

Jenina Vähäpukkinen

TUTKIMUSMATKA OMAAN ÄÄNI-ILMAISUUN

**Konsertin ääni-ilmaisun ja tulkinnan analysointia
Complete Vocal Techniquen avulla**

**Opinnäytetyö
CENTRIA-AMMATTIKORKEAKOULU
Musiikin koulutusohjelma
Huhtikuu 2016**

TIIVISTELMÄ OPINNÄYTETYÖSTÄ

| | | |
|--|------------------------------|--|
| Centria-ammattikorkeakoulu Kokkola-Pietarsaari | Aika Huhtikuu 2016 | Tekijä/tekijät Jenina Vähäpukkinen |
| Koulutusohjelma Musiikki | | |
| Työn nimi TUTKIMUSMATKA OMAAN ÄÄNI-ILMAISUUN. Konsertin ääni-ilmaisun ja tulkinnan analysointia Complete Vocal Techniquen avulla | | |
| Työn ohjaaja Riitta Kossi | Sivumäärä 20 | |
| Työelämäohjaaja | | |
| <p>Opinnäytetyö toteutettiin taiteellisena pohjautuen keväällä 2015 esitettyyn konserttiin. Konsertissa kuultiin yhdeksän pääosin pop/rock -henkistä naisäänelle sävellettyä kappaletta. Opinnäytetyön kirjallisessa osuudessa käsiteltiin äänenmuodostusta; miten ihmisen luonnollinen ääni syntyy ja mikä koneisto ihmisen sisällä saa aikaan äänen. Opinnäytetyössä tuotiin esiin myös erilaisia äänenkäyttöön liittyviä ongelmia ja kerrottiin, mitkä niitä aiheuttavat.</p> <p>Opinnäytetyö on vahvasti kokemuksellinen ja omakohtaisuus kulki rinnalla läpi työn. Konsertin kappaleet toteutettiin Complete Vocal Technique -menetelmää (CVT) hyödyntäen ja tässä työssä esiteltiin kyseisen tekniikan kehittäjä, sekä tekniikan perusperiaatteet. Lisäksi kerrottiin, miten siitä on ollut apua aiemmin ääniongelmista kärsineen laulajan äänenmuodotuksessa.</p> <p>Opinnäytetyössä esiteltiin kolme konsertissa kuultua kappaletta syventyen niiden tulkinnalliseen puoleen, tekniseen toteutukseen ja harjoitusprosessiin.</p> | | |
| Asiasanat CVT, konsertti, moodit, tulkinta, twang, äänihäiriö, äänenkäyttö, äänenmuodostus, äänen väri | | |

ABSTRACT

| | | |
|--|---------------------------|--------------------------------------|
| Centria University of Applied Sciences Kokkola-Pietarsaari | Date April 2016 | Author Jenina Vähäpukkinen |
| Degree programme Music pedagogue | | |
| Name of thesis A JOURNEY TO ONE'S VOICE EXPRESSION. Analysis of vocal expression and interpretation of the concert using the Complete Vocal Technique | | |
| Instructor Riitta Kossi | Pages 20 | |
| Supervisor | | |
| <p>This is an artistic thesis work and it was based on a concert, which was presented in spring of 2015 in Kokkola. The concert consisted of nine mostly pop / rock -genre songs which were composed for the female voice. The written part of the thesis work discusses with vocal technique; how the human natural sound is generated and what mechanism inside the human body causes sound. The thesis also presents the various voice control problems and their causes.</p> <p>The thesis was experiential and personal experience ran alongside throughout the work process. The concert implemented with the Complete Vocal Technique (CVT), and the theses presented the developer of the technique and her work, as well as the basic principles of this technique. In addition, the thesis reported how the thesis helped the singer with voice problems.</p> <p>The thesis presented three concert pieces focusing particularly on their interpretative side, but also the technical implementation and training process. The thesis demonstrated the kind of help that the CVT has provided for the implementation of the concert.</p> | | |

ABSTRACT

Key words

concert, CVT, moods, timbre, tone color, twang, vocal, voice disorders, voice production

KÄSITTEIDEN MÄÄRITTELY

Huokoinen Neutral-moodi, Kiinteä Neutral-moodi tullaan esittelemään tekstissä ja ne kirjoitetaan tarkoituksella isolla alkukirjaimella.

Pysytäkseen tuottamaan Curbing-, Overdrive- ja Edge-moodeja oikein, on oltava täsmällinen vokaalien ääntämisessä. Tulen työssäni kertomaan, mitä näillä moodeilla tarkoitetaan, mutta moodien esimerkkivokaaleiden ääntämisellä tarkoitan seuraavaa:

I äännetään kuten sanassa "siima".

I/E kuten englannin sanassa "sit" (suomen "i"- ja "e"-vokaalien väliltä)

E kuten sanassa "Eeva"

Ä kuten sanassa "ääni"

U kuten sanassa "uuni"

O/U kuten englannin sanassa "woman" (suomen "o"- ja "u"-vokaalien väliltä)

O/Ö kuten englannin sanassa "so" ("ö-mäisempi" kuin suomen "o"-vokaali)

A kuten sanassa "aamu"

Ö kuten sanassa öljy

A/O kuten englannin sanassa "hungry" (suomen "a"-, "o"- ja "ä"-vokaalien väliltä)

O kuten sanassa "joo"

Tekstissä esellään Neutral-, Curbing-, Overdrive-, ja Edge-moodit. Moodien nimet on jätetty englanninkielisiksi yhdenmukaisuuden ja keskinäisen ymmärrettävyyden vuoksi.

Metallinen ääni:

CVT-metodissa metallisella äänellä tarkoitetaan voimakasta ääntä, joka kuulostaa kovalta, raa'alta ja suoralta. (Sadolin 2011, 81.)

TIIVISTELMÄ

ABSTRACT

SISÄLLYS

| | |
|---|----|
| 1 JOHDANTO | 1 |
| 2 IHMISEN LUONNOLLINEN ÄÄNI | 2 |
| 2.1 Äänenkäyttöön liittyvät ongelmat..... | 3 |
| 2.2 Omat kokemukset | 4 |
| 3 COMPLETE VOCAL TECHNIQUE (CVT) | 6 |
| 3.1 Moodit | 7 |
| 3.1.1 Neutral-moodi..... | 8 |
| 3.1.2 Curbing-moodi | 10 |
| 3.1.3 Overdrive-moodi..... | 10 |
| 3.1.4 Edge-moodi..... | 11 |
| 3.2 Äänen väri..... | 12 |
| 4 OPINNÄYTEKONSERTTI | 13 |
| 4.1 Travelin' Soldier | 14 |
| 4.2 I Don't Believe You..... | 15 |
| 4.3 Ihmisen kuvat | 16 |
| 5 POHDINTA..... | 19 |
| LÄHTEET..... | 20 |

1 JOHDANTO

Laulaminen on ollut iso osa elämäni aina. Esiinnyin yleisöille ja kilpailin jo ennen kuin osasin edes lukea. Laulaminen oli minulle luonnollista ja helppoa, kunnes varhaisteini-iässä havahduin ensimmäisiin ääniongelmiin. En pystynyt laulamaan korkeita nuotteja, mistä johtuen aloin kuromaan ääntäni väärällä tekniikalla ja sen seurauksena minulle muodostuivat äänihuulikyhmyt. Vuoden puheterapiajakson jälkeen kyhmyt laskivat, mutta vuosien päästä ongelma uusiutui, kun jouduin silloisessa työssäni käyttämään ääntäni haastavassa, tässä tapauksessa meluisassa ja vetoisassa, ympäristössä. Ääniongelmistani huolimatta en ikinä halunnut lopettaa laulamista, mutta tilanteestani johtuen jouduin välillä olemaan pitkiäkin jaksoja laulamatta, sillä ääntä ei yksinkertaisesti tullut.

