

Jaakko Konttila

**MOTORISTEN HARJOITUSTEN KEHITTÄMINEN JA HYÖDYN-
TÄMINEN SÄHKÖBASSON SOITONOPETUKSESSA JA -
HARJOITTELUSSA**

**MOTORISTEN HARJOITUSTEN KEHITTÄMINEN JA HYÖDYN-
TÄMINEN SÄHKÖBASSON SOITONOPETUKSESSA JA -
HARJOITTELUSSA**

Jaakko Konttila
Opinnäytetyö
Kevät 2017
Musiikin tutkinto-ohjelma
Oulun ammattikorkeakoulu

TIIVISTELMÄ

Oulun ammattikorkeakoulu
Musiikin tutkinto-ohjelma, pop- ja jazzmusiikin suuntautumisvaihtoehto

Tekijä: Jaakko Konttila

Opinnäytetyön nimi: Motoristen harjoitusten kehittäminen ja hyödyntäminen sähköbasson soitonopetuksessa ja -harjoittelussa

Työn ohjaaja: Jouko Tötterström

Työn valmistumislukukausi ja -vuosi: Kevät 2017 Sivumäärä: 31

Tämän tutkimuksen tarkoituksena on pohtia erilaisia motorisia harjoitteita sähköbassolle ja tuoda niitä käytäntöön instrumentin harjoittelussa. Sähköbasson nuoresta iästä johtuen ei sille ole vielä kovin paljoa opetusmateriaalia motoristen etydien kategoriassa ja varsinkaan suomen kielellä. Tästä johtuen olen kirjoittanut muutamia harjoituksia, joista on hyvä lähteä liikkelle ja edelleen kehittää niitä pedagogisessa ympäristössä omaan ja oppilaiden käyttöön.

Harjoitusten ideana on kehittää soittajan teknisiä valmiuksia, ylläpitää soittokuntaa ja ehkäistä oikein käytettynä soittovammoja. Harjoitukset on tarkoitettu oman päivittäisen harjoittelun lomaan lämmittelyksi ja uusien liikeratojen kehittämiseksi. Näiden motoristen harjoitusten eli etydien pohjana olen käyttänyt rytmimusiikin puolella kirjoitettuja oppikirjoja ja internetvideoita sekä klassisen musiikin puolelle tehtyjä kontrabasson opetuskirjoja, joista olen kokenut oppineeni paljon, kuinka käyttää näitä oman soiton harjoittelussa ja soitonopetuksessa. Käytän näitä harjoitteita tiiviisti harjoitellessani ja koen, että olen saanut suurta hyötyä niistä irti vuosien varrella. Tämä tutkimus on ollut ajatuksissani jo konservatorion ajoilta ja olen mielessäni jalostanut tätä ideaa tähän asti, joten ainut haaste oli pukea tämä tutkimus ja nämä harjoitukset kirjalliseen muotoon.

Työssä kerron sähköbasson taustaa ja kartoitan sen kehitykseen vaikuttaneita soittajia, jotka ovat omalla luovalla panostuksellaan tuoneet ja kehittäneet sähköbasson tälle vuosituhannelle. Juuri tämän tuoreuden takia sähköbasso muuntautuu koko ajan, ja uudet soittajat löytävät tiensä tämän soittimen pariin, joten on tärkeää, että heille olisi tarjolla mahdollisimman kattavasti opetusta ja opetusmateriaalia. Tämän takia haluan itse tuoda oman panokseni ja esimerkkini omille oppilailleni ja myös näyttää, kuinka hyödyntää esimerkiksi Youtube-videoita omassa soitonharjoittelussaan.

Asiasanat: etydit, motoriikka, sähköbasso, bassokitara, soitonopetus

ABSTRACT

Oulu University of Applied Sciences
Degree Programme in Music, Option of Music Pedagogue

Author: Jaakko Konttila

Title of thesis: Use And Development of Motoric Exercises in Teaching and Rehearsing the Electric Bass

Supervisor: Jouko Tötterström

Term and year when the thesis was submitted: Spring 2017 Number of pages: 31

The idea of this research was to think different kinds of approaches to motoric exercises for electric bass and bring them to practice in playing the instrument. Due to the young age of the instrument there are not enough teaching material for motoric exercises and because of that I planned few exercises which are good to start with and to develop them further pedagogically for your own and your students' use.

The idea of these exercises was to develop technical skills, keep high standards on playing and to keep injuries away with good warm-ups. These exercises are meant to add to your daily practice routines for warming up and learning new fingerings. The basis of these exercises and this study were in textbooks, both classical and rhythm music, and videos found on the internet. Especially the classical double bass textbooks have taught me a lot. I have developed a lot of my technical skills during these years with these exercises. This research has been on my mind for few years now and the only problem has been how to squeeze it in textual form.

In this thesis the background of electric bass is introduced as well as some of its pioneers. Because of its young age the instrument is evolving all the time and new young players are starting their musical journey with it. That is why it is important to have enough teaching material for them to start playing correctly. Through this thesis I wanted to bring my own effort to this evolution.

