

Tehokas urkuharjoittelu

S-KM25 Kirjallinen työ
Loviisa Tuomisto
Kirkkomusiikin koulutusohjelma
Taideyliopiston Sibelius-Akatemia
2022

TIIVISTELMÄ

Tämä kirjallinen työ pureutuu urkujensoitossa pitkällä olevien urkureiden harjoittelukäytäntöihin. Työ käsittelee yleishyödyllisiä tehokkaita harjoittelukäytäntöjä, harjoitteluprosessin eri vaiheita, motivaatiota sekä jalkiosoiton yleisiä piirteitä. Mentaaliharjoittelu on rajattu pois laajuutensa vuoksi.

Tutkimuskysymykset ovat: Miten urkujensoittoa voi harjoitella tehokkaasti? Millaisia työkaluja on olemassa tehokkaaseen ja aikaa säästävään harjoitteluun? Tutkimuksen teoreettinen viitekehys koostuu musiikin harjoittelemista koskevasta kirjallisuudesta, empiirinen osuus taas Taideyliopiston Sibelius-Akatemian kahden urkujensoiton opettajan haastatteluista suullisin ja soivin vastauksin.

Haastattelutulokset tiivistäen todetaan, että harjoittelun tulisi olla hyvin suunniteltua ja tauotettua toimintaa. Harjoittelulle on hyvä asettaa selkeä päämäärä. Harjoitteluprosessille on hyvä varata riittävästi aikaa, jotta opittavat asiat saavat kypsyä ja syventyä. Sormitusten ja jalkajärjestysten huolellinen suunnittelu ja niissä pysyminen on myös tärkeää.

Asiasanat: urkujensoitto; harjoittelu; Johann Sebastian Bach: Sonaatti, BWV 528; Charles-Marie Widor: Sinfonia, op. 13 nro 2; maisterivaiheen urkuopiskelija

SISÄLLYS

1 JOHDANTO	4
2 HARJOITTELUA KOSKEVAT YLEISET PERIAATTEET	6
2.1 Tehokas harjoittelu	6
2.2 Harjoitusprosessin neljä vaihetta	7
3 HARJOITTELUN MONIULOTTEISET ASPEKTIT	10
3.1 Motivaatio	10
3.1.1 Sisäinen motivaatio	10
3.1.2 Ulkoinen motivaatio	11
3.1.3 Tavoitteet, haasteet ja niiden hallinta	12
3.2 Itseluottamus ja itsearvostus	12
3.3 Itsetunto	13
3.4 Rentoutuminen ja keskittyminen	15
4 JALKIOSOITON HARJOITTELU	15
5 HAASTATTELUTUTKIMUKSEN KULKU	16
6 KAHDEN URKUPEDAGOGIN NÄKEMYKSIÄ URKUJENSOITON HARJOITTELUSTA	17
6.1 Harjoittelurutiinit	17
6.2 Harjoitteluprosessin vaiheet	18
6.2.1 J. S. Bach: Sonaatti IV, e-molli, 1. osa	18
6.2.2 C.-M. Widor: Sinfonia II, D-duuri, 1. osa	19
6.3 Harjoittelutekniikat	20
6.4 Jalkiosoitto ja ergonomia	21
7 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA	22
LÄHTEET	25
LIITE	Haastattelujen kysymykset
	26

1 JOHDANTO

Mitä on tuloksia tuottava harjoittelu? Tämä kysymys on monia kertoja pyörinyt mielessä musiikin ammattiopintojeni aikana. Harjoittelenko oikein? Onko tämä tuloksia tuottavaa? Onnistunko myös esitystilanteessa, kun harjoittelen tällä tavalla? Uskon, että moni muukin muusikko miettii ainakin jossain vaiheessa musiikkipolkuun näitä samoja kysymyksiä. Harjoittelu on muusikon työn perusta. Ilman harjoittelua ei voi osata. Siksi on tärkeää, että harjoittelu on laadukasta, ergonomista ja tehokasta. Tärkeää on myös, että harjoittelu on motivoivaa. Huolellinen harjoittelu tuottaa hyviä tuloksia, ja hyvät tulokset taas tuottavat motivaatiota.

