisu, roolihenkilön kaari, tarina, suhteet muihin näytelmän henkilöihin, kattava teema, väite. (Moniste

roolianalyysin tekemistä varten, syksy 2009.)

Varsinkin näistä lainauksista viimeinen muistuttaa suoraan klassisen laulun opinnoissani paljon tehtyä tekstianalyysiä liedien suhteen, jotka usein kantavat suuren tarinan lyhyehkön kappaleen sisällä. Analyysin antaman tiedon kuulluksi tekemällä vieraskielinen kappale sai sävyjä ja sisältöä, ja vaikka sanoja ei tarkalleen ymmärtänytäkään, tarinan tuntiessa juonenkäänteitä oli helppo seurata.

Monet käsitteet ovat siis samankaltaisia musiikissa ja näyttelijäntyössä.

Eroavaisuuksia löytyy käsitteiden käyttötavoissa, kuten että niin sanotut salaiset sopimukset (”kuvitellaan että...”) näyttelijäntyössä viittaavat kokonaisvaltaiseen tilanteessa elättävään ilmaisuun ja musiikissa pääasiassa äänessä kuultavaan ilmaisuun. Itse työkalut eivät kuitenkaan vaihdu. Näin ollen näyttelijäntyölliset taidot voivat tukea musiikin tekemistä, samoin kuin musiikilliset taidot ovat suoraan sovellettavissa näyttelijäntyöhön.

5 NELJÄ TAPAUSTA: LAULAMISEN OPPIMISEN MUTKITTELEVA TIE

Tässä luvussa käsittelen joitakin vastoinkäymisiä omassa laulunopiskelussani ja pyrin ymmärtämään niiden syitä ja seurauksia.

5.1 Palanen omaelämäkertaa: kun kokonaisvaltaisuus estyi valinnan pakosta

Minulle sanotaan:

*Sinun täytyy valita tämän maailman ilojen
ja tulevan maailman rauhan välillä.*

Ja minä sanon:

*Olen valinnut sekä tämän maailman ilon
että tulevan maailman rauhan.*

*(laulusta ”Minulle sanotaan”, säv. Olli Ahvenlahti, san. Kahlil
Kibrän, suom. tuntematon. Es. Vesa-Matti Loiri levyllä
”Seitsemän kertaa” 1990.)*

Alkaessani opiskella klassista laulua ammatikseni opettajani oletti, etten keskittyisi mihinkään muuhun laulutyyliin. Heti mahdollisuuden tultua menin kuitenkin mukaan musiikkiteatteriproduktioihin, joissa pääsin kokeilemaan ääneni ja ilmaisuni muita ulottuvuuksia. Vaikka lauloin tuolloin lähinnä omalta tuntumaltani klassisen koulutuksen pohjalta, oivalsin laulusta paljon asioita teatterin kautta.

*Pitää maadoittaa itsensä. Paino, kokonaisvaltainen seisominen,
juuret syvällä maassa, tässä mä olen, kokonaan, ja mä olen
mielenkiintoinen näin, koska musta näkyy ja kuuluu kaikki.
Rohkeus olla henkisesti alasti. (Ote päiväkirjastani, kesäkuu
2005.)*

*Klassisessa mä helposti nousen jonnekin hirveän ylös ja tuntuu
että pitää aina laulaa jotenkin osittaisella äänellä. Saan ääneen
kokonaisuutta kun maadotan itseni ja olen kokonainen. (Ote
päiväkirjastani, heinäkuu 2005.)*

*Rintaääni: ääni tuntuu tulevan mun tunteiden kautta, se ei vain
kilise päässä. Äänen reitti kulkee sydämen kautta ennen kuin se
tulee ulos ja soi. (Ote päiväkirjastani, elokuu 2005.)*

Puहुin innoissani näistä oivalluksista ja löytämistäni yhteyksistä opettajani kanssa, mutta hän ei ymmärtänyt mitä tarkoitin. Klassisen bel canto -koulukunnan edustajana opettajani karttoi rintaääntä ja oli vakaasti siinä uskossa, että niin sanotun kevyen musiikin laulajat lauloivat epäterveellisesti. Hän uskoi myös, että

toisen laulutekniikan opiskelusta ja teatterista oli klassisen laulun opiskelulleni haittaa. Emme päässeet yhteisymmärrykseen. Minusta tuntui, että minusta jää pala puuttumaan, jos en saa käyttää laulaessa lainkaan rintaääntä. Toisaalta rintaäänien etsiminen tuntui siltä kuin pettäisin klassisen laulajan itsessäni, sillä opettajani sana painoi minulle paljon. Koin kovaa valintojen ristipainetta.

Olin myös käynyt Alexander-tekniikan tunneilla, minkä koin hyödylliseksi laulun kannalta. Alexander-tekniikka avasi tunnelukkoja ja lihasten lukkiutumia, mikä taas kuului suoraan äänessä vapautena ja tuntui ergonomisuutena. Tämä johti siihen, että kun jatkossa ääneni alkoi toimia klassisen laulun tunneilla, myös tunteita vapautui, ja noina aikoina tunne purkautui usein itkuna. Opettaja käski minun ryhdistäytyä. En osannut, ainakaan palaamatta takaisin lihaslukkoihin. Aloin pelätä laulutunnille menemistä ja klassista laulamista, sillä vähitellen ne alkoivat liittyä mielessäni suoraan itkukohtauksiin. Taistelin lukkojen kanssa kaksi vuotta ja lauloin vielä senkin jälkeen monta vuotta lähes jatkuvassa palleakrampissa. Kokonaisvaltaisuus tuntui olevan mahdotonta sekä siksi, että koin minulle tärkeän osan äänestä jäävän käyttämättä, että siitä syystä, että jouduin sulkemaan vaikean elämäntilanteen aikana tunteet pois laulusta pysyäkseeni kasassa. Tunteiden poissulkeminen vaikutti ilmaisuun, mikä taas vaikutti negatiivisesti tekniikkaan, joka tuossa vaiheessa oli minulla vielä lujasti kiinni ilmaisussa ja mielikuvissa, sillä en tuntenut lauluelimistön toimintaa ja omaa lauluinstrumenttiani kovin kokonaisvaltaisesti.

Tämän pitkittyneen epämukavan ja masentavan kokemuksen turhauttamana hakeuduin toisen alan kouluihin, teatterialalle. Halusin jättää klassisen laulun tauolle ja tutustua muihin minua kiinnostaviin ilmaisukeinoihin. Totesin, etten ollut koskaan suoranaisesti haaveillut klassisen laulajan urasta, vaan olin ajautunut sille tielle huomattuani minulla olevan siihen lahjoja ja klassisen laulun äänen kiehtovan minua. Halusin ottaa oman elämäni omiin käsiini enkä täysin vain ajalehtia kohtalon vietävänä.

Seuraavana syksynä aloitin musiikkiteatterin opinnot ja samalla myös uudet lauluopinnot. Laulussa moni asia oli minulle uutta: fraseeraus, äänenkäytön tekniikat, rytmikkyys. Innostuin uusista haasteista, jotka tosin veivät minua uusien ongelmien äärelle, joista kirjoitan myöhemmin. Huomasin monien klassisessa

laulussa minulle vaikeiden käsitteiden, kuten oikeanlaisen tuen käytön, avautuvan minulle nyt helposti.

Musiikkiteatteria jo useamman vuoden opiskeltuani kävin klassisen laulun tunnilla vanhalla opettajallani. Yhtäkkiä klassinen laulu toimi ja lukot olivat poissa. Pidempi tauko sekä alusta alkaminen uuden opettajan kanssa oli kaiketi tehnyt hyvää; pelko itkun alkamisesta oli poissa, sillä koin musiikkiteatterissa olevan vain positiivista, jos laulun herättämät mielikuvat nostaisivat pintaan tunteita. Uudessa tekniikassa ja uusissa tyyllilajeissa oli myös niin paljon työtä, että keskittymispisteeni oli siirtynyt muualle ja tunteet olivat saaneet levätä. Tulehdus opettajani ja minun väliltä oli poissa, ja oppiminen tapahtui taas positiivisessa, luottavaisessa ja rikkaassa maaperässä; opettajani kunnioitti uuden tekniikan opiskeluani ja kertoi toivovansa vain, etten unohtaisi kokonaan klassista laulua. Myös henkilökohtainen elämäntilanteeni tuntui tasapainoisemmalta, eivätkä minulle tärkeät taiteenalat, teatteri ja laulu, enää joutuneet sotimaan keskenään.

5.1.1 Alexander-tekniikka ja laulu

Keho ja mieli ovat jatkuvasti alttiita vaikutuksille, ja fyysisen rasituksen (esimerkiksi jännitykset, ryhtimuutokset, fyysisesti väärä tapa käyttää ääntä) ja ulkoisten rasitusten (säätötilan vaihtelut, bakteerit ja virukset, nautintoaineet, lääkkeet) lisäksi ääni joutuu taistelemaan psyykkisiä rasituksia vastaan. Tällaisia rasituksia voivat olla esimerkiksi tunnetilojen vaihtelut, peitetyt tunteet ja stressi. (Vaalio 1997, 9.)

Ihminen on psykofyysinen kokonaisuus, ja laulajan instrumentti on laulaja itse. Filosofin M. Heideggerin hermeneuttisen näkemyksen mukaan ihminen kantaa mukanaan aina sekä omaa että kulttuurinsa historiaa sekä aavistuksia ja toiveita tulevista, jotka ovat koko ajan läsnä tässä ja nyt (Tampereen yliopisto > johdatus viestintätieteisiin > hermeneutiikka, 15.3.2013). Australialaisen F. M. Alexanderin (1869–1955) kehittämässä Alexander-tekniikassa puhutaan tottumuksista, joita ihminen omaksuu toimintaansa ja persoonaansa kasvaessaan ja eläessään. Saraste (2006) selvittää tuota tottumuksen käsitettä seurauksena elämän eri ilmiöistä, ympäristöstä, ihmisen suhtautumisesta vaikeuksiin tai

stressaaviin elämäntilanteisiin sekä omasta minäkuvasta ja suojausmekanismeista, joita ihminen kokee tarvitsevansa. Tottumuksia voi olla hyviä ja huonoja, joista hyvät tottumukset helpottavat korvaamattomalla tavalla elämää, kun taas huonot tottumukset haittaavat sitä. Tottumukset johtuvat Sarasteen mukaan ponnistelusta, jota ihminen kasvaessaan joutuu käyttämään, ja jota nyky-yhteiskunta myös kovasti ihailee. (Saraste 2006, 7, 18, 41.)

Laulussa huonot tottumukset ilmenevät äänen vapaata ja pakotonta virtaamista häiritsevinä lihasjännityksinä, jotka voivat olla läsnä ihmisessä joko koko ajan tai vain laulaessa. Aloitin Alexander-tekniikan opiskelun Sarasteen johdolla opiskellessani ensimmäistä vuotta klassista laulua ammatikseni, ja huomasin minussa olevan *sekä* lauluun liittyviä *että* muita kehon ja mielen jännityksiä. Alexander-tekniikan tunneilla perehdyimme aina ensin kehon vapauttamiseen sen ergonomisimpaan tilaan makuu-, seisoma- ja istuma-asennoissa ja sitten laulamiseen pyrkien säilyttämään tuon ergonomian. Tunnit avasivat usein tunnelukkoja vapauttaen lauluun vahvoja tunteita itkuna, nauruna tai onnellisena hymynä, kun tottumuksenmukainen liika tekeminen laulusta kaikkosi. Huomasin myös tottumuksenmukaisesti lähteväni helposti taistelemaan itkua tai naurua vastaan, sillä vapaa tunne laulaessa oli hämmentävä. Vaikka hain Alexander-tekniikasta työkaluja ensisijaisesti lauluun, totesin sen samalla auttavan myös muussa elämässä ja omien henkisten lukkojen käsittelemisessä.

Miten tottumus toimii? Saraste kirjoittaa:

Tottumukset ohjaavat elämäämme ohjaamalla reaktioitamme. -- Reaktioherkkyys ja nopeus vaihtelevat yksilöstä toiseen, mutta nopein ja välittömin reaktio on useimmiten tottumuksenmukainen. -- Kun kiinnittää huomiota omiin reaktioihinsa, saattaa huomata reagoivansa toistuvasti epätoivotulla tavalla. Jos haluaa muuttaa asiaa, todennäköisesti huomaa sen olevan vaikeaa tai jopa mahdotonta. (Saraste 2006, 46.)