Keywords: etudes, motor functions, electric bass, bass guitar, instrument teaching

SISÄLLYS

1	JOHDANTO	6
2	SÄHKÖBASSON HISTORIA.....	8
3	SÄHKÖBASSON PIONEEREJA.....	10
4	ETYDIEN PEDAGOGINEN TAUSTA.....	13
5	SOITON ERGONOMIA	17
6	HARJOITUKSET	19
6.1	Harjoituksista.....	20
6.1.1	Harjoitus 1.....	21
6.1.2	Harjoitus 2.....	22
6.1.3	Harjoitus 3.....	22
6.1.4	Harjoitus 4.....	24
6.1.5	Harjoitus 5.....	24
6.1.6	Harjoitus 6.....	25
6.1.7	Harjoitus 7.....	26
6.1.8	Harjoitus 8.....	26
7	POHDINTA.....	28
	LÄHTEET.....	30

1 JOHDANTO

Länsimaisella taidemusiikilla (vrt. klassinen musiikki) on pitkät perinteet niin länsimaisen säveltaiteen luomisessa kuin uusien virtuoosien ja soittajien koulutuksessa estradeille. Opiskeltavaa materiaalia löytyy eri instrumenteille, eri aikakausilta ja erilaisilla lähestymistavoilla, riippuen ajasta ja kirjoittajasta. Etydit eri instrumenteille klassisessa musiikissa ovat olleet hyvin vahva pohja tekniikan kehittymiselle ja sen ylläpitoon. Materiaalia toki löytyy myös rytmimusiikin puolelta, mutta huomattavasti suppeammin, koska rytmimusiikin juuret ovat vasta 1800-luvun lopussa. Tämä onkin syy, miksi olen tämän ottanut opinnäytetyöni pohjaksi sekä materiaaliksi omille oppilailleeni.

Rytmimusiikin esiintyvien kokoonpanojen instrumentaatiot ovat muuntautuneet hyvin erilaisiksi, enemmän kuin perinteisiin nojautuvalla klassisella puolella. Toki poikkeuksiakin modernissa klassisessa musiikissa löytyy. Jotkin uudet viime vuosisadalla keksityt soittimet ovat vakiinnuttaneet paikkansa orkestereissa ja bändeissä, ja ilman niitä olisi hankalaa kuvitellakaan rytmimusiikkia tänä päivänä. Suurimpina esimerkkeinä mainitsen sähkökitaran ja sähköbasson, koska niiden roolit ovat hyvin vahvat erilaisissa sähköisissä kokoonpanoissa. Näiden soittimien uutuudesta johtuen, ei niille –niin laajasti kuin perinteisimmille instrumenteille– löydy opetusmateriaalia. Kitaralle löytyy toki enemmän opetusmateriaalia, johtuen sen suosiesta erilaisissa musiikkityyleissä, mutta sähköbasso on jäänyt hieman enemmän marginaaliin materiaalin saatavuudessa. Tämän takia olen koonnut sähköbassolle erilaisia motorisia harjoitusmetodeja, joita olen itse hyödyntänyt harjoitellessani ja opettaessani. Olen kokenut, että näiden harjoitteiden takia olen säästynyt erilaisilta soittovammoilta sekä oma motorinen valmiuteni ja kestävyuteni on kasvanut merkittävästi. Soittokunnon ja -valmiuteni kasvaessa olen ollut itsevarmempi ottamaan vastaan myös enemmän haastavia projekteja, jolloin työllisyyteni on kasvanut merkittävästi.

Tässä tekstissä esittelen erilaisia harjoituksia sähköbassolle ja kuinka kehittää niiden avulla omia motorisia valmiuksia soittamiseen. Klassisen musiikin kont-

rabasson etydit ovat olleet pohjana näille harjoitteille ja osa harjoitteista nojaa ainoastaan motoriikan kehitykseen, mutta harjoitteita on vapaus ja velvoite soveltaa myös musiikilliseen ja musikaalisempaan ympäristöön. Osa harjoituksista olen poiminut eri soittajien Youtube- ja Instagram-pätkistä, joita ei oppikirjoista löydy. Nämä harjoitukset on tarkoitettu pääpiirteiseksi opetusmateriaaliksi opettajille, jotka voivat käyttää näitä osana oppituntia, ja ideana onkin kehittää näitä koko ajan.

2 SÄHKÖBASSON HISTORIA

Sähköbasso on sähkökitaran esimerkin mukaan tehty sähköinen kielisoitin, jossa on yleensä neljä kieltä. Paul Tutmarc kehitti jo 1930-luvulla kitaran tyyllisen basson, joka poikkesi muodoltaan ja soittoasennoltaan täysin kontrabassosta. Hänen perustamansa yritys, Audiovox, valmisti sähköisiä soittimia 1930-luvulla Seatlessa. Tätä heidän rakentamaa soitinta pidetään ensimmäisenä tai yhtenä ensimmäisistä versioista sähköbassosta. (Bacon & Moorhouse 2008, 8) Ennen sähköbassoa basson tontin täydensi joko tuuba, souzafoni tai kontrabasso. Ensimmäisen kaupallisesti menestyneen sähköisen bassokitaran kehitti Leo Fender 1950-luvulla, ja se sai nimen Fender Precision Bass. Myöhemmin Fender kehitti Precisionin rinnalle toisen kaupallisesti menestyneen sähköbasson, Fender Jazz basson, joka erosi Precisionista mm. mikitykseltään ja kaulaprofiililtaan (kuva 1). Mikityksen ansiosta se oli monipuolisempi soundiltaan, joten se istui äänenväriältään uudella tavalla yhteissä. Muita kuuluisia sähköbasson valmistajia oli mm. Rickenbacker ja Gibson.

Sähköbasson olennaisin muutos yhtyesoittoon oli äänenvoimakkuus, koska aiemmin komppipultissa kontrabasso yksinään jäi selvästi muun orkesterin alle. Nyt mikitys mahdollisti sen, että basso oli erottelevampi yhtyeen dynamiikassa. Kontrabassollekin oli saatavilla signaalia vahvistavia mikkejä, mutta soitinten ambitus eli soittimen karaktääri kuitenkin eroaa toisistaan hyvin vahvasti. Siksi edelleen kontrabasso on suosittu jazz-kokoonpanossa soundinsa takia.

Nuoruutensa takia sähköbasso kehittyi koko ajan mikityksensä, rakenteellisuu- tensa ja kielityksensä puolesta, joten uusia keinoja ja ympäristöjä käyttää ky- seistä soitinta löytyy koko ajan. Kuitenkin moni on huomannut, minä mukaan lukien, että vanha hyväksi havaittu malli istuu niin uuteen kuin vanhaankin mu- siikkiin. Enemmän kyse on soittajan omista mieltymyksistä.