Vuonna 2010 pääsin opiskelemaan laulua Centria-ammattikorkeakouluun, jonka aikana tutustuin viimeisimmän laulunopettajani kautta Complete Vocal Techniquen (suom. Kokonaisvaltaisen äänenkäytön tekniikka), eli CVT-metodin maailmaan. Kyseinen tekniikka on ollut laulunopiskeluni ja äänenkäyttöni kulmakivi ja antanut vastauksia moniin mieltä askarruttaviin kysymyksiin liittyen äänenkäytön tekniikkaan. Sitä kautta olen päässyt oppimaan äänenmuodostusta uudella, selkeällä ja ennen kaikkea terveellä tavalla.

Opinnäytetyössäni tuon esille, miten ihmisen luonnollinen ääni syntyy, käsittelen erilaisia äänenkäyttöön liittyviä ongelmia ja avaan CVT-metodia; mitkä ovat sen kolme peruseräatetta ja mitä ovat moodit, joihin koko tekniikka pohjautuu. Kokemuksieni takia omakohtaisuus kulkee tietopohjan rinnalla koko ajan ja kokemuksieni takia halusin perehtyä aiheeseen. Opinnäytetyöni on taiteellinen ja sen osana on konsertti, johon päätin laulunopiskeluni ammattikorkeakoulussa keväällä 2015. Konsertissa esitin kaiken kaikkiaan yhdeksän kappaletta, joita työstin CVT-metodia hyödyntäen. Avaan myös kolmen konsertissa esittämäni kappaleen harjoitusprosessia, niiden teknistä toteutusta ja tulkinnallista puolta.

2 IHMISEN LUONNOLLINEN ÄÄNI

Ihmiselle on ajan saatossa kehkeytynyt halu ja kyky viestittää asioita äänen ja puheen välityksellä. Luonnolliset toiminnot, kuten nauru, itku, yskiminen tai haukottelu ovat aiheuttaneet paineenmuutoksia kurkunpäässä, josta on aiheutunut ääntelyä. Ääntely puolestaan on kehittynyt sanoiksi ja puheeksi. Puheen eri vivahteet ja äänentasot ovat saaneet aikaan laulun. (Vaalio 2002, 9.)

Vanhan uskomuksen mukaan laulu ja soitto olivat alkujaan osa maagista kanssakäymistä luonnonvoimien kanssa. Musiikin on oletettu kehittyneen jopa ennen puhetta, ja sen uskotaan syntyneen luonnon äänien ja eläinten ääntelyiden jäljittelystä. Laulun, tanssin ja soittimien keksiminen on ollut merkittävä tekijä myös esi-isiemme parinmuodostuksessa ja musiikin uskotaan jopa olleen ensimmäinen tekijä tiellä, joka on erottanut ihmisen eläimestä. Ihminen keksi työkalut ja tulen, mutta musiikin sanotaan olleen ajoittain jopa tultakin tärkeämpi. (Saha 1999, 6.) Sitä, että musiikkia olisi käytetty ilmaisumuotona jo ennen puhetta, puoltaa myös musiikkiterapian professori Jaakko Erkkilä [2005] Jyväskylän yliopistosta. Hän muistuttaa, että äidit ovat aina äännelleet vauvoilleen ja äänillä on ollut erilaisia merkityksiä jo ennen, kuin sanat muodostuivat. Puheen kehittyessä kohti täsmällisiä ilmaisuja, sen emotionaalinen puoli köyhtyi. Musiikissa tämä puoli on tallella ja siksi jokainen tarvitsee sitä. (Valamies 2005.)

Laulajaa kuunnellessa tulee harvoin ajatelleeksi, miten ääni oikeastaan syntyy, mitä kaikkia osatekijöitä äänen tuottoon tarvitaan ja miksi jokaisen ihmisen ääni kuulostaa erilaiselta. Vielä vähemmän kuulija osaa ehkä kuvitella sitä työmäärää, jonka laulaja on tehnyt, ennen kuin hän on tullut yleisön eteen kuultavaksi. Äänentuotto ja -hallinta vaatii instrumentin ja sen toimintatekniikan hyvää tuntemusta, mutta koska laulajan instrumentti on lähes kokonaan piilossa, sitä ei voida tutkia ulkoa päin.

Monilla linnuilla on erityinen äänentuottoon erikoistunut elin, syrinx, jonka ainoa tehtävä on tuottaa ääntä. Ihmisellä tällaista elintä ei ole, joten äänen tuottamistehtävää hoitaa niin sanottu äänielimistö. Äänielimistö muodostuu keuhkoista, kurkunpäästä ja nenäväylästä (nasaaliväylä) sekä suuväylästä (oraaliväylä). Jokaisella äänielimistön elimellä on oma alkuperäinen

tehtävänsä; esimerkiksi kurkunpään päätehtävä on äänenmuodostus, mutta alun perin nieleminen, yskiminen ja oksentaminen. Jokaisen elimen toiminta siis muuttuu niiden ollessa äänelimistön osina tuottamassa ääntä. (Honkanen-Korhonen 2002, 47.)

Ääni on äänihuulivärähtelyn ja resonanssin yhteistulos; ilman virratessa ulos keuhkoista, se kohtaa äänihuulet saaden ne värähtelemään, jolloin syntyy niin sanottu alkuääni. Ääni kulkee keuhkojen kärjistä sieraimiin ja huuliin ulottuvan monimuotoisen ontelon läpi, jota kutsutaan resonanssitilaksi. Siellä ääni kasvaa ja muuntuu ennen kuin se tulee suusta ja nenästä ulos. (Honkanen-Korhonen 2002, 48.)

Jokaisella ihmisellä on oma sointi äänessä, joka säilyy tunnistettavana läpi elämän. Voimme pitkälti itse hallita omaa sointiväriämme, vaikkakin siihen vaikuttavat usein hallitsemattomasti erilaiset tunnetilat ja hormonaaliset kehon tilaan vaikuttavat tekijät. Yksi väistämätön muutos on äänenmurros. Äänenmurroksessa äänihuulilihakset kasvavat, ääni madaltuu ja kurkunpää laajenee. Pojilla laulaminen käy yleensä mahdolliseksi murrosvaiheessa, mutta tytöillä äänelimistön rakenne muuttuu niin vähän, ettei sitä pidetä esteenä laulamiseksi. Tyttöjenkin on kuitenkin otettava huomioon kasvavien ja kehittyvien luu- ja lihasrakenteiden hentoisuus. Jotta ääni pysyisi terveenä, on vältettävä suuren äänen tuottamista. (Roivainen 2004, 52, 121.)

2.1 Äänenkäyttöön liittyvät ongelmat

Vaikka osaisimme teknisesti käyttää ääntämme oikein, emme aina voi välttyä ulkoisilta rasituksilta, kuten vaikkapa flunssan tuomilta haitoilta tai stressiltä. Fyysinen kipu ja rasitus muuallakin kuin äänentuottoelimistössä saattavat myös tuoda ongelmia äänenkäyttöön.

Äänihäiriöt jaetaan kahteen ryhmään: elimellisiin (orgaanisiin) ja toiminnallisiin (funktionaalisiin) äänihäiriöihin. Ensisijaisesti häiriöt ovat usein toiminnallisia, mutta jos ongelmiin ei puututa, ne voivat kehittyä elimellisiksi häiriöiksi. Elimellisiä äänihäiriöitä muodostuu, kun kurkunpään limakalvot ja muut ympäröivät kudokset alkavat punoittaa ja turvota, tai niihin muodostuu ylimääräisiä kasvannaisia, esimerkiksi kyhmyjä. (Vaali 2002, 15.)

Syitä näiden kasvannaisten muodostumiselle on lukuisia; esimerkiksi tulehdus, allergiat, jotkut lääkkitykset, vatsahappojen nousu kurkunpäähän eli refluksi, ulkoiset ärsykkeet, kuten savu, sekä flunssan jälkitilat ja kurkunpääntulehdus (akuutti laryngiitti). Turvotus puolestaan

johtaa äänen käheytymiseen ja voimattomuuteen. Äänen käheytyminen syynä on useimmiten juuri kurkun kuromista aiheuttava liiallinen tai vääränlainen lihasjännitys, joka johtuu väärästä tekniikasta puhuessa tai laulaessa. Syynä voi olla myös jo edellä mainittu stressi tai tunnekuuhu. Turvotuksen äänihuulissa voi aiheuttaa myös äänihuulten limakalvon kuivuminen. Tämän voi havaita usein esimerkiksi aamuisin ns. ”aamuäänestä”, kun koko yön on hengittänyt sisään ja ulos – ehkä jopa suu auki. (Vaali 2002, 17; Sadolin 2011, 216, 220.)