Syvennyn tässä kirjallisessa työssä urkujensoiton harjoittelukäytäntöihin. Mielenkiintoni kohdistuu erityisesti soittotekniikassaan pitkällä olevien urkurien harjoitteluun. Sormituksia, motivaatiota ja harjoitteluprosessin eri vaiheita koskevat menetelmät ovat sovellettavissa minkä tahansa kosketinsoittimen harjoittelussa. Urkujensoitossa oma lukunsa on jalkiosoitto. Juuri jaloilla soittaminen on asia, joka erottaa urkurin muista klaveerisoittajista. Tästä seikasta urkurit tunnustetaan.

Tutkimuskysymykseni tässä kirjallisessa työssä ovat: Miten urkujensoittoa voi harjoitella tehokkaasti? Millaisia työkaluja on olemassa tehokkaaseen ja aikaa säästävään harjoitteluun? Työni kohdistuu soittotekniikassaan pitkällä olevien urkurien työskentelyyn.

Tutkimukseni teoreettinen viitekehys koostuu musiikin harjoittelemista koskevasta kirjallisuudesta ja empiirinen osuus Taideyliopiston Sibelius-Akatemian kahden urkujensoiton opettajan haastatteluista. Kuvaan haastattelumenetelmän tarkemmin luvussa 5.

Työni rakenne on seuraava: Luvussa kaksi esittelen harjoittelua koskevia yleisiä periaatteita kirjalliseen lähdeaineistooni nojaten. Luvussa kolme tarkastelen motivaation merkitystä ja sen eri ilmenemismuotoja. Neljännessä luvussa käsitelen jalkiosoiton harjoittelua. Luvussa viisi esittelen haastattelumenetelmän ja luvussa kuusi teemahaastattelujen tulokset. Päätösluku sisältää johtopäätökset ja pohdinnan.

Soittoharjoittelua on käsitelty opaskirjojen lisäksi monissa opinnäytetöissä. Niklas Pokin (2003) pro gradu -tutkielma *Pianon ääressä: Katsaus pianonsoiton harjoitteluun* kartoittaa laajalaisesti harjoittelua yleisten strategioiden muodostumisesta tulkinnallisiin ratkaisuihin. Pokki etsii periaatteita, joiden avulla pianonsoittoa opiskeleva muusikko voi kehittää harjoitteluun tarkoituksenmukaiseksi. Myös Marianne Kanerva (2013) etsii opinnäytetyössään *Hyvän harjoittelun monet aspektit* vastauksia kysymykseen ”mitä ja millaista on hyvä harjoittelu?” Kanerva tarkastelee harjoittelun fyysisiä ja moniulotteisia аспекteja. Fyysisiin aspekteihin sisältyy soittoasennon, ryhdin ja lihaskunnon vaikutukset harjoitteluun ja soittamiseen. Moniulotteisiin aspekteihin lukeutuvat motivaatio, itsetunto, itsearvostus, rentoutuminen ja keskittyminen.

Liisa Keränen (2018) etsii kirjallisessa työssään *Tsemppiä treeniin* tarkoituksenmukaisia ja tehokkaita tapoja urkuohjelmiston harjoitteluun erilaisista urkujensoiton oppaista. Lisäksi hän on kartoittanut kyselyn avulla Taideyliopisto Sibelius-Akatemian kirkkomusiikki ja urut -aineryhmän opiskelijoiden harjoittelutottumuksia. Keräsen työ keskittyy musiikkiteoksen tek-

niseen haltuunottoon, joten siitä on rajattu pois esittämistä koskevat tulkinta- ja tyylikysymykset. Tutkitun kirjallisuuden näkökulmasta teoksen rakenteen analyysin, stemmakohtaisen harjoittelun ja lyhyiden mentaaliharjoitusten avulla harjoittelutuokiosta saa parhaan mahdollisen tuloksen irti. Kyselystä puolestaan käy ilmi, että opiskelijat soveltavat melko paljon stemmakohtaista harjoittelua. Toisaalta musiikkianalyysin, mentaaliharjoittelun ja vaikeiden paikkojen opetteluun luotujen harjoitusmetodien käyttöaste on alhaisempi urkuopiskelijoilla.