KUVA 1. Kuvassa Sire Guitarsin Marcus Miller V7 ja Greco Mercury Bass (kuva: Jaakko Konttila).

3 SÄHKÖBASSON PIONEEREJA

Kuten afroamerikkalainen rytmimusiikkikin musiikin historiassa, on sähköbassokin aika tuore soitin instrumenttien joukossa. Tämän vuoksi soittimen uudistuminen ja uusien käyttötarkoitusten sekä musiikillisen roolien vaihtelevuus on ollut kohtalaisen nopeaa. Tämän vuoksi onkin tärkeää listata muutama afroamerikkalaisen rytmimusiikin soittaja, joka on ollut tärkeässä roolissa tämän instrumentin lyhyessä historiassa. Otanta on vain nimekkäimmät, koska listasta tulisi muuten todella pitkä.

James Jamerson tuli tunnetuksi Motown-levy-yhtiön studiomuusikkona, jonka bassolinjoja ja musikaalisuutta arvostetaan edelleen ympäri maailman. Hyvänä esimerkkinä on hänen Motown-ajoista tehty kirja, jossa esitellään historiaa ja hänen bassolinjojaan. (Dr. Licks 1989) Erityisesti 16-osapohjainen synkopointi hänen linjoissaan toi suuren uudistuksen bassonsoittoon. Huomattiin, että vahvojen iskujen vahva merkkkaus ei olekaan välttämätöntä bassolla. (Kuuntele: Stevie Wonder – For once in my life, 1968.)

Jaco Pastorius uudisti koko sähköbasson roolin yhtyeen sisällä ja itsenäisenä instrumenttina. Enää sähköbasson ei tarvinnut vain tukea muuta orkesteria, vaan sitä voitiin käyttää pelkästään yksin tai orkesterin ja bändin soolosoittimena. Toki Jaco ei aivan ensimmäinen tällä saralla ollut, mutta hän toi sen muutoksen vahvimmin esille. Hän oli teknisesti todella taitava soittaja, jota myös virtuoosina on pidetty. Jacon bassolinjoja soittajat ovat pitäneet tietynlaisina etydeinä ja tekniikan mittarina. Ne ovatkin haastavia linjoja, jotka ovat todella hyvää harjoitusmateriaalia. (Kuuntele: Weather Report – Havona, 1977.)

Listaa ei voi tehdä ilman, että mainitsisi Beatlesin legendaarista keulahahmoa Paul McCartneyta. Paulin melodiset ja groovaavat linjat ovat olleet innoituksena monille soittajille ja supertähdille, mm. Stingille, joka itse on myös ihailtu basisti ja laulaja. (Kuuntele: The Beatles – Come together, 1969.)

Larry Graham oli ensimmäisiä basisteja, jotka kehittivät ns. slap-tekniikan bassolle. Siinä kieliä isketään peukalolla ja näpätään etu- tai keskisormella, jolloin saadaan voimakkaampi ja rytmisempi ääni instrumentista ulos. Tarkoituksena tällä oli simuloida rumpusetin virveliä ja bassorumpua, jotta saataisiin luotua ns. ”backbeat” bassolla ilman rumpusettiä. Tätä tekniikkaa käytetään erityisesti funk-musiikissa. (Kuuntele: Graham Central Station – Hair, 1973.)

Geddy Leen bassolinjat ja musiikillinen tulkinta ovat olleet tärkeä kivijalka oman teknisen kehitykseni kannalta. Hänen bassosoundinsa ja musiikillinen ulosanti ovat olleet tärkeää opiskelumateriaalia. Monimutkaiset tahtilajit ja melodiset bassolinjat ovat inspiroineet soittajia ympäri maailman. (Kuuntele: Rush – Driven, 1997.)

Lopuksi lisää vielä J.S. Bachin soolosellosarjan tähän listaan. (Bach, J.S. 1717–1723, BWV 1007–1012) Basistit ovat vuosikymmeniä käyttäneet näitä teoksia etydeinä ja harjoitusmateriaalina niiden musikaalisuuden ja teknisyyden takia. Ne ovat todella haastavaa ja palkitsevaa harjoitusmateriaalia. (Kuuntele: Yo-Yo Ma – Unaccompanied Cello Suite no. 1 in G-major, BWV 1007: Prelude, 1983.)

Edellä olevan esittelyn oheen lisäsin kehotuksen, josta voi tutustua kyseisen soittajan tuotokseen. Kaikilla näillä soittajilla on todella mittava diskografia, joten pyrin keräämään olennaisen, josta saa kuvan kyseisen soittajan tyylistä. Kaikki nämä soittajat ovat vaikuttaneet suoraan tai epäsuoraan uusiin soittajiin, jotka vaikuttavat nykyään musiikkimaailmassa, koska tyylit sekoittuvat koko ajan ja soittajien tyylimieltymykset kehittyvät. Edellä mainitut soittajat ovat vaikuttaneet omalla tyylillään valtavasti omaan kehitykseeni ja musikaalisuuteeni.

Näiden soittajien soittotekniikat myös vaihtelevat keskenään valtavasti, joten pyrin myös muistuttamaan oppilaitani, ettei ole yhtä ja oikeaa tekniikkaa onnistuneeseen lopputulokseen. Soittoharjoitteita on myös syytä muokata erilaisten soittotekniikoiden mukaan, jotta ne palvelisivat mahdollisimman paljon omaa ja oppilaan harjoittelua. Oman kehon kuuntelu ja siihen opettelu on todella tärkeää opettaa jo varhaisessa vaiheessa oppilaille. ”Mikä toimii, toimii” on tärkeä muis-

tisääntö sähköbasson harjoittelussa, koska sähköbasso on todella monimuotoinen ja monikäyttöinen soitin.