Kun ääni on poissa, helposti jokainen meistä sortuu voimistaneeksi sitä väkisin, jolloin lihakset joutuvat tekemään ylimääräistä työtä ja äänen tuottoelimistöön kehkeytyy lisäjännitystä. Nämä estävät äänihuulisulkua, jolloin niiden välistä pääsee liikaa ilmaa ja ääni kuulostaa vuotoiselta. Liiallisella kurkunpäättä sulkevien lihasten käytöllä voi olla kohtalokkaita seurauksia. Pahimmassa tapauksessa käheytyminen syynä voi olla seuraavat elimelliset syyt, eli jo aiemmin mainitut rakenteelliset muutokset, kuten äänihuulikyhmyjen esiaste, kysta, polyyppi, äänihuulten sisäinen verenvuoto tai jopa erittäin harvinainen hermovaurio. (Sadolin 2011, 216.)

Jos käheys jatkuu pitkään, on syytä hakeutua äänenhuoltoon erikoistuneen kurkkutautien erikoislääkärin tai foniatrin puoleen. Ensihoito äänen käheyteen on aina totaalinen puhekielto, mutta mikäli kyhmyjä havaitaan, voidaan niitä hoitaa puheterapialla. Puheterapeutin teettämällä harjoituksilla on tarkoitus lievittää kyhmyjen oireita tai hävittää kyhmyt kokonaan. Ääritapauksissa ne joudutaan poistamaan leikkauksella. (Vaali 2002, 15; Sadolin 2011, 218.) Lepo on siis aina ensisijainen lääke käheytyneeseen ääneen ja mahdollisten äänihuulikyhmyjen hoitoon. Koskaan ei ole suositeltavaa edes kokeneen opettajan jatkaa työskentelyä pysyvästi käheän oppilaan kanssa, vaan aina edellytetään erikoislääkärin kannanottoa hoitoon. (Kotila 2006, 16.) On muistettava, että lauluääni on erittäin herkkä ja vaikutusaltis instrumentti.

2.2 Omat kokemukset

Itselläni ensimmäiset ääniongelmät alkoivat jo ala-asteen loppupuolella. Olin siihen asti laulanut mitä vain, mistä sävellajista tahansa, kirkkaalla ja terävällä soinnilla. Ääni tuli luonnostaan, ilman puskemista, kunnes eräänä päivänä huomasin kesken kappaleen harjoittelun, etten päässytäkään korkeimpaan nuottiin. En halunnut ”ohentaa” ääntäni, joten tein tyypillisen

virheen lähtemällä kuromaan ääntä kurkulla. En osannut puuttua ongelmaani siinä vaiheessa ja jatkoin laulamista väärällä tekniikalla, eli lähinnä ilman oikeaoppista tukea, jolloin rasiitin äänihuuliani kadottaen ylä-äänit täysin. Pääsin foniatriin vastaanotolle, joka havaitsi äänihuulissani kyhmyn alkuja. Äänihäiriöni olivat siis ehtineet kehittyä tässä vaiheessa jo elimellisiksi. Sain lähetteen puheterapiaan, jossa opin erilaisia ääni- ja hengitysharjoitteita, sekä kurkunpään rentoutusta. Vuoden puheterapia- ja ääniharjoitusjakson jälkeen kyhmyt olivat laskeutuneet, eikä leikkausta tarvittu.

Aikuisiällä ääniongelmat kuitenkin palasivat työskennellessäni kylmässä, vetoisassa ja ennen kaikkea meluisassa ympäristössä. Jouduin työtehtävieni puolesta käyttämään ääntäni paljon ja jälleen kohtalokkain seurauksin. Ääneni oli kateissa kuukausia, eikä puhumisestakaan tullut mitään. Sain jälleen lähetteen kurkkulääkärille ja sitä kautta foniatrille, joka toistamiseen havaitsi äänihuulissani turvotusta ja kyhmyn alkuja. Onnekseni olin juuri päässyt sisään ammattikorkeakoulun musiikkipedagogilinjalle ja sain aloittaa ensimmäistä kertaa elämässäni laulutunnit ja sitä kautta laulunopettajani avustuksella harjoittelemaan tervettä laulutekniikkaa. Tunneilla koin ääneni pikkuhiljaa toimivan, mutta en osannut hyödyntää kaikkia saamiini ohjeita koulun ulkopuolella. Esimerkiksi tuki- ja hengitysasiat jäivät minulle aina hieman oudoiksi käsitteiksi ja leukani jäykkyyteen ei koskaan puututtu kunnolla, enkä näin ollen itsekään ymmärtänyt sitä suureksi ongelmaksi silloin.

Vasta kahden viimeisen opiskeluvuoteni aikana, kun pääsin tutustumaan viimeisimmän laulunopettajani kautta Complete Vocal Technique -metodiin (CVT), tuntui laulunopiskelu ensimmäistä kertaa elämässäni selkeältä ja koin saavani juuri tämän metodin kautta paljon työkaluja, joilla käyttää ääntäni vapautuneemmin, terveesti ja monipuolisesti. CVT-metodissa kaikelle on oma nimensä ja selkeä harjoitusmenetelmä ja se sopi minunlaiselleni oppijalle täydellisesti. Etenimme vaihe kerrallaan työstäen ensin CVT-metodin peruseräitä, alkaen juuri tuesta ja hengityksestä, sekä leuan jäykkyydestä, joka oli ollut ennen tätä yksi iso ongelmani, sitä itse tietämättä.

3 COMPLETE VOCAL TECHNIQUE (CVT)

Complete Vocal Technique (CVT), suom. Kokonaisvaltaisen äänenkäytön tekniikka, on tanskalaisen Cathrine Sadolinin kehittämä lähestymistapa laulunopetukseen. Sadolin on itse ammattilaulaja ja maailman johtavia lauluäänen tutkijoita, joka on perehtynyt laulamisen erityyililajeihin 25 vuoden ajan. Hän on erikoistunut lauluäänen ongelmien ratkaisuun, väsyneen äänen kuntoutukseen ja laulutekniikan opetukseen kaikissa eri musiikin tyyleissä. Tämän kyseisen menetelmän tekniikoita voidaan käyttää siis kaikissa laulutyyeissä ja siitä on apua jokaiselle ihmisäänestä kiinnostuneelle, oli kyseessä sitten vasta-alkaja tai kokenut ammattilainen.

CVT-metodilla on kolme peruseriaatetta: *tuki, perus-twang ja leuan eteen työntymisen, sekä huulten jännittämisen välttäminen*. Näiden hallitseminen on oleellisen tärkeää, jotta koko äänialaa pystyy käyttämään tehokkaasti, sekä laulamaan pitkiä fraaseja selkeällä ja voimakkaalla äänellä ilman äänen käheytymistä.

Tuella käytännössä vastustetaan reaktiota, jossa pallea pyrkii luontaisesti päästämään hengitetyn ilman ulos keuhkoista. Vyötärön seudun ja ylävatsan lihakset työntyvät laulaessa ulospäin samalla kun alavatsan lihakset vetäytyvät sisäänpäin. Liike on jatkuvaa ja tasaista ja selkälihakset jännittyvät. Lannelihasten pyrkimys on vetää lantiota taaksepäin, kun taas vatsalihakset pyrkivät vetämään sitä eteen ja ylöspäin. Näiden välinen jännite on tärkeä osa tukea. Tuen on oltava jatkuvaa, kestävää ja tasaista vastavoimaa niin kauan, kuin ääntä tuotetaan. Tukea tulee lisätä vasta, kun se on välttämätöntä ja sitä kannattaa säästää erityisesti haastaviin kohtiin, kuten esimerkiksi korkeisiin ääniin ja fraasien loppuihin. On muistettava, että tuki on raskasta fyysistä työtä, joten laulajalle on eduksi olla hyvässä kunnossa. (Sadolin 2011, 15.)