Esimerkkinä totumuksen ohjaamasta reaktiosta Saraste esittää pelästymisen refleksiä, joka saa ihmisen jännittymään salamannopeasti ja suojelemaan vaistonvaraisesti elintärkeitä kehonosiaan, kuten niskaa, sydäntä ja sisäelimiä sekä sulkemaan silmät tiukasti kiinni. Vaikka pelästymisrefleksi toteutuu harvoin täydellisessä muodossaan, Saraste kirjoittaa, että se on lievänä jokapäiväinen

seuralaisemme. Lievemmän pelästymisrefleksin voi laukaista esimerkiksi jo vähäinenkin yhtäkkinen melu. Samoin pelko ja stressi voivat olla tottumuksen ohjaamia reaktioita. (Saraste 2006, 45–46.)

Saraste esittää Alexander-tekniikan vapauttamisen tekniikkana, jossa työ tapahtuu *tietoisien ajatuksen kautta*. Työkaluina Alexander-tekniikassa ovat *inhibitio* ja *suuntaus*. Sananmukaisesti inhibitio tarkoittaa estämistä, ja Alexander-tekniikassa se merkitsee *tottumuksenmukaisen reaktion estämistä*. Tämä vaatii reaktion ja sen syyn tietoisin tunnistamisen ja sen jälkeen pysähtymisen valitsemaan, kuinka reagoi. Saraste korostaa, että pysähtymisen on oltava kokonaisvaltaista niin, että pysähdyttäessä koko lihaksisto on vapaa ylimääräisistä jännityksistä ja mieli levollinen ja avoin; vasta silloin inhibitio pääsee toimimaan tarkoituksenmukaisesti eli vapauttamaan spontaanin, luontevan reaktion. Saraste korostaa myös, että mitä vanhemmasta tottumuksesta on kyse, sitä syvemmällä se on ja sitä suurempi on sen voima. (Saraste 2006, 49–52.) Vakavan leikilliseen sävyyn hän toteaa:

On hyvä antaa itselleen aikaa vapautua elämänikäisistä totumuksista (Saraste 2006, 52).

Suuntaus Alexander-tekniikassa merkitsee *oman toiminnan ohjaamista tietoisilla viesteillä, jotka parantavat tilannettamme kokonaisvaltaisesti* (Saraste 2006, 53). Suuntauksen pyrkimyksenä on kumota tottumuksenmukainen tekeminen, ja olennaista siinä on, että se on pelkkä ajatus, ei tekemistä. Suuntien ajattelu saa aikaan aktiivista vapautumista, joka monesta saattaa tuntua rentoutumiselta, vaikka olo ei kuitenkaan ole velto. (Saraste 2006, 56.)

Inhibition ja suuntaamisen käyttäminen kuulostaa helpolta: on helppo ajatella olevansa vain reagoimatta mihinkään ja sitten tekevänsä vain yhden tiedostetun asian kerrallaan. Mutta kun tämän yhdistää lauluun, huomaa, miten lujassa omat tottumukset ovat. Itselleni tuli suurena yllätyksenä, miten kovasti pyrin vaikuttamaan omaan ääneeni, tekemään siitä kauniimpaa, kontrolloimaan sen sävyjä ja tekniikkaa oman kehoni kustannuksella. Oli vaikea kohdata ääntä, joka soi aidosti minussa, etenkin, kun se kuulosti aluksi vieraalta ja tuntui omituiselta, jopa siltä kuin laulaisin väärin. Oli vaikea antaa itsensä laulaa ”väärin” ja ilman täyttä ymmärrystä siitä, miten tällaista ääntä ohjaillaan.

Vaikka klassisen laulun opintojen jälkeen eksyin pahasti uusien tyyllilajien laulutekniseen viidakkoon, uskon juuri Alexander-tekniikan pitäneen minulla järjen päässä sen kanssa, minkälainen laulaminen on terveellistä, ja mitä minä äänelläni haluan tehdä ja mitä en. Alexander-tuntien ehkä paras anti minulle on kuitenkin tähän mennessä ollut, että olen niiden antaman opin avulla löytänyt aidon *oman ääneni*, sen, joka soi minussa vapaana ja kulkee tunteiden kautta. Alexander-tekniikan myötävaikutuksesta olen saanut vapautettua tunteiden ja oman historiani tuomat kokemuksen sävyt lauluuni.

5.2 Palanen omaelämäkertaa - identiteettikriisi kahdesta sanasta: oma ääni

*Words
regarded as a complicated tool
created by man, implicated by mankind*

*Words
obsession of the genius and the fool
everybody everyday everywhere and everyway*

...
*Words
transmitted as we're fitted from the start
received by all and we're sentenced to a life with*

*Words
impression of the stupid and the smart
everybody everyday everywhere and everyway
Words!*

(laulusta "Words", säv. ja san. Anders Edenroth, laulaa The Real Group levyllä "In The Middle Of Life" 2005.)

Siitä asti kun olen laulua opiskellut, minulle on ollut tärkeää, että laulaja laulaa aidolla, väärentämättömällä omalla äänellään.

Lauluopintojen alkuvaiheesta asti klassisen laulun opettajani puhui minulle minun todellisesta, ”omasta äänestäni”, joka pääsisi vapaaksi oikean, terveellisen laulutavan myötä. Tämä käsite on kiehtonut minua aina, mutta samalla ollut minulle vuosia mystinen tuntuen välillä yhtä vaikeasti käsiteltävältä kuin liukas saippuapala märissä käsissä. Käsite herätti minussa valtavat määrät kysymyksiä: *Mistä joku voi tietää, mikä on mun oma ääneni? Onko klassisella laululla laulettu*

ääni ihmisen oma ääni? Entä jos se ei tunnu omalta? Ajattelin kuitenkin vastauksen avautuvan minulle opintojen edetessä.

Myöhemmin, klassisesta laulusta musiikkiteatteriopintoihin irrottauduttuani aloin miettiä oman äänen käsitettä uudesta näkökulmasta. Ajatukseni kulkivat opintojen edetessä suunnilleen tätä rataa: Mikä näistä kaikista tekniikoista, joita mulle opetetaan, on mun oma ääneni? Miksi musta tuntuu, että nämä kaikki äänet on tehtyjä, ja mun oma, aito ja tunteita ilmaiseva ääni jää edelleen jonnekin tavoittamattomiin? Voiko ihmisellä olla monta omaa ääntä? Mikä määrittää sen, että ääni on oma eikä tehty? Miksi tämä laulaminen tuntuu nyt vain suorittamiselta eikä ollenkaan vapauttavalta tai nautittavalta? Voiko oma ääni olla näin suoritettua? Klassisessa laulussa musta ei tuntunut tältä. Ja miksei mun kroppa tottele mua vaikka se tunnilla totteli? Minkälainen mun oma ääni oikeasti sitten on, kun se kehittyy tästä? Miksei se kehitykään, miksi mä jumitan jo neljättä vuotta melkein lähtöpisteessä ja ainoa ääni, mitä saan suustani ulos, on kireä huuto, joka sekin sattuu? Musta ei taida olla tälle alalle, koska mun oma ääneni ei soi vapaasti. Mä olen tottunut siihen, että mun ääni toimii, että osaan harjoitella rakentavasti ja että olen laulussa hyvä. Nyt olen vain keskiverto jos sitäkään, enkä pysty laulamaan lauluja joita haluaisin, koska mun lauluelimistö ei tottele mua kuin yksiviivaisen oktaavin alueella. Ainoa jonka osaan, on pää-ääni, ja sitä pidetään selvästi tällä alalla liian klassisena. Pitäisi osata beltata, ja mielellään vielä korkealle. Mä en osaa. Kohtalo on kai sitten luonut mulle ainoastaan klassiseen tai kuorolauluun sopivan lauluelimistön. En pysty toteuttamaan itseäni tällä äänellä. En ymmärrä enää mistään mitään. Eikä mua enää huvita mikään.

Aloin siis hiljalleen kärsiä aikamoisesta identiteettikriisistä, johon yhdistyi vielä raju eksistentiaalinen tuska: mä olen olemassa tällä tavalla, johon liittyy toimimaton oma ääni, ja tämä tapa on mun unelmieni ja taiteellisten arvojeni kanssa täydessä ristiriidassa, eikä mulla ole työkaluja korjata tilannetta. Tämä johti siihen, että aloin yhä enemmän pohtia näitäkysymyksiä: Mitä tarkoitusta varten mä olen olemassa? Mikä mun tehtävä tässä maailmassa on? Suuren osan musiikkiteatterin opiskeluajasta kävinkin ahkeraa arvokeskustelua itseni ja opiskelutovereideni kanssa ja selvensin itselleni, mitä minä todella haluan: mitkä arvoistani liittyvät pelkkään menestyksen tavoitteluun ja mitkä taas oman itseni toteuttamiseen; mikä minusta on musiikissa, laulamissa ja teatterissa

mielenkiintoista ja hienoa, ja mitä taas vierastan. Mietin, mitkä ovat todellisia unelmiani elämässäni, mitkä vahvuuksiani muusikkona ja ihmisenä yleensä, minkälaisia olisivat unelmatyöviikkoni ja unelmatyötapani. Pahimman äänikriisini aikaan pohdin myös vakavasti, mikä muu kuin laulu tekee minut aidosti onnelliseksi.

Päiväkirjamerkinnöistäni löytyy muun muassa seuraavanlaisia ajatuksia:

Mun unelma olisi, että saisin tehdä kaikkia mulle rakkaita asioita ammatikseni. ... Mun kriisi on tällä hetkellä että mä en tiedä haluanko päätoimisesti sittenkään näytellä (tehdä musiikkiteatteria). Mun pitää löytää se SYY miksi mä teen tätä. Nyt mä oon jotenkin hirveen putkisuuntautunut. Meen suoraan eteenpäin sen sijaan et mulla olis koko maailma auki, ja olisin läsnä. (12.8.2009.)

Sello on mun identiteetin tärkeä osa. Mä olen kasvanut sello sylissä ja soittaen orkestereissa ja bändeissä. (14.8.2009.)

Katsoin peiliin tänään ja näin itsessäni sen iloisen, energisen ja luovan tytön joka olin 9-vuotiaana. Se oli hyvä tunne. Koin että näytän itseltäni. Positiivisella tavalla kasvaneelta. (8.2.2010.)

Miten olla hyvä ihminen? (1.8.2010.)

Mulle alkaa taas selkiytyä mun tavoitteeni meidän koulun kanssa. Mä tuln hakemaan pop/jazz-laulun opetusta. Ja sitä mä sain! Se on se musa jota mä eniten haluan kehittää. Muusikkouttani. Laajentaa sitä kaikkiin suuntiin. (4.4.2011.)

Tavoite: äärimmäinen kokonaisvaltaisuus! (8.11.2011.)

Kautta linjan päiväkirjastani on luettavissa vahva kutsumus moneen suuntaan teatterin ja musiikin saralla, utelias, havaitseva mieli ja oikeutuksen etsiminen oman, koulutustani vapaamman ja laveamman tien kulkemiseen. Pahimmat identiteettikriisini päiväkirjoissa osuvatkin juuri koulu-aikaan ja helpottavat aina lomiksi. Koulun ja alan vaatimusten mukana tulevat suorituspaineeet näkyvät teksteissä.

Päiväkirjamerkinnöissäni toistuu myös usein sana ”ydin”, jolla tarkoitan aitoa omaa itseä, joka jokaisessa ihmisessä on syvällä kuoren ja tottumusten alla. Toinen usein toistuva sana on ”kokonainen”, jolla tarkoitan vapaata, täysin itseään peittelemätöntä olemista, jotain sellaista vapaata olemista, jossa näkyy sekä tuo

ihmisen ydin että kaikki persoonallisuuden ja tottumusten kerrostumat. Näistä kahdesta sanasta kasvaa oma kokemuksellinen oivallukseni siitä, mitä oma ääni saattaisi olla: jotain, josta kuuluu laulajan kokonaisuus ja ydin. Vaikka äänen teknisellä tasolla olinkin pahasti eksyksissä, oppimisprosessi jatkui koko ajan, ja minulle selkeni koko ajan vahvemmin suunta, jota kohti halusin kulkea.

Äänen toimimattomuus pakotti minut syvempien arvojen äärelle, joten vaikka laulullisesti olin hukassa, koen tuolla eksyneisyyden ajalla olleen tärkeää merkitystä omaan itseeni tutustumisessa syvemmin ja laajemmin. Unelmien ja arvojen pohtimisen lisäksi jouduin kohtaamaan itsessäni turhautuneisuuden ja epätoivon, suuttumuksen ja luovuttamisen tunteita ja paljon muita negatiivisia tuntemuksia, joiden kanssa piti elää ja selvitä. Löysin itsestäni myös optimistin, joka hymyilee reippaasti ja uskoo kaiken vielä kääntyvän hyväksi, vaikka tilanne juuri kyseisellä hetkellä tuntuisi tukalalta. Huomasin optimistisuuksissani harrastavani välillä myös hiukan itsepetosta: kyllä tämä tästä vielä paremmaksi muuttuu, kunhan vain jaksan ahertaa. Henkisesti tuo aika oli rankkaa mutta myös kasvattavaa. Kiitos kahden yksinkertaisen sanan aikaansaaman identiteettikriisin, löysin itsestäni ja laulajana olemisestani jotain syvempää ja pysyvämpää kuin moneen eri muotoon venyvä ihmisääni.