4 ETYDIEN PEDAGOGINEN TAUSTA

Etydien kirjoittamisen traditio yleistyi nopeasti 1800-luvulla pianonsoiton suosion kasvun myötä. Etydien tarkoitus oli kehittää instrumentilla teknistä osaamista, joka oli apuna laaja-alaisemmalle musiikilliselle oppimiselle. Voiman, kestävyys- ja koordinaation kehittyminen ja dynamiikan hallinta olivat suurimmat osa-alueet, joita etyden on tarkoitus kehittää. Suurin osa etydeistä ovat hyvin ”oppimateriaalin” kuuluisia, kuten tarkoituskappaleet, mutta seassa on myös varsin runsaasti hyvin musiikillisia ja tasokkaita teoksia, kuten esimerkiksi Chopinin, Rahmaninovin tai Debussyn etydit. Harjoitusten laatijoista tunnetuimpia olivat Carl Czerny, Ernő Dohnányi ja Charles-Louis Hanon. Myöhemmin 1800-luvulla, kuten myös viime vuosisadallakin, etydejä kirjoitettiin sekä ammattimaisia konsertteja varten että yksityiseen harjoitteluun. Myös muille instrumenteille kuin pianolle, jopa lauluäänelle ja orkesterille, on kirjoitettu etydejä. (Jalo 2010, 10.)

Kontrabassolle vuosisatojen saatossa tehtyjä tekniikkateoksia on mahdollista käyttää myös sähköbassolle, ja niistä löytyy hyödyllistä tietoa sovellettavaksi sähköbasson soitossa, mutta soitinten erojen takia jotkin asiat ovat rajoittavia. Muun muassa kaulaprofiili, soittimen skaala ja soittoasento ovat merkittäviä eroja näissä soittimissa. Itse sähköbassolle teoksia löytyy aika rajoitettu määrä, koska itse soitinkaan ei ole ollut olemassa kuin noin vuosisadan. Varsinaisia tekniikkaopuksia ei ole paljon osunut kohdalle, varsinkaan niitä, joissa keskitytään lähinnä motoriseen harjoitteluun. John Patituccin (Patitucci 2005) etydikirja on yksi niitä harvoja tunnettuja teoksia, joita tiedän käytettävän opetuskäytössä. Tässä kirjassa onkin monia hyviä mainitsemisen arvoisia harjoituksia, joista olen itsekin ottanut mallia omiin harjoituksiini. Tässäkin ongelmana on se, että teos on englanninkielinen ja perehtymättömälle kielimuuriin saattaa jäädä paljon hyödyllistä informaatiota. Kontrabassolle tällaisia teoksia löytyy useita, esimerkiksi Franz Simandlin (kuva 2), François Rabbathin (kuva 3) ja T.A. Findelsenin (Findelsen 1957) etydikirjat, joissa lähdetään kromaattisista äänenkuljetuksista melodisiin kappaleisiin. Tällaiset harjoitteet vahvistavat raajojen ja aivojen yhteispeliä, joka näkyy tarkkuutena soitossa.

30 ETUDES
for the
DOUBLE BASS
with piano accompaniment

Franz Simandl
(1840-1912)
ed. Andrew Kohn

Maestoso. $\text{♩} = 100$

1.

KUVA 2. Kuvassa ensimmäiset tahdit Simandlin 30 studies for string bass- kirjasta (Simandl 1956, 2)

Ré mineur · D minor · D-moll · Re menor

5

KUVA 3. Esimerkki Rabbathin harjoituksista (Rabbath 1977, 6)

Minulle nämä asiat tulivat ajankohtaiseksi ja rupesivat kiinnostamaan todella paljon, kun aloitin opiskelut Oulun konservatoriolla. Soittamisen aloitin suhteellisen vanhalla iällä (noin 17-vuotiaana) ja sain ensimmäisen oppituntini instrumentilleni vasta aloitettuani ammattiopinnot (24-vuotiaana). Pohjasin tietoni soiton tekniikkaan ja ergonomiaan näkemiini videoihin, joita lainasin joko kirjastosta tai kaverilta. Olen aina myös ollut urheilullinen, joten oman kehon kuuntelu on myös ollut vahvasti läsnä, joten olen välttänyt pahemmat soittovammat sillä. Kuitenkin tietyt tekniset asiat jäivät pimentoon, koska en vain yksinkertaisesti tiennyt niistä. Nyt itsekseni tutkineena ja oppitunteja eri opettajilta ottaneena minulle on kehittynyt aika vahva kuva siitä, miten lisätä tiettyjä harjoitteita omaan harjoitteluun, jotta soittamisesta ja soiton kehityksestä saisi kaiken mahdollisen hyödyn irti.

Olen opettanut nyt säännöllisesti nelisen vuotta korkeakouluopintojeni alettua ja olen huomannut oppilaitteni kautta, että sopivan pienissä määrin lisättyinä etydi-harjoitukset eivät tapa soitto- ja harjoittelumielenkiintoa. Jotkut jopa pitävät näistä motorisista harjoitteista, koska ne ovat sopivaa vastapainoa pop- ja jazz-musiikissa vaadittavalle bassolinjojen improvisoinnille. Olen yrittänyt herättää oppilaiden mielenkiintoa tekniikan harjoittelua kohtaan etsimällä oppilaiden omasta lempigenrestään haastavia kappaleita ja hyviä soittajia, jotka kenties omalla esimerkillään haastaisivat oppilaita kehittymään. Itselleni tällaisia soittajia ovat olleet esimerkiksi Geddy Lee, Victor Wooten, Rex Brown, Les Claypool ja Jaco Pastorius. Tästäkin otannasta huomaa, että musiikillinen skaala on aika laaja, jos musiikingenrejä tutkiskelee. Valikoima kattaa rock-, metalli-, funk-, progressiivisen ja jazz-musiikin. Näiden tiettyjen raja-aidat ylittävien soittajien ansiosta löysin muun muassa jazz-musiikin, joka suoraan tarjottuna ei välttämättä olisi auennut niin helposti itselleni heti. Tätä itsetutkiskelua hyödynnän tässä materiaalissa ja omassa opetuksessani.