Ilman tukea äänentuottaminen ei siis ole tervettä. Kuten luvussa 2.1 mainittiin, ääni jää kurkuun ja tuloksena on kurominen, jonka aiheuttaa liiallinen tai vääränlainen lihasjännitys. Jokaisen, joka käyttää ääntään paljon, on syytä tarkkailla ja keskittyä tuen käyttöön myös puhuessa.

Perus-twangin tavoitteena on, että lauluääni kirkastuu ja äänentuottamiseen käytettävä ilmanmäärä vähenee ja näin ollen äänenvoimakkuus suurenee. Perus-twang on välttämätön, jotta laulaja pystyy yhdistelemään eri tekniikoita oikein ja äänenkäyttö olisi vapaata ja helppoa. Äänihuulten yläpuolella on suppilon muotoinen alue, jota kutsutaan kurkunpään eteiseksi (vestibulum laryngis). Twang muodostuu, kun tätä kurkunpään eteistä supistetaan. Tällöin kannurustot siirtyvät lähemmäksi kurkunkannen alaosaan ja tuloksena on edellä mainittu kirkas ja tiivis ääni. Kun ääni on tiivis, eli siinä ei ole mukana ilmaa, on mahdollista laulaa myös voimakkaammalla äänellä. Perus-twang on oltava aina äänessä mukana, jotta tekniikoita voidaan käyttää oikein ja lauluääntä pystytään käyttämään helposti ja vapaasti. (Sadolin 2011, 15.)

CVT-metodin kolmas peruserä on leuan eteen työntämisen ja huulten jännittämisen välttäminen. Jos laulaja työntää laulaessaan leukaa eteen ja jännittää huuliaan, tapahtuu kurkussa kuromista ja äänihuulet kärsivät. Laulaessa alaleuan tulisi aina olla taaempana kuin yläleuan. Myös vokaaleiden muodostamisessa tulee olla huolellinen; niiden muodostamisen tulee tapahtua ensisijaisesti kielen avulla, muuttamatta suun muotoa ja jännittämättä huulia liikaa. Useimmat konsonantit muodostetaan kaventamalla ääntöväylää ja jännittämällä huulia, mutta niihin ei tule jäädä pitkäksi aikaa. Kun ne äännetään nopeasti, ne eivät ehdi vaikuttaa äänen laatuun. (Sadolin 2011, 16.)

Kuten jo luvussa 2.2 kerroin, yksi ongelmani äänenkäytössä on ollut juuri leuan jäykkyys. Hyvä keino opetella ulos tästä väärästä tavasta on laittaa etusormen pää ylähampaiden taakse, jolloin leuka pysyy rentona ja kontrollissa. Opin laulutunneilla myös harjoittelemaan fraaseja ensin kokonaan ilman konsonantteja. Keskityin vain leuan rentouteen, tukeen ja perus-twangiin ja lauloin pelkillä vokaaleilla. Kun onnistuin tässä ja koin, että tekniikka iskostui, lisäsin vähitellen konsonantit. Tämä harjoitusmetodi auttoi unohtamaan leuan jännittämisen ja näin huomio laskeutui leuasta vatsanseudulle, eli tukeen, jossa sen kuuluukin olla.

3.1 Moodit

CVT-metodissa puhutaan neljästä eri äänimoodista, joita käytetään äänenvoimakkuuden ja -laadun hallintaan. Ne ovat ikään kuin ”vaihteita”, joista laulaja voi valita, millä laulaa ja laulaja voi vaihdella niitä mielensä mukaan. Nämä moodit ovat nimeltään Neutral-moodi, Curbing-

moodi, Overdrive-moodi ja Edge-moodi. Näillä jokaisella moodilla on omat rajoituksensa, omat etunsa ja luonteensa, kuten esimerkiksi se, millä voimakkuudella tai miten ylös tai alas kullakin moodilla on turvallista ja tervettä laulaa. Moodien väliset erot johtuvat äänen metallisuuden määrästä. Ongelmat lauluäänessä johtuvat usein siitä, ettei moodeja käytetä oikein. On siis tärkeää oppia hallitsemaan jokainen moodi ja oppia vaihtelevaan niitä vapaasti. Moodeja tulee harjoitella erikseen ja eri tavoin ja jokaisen moodin kohdalla on aina muistettava edellä mainitut kolme peruseriaa, eli tuki, perus-twang, sekä vältettävä leuan eteen työntymistä ja huulten jännittämistä. (Sadolin 2011, 16.)

On hyvin yleistä, että moodeja harjoitellaan imitoimalla joko omaa laulunopettajaa tai hakeamalla vaikutteita äänensävyyn joltain artistilta. Mallioppiminen on hyvästä, mutta on aina muistettava, että jos laulaminen tuntuu epämukavalta tai sattuu, se on lopetettava välittömästi. Laulamisen ei saa koskaan missään tilanteessa tuntua kipeältä. Jos näin on, tekee varmasti jotain väärin.

3.1.1 Neutral-moodi

Neutral-moodi on ainoa ei-metallinen moodi. Ei-metallisuudella tarkoitetaan tässä tapauksessa äänen sävyä, jonka luonne on pehmeä ja hiljainen. Neutral-moodi on ainoa moodi, jossa ääni saa olla huokoinen ja vuotava, eli äänen sekaan saa päästää ilmaa lauluääntä kuitenkin vahingoittamatta. Huokoisella Neutral-moodilla on toinen ääripää, Kiinteä Neutral-moodi, joka on hyvin yleinen kevyessä musiikissa silloin, kun halutaan laulaa pienellä voimakkuudella ja ”ohentaen”, jolloin voimakkuus puolittuu, mutta äänen laatu ei muutu. Kuten nimikin kertoo, Kiinteässä Neutral-moodissa ei ole ilmaa äänen seassa, kuten Huokoisessa. Tässä moodissa ei ole äänialarajoituksia oli kyseessä mies tai nainen, ja kaikki vokaalit ovat mahdollisia. Voimakkuus ulottuu erittäin hiljaisesta (pp) kohtalaisen kovaan (mf). Kiinteällä Neutral-moodilla pystyy laulamaan hyvin kovaa (ff) vain lauluäänen yläalueilla. (Sadolin 2011, 16.)

Tämä moodi vastaa eniten sitä ”luonnollisinta” äänen tuotosta. Se on se ääni, joka tulee ulos puskematta, ajattelematta ja yrittämättä yhtään sen enempää, kuin ääneen laulamista. Itseläni on taipumusta äänen käheytymiseen, sillä hyvin usein unohdan esimerkiksi kovaan äänen puhuessani tuen käytön. Kun ääneni on jo valmiiksi vuotava, joudun tekemään erityisen

paljon työtä tuen ja pidättelyn kanssa, jos haluan ääneni olevan tiiviimpi. Pidättelyä olen op-
pinut harjoittelemaan mielikuvalla, jossa ääni jää ikään kuin ihan suun eteen, eikä lähde
"vaeltelemaan" kauas. Tämä Neutral-moodi on itselleni melko haastava keskikorkeuksilla ja
lähdenkin usein kääntämään sitä automaattisesti Curbing-moodiin hakiessani ääneeni sitä
kautta enemmän voimaa.

3.1.2 Curbing-moodi

Curbing-moodia haetaan mielikuvilla valittava, vaikertava ja marina. Pienen lapsen uikutusta imitoimalla tai valittamalla vatsaa ”ai ai ai”, päästään hyvin lähelle sitä, miltä Curbing-moodin tulee kuulostaa. Tätä moodia käytetään paljon pehmeässä soul- tai R&B-musiikissa ja se on ainoa puolimetallinen moodi tehden siitä metallisista moodeista kaikkein lievimmän. Moodia voidaan käyttää kaikilla lauluäänen alueilla ja kaikki vokaalit ovat sallittuja, mutta pysyäkseen moodin keskellä, on ylä-äänissä mukautettava vokaaleita O/U-, A/O- ja I/E-vokaalien suuntaan. Äänen voimakkuus pysyy kohtuullisena (mp-mf). (Sadolin 2011, 17.)