5.2.1 Sanojen “oma ääni” filosofista analyysiä

Sanat ovat itsessään vain kirjain- tai äänneyhdistelmiä, tai mahdollisesti eleitä. Ne eivät yksin ole vielä mitään muuta. Vasta kun sana liittyy johonkin kielikulttuuriin, se saa merkityksen tai merkityksiä. Filosofiasa kieli on aina ollut tärkein tutkimuksen keino, mutta alkaen 1900-luvulta kieli on ollut myös tutkimuksen kohde.

Olin etenkin lukioaikoina hyvin kiinnostunut filosofiasta ja olemisen ulottuvuuksista. Luin myös paljon ja rakastin äidinkielen ja kirjallisuuden tunteja. Tämä sai minut tutustumaan kielen ja sanojen maailmaan sekä opetti yhä taitavammin kyseenalaistamaan itsestäänselvinä annettuja asioita ja etsimään totuutta niiden takaa. Mieleni on siis luonteeltaan hyvin analyttinen: tarkastelen maailmaa ilmiöinä ja mietin, mitä ilmiöiden taustalla oikeasti tapahtuu, siis, mikä on illuusiota ja mikä illuusion läpäisevä totuus kuoren alla.

Platonin edustaman käsiterealismin mukaan kaikilla käsitteillä on oma vastineensa todellisuudessa. Ideaopin mukaan yleiskäsitteet, kuten valkoisuus ja kauneus, ovat tällöin olemassa. (Mattila & Nyysönen 2001, 30.) ”Omalla äänellä” Platonin mukaan on siis vastine todellisuudessa. Sanoilla on siis jokin eksakti merkitys. Mutta miten sen voi havaita, jos merkityksen sisältöä ei kukaan ole itselle osoittamassa? Kuka määrittelee, mikä on ”oman äänen” vastine todellisuudessa? Laulunopiskelussa tässä kohtaa vastuu on opettajalla. Opettaja määrittää omilla sanoillaan laulajan äänen todellisuutta, sen olemisen tapaa eli ontologiaa.

Filosofiassa tunnetaan Ockhamin partaveitsekseksi kutsuttu näkemys, joka esittää, että vaikka jokin yleiskäsite on ajattelevan ihmisen mielessä, se ei tee siitä väistämättä olemassa olevaa (Mattila & Nyysönen 2001, 30–31). Jos opettaja siis määrittää oppilaan tietynlaista ääntä tämän ”omaksi ääneksi”, sanat eivät kuitenkaan välttämättä vastaa todellisuutta, vaan enemmänkin opettajan näkemystä asiasta.

Loogista päättelyä käyttäen sanat ”oma ääni” sisältävät ainakin seuraavat informaatiot, joita voi analysoida: ”oma” viittaa siihen, että on olemassa myös ”minä”, ja tämä minä ”omistaa”. ”Ääni” viittaa yksinkertaisesti ääneen, johonkin, mitä ihminen voi kuulla. Tästä voi päätellä, että oma ääni tarkoittaa jotakin, minkä voi kuulla ja jonka joku yksityinen olento yksityisesti omistaa. Oma ääni on siis jotain yksityistä, vain omistajansa sitä käyttämällä kuultavaa. Jos oman äänen määritelmään annetaan vielä lisäinformaatio, että kyseessä on ihminen, oma ääni saa lisämerkityksiä sanan ”ihminen” määrittelyn kautta. Tällöin mukaan tulevat sekä anatomiset että psykologiset tällä hetkellä faktoina pidetyt seikat. Lisäksi jos määritelmää rajataan tiettyyn henkilöön, voidaan jo sanoa melko paljon: tuolloin ”oma ääni” sisältää informaation siitä, minkälainen anatominen ja psykologinen rakenne juuri tällä äänen yksityisellä omistajalla on. Tämä on jo melko rikas ja monipuolinen tieto, ja jos määritellään vielä tarkemmin ”ääntä” äänentuottoelimistön kautta tulevaksi ääneksi, päästään melko yksityiskohtaiseen ja yksilölliseen lopputulokseen. Kuitenkaan sanapari ”oma ääni” ei siis viittaa mihinkään tiettyyn tekniikkaan, vaan vasta avaa verhoja sille, mitä kaikkea tuo äänen omistaja voi äänellään saada kuuluviin.

5.3 Palanen omaelämäkertaa: Complete Vocal Technique eli kun liika anatomia alkoi häiritä.

*Laula tai oikeestaan huuda: Olé! Olé! Olé! Olé!
Hienoa, ei satu mistään, ääni on kova kuin mikä!
(Overdrive-moodin etsimisharjoituksesta, oppimispäiväkirja
25.9.2008.)*

Complete Vocal Technique (CVT, suomeksi kokonaisvaltainen äänenkäytön tekniikka) on tanskalaisen Cathrine Sadolinin (2009) kehittämä metodi lauluäänen mahdollista monipuolista käyttämistä varten. Se jakaa ihmisäänen toiminnan neljään moodiin äänen sävyn ja käyttötavan mukaan: ei-metalliseen (neutral), puolimetalliseen (curbing), täysmetalliseen (overdrive) ja täysmetalliseen twangin kanssa (edge). Kaikki laulutekniikat toimivat näiden neljän moodin varassa, yleensä kaikkia keskenään yhdistellen. Moodien päälle on mahdollista valita äänen väri joko tummaksi tai vaaleaksi, ja lisäksi on olemassa joukko tehosteita, joilla ääntä voi muunnella. CVT on aloittanut rantautumisen Suomeen 2000-luvun alussa, ja on tällä hetkellä kevyen laulun opiskelijoiden ja ammattilaisten keskuudessa sekä kiritisoitu että muoti-ilmio.

Aloitin musiikkiteatteriopinnotni laulutunnit tutustumalla CVT:hen, sillä opettajani kävi juuri opiskeluaikani Complete Vocal Institutin artistikoulutusta ja oli aiheesta hyvin innostunut. Inspiroiduin aiheesta ensin kovasti. Kahden ensimmäisen vuoden aikana kehityin kovaa vauhtia, löysin rintaäänien ja uusia saundeja, ja ymmärsin laulutuen käsitteen uudella tavalla. Vähitellen äänialani alkoi kuitenkin jumittaa paikoillaan, harjoittelu alkoi maistua puulta ja koin, ettei edistymistä enää tapahtunut. Ääniä, joita minusta löytyi, oli monta, enkä enää tiennyt, mikä niistä oli minun omani. Koin henkistä ja äänellistä repeämistä moneen suuntaan ja aiemmin kirjoittamaani identiteettikriisiä. Suurin ongelma CVT-opinnoissa oli kuitenkin sen palapelimäisyys ja keskittyneisyys anatomiaan.

CVT:n tueksi kirjoitettua kirjaa Kokonaisvaltainen äänenkäytön tekniikka (Sadolin 2009) selaillessa huomaa, että tekijä on todella hyvin perehtynyt lauluelimistön toimintaan ja tietää sen toiminnasta kattavasti. Kirja on yli 200-sivuinen tietopaketti siitä, kuinka eri moodit, twang, efektit, rekisterit ja äänenvärit elimistössä tapahtuvat. Tekstit on tuettu fysiologiaa valaisevin kuvin, ja tasaisin väliajoin muistutetaan siitä, että laulajan on aina muistettava, ettei

laulaminen saa sattua. Toisin sanoen: jos laulaminen sattuu, tekniikassa on jokin virhe. Tämä kaikki on positiivista ja hyödyllistä tietoa laulajalle.

Vaikeudet omalla kohdallani alkoivat, kun minulta puuttui niin sanottu perusääni. Muistan ensimmäisen vuoden resitaalipalautteessa erään laulun lehtorimme sanoneenkin haluavansa kuulla minulta perusääntä, vaikka tuolloin en ymmärtänyt, mitä hän sillä tarkoitti. Ihmisellähän voi olla kymmeniä eri ääniä, eikä niistä mikään ole enemmän ”perus” kuin jokin toinen, ajattelin. Nykyäänkään en täysin halua uskoa ”perusäänen” olemassaoloon, vaan korvaan mieluummin käsitteen ”luonnonäänellä”, jolla tarkoitan vapaata, mahdollisimman vähällä työllä minusta ulostulevaa kokonaista ääntä, joka saattaa itsestään vaihdella eri tekniikoiden välillä kappaleen sisällä, vaikei se välttämättä kuulijalle kuuluisikaan.

Tuo luonnonäänen puute aiheutti sen, että tiedostin jatkuvasti, millä moodilla lauloin, mitä fyysisiä töitä se vaati, ennakoisin tietoisesti jokaista moodin vaihtoa tai korkeaa ääntä ja lisäksi suunnittelin ennalta ilmaisun, jota laulu ja näyttelijäntyöllisen hahmoni tarina sisälsi, sillä jos lauloin tunteella, joka virtasi itsestään, äänen toiminta muuttui, jatkuva tiedostaminen omasta kehosta ja moodeista katosi, ja laulaminen muuttui äänielimistöä rasittavaksi. Minun oli pakko valmistaa kaikki huolella ennalta, tai ääni särkyisi. Jännitin ääneni puolesta ja pelkäsin unohtavani jotain, sillä muistettavaa ja tietoisesti kontrolloitavaa oli valtavasti. Vaikka olin ajatellut aluksi olevani onnekas, kun pääsin vihdoinkin tutustumaan lauluelimistön anatomiaan, jota klassisessa laulussa käsittelemme opettajani pedagogisen näkemyksen takia melko vähän, nyt kaikki tuo jatkuva tietoisuus anatomiasta alkoi häiritä minua. Myöskään CVT:n lupaama monipuolisuuden mahdollisuus ei enää kannustanut minua. Koin, että laulaminen oli kolmiulotteisen palapelin kokoamista kilpaa ajan kanssa. Jos jokin pala ei olisi paikallaan juuri oikeaan aikaan, koko rakennelma kaatuisi. Tuntui, kuin olisin itse itseäni ohjaava robotti, jonka ohjelmointi sisälsi yli 200-sivuisen opaskirjan, jonka joka ikinen sivu sisälsi robotin toimimisen kannalta painavaa asiaa. Lisäksi minua alkoi epäilyttää tekniikan vedenpitävyys. Päiväkirjassani on katkelma:

Onko tässä tekniikassa joku vika, kun tuntuu että kaikki puhuvat vain siitä, miten korkealle ne milläkin moodilla pääsee, ja toisaalta tuntuu että monet vain hulluna puskee kroppaansa ja

silti ääni on pieni tai kireä? Ja lisäksi kaikki kuulostaa ihan samanlaisilta, äänistä puuttuu se persoonallisuus, mä en kuule äänenmuodostuksen läpi niitä ihmisiä. Tuntuu kuin kaikki uskois keisarin uusiin vaatteisiin, vaikka keisarilla on jalassaan ainoastaan liian kireät bokserit ja rikkiäiset villasukat... tai upeat päällysvaatteet mutta aluskerrasto puuttuu ja keisari palelee pakkasessa. (Toukokuu 2010.)

Muutos tähän kaikkeen tuli neljännen musiikkiteatteriopintovuoteni syksyllä, jolloin toinen laulun lehtoreistamme sanoi syksylle siirtyneen kolmannen vuoden päättöresitaalini palautteessa olevansa hyvin huolissaan äänestäni. Olin huojentunut, sillä olin itsekin huolissani. Koin, etten hallinnut instrumenttiani enää lainkaan. Onnekseni pääsin vaihtamaan viimeiseksi opiskeluvuodeksi tuolle lehtorille, ja hyvin nopeasti pääsimme kiinni ongelmiin ja vapauttamaan ääneni. Tämä laulunopettaja tunsu hyvin sekä klassista että pop-jazzlaulun tekniikkaa ja pyrki ensin poistamaan minulta palapeliajattelun, johon CVT oli minut ajanut. Opettaja sanoi ensimmäisten tuntiemme aikana usein: laula vain, älä mieti millä äänellä laulat, laula vain. Lisäksi olennainen ero tämän opettajan pedagogiikassa oli mielikuvat, joilla hän pyrki huijaamaan lauluelimistöä toimimaan oikein. Vasta kun lauluelimistö toimi oikein, opettaja kertoi, mitä oikeastaan anatomisesti oli tapahtunut. Kuitenkin olennaista oli, että anatomia jäi kakkossijalle ja mielikuvat irrottivat ääneni kehosta ja päästivät sen soimaan tilaan.