Etydi-sanalle mahtuu niin pidemmät teokset, jotka ovat jo itsenäisiä kappaleita ja jotka sisältävät tarvittavat tekniset haastavuudet, kuin muutaman tahdin mittaiset, lyhyemmät harjoitteet. Nämä omat harjoitteeni pohjaavat näihin jälkimmäisiin lyhyempiin harjoitteisiin. Lyhyemmät ja sormien numeerista pohjaa hyödyntävät harjoitteet ovat käteviä siksi, koska ne jäävät helposti muistiin ja ne

eivät vaadi nuotinlukua tai muuta huomionviejää. Voi keskittyä täysin näihin harjoitteisiin ja niitä voi tehdä alkulämmittelynä tai väliharjoitteena missä vain, eivätkä ne vaadi nuotteja tai erillistä valmistelua.

5 SOITON ERGONOMIA

Muusikon ammatti on henkisesti ja fyysisesti yksi raskaimmista, ja harva ammattimuusikko tai musiikinopiskelija pystyy välttämään soittamisen tuomilta ongelmilta (Henell 2012, 38–39). Kontra- ja sähköbasson fyysisyyden takia, ovat soittovammat ja liiallinen rasitus uhkana soittajalle koko ajan. Hyvän fyysisen yleiskunnon ylläpitäminen on todella tärkeää, jotta välttyisi vammoilta tai edes minimoisi vammat soittouran varrella. Olen huomannut, että erityisesti puhaltajat joutuvat lämmittelemään huomattavan kauan ennen konserttia, jotta olisivat soittokunnossa keikkaa varten. Tämä tapa olisi syytä ottaa haltuun myös kielisoittajien rytmimusiikin puolella, koska 1,5 tunnin keikan soittaminen putkeen on todella fyysistä työtä. Pahimmillaan soittaminen voi katketa kuukausiksi liian pitkälle menneen vamman tai rasituksen myötä, jos näille ongelmille ei tee mitään. Ei ole haitallista, vaikka hetkellisesti joutuisikin kuormittamaan kehoaan epäergonomisessa asennossa, mutta pitkäkestoisesta rasituksesta on haittaa (Kärnä 2012, 9). Hyvä soittoergonomia, tekniikka ja hyvä fyysinen yleiskunto auttavat näiden ehkäisemisessä. Näihin onkin syytä opettajan kiinnittää huomiota jo heti alussa.

Sähköbasson fyysinen rasittavuus käy yleensä ilmi soitettaessa seisaaltaan, jolloin basso roikkuu hihnan varassa toisen olkapään päällä. Rasittavuuden aste riippuu siitä, kuinka raskas soitettava basso on, kuinka hyvän hihnan varassa basso roikkuu, kuinka pitkä skaala bassossa on ja millä korkeudella sitä pidetään. Kaikista näistä kohdista voi löytää optimin tai ainakin hyvän kompromissin itselleen, jotta soittaminen olisi mahdollisimman vaivatonta. Apuvälineitä on myös keksitty, jotta painon saisi jakautumaan tasaisemmin soittajan harteilla. Kuvassa 4 olevaa hihnaa käytetään jo jonkin verran soittajien keskuudessa. Myös kevyempiä soittimia ja lyhyempiskaalaisia soittimia on tarjolla, jos esimerkiksi oma fysiikka tulee joissain tilanteissa vastaan.



KUVA 4. Basisti Damien Erskinelle suunniteltu custom-hihna (Baldemor 2012)

Hyvän ergonomisen soittotavan ja motoristen harjoitusten tarkoituksena on myös kehittää soittajan teknistä osaamista ja sormien yhteispeliä, jotta teknisesti vaikeampi materiaali muuttuisi helpommaksi ja oma osaamiskenttä laajentuisi. Tietyissä musiikkigenreissäkin on tiettyjä lainalaisuuksia ja tyylinmukaisuuksia, jotka ovat teknisesti vaikeita, mutta harjoiteltavissa sormiharjoituksilla ja uusilla askelmerkeillä. Nämä harjoitellut askelmerkit tukevat sitten myös toista, uutta asiaa.

6 HARJOITUKSET

Harjoituksissa haetaan erilaisia liikeratoja ja sormituksia, jotka vahvistaisivat soittajan motorisia valmiuksia. Tietyt sormet ja niiden välinen yhteispeli ovat muita sormia heikompia, joten nämä harjoitukset myös kehittävät sitä osaluetta. Yleinen stereotypia on, että basistien yleensä oletetaan tyytyvän vähempään teknillisesti, koska soittimen rooli on yleensä toisia tukeva ja yksinkertainen orkesteri- ja bändisoitossa, mutta ammattisoittajalla tai pitkälle harjaantuneella soittajalla oletetaan valmiuksien riittävän pidemmälle. Kuten kaikissa soittimissa, teknisten valmiuksien pitäisi olla sillä tasolla, että tekniset puutteet eivät haittaisi esitettävää musiikkia tai olisi ainakaan liian suuri este tälle. Suurimassa osassa näissä harjoitteissa ei lähdetä aivan alkeista, vaan soittajalla oletetaan olevan jo jonkinlaisia valmiuksia soittimensa käsittelyyn. Kuitenkin osaa näistä voi ja on suotavaa käyttää heti alkuunsa, jotta hyvä ja puhdas tekninen tekeminen piirtyisi heti alkuunsa lihasmuistiin.