Tästä moodista on tullut oma henkilökohtainen suosikkini sen jälkeen, kun opin sen kunnolla. Curbing-moodi on itselleni aivan uudenlainen äänentuotannollinen työkalu, enkä ole ennen CVT-metodiin tutustumistani osannut tuottaa ääntä sillä tavalla. Pidättelevän luonteensa takia sen käyttäminen tuntuu turvalliselta ja käytänkin sitä mieluiten.

3.1.3 Overdrive-moodi

Overdrive-moodia käytetään, kun halutaan laulaa suurella voimakkuudella ja ääneen kaivataan metallia. Metallisuudella haetaan ääneen kiinteyttä, terävyyttä ja särmiä. Tämä moodi on toinen täysmetallisista moodeista ja sitä käytetään äänen keski- ja ala-alueella. Se on siis ainoa moodi, joka on äänialaltaan rajallinen; naisilla yläraja on D2/Es2, miehillä C2. Alarajaa ei ole. Jälleen tietyt vokaalit auttavat pysymään moodin keskustassa ja ylä-äänissä käyttökelpoisia ovat E- ja O/Ö-vokaalit. Mitä ylemmäs Overdrive-moodilla mennään, sitä enemmän se kuulostaa huutamiselta. Ala-alueella sitä voidaan käyttää hiljaisemmissa sävyissä. Overdrive-moodia voi harjoitella vaikkapa arkielämän mielikuvalla kuvittelemalla tutun henkilön kadun toiselle puolelle ja huutamalla hänelle ”HEI!”, tai muuten vain puhumalla kovaa äänen keski- ja ala-alueella. Tätä moodia käytetään paljon kevyessä musiikissa, erityisesti rock-musiikissa. (Sadolin 2011, 17.)

Overdrive-moodi on ollut itselleni toisaalta luontevaa tuottaa, sillä olen luonnostani kovaääninen ja toisinaan jopa kailottava puhuja. Toisaalta haasteen tuo tuen puute, joka on saanut ääneni rasittumaan jo kaksi kertaa aina elimellisiin ongelmiin saakka. Overdrive-moodissa,

kuten kaikissa muissakin moodeissa tulee aina muistaa, että voima äänessä lähtee alhaalta, ei ylhäältä kurkusta. Mitä korkeampia säveliä lauletaan, sitä alempana tulisi ajatuksen olla ja usein harjoittelenkin sitä menemällä konkreettisesti kyykkyyhin.

Vaikka olen kovaääninen, minulle on aikaisempien äänihuulikyhmien myötä jäänyt pieni kammo käyttää ääntäni suurella voimakkuudella nimenomaan laulaessa. Overdrive-moodin toinen haaste minulla on ollutkin se, etten toisinaan uskalla päästää turvalliselta tuntuvasta Curbing-moodin pidättelystä irti, kun Overdrive-moodin avain nimenomaan on avoin olemus koko vartalossa. Henkilökohtainen, tärkein muistisääntöni tässä moodissa onkin tuki ja avoin olemus.

3.1.4 Edge-moodi

Suomalaisittain ilmaistuna ”särmä”, ”terä”, ”kärki”, piikki”. Tämä on toinen täysmetallinen moodi, eli laulussa on erittäin paljon metallia. Lauluääni on luonteeltaan vaalea, aggressiivinen, terävä ja jopa kirkuva. Edge-moodin löytää twangin kautta ja matkimalla esimerkiksi ankan ääntä. Tätä moodia käytetään erityisesti ylä-äänissä, kun lauletaan erittäin suurella voimakkuudella ja ääneen halutaan terävää, kirkasta luonnetta. Tätä moodia suositaan esimerkiksi heavy rock -musiikissa, gospel-musiikissa ja country-musiikissa. Sukupuolesta riippumatta tätä moodia voidaan käyttää kaikilla lauluäänen alueilla ja koska Edge-moodin voi saavuttaa ainoastaan twangin avulla, on yläalueilla käytettävä twang-pitoisia vokaaleita, joita ovat I/E, Ä, Ö. Äänen väriä voi muokata vain vähän ja äänen on oltava niin terävä ja kirkas, jotta se väreilee korvissa asti. Voimakkuus on lähes aina suuri ja mitä korkeammalle mennään, sitä enemmän se muistuttaa kirkumista. (Sadolin 2011, 17.)

Tämä moodi on ollut itselleni aina moodeista kaikkein haastavin, sillä äänessäni ei ole luonnostaan twangia juuri lainkaan. Olen pitänyt itseäni lievän äänenmurroksen jälkeen melko matalaäänisenä laulajana, kunnes eräällä laulutunnilla ilokseni huomasin kovan harjoittelun ja keskittymisen tuoman tuloksen, kun voimakas, kirkas ääni tuli ”ihan vahingossa”, ilman turhaa puskemista ja korkeammalta, kuin koskaan aikaisemmin. Voin siis sanoa olevani elävä esimerkki moodien toimivuudesta oikein käytettynä.

3.2 Äänen väri

Olen edellä kertonut äänen väristä. Sillä tarkoitetaan äänen muokkaamista tummemmaksi tai vaaleammaksi. Joissain moodeissa se on rajallisempaa, kuin toisissa. Jokaisella laulajalla on oma äänen värinsä, johon vaikuttavat ääntöväylän muoto ja koko. Ääntöväylä on äänihuulten ja huulten välissä sijaitseva tila. Jos ääntöväylä on suuri, äänen väri on tumma ja kirkas. Jos se on pieni, äänen väri on kirkas ja kevyt. Ääntöväylän muotoa voidaan muuttaa monin eri tavoin, kuten muuttamalla kurkunpään eteisen muotoa, kurkunpään sijoitusta, kielen ja suun muotoa, pehmeän kitalaen sijoitusta, nenäporttia auki tai kiinni, jolloin äänen värikin muuttuu. (Sadolin 2011, 158, 171.) Nenäportin avaamista voidaan harjoitella vokaalein m, n ja ng, muissa suomen kielen konsonanteissa nenäportti on kiinni. Ääni on nasaali ja jopa honottava, kun nenäportti on auki. (Honkanen-Korhonen 2002, 48). Nenäportin kiinnipitämistä voi harjoitella mielikuvalla, jossa puhutaan tai lauletaan erittäin pahanhajuisessa ympäristössä, päästämättä pahaa hajua nenään. Jälleen on muistettava kolme perus periaatetta ja hallittava lauluhetkellä käytössä oleva moodi, ennen kuin lähtee muokkaamaan omaa äänen väriä.

Kokeneen laulajan äänen väri ja voimakkuus ovat yleensä tasalaatuisia säveltasosta riippumatta, eikä laulaja välttämättä laula kovempaa matalalla ja hiljempaa korkealla. On muistettava, että tasalaatuisen äänen värin saavuttamiseksi on tehtävä paljon töitä, sillä sen tuottaminen on teknisesti vaativaa. Harjoiteltaessa lauluäänen tasaisuutta, on usein helpointa käyttää suhteellisen tummaa ja soinnikasta äänen väriä, kuten esimerkiksi klassisessa laulussa, riippuen tietenkin laulajasta. Tärkeintä on kuitenkin kuunnella ja tunnustella itseään ja käyttää juuri sellaista äänen väriä, jolla itse parhaiten pystyy tuottamaan tasaisinta mahdollista äänen väriä. (Sadolin 2011, 158.)

4 OPINNÄYTEKONSERTTI

Päätin musiikkipedagogiopintoni opinnäytekonserttiin, jossa esitin kaiken kaikkiaan yhdeksän kappaletta ja jotka toteutin CVT-metodia hyödyntäen. Kappaleet valikoituivat pitkälti niiden sisällön mukaan ja ne sopivat sen hetkiseen elämäntilanteeseeni täydellisesti. Alusta asti minulle oli selkeää, että tyylilaji olisi rock-vaikutteista pop/rockia. Halusin asennetta ja ripauksen uhoakin konserttiini. Äänessäni on luonnostaan käheyttä, joten rock-henkisyys tuntui omalta. Mietin pitkään konsertin teemaa ja kappaleet vaihtuivat tiuhaan. Kuitenkin sen hetkiset tapahtumat omassa elämässäni vaikuttivat niin vahvasti, että kappaleet alkoivat väistämättä valikoitumaan sen mukaan. Koin, että sain juuri niillä kappaleilla kerrottua sen hetkisiä tuntejani ja niiden kautta pääsin käsittelemään tapahtuneita asioita.