Werbeck-Svärdström on esittänyt jo 1930-luvulla näkemyksen, että laulupedagogiikka nojaa liikaa fyysisiin mielikuviin.

"Esinettä nimeltä ääni" käsitellään monella materialistisesti ajatellulla tavalla: Sitä "pohjataan", "työnnetään", "padotaan", jaotellaan mekaanisesti kuviteltuihin rekistereihin jne. Siitä on tullut "esine", jota ei vapauteta ja avata verhoistaan sisältäpäin, vaan muodostetaan ja muovataan juuri ulkoapäin. (Werbeck-Svärdström 1938, 41.)

On kummallista, että samoihin ongelmallisiin, lihaksia ja ilmaisua kiristäviin metodeihin tukeudutaan niin suuressa määrin edelleen, jos niiden epätoimivuus on todettu julkisesti jo yli seitsemänkymmentä vuotta sitten, ellei jopa paljon aikaisemmin.

Kaksi kuukautta tällä uudella opettajalla käytyäni suurimmat ongelmani olivat tipotiessään. Keväällä lauloin päättöresitaalini, jossa ensimmäistä kertaa vuosiin

nautin laulamista, jossa yhdistelin eri tekniikoita ja tyyllilajeja teatterilaulusta ja musikaalista scat-improvisaatioon ja erään oopperan koloratuuriaariaan, ja josta sain erinomaiset palautteet. Osasin sittenkin laulaa. Laulu piti vain vapauttaa minusta sellaisena, kuin se minusta haluaa tulla.

Vaikka CVT on aiheuttanut minulle vaikeuksia, koen sen nyt auttavan myös jäsentelemään ymmärrystäni laulutekniikoista ja lauluelimistön kokonaisuudesta. Ongelmaksi koen tekniikassa kuitenkin sen, että se unohtaa korostaa lauluelimistön ainoastaan refleksinä toimivia lihaksia ja mielikuvien tärkeyttä anatomian sijaan. Itselläni suurimpana ongelmana lienee ollut, että kun olen pyrkinyt saamaan jotain lihasta oikeaan asentoon, toisin sanoen sellaiseen asentoon, joka on ollut kehossani tottumuksen vastainen, olen joutunut jännittämään myös muita lihaksia, jolloin tuloksena on ollut äänen kireys. Lähtökohtaisesti yritys asettaa äänentuottoelimistö oikeanlaiseen balanssiin lihastyön avulla on siis ainakin minun kohdallani ollut epäedullinen.

Näyttelijä ja laulaja Maria Ylipää kertoo vuoden 2012 *Laulupedagogi*-lehden haastattelussa melko samankaltaisen tarinan kokemuksestaan CVT:n kanssa kuin minä olen kokenut. Ylipää oli aluksi hullaantunut metodista, mutta huomasi pian ”huutaneensa äänensä ihan ruvelle”. Erityisen ongelmalliseksi ja pedagogisesti kyseenalaiseksi Ylipää mainitsee sen, että CVT:ssä vastuu siirtyy pääasiassa laulajalle itselleen. (*Laulupedagogi* 2012, 35.) Voin jakaa Ylipään kanssa näkemyksen siitä, että oppilaan on välillä hyvin vaikea arvioida, milloin äänenkäyttö on tervettä. Vaikka on sinänsä hyvä, että opettaja kysyy, sattuuko laulaminen tai tuntuuko se hyvältä, ”jokaisen kivunsietokyky on erilainen”, kuten Ylipää aiheeseen lisää (*Laulupedagogi* 2012, 35). Itse olin tottunut laulamaan hieman kipeällä äänellä, sillä koko lauluhistoriani ajan olen laulanut kuoroissa, joissa ensinnäkään olen hyvin harvoin kuullut itseäni vieressä ja takana laulavien ääniltä, joten pyrin laulamaan aina vain lujempaa, ja joissa toiseksi laulua ei ole voinut keskeyttää, kun ääni on ollut väsynyt, vaan pienen rasituksen kanssa on oppinut elämään. Ylipäällä tämä kivunsietokyky johti paineistettuun äänenkäyttöön ja hiljalleen äänen rasittumiseen ja käheytymiseen. (*Laulupedagogi* 2012, 38.) Koen itselleni käyneen samoin.

Nykyään Ylipää nojaa laulutekniikkansa Estill Methodiin, jonka kurseja järjestetään Suomessa silloin tällöin. Estill Methodin opettajia ei Suomessa kuitenkaan vielä ole, vaan kurssien opettajat saapuvat ulkomailta. (Laulupedagogi 2012, 39.)

Miksi CVT on Suomessa niin suosittu ilmiö? Luulen tämän johtuvan eniten siitä, että pop/jazz-musiikin ja siis myös -laulun opetusta on annettu Suomessa vasta suhteellisen vähän aikaa, eivätkä Keski-Euroopan ja Yhdysvaltojen tekniikat ole ehtineet tänne vielä saapua. CVT ja Jo Estill -tekniikka (Jo Estill itse asiassa on Cathrine Sadolinin vanha laulunopettaja, joten tämän myötä näissä tekniikoissa on tiettyjä yhteyksiä) lienevät ainoat Suomeen asti tähän mennessä ehtineet rytmimusiikin laulutekniikat. CVT on myös hyvin markkinoitu kokonaisuus, joka sisältää (melko kalliita) CVT-laulunopettajaksi pätevöittäviä muutaman vuoden intensiivikurseja, mikä vaikuttanee paljon sen suosioon. Se on yhdenlainen vaihtoehto mille tahansa suomalaiselle laulupedagogikoulutukselle ilman ammattikorkeakoulun tai yliopiston harmillisia pakollisia kielikurseja, ja muita alaan suoraan liittymättömiä kurseja.

On mielenkiintoista nähdä, mihin CVT-opinnot Suomessa johtavat, ja syrjäyttääkö jokin muu tekniikka tai metodi sen jossain vaiheessa kokonaan. Koska CVT on Suomessa vielä nuori metodi, sen seurauksetkin ovat vielä nuoria. Alkaako kritiikkiä nousta enemmän, kun yhä useampi oppilas alkaa kokea turhautuneisuutta lyhytaikaisia ratkaisuja tarjoavan tekniikan kanssa, vai kehittykö tekniikan opetus nykyisestä? Olisi myös viimein aika saada Suomeen aito arvostus myös afroamerikkalaista ja musikaalilaulua kohtaan, sillä kuten Ylipää toteaa Helsingin kaupunginteatterin Wicked-musikaalin Elphaban rooliin valmistumista varten apurahoja haettuaan: ”Miksi apurahoja ei myönnetä lainkaan musikaalipuolen näyttelijöille, kun taas oopperalaulajat saavat apurahoja jopa ulkomaisiin auditioneihin?” Ylipää haki apurahoja lukuisilta tahoilta saamatta yhtäkään. (Laulupedagogi 2012, 38.) Jos arvostus tätä laulutyyliä kohtaan olisi kohdillaan, ja jos Suomessa ymmärrettäisiin myös afroamerikkalaisen ja musikaalilaulun vaativan erittäin vahvaa tekniikan hallintaa, apurahoilla saataisiin laulunopiskelijoita ja -ammattilaisia lisäkoulutautumaan ulkomaille ja siten tuomaan Suomeen täällä kipeästi kaivattavaa tietotaitoa näiden tyylien laulutekniikoista.

5.4 Palanen omaelämäkertaa: kun elämän dramaattinen käänne ja jazzmusiikki palauttivat minut musiikin alkulähteille

*Tuuli sun laulus luokseni kantoi.
Kaipuun se mulle rintahan antoi.
Laulusi jos uudelleen mä kuulla voisin,
kukkasista kauneimman mä sulle soisin.*

*Laulussa tuulen äänesi kuulen.
Luokseni jälleen saapuvan huulen.
Linnun lailla luoksesi jos lentää voisin,
ikäväsi poistaisin ja onnen toisin.*

*Tuuli sun laulus luokseni kantoi.
Kaipuun se mulle rintahan antoi.
Laulusi kun kauneimman sä lauloit mulle
kukkasista kauneimman mä taitan sulle,*

*taitan sulle sen, kukan hentoisen,
taitan sulle sen.*

(Kolmiääninen kuorolaulu Kukkia, säv. Lajos Bardos (1899–1986), san Laszlo Lukin, suom. Paavo Kiiski.)

Elämässäni tapahtui kolmantena musiikkiteatterin opiskeluvuotena suuri käänne, kun äitini kuoli yllättäen aivoverenvuotoon. Tämä johti siihen, että minimoin koulunkäyntini kyseiseksi kevääksi. Olin uuvuksissa ja keskittymiseni riitti ehkä viidennekseen normaalista. Samoin halusin olla isäni tukena kotikaupungissani. Läheisen kuoleman kohtaaminen antoi kuitenkin myös paljon positiivisia kokemuksia: se palautti minut yksinkertaisten asioiden äärelle ja pakotti minut näkemään itseni positiivisessa, täysin rehellisessä valossa oman äitini tyttärenä ilman ammattitaitoarvioita, ilman mitään muiden ihmisten määritelmiä. Äitini kuoli helmikuisena yönä. Seuraavana aamuna katsoin peiliin ja olin onnellinen nähdessäni peilissä äidin. Tuolta seisomalta kirjoitin listan siitä, mitä kaikkea hyvää olen äidiltä perinyt. Totesin myös hämmentyneenä äidiltäni tulleiden paineiden onnistua ja menestyä olevan nyt poissa, niin raadolliselta kuin tuon oivalluksen tuoma helpotus kuulostaakin. Lista äidiltä perityistä hyvistä ominaisuuksista on minulla edelleen tallessa, ja palaan siihen aina välillä kokiessani turhautuneisuutta tai eksyneisyyttä. Se muistuttaa minua kaikesta siitä, mihin itse asiassa pystyn, ja luo asioiden ympärille elämäni todellisen, laajan perspektiivin.

Kuoleman kohtaamisella oli myös aisteja herkistävä vaikutus. Melkein vuoden ajan näin värit kirkkaampina ja selkeämpinä, kuulin herkemmin, tunsin sekä sydämellä että keholla, haistoin ja maistoin herkemmin. Ymmärsin aistien ja herkkyyden tärkeyden uudelleen myös laulun kannalta. Mitä herkemmin pystyn aistimaan asioita, sitä herkemmin pystyn ilmaisemaan. Aistien herkistymisen myötä herkistyi myös mielikuvitukseni ja intuitioni. Aloin taas uskoa vaistoihini. Kaikki tämä avasi minussa monia henkisiä ja fyysisiä lukkoja, jotka heijastuivat myös oppimiseen ja tavoitteisiini. Samalla musiikkiin palasi mielikuvitus ja herkkyyys. Pääsin takaisin oman musiikillisen tieni syntysijoille, inspiraation lähteille.

Äitini kuoleman avulla ymmärsin, että haluan laulaa, koska se on minulle sekä terapeutista että elämälleni tarkoituksen antavaa. Haluan laulaa, koska laulaminen antaa minulle flow-kokemuksen, se nostaa minut johonkin arkea korkeampaan tilaan ja tekee arjesta juhlan. Haluan laulaa, koska laulu puhdistaa ja selkeyttää asioita: parhaimmillaan siinä ei ole läsnä mitään muuta kuin suuri omalla tavallaan persoonallinen harmonia. Hautajaisissa lauloimme kolmen ystäväni kanssa kauniin unkarilaissäveltäjä Lajos Bardoksen laulun Kukkia, jota olimme laulaneet lauluyhtyeessä jo vuosia. Minulle oli tärkeää saada laulaa äidin hautajaisissa, sillä koin saavani siten puhua hänelle, vaikka hän fyysisesti olikin jo poissa. Yksitellen ystäväni tipahtelivat itkemään, mutta minä lauloin loppuun asti. Laulu lohdutti minua, joka olin hautajaispäivään asti elänyt äidin kuoleman kanssa joka hetki, sen sijaan, että se olisi muistuttanut minua siitä, ettei äitiä enää ole.