Olen itse valmistunut vuonna 2012 muusikoksi Oulun konservatoriolta ja nyt valmistun musiikkipedagogiksi Oulun ammattikorkeakoulusta, joten tulevan ammattini luonteeseen liittyen olen joutunut pohtimaan keinoja, millä saisin purettua soittoon liittyviä lukkoja. Olen harjoittelussani käyttänyt aina tietyn ajan motoriikan harjoitteluun, koska koen hermoratojen tarvitsevan jatkuvaa vahvistusta ja kehitystä. Tämän vuoksi soittajalla uusien asioiden omaksuminen ja opettelu jatkuu läpi koko soittouran, tai ainakin tätä pidetään suositeltavana, koska musiikilliset haasteet kehittyvät ja oma keho muuttuu vanhetessa.

Harjoitteissa pyritään vahvistamaan fyysisesti heikompia sormia erikseen ja yhdessä muiden sormien kanssa. Nämä sormet ovat nimetön ja pikkusormi. Siemandlin kontrabassolle kehittämässä tekniikassa ei nimetöntä käytetä alasemissä lainkaan, koska sitä ja pikkusormeaa pidetään heikoimpina sormina muihin nähden, joten se tukee ala-asemassa soitettaessa pikkusormeaa (Colwell & Hewitt 2010, 337). Tätä suositaan siksi, että soittaja välttyisi urallaan soittovammoilta. Tässäkin on koulukuntaeroja, joten oman kehon kuuntelu on erityi-

sen tärkeää. Omaa fysiikkaa kannattaa tutkia ja olla tietoinen siitä, kuinka pitkälle sitä voi rasittaa ilman vahinkoja. Opettajalla onkin tässä suuri vastuu, jotta ei aiheuttaisi turhaa vahinkoa oppilaille. Sähköbasso on kuitenkin fyysisesti paljon kevyempi soitin, joten kaikkien sormien käyttö soitossa mahdollistaa teknisempään ja vähemmän energiaa vievään lopputulokseen. Motorinen harjoittelu on hyvä lisätä päivittäisen harjoittelun lomaan. Esimerkiksi 5–10 minuuttia päivittäin oikein tehtynä harjoitukset saavat aikaan tuloksia jo pienessä ajassa, koska käsien lihakset kehittyvät. Tarkoitus ei ole tehdä näitä harjoituksia päivittäin liikaa, jotta välttyttäisiin liialliselta rasitukselta.

6.1 Harjoituksista

Harjoituksista löytyy nuottiesimerkki ja lyhyt selostus harjoitukseen. Notaation yläpuolella olevat numerot tarkoittavat otelaudan puoleisen käden sormia ja yläpuolella olevat kirjaimet tarkoittavat soittimen kieliä. Harjoitukset on tarkoitettu aloittaa soittamalla hitaalla tempolla, jotta tekninen suorite tulisi mahdollisimman puhtaaksi ja äänet soisivat mahdollisimman tasaisesti. Tarkoituksena ei ole nopeus, vaan tiettyjen hermoratojen ja lihasten kehittäminen. Nopeus tulee näiden kehityksen myötä. Kannattaa kuunnella myös kehoasi tarkkaan. Jos rupeaa sattumaan käsiin, hartioihin tai selkään, muista pitää tauko ja tarkasta soittoasentosi. Kuitenkin, jos se on lihasväsymystä, voi puskea hieman, jotta ”stamina” eli kestävyys kehittyisi myös, kuten normaaleissa lihasharjoitteissa.

Harjoitukset tulee lisätä normaalin soittoharjoittelun lomaan noin 5–15 minuuttia kerrallaan, ettei rasitusta tule liiaksi. Osa harjoitteista on kuormittavampia kuin toiset, joten oman järjen käyttö ja kehon kuuntelu on tässä tärkeää.

6.1.1 Harjoitus 1

Ensimmäinen ns. ”numerosarja”-harjoitus on hyvin perinteinen etydiharjoitus kielisoittimille. Sen tehtävänä on synkronoida erilaisia sormiyhdistelmiä lihasmuistiin ja se on hyvin hyödyllinen aloittaa heti aloittelijoiden kanssa, kunhan soittoasento ja ergonomia ovat kunnossa. Harjoitus soitetaan yhdestä asemasta ja neljä ääntä per kieli. Harjoitusta voi keventää siirtämällä asemaa korkeammalle, jolloin käden ei tarvitse kurottua liikaa. Tämä on syytä ottaa huomioon etenkin aloittelijoiden kanssa.

Harjoituksen numerot tarkoittavat: 1 = etusormi, 2 = keskisormi, 3 = nimetön ja 4 = pikkusormi ja ne ovat otelaudan puoleisen käden sormia. Näppäilevissä sormissa pidetään vuorotteleva rytmi samalla kielellä soitettaessa tai seuraavalle mentäessä, mutta alaspäin palatessa käytetään samaa sormea, jotta säästyy energiaa. Tarkoitus on näppäillä tietyllä järjestyksellä kieli kerrallaan ylös ja palata takaisin, jolloin otetaan taas uusi järjestys. Saadaksesen vaihtelua, järjestystä voi vaihdella vaikka kielen välein. Voi soittaa joko 4-osa- tai 8-osanuotteina. Tämän harjoituksen sormijärjestykset ovat tässä:

1234 2134 3124 4123
1243 2143 3142 4132
1324 2314 3214 4213
1342 2341 3241 4231
1423 2413 3412 4312
1432 2431 3421 4321

6.1.2 Harjoitus 2

Tämä harjoitus pohjaa vahvasti edelliseen, mutta rytmikka ja muoto on hieman eri. Tässä voi hyödyntää edellisen sormijärjestyksiä, jotta saa koko hyödyn ja eri variaatiot käytyä. (Kuva 5.)

e
1 2 1 3 4 3 a
1 2 1 3 4 3 jne...