Teknisen osaamisen lisäksi yhtä tärkeää niin kuulijalle, kuin laulajalle, on teksti ja sen tulkin-ta. Jokaisen kappaleen kohdalla on aina selvitettävä laulun tarina ja laulajan tulee ymmärtää, mistä tekstissä on kyse. Jos kappale on muulla kuin omalla äidinkielellä, on se käännettävä aina itselle ymmärrettäväksi. Laulajan on hyvä pohtia kappaleen tunnelmia ja mitä viestejä melodiaan sisältyy. Joskus teksti ja melodia eivät kohtaa; teksti saattaa olla iloinen ja kepeä, vaikka melodia huokuu synkkyyttä. Jos näin on, on syytä miettiä miksi? Kenties laulun kertoja tai päähenkilö haluaa näyttää onnelliselta, vaikka hänellä olisi sisäisesti paha olla. (Sadolin 2011, 240.)

Tekstianalyysi on siis tärkeä osa kappaleen työstövaihetta. Tulkinnan synnyttämiseksi on tekstiä luettava läpi useita kertoja. Sen lisäksi, että pohtii, mitä tekstin kirjoittaja ja säveltäjä ovat halunneet tekstillä viestiä, tulee laulajan miettiä, mitä itse haluaa painottaa laulun sanomassa; ilmeneekö kappaleessa merkittäviä käännteitä tai ristiriitoja, entä mikä on tekstin yleis-tunnelma (ilo, suru, kaipaus, onni, viha, juhlallisuus, uhma?) Laulaja voi esimerkiksi kehittää itselleen kehitystarinan; mitä on tapahtunut ennen laulun alkua ja mihin päädytään laulun loputtua? Miten minä esittäjänä voin välittää yleisölle oman henkilökohtaisen käsitykseni tekstin ja musiikin tapahtumista? Vastaus on: kerro tarinaa, liioittele vastakohtia ja tempaa yleisö mukaasi! (YLE laulunopiskelu 2008.)

Muistan laulutunneilta hetkiä jo ensimmäisen laulunopettajani kanssa, kun hän pyysi minua miettimään, kenelle laulan silloista työn alla ollutta kappaletta. Minun ei tarvinnut sanoa sitä ääneen, mutta kun olin päättänyt sen, tuli minun teatraalisesti liioitellen esittää se. Sen jälkeen alkoi tunnelma välittyä myös opettajalle.

Ruotsalainen tutkija, filosofian tohtori, professori ja musiikkipsykologi Alf Gunnar Håkan Gabrielsson [2010] on tutkinut musiikkia tunnetasolla ja nostaa tutkimuksissaan erikseen esille musiikin merkityksen sydänsurujen, sairauksien ja kuolemantapausten käsittelemisessä. Tutkimusten perusteella ilmenee, että musiikki on tuonut henkilölle yllättävän vahvan lohdun ja tunnemaailman vapautumisen ja antanut samaistumisen tunteen, oli kyseessä sitten suru, viha tai rakkaus. (Eerola 2012.)

Itselläni konserttikappaleiden työstämisvaihe oli jopa terapeutista ja niihin oli helppo samastua ja päästä sisälle tunnetasolla. Tärkeäksi koin myös kappaleiden teknisen osaamisen ja siihen liittyvät haasteet. Oma ääneni on luonnostaan melko tumma, joten erityisesti Edge-moodin käyttö vaati paljon työskentelyä twangin kanssa, jotta saisin sitä kautta ääntäni vaa-leammaksi. Käytin Edge-moodia sen haasteellisuudesta huolimatta joissain konserttikappaleissani parhaani mukaan ja erityisesti kappaleessa, josta kerron enemmän seuraavassa luvussa.

4.1 Travelin' Soldier

Ohjelmistooni valikoitui hieman yllättäen muusta genrestä täysin poiketen yksi country-vaikutteinen kappale amerikkalaiselta naistrio-yhtyeeltä nimeltä Dixie Chicks. Kappale kantaa nimeä "Travellin' Soldier" ja tutustuin siihen laulunopettajani kautta, kun harjoittelimme tunnil-la Edge-moodin käyttöä. Tämä kyseinen moodi ja kappale kohtasivat syystä, että country-laulajat käyttävät äänessään erityisen paljon twangia, jonka muodostaminen kurkunpäässä on Edge-moodin edellytys.

Harjoittelin twangin muodostamista paljon juuri imemällä vaikutteita näiltä laulajilta hakiessani ääneeni Edge-moodin vaatimaa terävyyttä ja "särmää". Twang-pitoiset vokaalit, kuten I/E-, Ä, E-, ja Ö tukevat erityisesti yläalueilla ja koska kappaleen tekstin vokaalit tukivat jo valmiiksi Edge-moodin käyttöä, vaikutti se suuresti kappaleen laululliseen miellyttävyyteen. Tämä riitti

syyksi, minkä takia halusin tämän kappaleen muuten pop-rock-henkisyyttä huokuvaan konserttiohjelmistooni. Pyrin pitämään tämän moodin läpi koko kappaleen.

Vaikka olin ehtinyt laulaa kyseistä kappaletta paljon laulutunneilla, kotona ja muilla keikoilla, vasta muutamaa päivää ennen päättökonserttiani päätin kääntää tekstin sanasta sanaan. Hieman yllättäen sieltä paljastuikin koskettava, hyvin riipaiseva ja surullinen rakkaustarina, jossa nuori sotilas lähetetään armeijan leiriin. Lomillaan hän tapaa kahvilassa tytön ja pyytää saada viettää hänen kanssaan aikaa. Hän kertoo olevansa hyvin yksinäinen ja toivoo saavansa kirjoittaa tytölle, sillä hänellä ei ole ketään muuta. Tyttö suostuu ja myöhemmin poika kirjoittaa olevansa rakastunut tyttöön. Pojasta ei kuulu vähään aikaan mitään ja yhtenä päivänä tytön kotikaupungissa järjestetyssä jalkapallopelissä luettiin Vietnamissa surmansa saaneiden sotilaiden nimet, jossa mainittiin myös pojan nimi. Tyttö itkee ja odottaa lakkaamatta kirjettä, jossa poika kertoo tulevansa kotiin ehjänä. Tytön läheiset sanovat tytön olevan liian nuori tuhlatukseen loppuelämänsä kaivaten ja odottaen sotilastaan, jota ei enää ole. Mutta tyttö ei lakkaa elämästä toivossa, että hänen rakkautensa vielä palaa hänen luokseen.

Kappaleessa on monta säkeistöä, enkä koskaan tahtonut oppia sitä ulkoa. Vasta kun ymmärsin koko tarinan, pystyin menemään sen sisälle ja kertomaan sen ongelmitta ulkoa.

4.2 I Don't Believe You

Kappale nimeltä "I Don't Believe You" on amerikkalaisen naislaulajan Pinkin tuotantoa ja kyseinen artisti oli konsertissani edustettuna peräti kolmen kappaleen verran. Pink on esikuvani ja ihailen suuresti hänen raspiääntään, esiintymistaitojaan ja asennettaan. Tämä kappale tuli mukaan konserttiohjelmistoon viimeisenä. Kuulin sen aivan vahingossa ja halusin ottaa sen välittömästi työn alle. Se on tyyliltään balladi ja koska kappale on soitannollisesti lähes samanlainen alusta loppuun, halusin tehdä siitä laulullisesti vaihtelevan.

Toteutin vaihtelevuutta liikkumalla aluksi Huokoisen ja Kiinteän Neutral-moodin välillä. Vaikka yleensä pyrin ulos Huokoisesta Neutral-moodista ja tavoittelen aina sitä, ettei ääni läpäise ilmaa ja vuoda, halusin nyt poikkeuksellisesti aloittaa kappaleen mahdollisimman "hennosti", vuotavalla äänellä eli Neutral-moodissa. Koin, että se sopi tunnelmaan, jossa tekstin kertoja on sisäisesti rikkinäinen ja voimaton. Kappaleen edetessä vaihdoin Curbing-moodiin kuvail-

len kertojan tietynlaista voimaantumisen tunnetta ja lopuksi siirtyen aina Edge-moodiin kohdassa, jossa halusin painottaa tekstiä hyvin vahvasti. Lopussa palasin takasin Huokoiseen Neutral-moodiin ajatuksena siitä, että ympyrä sulkeutuu.