Minimoidessani koulunkäyntiä tuoksi kevääksi laulutunnit olivatkin ainoa asia, jota en ollut missään nimessä valmis hylkäämään. Sain siirrettyä kolmannen vuoden työlään paljon keskittymistä sekä dramaturgista, musiikillista ja teknistä työstämistä vaativan resitaalin keväältä vasta seuraavalle syksylle ja ehdotin opettajalleni, että laulaisimme tämän kevään aikana mahdollisimman paljon jazzia. Halusin keskittyä johonkin minua aina kiehtoneeseen ja minulle iloa tuovaan aiheeseen. Muutaman viikon jazzia laulettuamme heitin ilmaan ajatuksen hakea Sibelius-Akatemian jazzosastolle. Tuo päätös on ollut yksi lauluhistoriani parhaita. Opiskelin innoissani jazzteoriaa pääsykokeita varten, ja harjoittelin improvisointia ja jazzfraseerausta. Opettajani antoi minulle erään Sibelius-

Akatemian jazzlaulun opettajan yhteystiedot, ja seuraavana syksynä aloitin jazzlaulun yksityistunnit Helsingissä. Pääsykokeita en läpäissyt, mitä en oikeastaan odottanutkaan, mutta kokemus musisoimisesta huippumuusikoiden kanssa oli palkitseva. Myös palautteet olivat kannustavat ja rakentavat, ja sen takia hain koulutukseen myös seuraavana keväänä, vaikka vielääkään en kokenut olevani koulutukseen valmis enkä päässytkään sisään. Päiväkirjoissani lukee seuraavanlaisia palautteita noilta kahdelta hakukerralta:

Hieno, persoonallinen sopraanosoundi. Korkeat äänet vielä kireitä. Ei yhteydessä bändiin, laulaa turhan soolona. Älä kellu bändin päällä, vaan ota vastuu yhtenä ryhmän tasa-arvoisena jäsenenä. Rohkeita muunnesäveliä. (Kevät 2011, jolloin lauluni perustui vielä CVT:hen.)

Ihanan positiivinen meininki. Heittäytyvää, karismaattista esiintymistä, ilmaisu on hyvä. Ohut soundi häiritsi tulkintaa. Kehittynyt paljon viime vuodesta: hakee synkopointia mut soolossa ei vielä ollut yhteyttä grooveen. Lisää rytmistä käskyä. Scatiin ryhtiä. Melodiset linjat ja rytmit. Vibrato välillä hallitsematon. Kuuntele instrumentalistien melodian tulkintoja ja sooloja, treenaa niitä ja liitä sanat, ja siitä eteenpäin kohti scateja. Niin pääset sisään musaan. (Kevät 2012, kun irrotin itseäni CVT-tottumuksista.)

Minulle nämä palautteet ja nuo kaksi kokemusta todella ammattitaitoisen jazztrion (piano, basso, rummut) kanssa laulamista ovat olleet laulun kannalta mullistavat. Ne ovat muistuttaneet minua seikasta, jota klassista laulua ja etenkin liedejä opiskellessa meille jankutettiin: ei ole olemassa solistia ja säestäjää. On olemassa vain yhdessä tehtävä musiikki, ja tuossa tapahtumassa kaikki muusikot ovat samanarvoisia: heillä on kaikilla yhtä suuri vastuu lopputuloksesta. Jos yksi sooloilee, kokonaisuus kärsii, jos yksi laiskottelee, kokonaisuus kärsii. Jazzlaulu on palauttanut minut muusikkouteeni myös siltä osin, että olen alkanut taas kuunnella musiikin kokonaisuutta ja hakea yhteyttä oman lauluni ja yksityiskohdista muodostuvan kokonaisuuden välillä. Toisin sanoen olen ruvennut kommunikoimaan musiikin kanssa, musiikin kielellä, ja alkanut tunnistaa siitä vivahteita, jotka minulta ovat jonkin aikaa olleet pimennossa, sillä keskittymiseni on suuntautunut eri kohteisiin. Musiikkiteatteri veti minut muutamiksi vuosiksi keskittymään vain lavan tapahtumiin ja omaan ääneeni ja ehkä ensembleen ympärilläni, mutta itse kokonaisuus jäi minulta kuulematta. Osittain tähän yksityiskohtaisen kokonaisuuden kuulemiseen on varmasti auttanut myös

herkkyys ja sisäinen rauha, joita olen äidin kuoleman jälkeen vaalinut. Joka tapauksessa nyt ymmärrän upota musiikkiin, ja tuota mielikuvaa käytän niin eri tyyllilajeihin siirtyessä kuin myös näyttelijäntyössä.

Palautteessa saamani kritiikki omasta äänenkäytöstäni on myös ollut minusta mielenkiintoista ja uusia näkökulmia avartavaa. Huomaan, miten äänenkäytön oppimisen tapahtuma on kuin polku, joka ensin menee vahvasti yhteen suuntaan, sitten toiseen suuntaan ja vasta sitten hiljalleen mutkittelee yhä vähemmän löytäen viimein kultaisen keskipisteen.

6 OPPIMISESTA

Tässä luvussa tutkin vielä oppimisen ilmiötä. Nostan erityisasemaan musiikkiin ja luoviin aloihin vahvasti liittyvän flow-kokemuksen ja sen vaikutuksen oppimiseen ja opitun siirtämiseen kuuluville ja näkyville.

Vaikka oppimisessa kannattaa suosia positiivista ajattelua, myös tiettyjen omien toimintamallien pois jättäminen voi olla viisasta. Tällöin on helppo luopua niiden mukanaan kantamasta taakasta. Kyseessä on filosofialtaan samanlainen itsen vapauttaminen häiritsevistä tottumuksista kuin Alexander-tekniikassa, ja näin tilaa syntyy uudelle, positiiviselle ja rakentavalle toiminnalle ja energialle. Lonka ja Saarinen ovat pieni pilke silmäkulmissaan keränneet listan strategioista, joilla tehokkaimmin estää oppiminen. Listaan kuuluvat seuraavat asiat:

1. Uhriajattelu: ”Olen olosuhteiden, ympäristön ja historiani uhri. Toisissa olosuhteissa olisin voinut oppia ja heittäytyä uusille urille.”
2. Lahjakuusajattelu: ”Vain erityisyksilöt ovat syntyneen onnistumaan”.
3. Egoajattelu: tekemisen henkilöiminen itse sen sijaan, että ne näkisi ulkoisina hankkeina, joita palautteen perusteella voi ja tulee parantaa. Kritiikin ottaminen henkilökohtaisesti.
4. Olemusajattelu: itsen ja ympäristön hahmottaminen muuttumattomien olemusmääreitten kautta: ”Ihminen ei koskaan opi”.
5. Sitten-kun –ajattelu: uskottelu itselle, että voi muuttua ja tulee sen tekemään, mutta vasta tiettyjen ehtojen joskus täytyessä: ”Kun saan säästettyä uuteen autoon, alan panostaa perheeseen”.
6. Delete –näppäin: oppimisimpulssin mitätöinti asettamalla sen esittäjän motiivit kyseenalaisiksi.
7. Älyllistäminen: muuttumisen sijaan vain muuttumisesta puhuminen, oppimishaasteen kätkeyminen käsitteellisen älyn avulla. (Lonka & Saarinen 2000, 111–113.)

6.1 Aivojen toiminnasta

Oppiminen tapahtuu aivoissa, jotka ohjaavat ihmisen kaikkea toimintaa. Hüther vertaa aivoja puuhun, jolla on pyrkimys kasvattaa mahdollisimman paljon oksia ja

jolle parasta lannoitetta on innostus. Aivojen hermosolujen välillä olevat yhteydet rakentuvat, tiivistyvät ja moninkertaistuvat vain, kun ihminen kokee jotakin häntä liikuttavaa, olkoon tunne iloinen, innostunut tai ehkä jopa surullinen.

Pänttäminen ja mekaaninen toisto taas ei Hutherin mukaan tuota oppimista. (Brusin 2012, 48–50.) Laulun opiskelun kohdalla tämä tieto vahvistaa ajatusta siitä, että pieni määrä päivittäistä ajatuksella tehtyä harjoittelua on tehokkaampaa ja hyödyllisempää kuin pitkä mekaaninen ääniharjoitusten tai laulujen toisto.

Hutherin mukaan ihmistä motivoi myös vahvasti yhteyden tunne (Brusin 2012, 50). Jos laulunopiskelija edistyy, on hyvä saada kuulla se myös opettajalta ja muilta kuulijoilta. Jos positiivista palautetta ei koskaan tule oppimisesta huolimatta, kehossa tapahtuu sama reaktio kuin fyysisen kivun aikana (Brusin 2012, 50). Toisaalta turha pähäntaputtelukaan ei vastanne yhteyden kokemusta, sillä jos oppilas ei itse rehellisesti koe edistyvänsä, hänen luottamuksensa edistymistä vakuuttavaan opettajaan vähenee. Sekä oppilaan että opettajan on siis oltava ehdottoman rehellisiä laulun oppimisen suhteen, ja opettajan on aidosti välitettävä laulajasta ja hänen äänestään, jotta oppimista todella tapahtuisi. Hüther mainitseekin tärkeimmiksi oppimisen tukipilareiksi oppilaan kutsumisen, rohkaisun ja jopa inspiroimisen kokemaan jotakin koskettavaa. Rohkaista ja inspiroida voi kuitenkin vain, jos uskoo, että se mihin toista rohkaistaan, on mahdollista toteuttaa. (Brusin 2012, 50.)

6.2 Intuitiosta, uteliaisuudesta ja luovuudesta oppimisen välineinä

Omalla oppimistielläni intuitio ja luovuus ovat olleet tärkeimpiä oppimista helpottavia välineitä. Intuition avulla olen muun muassa oivaltanut yhteyksiä eri oppimisalueideni välillä ja siten pystynyt soveltamaan jo osattua tietotaitoa kehitteillä olevaan taitoon. Intuitio on myös ollut vahvassa yhteydessä oman itsen jaksamisen ja kehon kuunteluun. Se on myös saattanut hälyyttää kilpailevasta ilmapiiristä saaden minut vetäytymään kilpailusta jo ennen kuin olen tietoisesti ymmärtänyt, mitä ympärilläni tapahtuu.

Luovuus ja uteliaisuus ovat myös tärkeitä oppimisen työkaluja. Kuten Saarinen ja Lonka toteavat, *tieto kasvaa itsestään, kun sillä täytyy tehdä jotain* (Lonka & Saarinen 2000, 108). Utelias ihminen ahmii informaatiota, ja luova ihminen

käyttää sitä. Yhdistelmä on tehokas. Gardner (1995) huomauttaa kolmesta luoville yksilöille tunnusomaisesta piirteestä, joita ovat pohdinta (asioiden tarkastelu ajatuksellisesti), taito voimistaa vahvuuksiaan, ja kyky uudelleenpaketoida epäonnistumiset (Lonka & Saarinen 2000, 265). Näillä luovilla piirteillä myös negatiiviset kokemukset voi kääntää rakentaviksi ja löytää niistä uutta edelleen käytettävää informaatiota. Omasta mielestäni on korostettavan arvoista, ettei luovuuden tarvitse tai pidäkään kuulua siis vain taideteoksen valmistamisen pariin, vaan sitä voi käyttää myös laajemmin, mikä toki usein heijastuu edelleen myös tehtävään taiteeseen.

6.3 Flow-kokemus

--flow nostaa elämän kulun uudelle tasolle. Vieraantuminen väistyy osallistumisen tieltä, ikävystymisen tilalle tulee ilo, avuttomuus muuttuu hallinnan tunteeksi ja psyykinen energia toimii itseä vahvistavasti sen sijaan että se hukkuisi palvellessaan ulkoisia päämääriä. Kun kokemus on palkitseva, elämä saa oikeutuksensa nykyhetkessä sen sijaan että se olisi jonkin oletetun tulevan hyödyn panttivankina. (Csikszentmihalyi 1990, 109.)

Csikszentmihalyi (1990) on tutkinut useamman vuosikymmenen ajan flow-kokemusta eli tilaa, jossa ihminen nauttii olemassaolostaan ja kokee syvää iloa. Tällaisille hetkille hän on antanut nimityksen ”optimaalinen kokemus”. Tila on tuttu lähes kaikille luovaa työtä tekeville tai sitä ihaileville, urheilijoille, uskossa oleville ja kulinaristeille. Se on myös läsnä ihmisen seksuaalisessa elämässä ja lasten leikeissä. Joskus sen voi kokea myös keskellä arkiaskareita, luonnossa kulkiessa tai haastavaa työtä tehdessä.

Laulunopiskelussa tämänlaisten kokemusten merkitys on suuri. Mitä enemmän flow-kokemuksia laulussa kokee, sitä onnellisemmaksi laulu ihmisen tekee ja sitä enemmän hän haluaa harjoitella ja oppia. Samalla myös kehon ja psyyken taistelu laulamisen herättämiä tuntemuksia vastaan vähenee. Itselläni flow-kokemus on syynä koko laulunopiskeluun ja myös kiinnostukseen eri tyyllilajeja kohtaan. Koska flow-kokemus aiheuttaa onnellisuutta ja innostusta tai jopa liikutusta, se saa myös aikaan uusien yhteyksien rakentumista aivojen hermosoluissa, toisin sanoen sillä on vahva myötävaikutus oppimiseen. Aiemmin laulussa koettu flow-

kokemus myös kannustaa jatkamaan silloin, kun opiskelussa on meneillään henkisesti rankempi, syystä tai toisesta vähemmän palkitseva vaihe.