KUVA 5. Harjoitus 2

6.1.3 Harjoitus 3

Harjoituksen pääpainona on käydä kolmisoinnun äänet johtosävelen kanssa läpi. Harjoitus on tehokas myös siksi, koska siinä tulee otelauta tutuksi kahden oktaavin alueelta. Nuottiesimerkissä on käyty yksi mahdollinen reitti läpi, mutta halutessaan voi muuttaa äänien paikkaa, jotta kaikki alueet tulisivat otelaudalta tutuksi. Tarkoitus on käydä ne eri sävellajeissa. Kuvien 6 ja 7 rytmitys on kirjoitettu trioleiksi, mutta kannattaa varioida oman mielen mukaan.

e a d g
3 2 3 2 1 2 4 3 4 3 2 3 2 1 2 4 3 4 4

g d a e
4 3 4 4 3 4 2 1 2 3 2 3 4 3 4 2 1 2 3

KUVA 6. Harjoitus 3, duurikolmisointu

e a d g
4 3 4 2 1 2 4 3 4 4 3 4 2 1 2 4 3 4 4

g d a e
4 3 4 4 3 4 2 1 2 4 3 4 4 3 4 2 1 2 4

KUVA 7. Harjoitus 3, mollikolmisointu

Tähän on syytä lisätä myös vähennetty ja ylinouseva kolmisointu ja eri nelisointu, jotta teoreettinen puoli tulee myös samalla tutuksi. Toimii myös rytmisesti muunneltuna hyvänä improvisointi materiaalina. Esimerkiksi bebop-tyylin jazzissa hyödynnetään johtosäveliä paljon.

6.1.4 Harjoitus 4

"Hämähäkki"-harjoituksen ideana (kuva 8) kuten ensimmäisessä harjoituksesakin on otelaudan puoleisen käden sormien eri variaatiot, mutta myös näppäilevän käden sujuva kieleltä toiselle liike. Ylös kieliä mentäessä on syytä käyttää näppäilevässä kädessä ns. vuorosormitusta, mutta alas tultaessa vain yhtä sormeaa, koska näin säästyy energiaa ja se on soitannollisesti sujuvampaa. Harjoitus nousee koko ajan puoli sävelaskelta ja on syytä käydä koko oktaavin matkan harjoituksen lähtöpisteestä.

g d g d a d g d a e a d g d a e a d g
1 2 1 2 3 2 1 3 2 1 1 2 3 4 1 2 3 4 4 3 2 1 4 3 2 1 jne...



KUVA 8. Harjoitus 4

6.1.5 Harjoitus 5

Tämän harjoituksen pöimän Hadrien Feraudin Youtube-kanavalta. Feraud on yksi tämän sukupolven teknisimpiä fuusiojazzsoittajia ja on ollut vahva esikuva myös minulle. Nuoresta iästään huolimatta hän on soittanut jo mm. John McLaughlinin ja Chick Corean kanssa.

Tämä on fyysisesti rasittava harjoitus (kuva 9), koska tässä joutuu venyttämään kättä ylettyäkseen seuraavan kielen ääneen. Tätäkin harjoitusta voi helpottaa nostamalla lähtöasemaa, jolloin otelaudan äänien välit kapenevat. Rytmisesti muokkaamalla toimii improvisatorisessa ympäristössä mainiosti.

e a e a d a d g

1 3 2 4 3 1 4 2 1 3 2 4 3 1 4 2 1 3 2 4 3 1

4 1 3 4 2 3 1 2 4 1 3 4 2 3 1 2 4 1 3 4 2 3 1

KUVA 9. Harjoitus 5

6.1.6 Harjoitus 6

Hadrienin harjoituksesta tekemäni muunnos on rytmisesti ja muodollisesti hie-
man erilainen, mutta ajatus on sama. Tässäkin joutuu venyttämään otelaudan
puoleisen käden sormia, jotta seuraavan kielen ääniin yltää. Muokkaamani har-
joituksen tulisi olla esimerkkinä, kuinka näitä harjoitteita voi muokata ja edistää
melkein loputtomiin. Rytmikkaa ja äänien järjestyksiä muokkaamalla aihioista
saa suuren hyödyn irti, jolloin käyttömahdollisuudet kasvavat.

e a e a d a d

1 2 3 2 3 4 3 4 1 4 1 2 1 2 3 2 3 4 3 4 1 4 1 2 jne..

4

KUVA 10. Harjoitus 6

6.1.7 Harjoitus 7

Edelleen sama harjoitus, mutta nyt rytmisesti muokattu siten, että tahdissa on ”kolme vastaan neljä”-rytmisen modulaatio. Tällaiset poikkeusjakorytmit liitettyinä harjoitteeseen vahvistavat rytmikkaa ja soiton ”timea”, joka on hyvin tärkeää rytmimusiikin soittajalle. Harjoituksessa on samat sormitukset ja kielitykset.

The image shows a musical score for Harjoitus 7, consisting of four staves of bass clef notation. The time signature is 3/4. The first staff begins with a 3/4 time signature and contains two measures of triplets, each marked with a '3' above the notes. The second staff continues with five measures of triplets, each marked with a '3' below the notes. The third staff contains seven measures of triplets, each marked with a '3' below the notes. The fourth staff contains five measures of triplets, each marked with a '3' below the notes. The notes are primarily eighth and sixteenth notes, with some accidentals (sharps and flats) indicating a key signature of one sharp (F#).

KUVA 11. Harjoitus 7

6.1.8 Harjoitus 8

Edellisiä harjoituksia voi muokata esimerkiksi seuraavilla tavoilla, jotta saisi monipuolista hyötyä näistä irti.

Legato-viivoilla voi yhdistää ääniä, joilloin motorinen yhteisliike oikean ja vasemman käden välillä on erilainen aiempaan. Kontrolli vasemmassa kädessä korostuu, koska ääni täytyy saada syttymään ilman oikean käden näppäystä.

Tämä myös luo erilaisen soundin soittaessa, koska legato-äänelle ei tule niin paljon attackia.