Kuten aiemmin on tullut ilmi, ääneni on taipuvainen vuotavuuteen, joten Kiinteä Neutral-moodi vaati minulta paljon työskentelyä tuen kanssa. Tukea harjoitellessa ja sitä käyttäessä on muistettava rentouttaa vatsa fraasien välissä ja aina kun siihen on mahdollisuus, sillä vatsalihasten liika jännittäminen kuluttaa turhaa energiaa. Laulajana minun on tunnettava kehoni ja lihakseni. Lihaksia tulee vahvistaa, mutta ne on myös osattava rentouttaa.

Kappaleen kertosaäkeistön sanoissa lauletaan *"No, I don't believe you, when you say you come around here no more. I won't remind you, you said we wouldn't be apart. No, I don't believe you when you say you don't need me anymore. So don't pretend to not love me at all."* Vapaa suomennos: "Ei, en usko sinua, kun sanot, ettet käy täällä enää. En aio muistuttaa sinua, kun sanoit, ettemme voi olla erossa. Ei, en usko sinua, kun sanot, ettet enää tarvitse minua. Älä siis teeskentele, ettet rakasta minua ollenkaan."

Pohdimme tekstiä laulunopettajani kanssa ja tulimme siihen tulokseen, että sitä voidaan tulkita ainakin kahdesta eri näkökulmasta; joko kertoja ei oikeasti usko, kun toinen väittää rakastavansa ja tarvitsevansa häntä. Ikään kuin kertojan luottamus vastapuoleen on mennyt. Tai sitten kertojalla itsellään on suuria tunteita vastapuolta kohtaan ja hän ei vain halua uskoa toisen sanoja todeksi. Hän laulaa epätoivossaan ja toivoo, ettei näin ole. Oli asetelma kumpi vain, laulajan on päätettävä, mistä näkökulmasta hän peilaa tekstiä. Tilanteen ei koskaan tarvitse koskettaa laulajaa itseään ja se voi olla täysin kuvitteellinen. Näkökulmaa ei myöskään tarvitse kertoa kellekään - ei kuulijakunnalle, eikä edes omalle opettajalle. Kunhan laulaja itse tietää, mistä laulaa. Näin hän saa luotua syvimmän ja aidoimman tulkinnan ja joka parhaiten välittyy kuulijalle.

4.3 Ihmisen kuvat

Päättökonsertissani kuultiin ainoastaan yksi suomenkielinen kappale ja se on viime vuosina kovassa nousussa olleen Haloo Helsinki! -nimisen bändin tuotantoa. Kappale ei ole soinut radiossa milloinkaan, mutta löysin sen tutustuessani syvemmin heidän tuotantoonsa. Minulle

oli alusta asti selvää, että haluan laulaa jotain kyseisen bändin ohjelmistosta ja alussa suunnittelin jopa tekeväni kokonaisuuden ainoastaan heidän kappaleistaan. Luovuin kuitenkin ajatuksesta halutessani sisällöstä monipuolisemman. Ihmisen kuvat -kappaleen sanat kolahtivat ensi kuulemalta. Siinä lauletaan anteeksi antamisesta ja siitä, että on täysin turhaa vihata tai kantaa kaunaa ja katkeruutta. Peilataan myös itseensä; elämässä kun on toisinaan hyvä osata pysähtyä ja syyllistä etsiessä katsoakin peiliin. On osattava nöyryyä ja itsekin pyytää anteeksi. Kappale kertoo suoralla tavalla tämän päivän raadollisesta maailmasta, jossa ihmiset tunteettomasti kohtelevat väärin toistaan. Itsekkyudessa loukataan jopa lähimmäistään. Mutta lohduttavalla ja vapauttavalla tavalla muistutetaan siitä tärkeimmästä: anteeksi annosta ja nöyrytyksestä.

Koska kappale on kirjoitettu omalla äidinkielellä, oli siinä luonnollisesti voimakkain tunnelaus ja tulkinta. On helppo välittää tunteita ja tulla ymmärretyksi omalla kielellään. Kappaleesta tuli minulle koko konserttiohjelmistoni tärkein ehkä juuri siksi, että sain laulaa sen suomeksi. Teknistä suorituspuolta sen sijaan heikensi konserttitilanne ja tila: kun on kyse esiintymisestä, itse henkilökohtaisesti sorrun joskus yliyrittämiseen, koska olen henkisesti niin ylivilittyneessä tilassa. Innostuneisuus ja toisaalta pieni jännitys ottavat usein valtaa keskittymiseltä tekniseen suoriutumiseen. Tila vaikuttaa siten, että vaikka soittimet olisi kuinka hyvin säädetty tasapainoon, oma ääni suuressa konserttisalissa saattaa usein jäädä suuren yhtyeen varjoon, varsinkin jos soitetaan kovaa.

Tässä kappaleessa teknistä haastetta antoivat säkeistöt, joissa hypättiin melko matalista sävelistä yhtäkkiä ylös ja minun tuli vaihdella matalien kohtien Overdrive-moodin ja korkeampien kohtien Curbing-moodin välillä. Kertosäkeen halusin laulaa Edge-moodissa, mutta tunnelaus oli varsinkin loppua kohti niin voimakas, että teknisesti olisin voinut suoriutua siitä paremmin. Mutta jälleen sain huomata, miten kaiken teknisen osaamisenkin yli nousee aina tulkinta; koska tämä kappale oli itselleni tärkein, se osoittautui kenties juuri tästä syystä myös raadin suosikiksi.

Mitä laulaja sitten itse asiassa tekee, kun puhutaan kappaleen teknisen osaamisen ja tulkinnan yhteensovittamisesta? Laulun tekstissä on aina päähenkilö ja päähenkilöä kuvatessa tulisi miettiä, miten hän reagoisi tapahtuneeseen. Onko hän luonteeltaan äkkipikainen ja huuftaa suuttuessaan? Vai onko hän vaihtoehtoisesti hiljainen ja puhkeaa helposti itkuun? Kun otetaan kuvaillun päähenkilön tausta ja luonne huomioon, tulisi miettiä miten hän ilmaisisi

laulun piilotekstiä, sen etenemistä ja käännekohtia? Tunneilmaisussa on mietittävä ainakin, mitkä moodit, sävelkorkeudet, äänenvoimakkuudet, mahdollinen vibraton käyttö tai millainen fraseeraus parhaiten kuvaa päähenkilön tunnetiloja. Mitä paremmin laulaja tuntee päähenkilön, sitä helpompi hänen on samaistua päähenkilön itseilmaisuuun ja näin ollen myös henkilön uskottavuus lisääntyy. (Sadolin 2011, 242.)

Kaiken tämän analysoinnin jälkeen on kuitenkin muistettava, että loppujen lopuksi laulu kulkee aina omia polkujaan. Hakiessa eri tunnetiloja erilaisten teknisten välineiden avulla, saattaa loppujen lopuksi käydä niin, että laulu ja sen tarina lähtevätkin kulkemaan aivan toiseen suuntaan, kuin mitä alussa oli suunnitellut. Tietyt fraasit pakottavat tietynlaiseen tulkintaan, vaikka kuinka pyrkimys on tehdä toisin. Kannattaa siis kuunnella sydäntään ja poiketa polulta, jos siltä tuntuu. Ei ole siis tarkoitus, että tämä kaikki analyysi tulisi käydä aina läpi joka ikisen esitettävän kappaleen kohdalla. Kokemuksen myötä laulaja tottuu työskentelemään tulkinnan kanssa ja tällöin voi keskittyä avainkysymyksiin, joita olen jo tuonut esiin jo luvussa 4. Eli mikä (on tarina), kuka (on henkilö), mitä (hän tekee), kenelle (hän puhuu), miksi (hän puhuu/laulaa tämän? Analyysistä on apua, jos laulaja kokee kappaleen tulkinnan ongelmalliseksi. (Sadolin 2011, 242.)