Optimaalinen kokemus saavutetaan, kun kahdeksan osatekijää toteutuvat:

1. Tehtävä on sellainen, joka on mahdollista suorittaa loppuun.
2. Tekemiseen voi keskittyä niin, että toiminta ja tietoisuus sulautuvat yhteen ja ihmisen koko potentiaali on käytössä. Tehtävän on oltava sopivan haastava.
3. Tehtävällä on selkeät tavoitteet.
4. Tehtävästä saa välitöntä palautetta.
5. Ihminen toimii keskittyneenä mutta ponnistuksetta. Tällöin keskittymistä eivät häiritse arkielämän huolet ja pettymykset.
6. Iloa tuottavan kokemuksen aikana ihminen tuntee toimintansa olevan hänen omassa hallinnassaan. Ihminen ei koe pelkoa epäonnistumisesta.
7. Tietoisuus itsestä katoaa mutta palaa entistä voimakkaampana flow-kokemuksen jälkeen.
8. Ajan käsitys katoaa. (Csikszentmihalyi 1990, 82.)

Olennaista on flow-kokemuksessa on sen *autoteelisuus*, eli se, että kokemus on päämäärä sinänsä, sytyttää tekijänsä ja tekee toiminnasta sisäisesti palkitsevaa. Autoteelinen kokemus nostaa elämän tähän hetkeen. Se muuttaa hallitsemattomuuden tunteen hallinnan tunteeksi ja psyykkisen energian ihmistä itseään vahvistavaksi sen sijaan, että energia jäisi palvelemaan vain ulkoisia päämääriä. (Csikszentmihalyi 1990, 107, 109.) Toisin sanoen autoteelinen kokemus palauttaa ihmisen elämään kokonaisuutena ja tyytyväisenä tässä ja nyt.

Csikszentmihalyi pohjustaa flow-kokemuksen toimintaa esittämällä, että ihmisen tietoisuus on rajallinen. Hän esittää, että tietoisuus on *tietoisesti säädeltyä informaatiota*: tapahtumat, jotka muodostavat tietoisuuden – ”asiat” joita näemme, tunnemme, ajattelemme ja kaipaamme – ovat informaatiota, jota voimme käsitellä ja käyttää. (Csikszentmihalyi 1990, 50.)

Kaikkea tätä informaatiota pitävät kasassa ja järjestyksessä *aikomukset*, jotka syntyvät tietoisuudessa aina, kun ihminen huomaa kaipaavansa jotakin tai haluavansa suorittaa jotakin (Csikszentmihalyi 1990, 51). Jos informaatioita tulee

tietoisuuteen liikaa, ne alkavat tunkea toisiaan ulos eivätkä enää tule tunnistetuiksi ja käsitellyiksi (Csikszentmihalyi 1990, 53). Siksi se tieto, jonka päästämme tietoisuuteemme, on äärettömän tärkeää: itse asiassa juuri se määrää elämämme sisällön ja laadun (Csikszentmihalyi 1990, 55).

Tietoisuuteen pääsevää informaatiota säätelee *tarkkaavaisuuden prosessi*. Tarkkaavaisuus on ihmisen omassa hallinnassa olevaa voimaa, ja siksi Csikszentmihalyi ehdottaakin sen näkemistä psyykkisenä energiana, ihmisen tärkeimpänä työkaluna tehtävässä, jonka päämääränä on kokemuksen laadun parantaminen. (Csikszentmihalyi 1990, 60.) Tarkkaavaisuuden avulla ihminen arvottaa aikomuksiaan ja valikoi, mitä niistä toteuttaa; toisin sanoen tarkkaavaisuuden avulla ihminen valikoi, mitä informaatiota hän päästää tietoisuuteensa ja minkä jättää sen ulkopuolelle.

Tästä päästään ”itsen” löytämiseen, jonka itse koen olevan laulussa äärimmäisen tärkeää, sillä se auttaa oman äänen löytämisessä: kun laulajana on ”minä itse” eikä tehty illuusio itsestä, ääni voi virrata vapaasti ja ilmaista jotain aitoa ja henkilökohtaista. Csikszentmihalyin mukaan ”itse” on se voima, joka aistii, tiedostaa ja aikoo, ja jonka läpi kaikki informaatio elämän aikana kulkee. Se ei ole vain ihmisen oma käsitys itsestä, vaan jotain paljon syvällisempää ja moniulotteisempaa. Koko omaa itseä on ihmisen vaikea kokonaisuudessaan tiedostaa, sillä sen sisältämä informaatiomäärä on valtava. Oppimisen ja kehittymisen kannalta on huomionarvoista ymmärtää, että itsen ja tarkkaavaisuuden välillä seuraa tietty syyn ja seurauksen kausaalisuus: tarkkaavaisuus muovaa itseä, joka puolestaan muokkaa tarkkaavaisuutta. (Csikszentmihalyi 1990, 61–62.)

Tietoisuuskaan ei siis ole vain staattinen järjestelmä. Sen tekijöiden välillä tapahtuvat prosessit muokkaavat sitä ja samalla ihmisen kokemusten laatua, persoonaa ja taitoja. Tietoisuuteen voi vaikuttaa joko haitallisesti aiheuttamalla siihen epäjärjestystä, tai rakentavasti eli tietoisuutta järjestäen.

Psyykkinen epäjärjestys, josta Csikszentmihalyi käyttää nimitystä *psyykkinen entropia*, tarkoittaa tilaa, jossa informaatio joko on jollain tavalla ristiriidassa aikomusten kanssa tai jopa estää ihmistä toteuttamasta aikomuksiaan. Psyykkisen

entropian ihminen voi tuntea esimerkiksi ahdistuksena, tuskana, kateutena, pelkona, raivona tai levottomuutena. Kaikki nämä epäjärjestyksen tuntemukset pakottavat tarkkaavaisuuden suuntautumaan vääriin kohteisiin niin, ettei ihminen ole enää vapaa käyttämään sitä oman valintansa mukaan. Tällöin psyykkinen energia muuttuu hajanaiseksi ja tehottomaksi. Sitä vastoin psyykkisen entropian vastakohta, tietoisuuden järjestys, on juuri *flow*-tila, optimaalinen kokemus. Saavuttaakseen mahdollisimman järjestäytyneen tietoisuuden ja samalla optimaalisen kokemuksen ihminen joutuu ”kamppailemaan” psyykkistä epäjärjestyksestä aiheuttavien tekijöitä vastaan, oman itsen puolesta.

(Csikszentmihalyi 1990, 64–68.) Tämä vaatii epäjärjestyksestä aiheuttavien tekijöiden tunnistamista. Laulunopiskelutilanteessa sellaisia voivat olla omat kotoa tai menneisyydestä nousevat asenteet, oppilaan kanssa eri aaltopituudella oleva tai pedagogisesti taitamaton opettaja, tai vaikkapa negatiivisesti käyttäytyvät muut opiskelijat. Kun psyykkisen entropian aiheuttaja on tunnistettu, oman itsen puolesta on mahdollista kamppailla joko pyrkimällä muuttamaan omia asenteita tai esimerkiksi vaihtamalla toiseen opettajaan. Oman itsen puolesta kamppailu vaatii myös omien arvojen tuntemista, jotta valinta siitä, mitä informaatiota tietoisuuteen päästää, olisi rakentava.

On korostettavan tärkeää ymmärtää, että tässä yhteydessä kamppailu-termillä on positiivinen ja henkinen sävy, eikä se siis yleensä tarkoita suoranaista taistelua muiden ihmisten tai ilmiöiden kanssa, vaan esimerkiksi itsekuria jonkin päämäärän saavuttamisessa, esimerkiksi jonkin kappaleen harjoittelussa.

Flow-kokemuksen paras anti sen syvää onnellisuutta lisäävän ominaisuuden ohella on, että sen seurauksena itsen järjestys on aikaisempaa *kompleksisempi*. Tämä on seurausta kahdesta laajasta psykologisesta prosessista, *differentiaatiosta* (joka on liikettä kohti ainutlaatuisuutta, sitä mikä erottaa meidän muista) ja *integraatiosta* (joka taas tarkoittaa liittymistä muihin ihmisiin, ajatuksiin ja kokonaisuuksiin, jotka ovat itsen ulkopuolella). Differentiaatio tapahtuu flow’n seurauksena, koska haasteista selviäminen saa aina aikaan sen, että ihminen tuntee itsensä entistä pystyvämmäksi ja taitavammaksi. Integraatio taas tapahtuu, koska syvän keskittymisen tilassa tietoisuudessa vallitsee yleensä hyvä järjestys: ajatukset, aiomukset, tunteet ja kaikki aistit suuntautuvat samaan päämäärään. Tällaisen vaiheen jälkeen ihminen tuntee olevansa entistä enemmän ”yhdessä”, ei

ainoastaan sisäisesti vaan myös suhteessa muihin ihmisiin ja maailmaan. Kun nämä kaksi vastakkaista suuntaa onnistuu yhdistämään, on saanut aikaan kompleksisen itsen. (Csikszentmihalyi 1990, 71–72.)

Kompleksisuus-termi yhdistetään useimmiten negatiiviseen yhteyteen, mutta tässä yhteydessä sen merkitys on positiivinen. Jotta merkitys tulisi oikein ymmärretyksi, on helpoin selittää, mitä kompleksisuus ei ole. Csikszentmihalyi kirjoittaa:

Itse, joka on vain eriytynyt mutta ei integroitunut, voi ylittää kyllä suuriin saavutuksiin, mutta on samalla itsekeskeisen egoismin rämeikköön. Samalla tavoin ihminen, jonka itse perustuu pelkästään integraatioon, on kyllä yhteydessä muihin ja kokee turvallisuutta, mutta häneltä puuttuu itsenäistä yksilöllisyyttä. Vain silloin, kun ihminen käyttää yhtä paljon psyykkistä energiaa kumpaankin prosessii välttämällä sekä itsekkyyttä että mukautumista itse voi toimia kompleksisesti. (Csikszentmihalyi 1990, 72.)

Mitä hyötyä kompleksisuudesta sitten on? Se kasvattaa ihmistä itseään ”laajentaen” tätä sisältäpäin. Csikszentmihalyi huomauttaa, että paradoksaalisesti käy niin, että ihminen kasvaa entisestään toimiessaan vapaasti, toiminnan itsensä eikä ulkoisten motiivien vuoksi.

Kun valitsemme tavoitteen ja suuntaamme siihen kaikki voimamme keskittymiskyvyn rajoille asti, saamme iloa kaikesta, mitä teemme. Ja maistettuaamme tätä iloa haluamme kaksinkertaistaa ponnistuksemme voidaksemme maistaa sitä uudelleen. (Csikszentmihalyi 1990, 72.)

Tämä yhdistää flow-kokemuksen hermeneuttisen kehän ja oppimisen ilmiöön lisäten siihen positiivisen tunteen.

Itselleni flow-kokemuksen rakenteeseen ja itsen kompleksisuuteen tutustuminen avasivat uudenlaisen ymmärryksen moneen minua askarruttaneeseen pulmaan. Kompleksinen itse on avain siihen, miten voin olla ”monta” olemalla silti yksi. Flow-kokemus selittää minulle myös tehokasta tapaa harjoitella nuorempana musiikin seurassa hengaten. Sen ymmärtäminen tarjoaa mielestäni myös erinomaiset eväät opettamiseen, ja omalla kohdallani siitä on ollut hyötyä esiintymisjännityksen poistamisessa.

6.4 Laulun opiskelusta ja hyvästä laulopedagogiikasta

Kuten jo aiemmassa tekstissä on tullut ilmi, laulaja on psykofyysinen kokonaisuus, ja siksi myös laulunopiskelu on yksilöllinen tapahtuma, johon vaikuttavat monet tekijät ja voimat. Siksi opettajan vastuu on suuri, ja on tärkeää, että oppilas saa vain sen verran informaatiota, että hän kykenee sitä soveltamaan jo olemassa olevaan osaamiseensa. Tätä ajatusta tukee myös Wurgler kirjoittaessaan, että samalla kun opiskelija saattaa olla tietoinen hyvin monenlaisista pulmista musiikissa, jota hän laulaa, hän voi keskittyä vain yhteen psykomotoriseen tehtävään kerrallaan (Wurgler 1997). Osaamista ei ole kuitenkaan vielä ole kerran tai parin onnistuminen, vaan taidon pitää olla selkärangassa.