Joni Vikki (2020) tutkii kirjallisessa työssään muutoksia jalkiosoiton opetuksessa 1900-luvun alusta nykypäivään. Vikki on haastatellut viittä suomalaista urkujensoiton opettajaa jalkiosoiton opetuksesta. Lisäksi hän käyttää lähdeaineistonaan viittä suomalaista urkukoulua. Tutkimustulosten mukaan urkujensoiton opettajat pitävät jalkiosoiton opettamista tärkeänä ja käyttävät niin suomalaista kuin ulkomaista jalkiosoiton oppimateriaalia. Merkittävin muutos viime vuosikymmeninä on ollut se, että urut ovat muuttuneet legatosoittimesta soittimeksi, jota soitetaan eri ohjelmistoissa eri kosketustavoilla.

2 HARJOITTELUA KOSKEVAT YLEISET PERIAATTEET

2.1 Tehokas harjoittelu

Ammattimuusikon harjoittelua verrataan usein ammattiuurheilijan harjoitteluun. Erja Joukamo-Ampujan ja Jouko Heiskasen (2008) harjoittelun verkko-oppimateriaalissa sovelletaan urheiluvalmennuksessa hyväksi havaittuja keinoja muusikon harjoittelurutiineihin. Harjoitteluohjelmassa huomioidaan ergonomia, fysiologia ja psyyke. Tekijät myös korostavat, että on olennaista vaihdella harjoitteluviikkojen kuormittavuutta kehon palautumisen ja lihasten kehityksen vuoksi. Vaihtelemalla viikkojen kuormittavuutta ja harjoittelutapoja soittaja pystyy ajoittaan maksimaalisen soittokuntonsa tutkintoa, konserttia tai muuta esitystä ajattelen. Harjoittelu-päiväkirjaan on hyvä tehdä merkintöjä viikkojen kuormittavuudesta.

Harjoittelutapahtuma on erilaisten liikeratojen automaation ketju. Soittaja valmentaa itseään hyvällä keskittymiskyvyllä. Niin sanottu sisäinen korva ennakoi tuotetun äänen, ja lopulta tämä sisäinen korva arvioi tuotetun äänen laadun. Automatisointi tarkoittaa tietoisien asiain siirtämistä tiedostamattoman hallintaan. Soittotekniikan täytyy olla automatisoitunutta, jotta soittajan päätehtävänä voi olla musiikin tulkinnallinen muotoilu. (Keränen 2018, 8.)

On tiettyjä elementtejä, joita soittajan on harjoitellessaan kontrolloitava. Sormitukset, oikeat äänet ja ergonominen soittoasento kuuluvat niihin. (Keränen 2018, 9.) Riittävän monilla toistoilla voidaan vaikea kohta muuttaa helpoksi. Vaikean kohdan sujuvuus ilmenee suorituksen nopeutena, vaivattomuutena ja virheiden vähäisyytenä. Toistoissa taitoinen siirtyy työmuistista säilömuistiin. Opittava aines hallitaan niin hyvin, että se saadaan helposti palautettua mieleen ja sitä on myös helppo soveltaa vastaavanlaisissa tilanteissa. (Ahonen 2008, 147.) Laatu ja säännöllisyys ovat siten tärkeitä harjoittelussa.

Korkeatasoiset muusikot harjoittelevat tehokkaasti ja aikaa säästäten (Neuhaus 1986, 12.) Virheet otetaan heti suurennuslasin alle teosta työstäessä. Tärkeää on kuitenkin muistaa, että harjoitteluprosessissa ei ole oikotietä onneen. Prosessista voi tehdä tehokkaan ja ytimekkään harjoittelemalla vaativia paikkoja huolellisesti pienissä paloissa.