Koeta myös vaihtaa näppäiltävät sormet oikeassa kädessä peukaloon ja etusormeen ja paina hieman kämmenen syrjää tallan kohdalta kielten päälle, jolloin äänen soivuus vähenee ja ääni sammuu nopeampaa. Tämä sopii tietyissä musiikillisissa konteksteissa. Myös plektran lisääminen harjoitteluun tuo uutta ulottuvuutta omaan soundiin ja soittoon.

7 POHDINTA

Soittajan motoriikan kehittäminen ja ylläpitäminen on ajankohtaista soittouran joka vaiheessa, koska sen kautta voi välttyä vammoilta ja tekniset valmiudet pysyvät pidemmälle vanhuuteen. Harjoitusten ei suinkaan pidä olla päivittäisen soittoharjoittelun pääpainona, vaan pienenä osana vahvistamassa ja kehittämässä soittajan valmiuksia. Noin 5–15 minuuttia päivässä, riippuen harjoituksesta ja fyysisistä valmiuksista, voi tehdä jo lyhyessä ajassa ihmeitä. Soiton itseisarvona täytyy kuulua musikaalisuus ja soittajan oma persoona, ja soittajan tekniset valmiudet vain vahvistavat näitä osa-alueita. Teknisten valmiuksien tulisi olla sillä tasolla, etteivät puutteet olisi musiikillisen tulkinnan tiellä. Tämä taso riippuu täysin soittajasta itsestään ja hänen tavoitteistaan musiikin tiellä.

Aiheen tutkiminen ja asiaan perehtyminen on avannut monta lukkoa omassa soitossani, ja uskon, että siitä on hyötyä myös muille soittajille. Olen jo ennen omaa ammattilaisuuttani pitänyt omaa soittoharrastusta tavoitteellisena, eli olen halunnut kehittyä mahdollisimman paljon. Tämä on myös myöhemmin mahdollistanut osallistumiseni teknisesti vaikeampiin projekteihin ja näin omiin työmahdollisuuksien kasvuun. Soitonopettajan näkökulmasta tämä aihe on myös ollut mielenkiintoinen, koska opettajalla täytyy olla teknistä osaamista välitettäväksi oppilaille. Näin välittyisi vanha, hyväksi havaittu mestari-kisälliasetelma. Nämä harjoitukset onkin suunnattu soitonopettajille tai pitkällä oleville omaa soittoaan tutkiville basisteille. On tärkeää, että vieressä on kokeneempi soittaja seuraamassa soiton ergonomiata ja suoritusta, jotta saadaan täysi hyöty irti harjoituksesta aiheuttamatta turhia kipuja tai vammoja soittajalle itselleen.

Tutkimalla ja perehtymällä vanhoihin soittokirjoihin oppii paljon uutta ja säästää aikaa, koska saattaa huomata, ettei pyörää tarvitse keksiä uudestaan. Vaikka sähköbasso on soittimena uusi, sukulaissoittimien opetusmateriaaleista ja soittofilosofioista voi löytää todella hyödyllistä materiaalia harjoitteluun. Tässäkin asiassa olisi hassua jättää huomioimatta klassisen musiikin pitkät perinteet ja materiaali vain siksi, että pitää näitä musiikin tyylejä erillään toisistaan. Itselleni

näiden harjoitusten tuomien mahdollisuuksien löytäminen tapahtui suurimmalta osin aloitettuani klassisen kontrabasson tunnit ja tutkittuani sieltä saatua materiaalia. Tätä tietoa ja pyrkimystä tietyn ennakkokäsityksen ulkopuoliseen ajatteluun yritän edistää oppilailleni.

LÄHTEET

Bacon, T. & Moorhouse, B. 2008. The Bass Book: A Complete Illustrated History of Bass Guitars. United States: Backbeat Books.

Baldemor, J. 2012. Ergonomic “DuoStrap” Offers Shoulder Pain Relief For Guitar and Bass Players. PRWeb. Viitattu 3.3.2017.

www.prweb.com/releases/2012/2/prweb9157519.htm.

The Beatles 1969. Come together. Apple Records. CD.

Colwell, R. & Hewitt, M. 2010. Teaching of instrumental music / fourth edition. New York: Taylor & Francis Group.

Dr. Licks 1989. Standing In The Shadows Of Motown: The Life And Music Of Legendary Bassist James Jamerson. United States: Dr. Licks Pub.

Feraud, H. 2015. Check out Hadrien Feraud’s warm up exercise. Video. Viitattu 20.3.2017. <https://www.youtube.com/watch?v=9NhAqc-ZpZE>.

Findelsen, T.A. 1957. 25 technical studies for string bass. New York: International Music Company.

Graham Central Station 1973. Hair. Warner Bros. Records. CD.

Henell, T-P. 2012. Musiikki on raskas työ. Rondo 3. 38–39.

Jalo, T. 2010. Jazzetydejä pianolle. Metropolia ammattikorkeakoulu. Pop/jazz-musiikin koulutusohjelma. Opinnäytetyö. Viitattu 2.4.2017.

<http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/24075/jazzetydeja%20pianolle.pdf?sequence=1>.

Kärnä, K. 2012. Kitaransoiton ergonomia. Oulun seudun ammattikorkeakoulu. Musiikin koulutusohjelma. Opinnäytetyö. Viitattu 1.2.2017
<http://www.theseus.fi/bitstream/handle/10024/45726/Karna_Kaisa.pdf?sequence=1>.

Ma, Y. 1983. Unaccompanied cello suite no. 1 in G-major, BWV 1007: Prelude. Sony BMG Music Entertainment. CD.

Patitucci, J. 2005. 60 Melodic etudes for acoustic and electric bass. United States: Carl Fischer.

Rabbath, F. 1977. New technique for double bass. Pariisi: Éditions Musicales Alphonse Leduc.

Rush 1997. Driven. Anthem Records. CD.

Simandl, F. 1956. 30 studies for string bass. New York: International Music Company.

Weather Report 1977. Havona. Columbia Records. CD.

Wonder, S. 1968. For once in my life. Tamla. CD.