Toisaalta on otettava huomioon myös oppilaan motivaatio kappaleen suhteen. Csikszentmihalyita lainaten, *merkittäviä eivät ole vain tilanteen "todelliset" haasteet, vaan ne, joista henkilö on tietoinen. Sitä, miltä meistä tuntuu, eivät ratkaise taidot, joita meillä todella on, vaan ne, joita uskomme itsellämme olevan.* (Csikszentmihalyi 1990, 118–19.) Tällä tavoin oppilas voi edistyä suuriakin askeleita tasoaan paljon vaikeammallakin kappaleella, jos hän uskoo itse selviävänsä siitä ja on motivoitunut valmistamaan kappaletta. Opettajan on osattava lukea ja kontrolloida tilannetta ja oppilaan motivaatiota tarkasti ja harkiten, tarpeeksi tilaa antaen, mutta pitäen huolta, että oppilas ei riko ääntään ja opi vääränlaisia tottumuksia.

Laulun opiskelussa opettajan ja oppilan yhteistyö on siis tärkeää. Opettajalla on siinä suurin vastuu, ja parhaat opettajat kykenevät antamaan oppilailleen myös itseoppimisen välineitä:

Opiskelija kiinnittää enemmän huomiota sisältöön ja sisällön saavuttamisen prosessiin, jos hän ajattelee että hän joutuu opettamaan asiasisällön jollekin toiselle. Itse asiassa hän todella tekee sen; harjoitushuoneessa "se toinen" on hän itse. Tehokkaat opettajat eivät vain opeta sisältöä, vaan myös opettavat opiskelijalle miten oppia opiskelemaan asiasisältö. (Wurgler 1997.)

Wurgler korostaa myös, että opettaminen ei ole vain kuuntelemista ja arvostelemista: hänen mukaansa tehokkaat opettajat ymmärtävät spiraalimaisen syklin, jonka on tapahduttava, jotta oppiminen tapahtuisi (Wurgler 1997).

Wurgler tähdentää myös opettajan ja oppilaan tehtävien eroja, joissa molemmissa kulkevat mukana myös arviointi ja palaute. Hänen mukaansa opettajan malli on "suunnittele – tee – arvioi", ja opiskelijalle on harjoittelun käytännöksi asetettu malli "aseta päämääriä – harjoittele – arvioi". Tämän arvioinnin tulee olla suhteessa oppilaan omaan oppimistiehen. Wurgler jatkaa, että arvioinnin tulee olla objektiivista, jatkuvaa ja monipuolista. Opettajan tulee ylläpitää opiskelijan kehittymistä jokaisella tunnilla, jokaisessa harjoituksessa tai esityksessä. (Wurgler 1997.)

Koska laulun oppiminen on hyvin yksilöllinen tapahtuma, keskustelulla on siinä tärkeä asema. Wurgler esittää asian näin:

Luodessaan itsenäisiä oppijoita opettajan tulee "pystyttää tikapuut", järjestää oppimiskokemuksia jotka saavat opiskelijan tajuamaan ja soveltamaan käytäntöön tietoa, ratkaisemaan musiikillisia ongelmia, luomaan tai valitsemaan vaihtelevia musiikillisia "vastauksia". Pohjana tälle prosessille on kasvatuksellinen sananparsi "opettaminen ei ole kertomista". (Wurgler 1997.)

Hänen mukaansa yhtenä opettajan metodina tuleekin olla kyselytekniikka. Joillakin kysymyksillä on täsmällinen vastauksensa, kun taas jotkut ovat avoimia kysymyksiä tai kysymyksiä, jotka vaativat monentasoisia vastauksia. Tällä tavoin oppilas pääsee löytämään vastaukset itse, ja oppiminen perustuu oivallukseen eikä ulkoa oppimiseen. Samoin kokonaisvaltaiseen oppimiseen Wurgler uskoo päästävän, kun oppimiseen käytetään kaikkia oppilaan aisteja. Opetus tähdentyy siihen, että opettaja innostaa oppilaan näkemään musiikin arvostettavana taiteena ja vaikuttamaan opetettavasta musiikista. (Wurgler 1997.)

6.4.1 Harjoittelusta

Oppilaan tehtävä on harjoitella. Oikeanlaisen harjoittelun osaaminen on tärkeää, sillä vääränlainen harjoittelu saattaa aiheuttaa esiintymisjännityksiä ja pahoja rasitusvammoja. Motley tuo esille esiintymisorientaation (esiintyjän käsityksen

keskeisimmästä tehtävästään lavalla) vaikutuksen esittäjään. Hänen mukaansa esiintymisorientaation voi hahmottaa janaana, jonka toisessa ääripäässä on ”suoritusorientaatio” ja toisessa ”kommunikaatio-orientaatio” (Motley 1991, 85–104). Jos harjoittelu perustuu suoritusorientaatioon, jonka ajatuksen mukaan esittäminen vaatii erityistaitoja, sama tapa tehdä musiikkia siirtyy myös esiintymistilanteeseen, joka tuolloin väistämättäkin on paineistettu. (Arjas 2010, 321–322.)

Joukamo-Ampuja ja Heiskanen (2007) ovat keränneet Sibelius-Akatemian internetsivuille harjoitteluoppaan, joka tuo esille opiskelun fyysisen ja psyykkisen ergonomian, riittävän tauotuksen, hyvän nesteytyksen, kehon lämmityksen ja loppuverryttelyn, ajatustyön ja suunnittelun tärkeyden. Vaikeat, suurta keskittymistä vaativat harjoitukset kannattaa tehdä parhaaseen harjoitusaikaan, ja helpommat muina aikoina. Kirjoittajat muistuttavat, että aivojen optimaalinen oppimiskapasiteetti on keskimäärin neljä tuntia vuorokaudessa. (Sibelius-Akatemia > Tiedätkö soiton harjoittelusta riittävästi? 2.4.2013.) Oppaassa kannustetaan myös käyttämään opiskelupäiväkirjaa, joka on itselleni ollut tärkeä oppimisväline, sillä sen avulla olen kyennyt muistuttamaan mieleen aiemmin oivaltamiani asioita sekä sanallistamaan kokemuksiani, joiden avulla olen voinut kysyä opettajaltani tarkentavia kysymyksiä ja siten oppia saaden kulkea minulle luonnollisesti syntyvää oppimisreittiä. Oppimispäiväkirjan avulla pystyy myös näkemään omat vahvuudet, seuraamaan omaa edistymistään ja toteamaan edistymistä helpottavia ja vaikeuttavia tekijöitä (Sibelius-Akatemia > Tiedätkö soiton harjoittelusta riittävästi? 2.4.2013).

Itselleni laulajana oleellista on ollut myös fyysisen harjoitteluympäristön edes jonkinasteinen miellyttävyys. Mitä miellyttävämpi tila on, sitä kauemmin siellä viihtyy. Jos tila on ahdas, pimeä ja hapeton, keskittymiskyky häiriintyy helpommin, ja viihtymättömyys vaikuttaa myös negatiivisesti omaan laulamiskokemukseen. Pieni tila on minusta vaikuttanut ahdistavalta varsinkin belttausta tai klassista laulua vaativissa kappaleissa, joissa tuntuu, että suuri ääni ei mahdu tilaan. Myös oma kuulo saattaa olla pienessä tilassa kovaa laulaessa koetuksella, sillä ääni kimpoilee takaisin hyvin läheltä. Pieniä harjoittelutiloja voi parantaa pehmentämällä niiden akustiikkaa matoilla ja akustiikkalevyillä (Sibelius-Akatemia > Tiedätkö soiton harjoittelusta riittävästi? 2.4.2013).

7 YHTEENVETO

Eri tyyllilajien opiskelu ja pyrkimys omaksua musiikillisia taitoja monipuolisesti ei ole vain mahdollista, vaan jopa suotavaa. Mitä laajempi ja monipuolisempi on ihmisen tieto ja mitä innokkaammin ihminen opiskelee, sitä kompleksisemmaksi hänen minuutensa tulee, ja sitä laajemmassa mittakaavassa hän kykenee näkemään muun muassa ilmiöiden yhteyksiä toisiinsa ja toimimaan viisaammin ja rakentavammin. Lisäksi eri tyyllilajit voivat tukea toisiaan, esimerkiksi yksi muusikon rytmiikan tarkentajana, toinen jonkin lauluteknisen taidon antajana. Itse oivalsin tutkimusta tehdessäni, miten paljon voisin hyödyntää musiikillista osaamistani tanssissa ja soveltaa ymmärrystäni äänen liikkeestä kehon liikkeeseen. Mitä syvemmin tuntee kaikkia musiikin lajeja ja mitä monipuolisemmin osaa käyttää omaa instrumenttiaan, sitä luovempaa ja hauskeempaa kaikki tekeminen on.

Monipuolinen laulunopiskelu vaatii paljon sinnikkyyttä ollen rakentavaa myös ihmisenä kasvamisen kannalta, sillä se usein tavalla tai toisella suorastaan pakottaa epäitsekkyteen, positiiviseen nöyryyteen, äärimmäiseen rehellisyyteen itselle ja muille sekä omiin syvempiin arvoihin, toiveisiin, pelkoihin ja niistä johtuviin käyttäytymismalleihin tutustumiseen. Eri tekniikoilla ergonomisesti laulamaan oppiminen opettaa myös kaikesta turhasta irrottamista.

Laulun oppiminen on paljon muuta kuin anatomian hallitsemista, ja vaikka anatomian toimintaan on jossain vaiheessa hyödyllistä tutustua, siihen ei saa keskittyä liiaksi, sillä laulu on osittain refleksi, joka syntyy valtavasta määrästä erilaisia hyvin pieniä lihas- ja hermoliikkeitä, joita kaikkia ei voi tiedostaa ja kontrolloida yhtä aikaa. Mielikuvilla elimistö saadaan huijatuksi toimimaan oikein, ja toistolla tämä oikea lihastyöskentely saadaan jäämään hyväksi tottumukseksi. Myös musiikki itse voi toimia elimistön huijaajana ja saada jonkin lauluteknisen asian toimimaan.

Eri tyyllilajien omaksuminen vaatii monipuolisen laulutekniikan lisäksi paljon musiikin teorian ja historian opiskelua, jotta korva harjaantuu kuulemaan pienet tyyllilajien ja niiden alalajien ilmiöiden sävyerot ja jotta muusikko pystyy itse tuottamaan tyylin estetiikan ja sääntöjen mukaista musiikkia.

Parasta tulosta eri tyyllilajien omaksumisessa saa aikaan, jos pitää yllä positiivista rakentavaa asennetta ja välttää liikaa kilpailua, itsen vertailua toisiin ja muuta negatiivista asennoitumista. Myös opettajalla on vastuu positiivisen rakentavan hengen ylläpitämisessä laulunopiskelussa, sillä laulun oppiminen on oppilaan ja opettajan yhteistyön tulos. Jotta lauluinstrumentin saa toimimaan, tärkeintä on oppia vapauttamaan oma persoonallinen ääni niin, että oli tekniikka mikä tahansa, lauluelimistö toimii ergonomisesti. Tämä vaatii oman äänen ja oman itsen hyväksymistä sellaisena kuin se on, ja omien vahvuuksien tunnistamista sekä näin ollen myös laulunopettajan antamaa tukea prosessissa. Vasta itsensä hyväksytyään pystyy muuttamaan omia toimintatapojaan ja arvojaan, sillä vasta sitten näkee kokonaisuuden, jossa muutettavat tottumukset ovat. Jos itseään ei hyväksy kokonaisuena, psyyke jatkaa tiettyjä tottumuksenmukaisia kamppailujaan ja niiden kautta pitää yllä myös fyysisiä kireyksiä estäen oman äänen ja ilmaisun vapautumisen.

Tutkimusta tehdessäni huomasin valtavan innostukseni tutkimiseen, jota olin kaivannut jo useamman vuoden ajan. Huomasin, että etenkin musiikkiteatteriopintojen aikana informaatiota piti sulatella niin paljon ja niin erilaisista lähtökohdista, että aikaa ilmiöiden tutkiskelulle ja sen kautta suurille oivalluksille ei ollut. Tämän kautta totesin tutkivan, laulupedagogiikassa kyselytekniikassa esille tulevan työtavan käytännössä toimivaksi. Oma tuntemukseni oli, että näin oppimistapahtumaan osallistui koko ”oma itse”, ei vain osa minusta. Huomionarvoista on myös, että tutkimustyötä tehdessä uuden oppiminen tapahtui juuri ajattelun ja luovan, intuitiivisen sanallistamisen, ei harjoittelun kautta. Tämä vahvistaa vapaan ajattelutyön ja muistiinpanojen tekemisen merkitystä oppimisessa.