5 POHDINTA

Olen hyvin onnellinen, että olen päässyt tutustumaan CVT:hen, sillä kuten jo johdantovaiheessa mainitsin, se on ollut lauluopiskeluni käännekohta ja kulmakivi. Olen saanut sen kautta vastauksia moniin kysymyksiin liittyen terveeseen äänenmuodostukseen. Olen oppinut tuntemaan oman ääneni ja tiedostamaan tilanteet, paikat ja mielentilat, joissa ääneni on vaakalaudalla ja näin ollen olen pystynyt pitämään parempaa huolta äänestäni, kuin aikaisemmin. CVT:n ansiosta minulla on nyt selkeät työkalut terveeseen ja monipuoliseen äänenkäyttöön, ja aion ehdottomasti käyttää sitä jatkossa myös työelämässä laulunopetukseen, kuten olen jo tähänkin asti tehnyt.

Olen äärimmäisen helpottunut siitä, että pystyin toteuttamaan päättökonserttini terveenä. Liekö sattuman kauppaa, että lähes aina juuri ennen esitystä olen tullut kipeäksi niin, että se on vaikuttanut ääneeni haitallisesti. Nyt odotukset olivat korkealla, tila oli varattu ja kutsut lähetetty ja oli viimeisen näytön paikka. Päivää ennen konserttiani jännitin poikkeuksellisen paljon. Käytökseni oli lähes vainoharhaista, enkä puhunut koko päivänä juuri mitään, en mielelläni nähnyt ystäviäni, jottei ääneni vahingossakaan ehtisi vaurioittumaan.

Konserttipäivän aamuna heräsin kuitenkin hyvin levänneenä ja kaikenlainen jännitys oli yhtäkkiä poissa. Olin terve, ääneni oli tallessa ja olo oli vapautunut ja odottava. Kaikki tämä oli hyvin harvinaista ja olen todella onnellinen, että suoriuduin konsertista näinkin hyvin. Tein parhaani teknisessä suoriutumisessa ja olen sen toteutukseen melko tyytyväinen. Toki jälkeenpäin kriittinen korvani olisi tehnyt joitain teknisiä asioita paremmin ja pieni jännitys sai aikaan yliyrittämistä ja näin ollen ääni ei aina ollut niin vapautunut, kuin se olisi voinut olla. Tilanne oli kuitenkin niin täynnä tunteita, että siihen peilaten olen äärimmäisen tyytyväinen.

Ilman CVT-metodin antamia työkaluja en olisi ikinä suoriutunut yhdeksästä kappaleesta niin, että ääni olisi ollut tallessa vielä esityksen jälkeen. Aiemmin se olisi pettänyt jo kahden tai kolmen ensimmäisen kappaleen jälkeen, mutta nyt ääni kesti loppuun saakka ja toimi moitteettomasti konsertin jälkeenkin.

Minulle oli tärkeää saada välittää tunteita ja koin, että jos yleisössä edes yksi saavuttaa saman tunnetason kuin minä ja pystyn tulkinnallani välittämään jotain edes yhdelle, olen onnistunut.

Opinnäytetyötä tehdessäni olen oppinut paljon uutta mm. ihmisen luonnollisesta äänestä ja siitä, mikä äänen saa aikaan. On ollut myös mielenkiintoista tutustua äänenkäyttöön liittyviin ongelmiin, sillä olen kärsinyt niistä itse. Koska laulaminen on minulle kenties tärkeintä maailmassa, olen iloinen, että olen saanut tutustua CVT-metodiin, sillä nyt tiedän keinot, joilla toteuttaa itseäni monipuolisesti. Ennen perehtymistäni CVT-metodiin sain kyllä hyviä neuvoja eri laulunopettajilta, mutta ehkä juuri se monipuolisuus kiehtoo tässä kyseisessä metodissa.

Ristiriidassa omiin kokemuksiini olen saanut kuulla joidenkin ihmisten kritisoivan CVT-metodia vedoten siihen, että laulajan persoona ja tunnistettavuus katoavat sen myötä. Itse olen nähnyt CVT-metodin kuitenkin mahdollisuutena monipuoliseen ja terveeseen äänen muodostukseen. Olen myös koko ikäni saanut kuulla ääneni olevan tunnistettava ja persoonallinen, myös senkin jälkeen, kun olen alkanut hyödyntää CVT-metodia omassa laulunopiskelussani. Uskallan siis väittää, että jokaisella meillä on oma persoonallinen äänensävy, emmekä me "CVT-laulajat" suinkaan kuulosta keskenämme samalta.

Koen olevani hieman viisaampi nyt, joskin paljon opittavaa on vielä edessä. Vaikka nyt olen valmistumassa, olen opiskeluaikani todennut monesti tuskin koskaan olevani valmis. Joka päivä oppii uutta ja itseään tulee kehittää jatkuvasti. Pyrin muistamaan, että tekeminen ei saa lannistaa, vaan kannustaa yrittämiseen ja onnistumiseen. Opinnäytekonsertin tekeminen oli minulle henkilökohtaisesti hyvin tärkeä ja tietynlainen henkinen prosessi. Jollain lailla koin sitä työstäessäni ja toteuttaessani saavani jättää joitain asioita taakseni ja konsertin päätyttyä aloittamaan puhtaalta pöydältä.

Vaikka tekniikka on tärkeä osa laulamista ja keskityin siihen konserttia toteuttaessani paljon, se ei silti mielestäni ole tärkein asia laulamissa. Tekniikka on väline, jonka avulla voin ilmaista itseäni ja CVT-metodista olen saanut työkalut, joiden avulla pystyn tutkimaan lauluääneni erilaisia ulottuvuuksia. CVT-metodin avulla voin itse päättää miten ilmaisen sen, mitä haluan ilmaista.

LÄHTEET

Eerola, R. 2002. Lauluäänen toiminnallisista häiriöistä ja ääneen vaikuttavista tekijöistä. Teoksessa T. Hautamäki (toim.) *Laulajan opas*. 4. painos. Tampereen yliopistopaino Juvenes Print.

Eerola, T. 2012. Miten musiikki toimii. Saatavissa: <https://musiikkipsykologia.wordpress.com/2012/09/25/musiikki-on-paljon-enemman-kuin-musiikkia/#more-184>. Viitattu 7.3.2016.

Erkkilä, J. 2005. *Tiede-lehti* 4. Artikkelissa H. Valamies (toim.) Musiikki soittaa tunteita. Saatavissa: http://www.tiede.fi/artikkeli/jutut/artikkelit/musiikki_soittaa_tunteita. Viitattu 4.4.2016.

Gabrielsson, A. 2010. *Strong Experiences with Music. Music is much more than just music*. Oxford, UK: Oxford University Press.

Honkanen-Korhonen, R. 2002. Ääni. Teoksessa T. Hautamäki (toim.) *Laulajan opas*. 4. painos. Tampereen yliopistopaino Juvenes Print.

Kotila, L. 2006. *Laulaja ja hänen instrumenttinsa*. Pohjois-Karjalan ammattikorkeakoulu. Joensuu. Opinnäytetyö.

Roivainen, R. 2004. *Laulamisen sietämätön helppous*. Pilot-kustannus Oy.

Sadolin, C. 2011. *Kokonaisvaltaisen äänenkäytön tekniikka*. Kööpenhamina, DK. Shout Publishing.

Saha, H. 1999. Musiikki on ihmisen perustarve. *Teostory* 3, 6-9.

Vaalio, K. 2002. Ääni-instrumentti ja sen rakenne. Teoksessa T. Hautamäki (toim.) *Laulajan opas*. 4. painos. Tampereen yliopistopaino Juvenes Print.

Valamies, H. 2005. Musiikki soittaa tunteita. *Tiede-lehti* 4. Saatavissa: http://www.tiede.fi/artikkeli/jutut/artikkelit/musiikki_soittaa_tunteita. Viitattu 4.4.2016.

YLE. 2008. *Laulunopiskelu*. Saatavissa: http://yle.fi/vintti/ohjelmat.yle.fi/kuoroon/tuulin_laulutunti/laulunopiskelu.html. Viitattu 30.3.2016.