Tutkimus herätti minussa myös kysymyksiä: miten arvostusta monipuolisuuden mahdollisuuksia kohtaan voisi parantaa? Mikä on tällä hetkellä oman sukupolveni ja sitä hieman vanhempien nuorten laulupedagogien tila: olisiko mahdollista, että kentällä yhä enemmän pyrittäisiin hyödyntämään monipuolista, eri laulutyyyleistä ja tekniikoista periytyvää tietoutta ja taitoa? Onhan laulupedagogiikassa ja muussakin taidepedagogiikassa nykyään huomioitu enemmän ilon ja muiden liikuttavien tunteiden valtavaa positiivista merkitystä oppimiseen? Entä mikä on alani työnantajien tilanne? Näkevätkö he monipuolisuudessa mahdollisuuden, vai

pitäydytäänkö esimerkiksi musikaaliroolituksissa mieluummin selkeissä yhden tekniikan todella vahvasti osaavissa äänissä, joita kovasti arvostan, mutta joita itseen edusta?

Omaelämäkertatekstejä kirjoittaessani huomasin taipumukseni käyttää symboliikkaa. Aloin miettiä, liittyykö symbolinen ajatteluni juuri vahvaan musikaalisuuteen ja saamaani musiikkikasvatukseen instrumenttiopintojen ja koulun myötä. Joka tapauksessa aloin arvostaa tätä piirrettä itsessäni, sillä juuri sen avulla pystyin sanallistamaan kokemuksia ja oivalluksia, jotka muuten olisivat jääneet ehkä ikuisiksi ajoiksi piilotajuntani syövereihin.

Huomasin myös itse tutkimuksessa hakeutuvani flow-tilaan ja ärsyyntyväni, jos jouduin katkaisemaan flow-tilan esimerkiksi lähtemällä töihin. Teatterityössä keskittyminen näyttelemiseen tuntui häiriintyvän monen flow-tilassa vietetyn musiikin tutkimispäivän jälkeen, sillä aivot jatkoivat edelleen musiikillisten asioiden prosessointia. Tämän sekä monen muun oppimistielläni kokemani tilanteen perusteella voin todeta eri tyyllilajien opiskelun vaativan aikaa, itselle sopivan aikataulutuksen luomista ja mahdollisuuden paneutua yhteen tai kahteen asiaan kerrallaan, jotta oppimiskokemus saisi syventyä rauhassa. Samassa yhteydessä voin myös todeta erään olennaisen ja loogisen seikan: monipuoliseksi laulajaksi kasvaminen vaatii vuosien ja taas vuosien työskentelyä ja pitkäjänteisyyttä. Toisaalta ihanaa tuossa työskentelyssä onkin nimenomaan se, että koskaan ei voi tulla valmiiksi, ja uusia tiedon ja taidon yhdistelymahdollisuuksia syntyy jatkuvasti lisää. Juuri oppimisen ilo on monipuoliseksi halajavan ihmisen kantava voima.

Lopuksi haluan jakaa erään muutaman vuoden takaisen symbolisen oivallukseni, joka mielestäni sopii hyvin tiivistämään tutkimustyöni tulokset:

Mitä tutumpi maisema on, sitä kauempaa näkee saman kuin mitä näkisi läheltä. (Oppimispäiväkirja, 25.7.2010.)

LÄHTEET

Kirjalliset lähteet:

Arjas, P. 2010. Esiintymisjännitys Teoksessa J. Louhivuori & S. Saarikallio (toim.) Musiikkipsykologia. Jyväskylä: Atena, 311–325.

Batta, A. (toim.) 1999. Ooppera. Säveltäjät – Teokset – Esittäjät. Köln: Könnemann Verlagsgesellschaft mbH.

Borg, K. 1972. Suomalainen laulajanaapinen. Helsinki: Kirjayhtymä.

Brusin, T. 2012. Pysy lähellä, lennä kauas. Voi hyvin 7/ 2012, 48–50.

Csikszentmihalyi, M. 1990. Flow. Tutkimuksia onnesta, siitä kun kaikki sujuu. Helsinki: Rasalas Kustannus.

Eerola, T. & Saarikallio, S. 2010. Musiikki ja tunteet. Teoksessa J. Louhivuori & S. Saarikallio (toim.) Musiikkipsykologia. Jyväskylä: Atena, 259–278.

Hirsjärvi, S., Remes, P. & Sajavaara P. 1997. Tutki ja kirjoita. 6.-8. painos. Helsinki: Kirjayhtymä.

Honkanen-Korhonen, R. 1997. Ääni. Teoksessa T. Hautamäki (toim.) Laulajan opas. Rytmii-instituutin julkaisuja A4, 47–56.

Kalliomäki, T. 2007. Näyttelijäntyyön kurssimateriaali. Lahden ammattikorkeakoulu, Musiikki- ja draamainstituutti.

Korpisaari, K. 2012. Maria Ylipää kaipaa lisää musikaalilaulun asiantuntemusta Suomeen. Laulopedagogi 2012, 35–40.

Kurkela, K. 1994. Yksityisen ja yhteisen rajalla. Musiikin esittämisen emotionaalisista ja kognitiivisista ulottuvuuksista. Teoksessa R. Ojala (toim.) Esiintyjä – taiteen tulkki ja tekijä. Porvoo: WSOY, 77–115.

Lehtiranta, E. 2004. Musiikin korkeammat oktaavit – ääni ja musiikki meissä ja maailmankaikkeudessa. Helsinki: Dialogia Oy.

- Lehtonen, K. 2010. Musiikki ja psykoanalyysi. Teoksessa J. Louhivuori & S. Saarikallio (toim.) Musiikkipsykologia. Jyväskylä: Atena, 237–258.
- Levitin, D. J. 2006. Musiikki ja aivot. Ihmisen erään pakkomielteiden tiedettä. Suom. T. Paukku. Helsinki: Terra Cognita.
- Mattila A. & Nyysönen S. 2001. Filosofian ydin. Porvoo: WSOY.
- Motley, M. 1991. Public speaking anxiety qua performance anxiety: A revised model and an alternative therapy. Teoksessa M. Booth-Butterfield (toim.) Communication, cognition and anxiety. Newbury Park: Sage.
- Saarikallio, S. 2010. Musiikin tunnemerkit arkielämässä. Teoksessa J. Louhivuori & S. Saarikallio (toim.) Musiikkipsykologia. Jyväskylä: Atena, 279–293.
- Saarinen, E. & Lonka, K. 2001. Muodonmuutos. Avauksia henkiseen kasvuun. 2. painos. Helsinki: WSOY.
- Sadolin, C. 2009. Kokonaisvaltaisen äänenkäytön tekniikka. Suom. J. Mäntyjärvi. Kööpenhamina: Shout Publishing.
- Saraste, P. 2006. Suuntana vapaus. Alexander-tekniikan perusajatuksia. Laulaminen ja äänenkäyttö Alexander-tekniikan valossa. Kuopio: Kuopion Alexander-tekniikka.
- Stanislavski, K. 2011. Näyttelijäntyö. Suom. K. Repo. Helsinki: Tammi.
- Stravinski, I. 1962. Musiikin poetiikka. Suom. I. Oramo. Helsinki: Otava.
- Tevajärvi, M. 2009. Näyttelijäntyön kurssimateriaali. Lahden ammattikorkeakoulu, Musiikki- ja draamainstituutti.
- Toiviainen, P. 2010. Havainnon mallintaminen. Teoksessa J. Louhivuori & S. Saarikallio (toim.) Musiikkipsykologia. Jyväskylä: Atena, 123–136.
- Vaali, K. 1997. Ääni-instrumentti ja sen rakenne. Teoksessa T. Hautamäki (toim.) Laulajan opas. Rytmii-instituutin julkaisuja A4, 9–18.

Werbeck-Svärdström, V. 1969. Lauluäänen koulutustie – tie katarsikseen laulutaiteessa. Helsinki: Suomen antroposofinen liitto.

Weston, J. 1996. Näyttelijän ohjaaminen. Kuinka luoda vaikuttavia esityksiä televisioon ja elokuvaan. Helsinki: Nemokustannus.

Suulliset lähteet:

Mikkola, A. 2012–2013. Jazzmusiikin historian luennot, Sibelius-Akatemia.

Paakki, R. 2012–2013. Jazzmusiikin improvisaation ja teorian perusteiden luennot, Sibelius-Akatemia.

Price, L. 2012. Jazzmusiikin historian luento, Sibelius-Akatemia, 16.10.2012.

Simanainen, M. 2011–2012. Jazzlaulun yksityistunnit.

Internet-lähteet:

Laulupedagogit ry:n kotisivut: Artikkelit: Wurgler P. S. 1997. Suom. E. Heinonen. Laulupedagogiikka. Laulutaiteenopetuksen opetusprosessi. [Viitattu 4.4.2013.] Saatavissa: <http://laulupedagogit.suntuubi.com/?cat=25>

Ritva Eerolan kotisivut. [Viitattu 10.3.2013.] Saatavissa: <http://www.provoce.suntuubi.com/?cat=1>

Sibelius-Akatemia: Akustiikan perusteet. [Viitattu 8.3.2013.] Saatavissa: <http://www2.siba.fi/akustiikka/>

Sibelius-Akatemia: Tiedätkö soiton harjoittelusta riittävästi? [Viitattu 2.4.2013.] Saatavissa: <http://www2.siba.fi/harjoittelu/>

Tampereen yliopisto: Johdatus viestintätieteisiin: Hermeneutiikka. [Viitattu 15.3.2013.] Saatavissa: <http://viesverk.uta.fi/johdviest/tutkhistoria/hermeneutiikka.html>.

Audiovisuaaliset lähteet:

Brel, J. 1984, *Laulusi elää, Brel!* Helsinki: Polarvox.

Dilbèr & Paananen, I. 1992, *Dilbèr*. Helsinki: Ondine.

Kvalda 2004, *Kvalda*. Omakustanne.

Loiri, V-M 1990, *Seitsemän kertaa*. Helsinki: Flamingo Music

Mattila, K. & Saraste J-P 2000, *Karita Live!* Helsinki: Ondine.

McRae, C. 1984, *For Lady Day*. Yhdysvallat: Novus.

The Real Group 2005, *In The Middle Of Life*. Tukholma: Virgin.

Schwartz, S. 2003, *Wicked – Original Cast Recording*. Lontoo: Decca

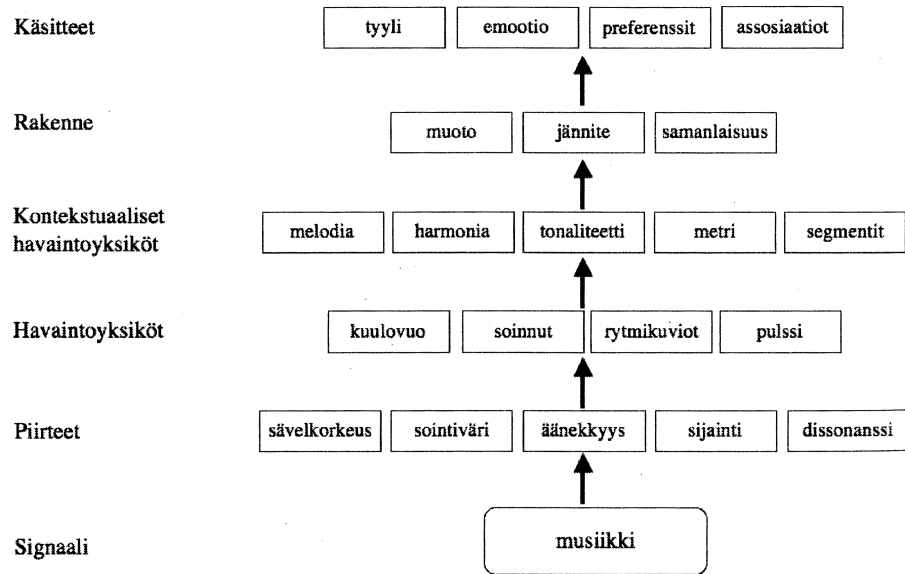
LIITE 1

Musiikkinäytteet.

1. Dvorak: Laulu kuulle (oopperasta Rusalka). Laulaja: Karita Mattila.
2. Hannikainen: Miksi laulat lintuseni. Laulaja: Dilber.
3. Schwartz: Defying Gravity (musikaalista Wicked). Laulaja: Idina Menzel.
4. Brel: Ala vetää vaan. Laulaja: Susanna Haavisto.
5. I'm gonna Lock My Heart and Throw Away the Key. Laulaja: Carmen McRae.
6. Kvalda: Yökyöpelä. Laulaja: Aili Ikonen.

LIITE 2

Musiikin prosessointitasot -kaavio (Toiviainen 2010, 124).



LIITE 3

Laulajan keskeinen äänentuottoelimistö kuvana.