Oppimisen voi jakaa kolmeen vaiheeseen, jotka pätevät myös soitonharjoitteluun. Alkuvaiheessa harjoittelija harjaantuu käyttämään taidon perusyksikköjä ja huomioimaan suoritukseen vaikuttavaa oleellista havaintoinformaatiota. Suoritus on alkuvaiheessa hidasta, kömpelöä. Se vaatii monia toistoja, tietoista säätelyä ja valvontaa. Oppimisen välivaiheessa harjoittelija käyttää laajempia toimintayksikköjä, jotka syntyvät perusyksikköjä yhdistelemällä. Edellisen vaiheen suoritus laukaisee siirtymän uuteen vaiheeseen. Musiikin kielessä tämä tarkoittaa, että alkuvaiheessa puhutaan yksittäisistä fraaseista. Oppimisen välivaiheeseen tultaessa fraaseja yhdistellään ja niistä syntyy kokonaisuuksia. Näin pystytään siirtymän kokonaisuudesta toiseen. Oppimisen välivaiheessa havaintoinformaatio terävöityy ja suorituksen tueksi syntyy sisäisiä malleja. Harjoittelija kokee ekspressiivistä sujuvuutta – kuin sormet toimisivat näkymättömän agentin ohjauksessa. Oppimisen kolmas vaihe on automaattisuuden vaihe. Soittaminen ei enää vaadi tietoista ponnistelua. Musiikki ohjaa soittajaa, ja kädet elävät omaa elämäänsä. Kolmas vaihe antaa soittajalle mahdollisuuden keskittyä ilmaisuun. Ilmaisu on kuitenkin hyvä harjoitella jo oppimisen välivaiheessa. (Ahonen, 2008, 148; Lehmann, Sloboda ja Woody 2007, 129–178.)

Harjoittelutilanne voi olla joko simulaatio esitystilanteesta tai tietyn teknisen asian tai ilmaisun harjoittelua, esimerkiksi tekemällä nopeasta juoksutuksesta asteikkoharjoituksen tai pienen etydin. Myös muut soittamisen ulkopuoliset tapahtumat, kuten kappaletta koskevien tekstien tai partituurin lukeminen ja kappaleen analysointi kuuluvat harjoitteluprosessiin. Mentaalinen harjoittelu on myös tehokasta. (Kanerva 2013, 3; Lehmann, Sloboda ja Woody 2007, 61.) Liiallinen harjoittelu voi kuitenkin olla terveydelle haitallista. Seurauksena voivat olla rasitusvammat. Harjoittelijan täytyy siten löytää tasapaino harjoittelun ja levon välillä. (Kanerva 2013, 5.)

Madeline Bruser (1997, 67–72.) vertaa ammattimuusikoiden harjoittelua ammattiurheilijoiden harjoitteluun. Molempien ammattiryhmien rasitusvammojen synnyssä on yhtäläisyyksiä. Ammattiurheilijat käyttävät suuria lihasryhmiä. Muusikot puolestaan harjoittavat enemmän pieniä lihasryhmiä. Jokainen lihas koostuu lihassäikeistä. Pienemmät lihassäikeet rasittuvat helpommin kuin suuret, hitaasti liikkuvat lihassäikeet. Pienten lihasten verisuonet ovat pienempiä kuin suurten, joten pienet lihakset ovat alttiimpia rasitusvammoille. Muusikkojen on vaikeampi havaita näiden pienten lihasten väsymistä, koska niiden väsyminen ei esimerkiksi nosta pulssia eikä aiheuta hengästymistä. Liikaa rasitetut lihassäikeet menettävät elastisuutta. Ne myös lyhenevät, kun eivät saa aikaa palautua rasituksesta.

Lihaksiston toimintavajeet johtuvat verenkierron vajeesta. Verenkierto kuljettaa ravintoa, kuona-aineita ja happea lihaksistolle. Jos lihas ei saa riittävästi verta supistusten välissä, sinne kerääntyy happoja ja muita kuona-aineita, jotka vaurioittavat paikallista kudosta. Tämä puolestaan aiheuttaa lihaksen heikkenemistä. Muusikoilla näiden pienten lihasten väsymistä kompensoidaan muilla lihaksilla, mikä aiheuttaa vääriä soittoasentoja ja maneereita. (Andrews 1997, 38–39.)

Aivot väsyvät vielä nopeammin kuin lihakset. Unen aikana tapahtuu kognitiivista restrukturointia. Aivot tarvitsevat aikaa sulatella uutta informaatiota, jotta ne eivät mene ähkytilaan. (Kanerva 2013, 6.)

2.2 Harjoitusprosessin neljä vaihetta

Kappaleen harjoittelu voidaan jakaa neljään vaiheeseen (Lehmann, Sloboda ja Woody 2007, 76–77.) Ensimmäiseen vaiheeseen kuuluvat musiikin hahmottaminen ja kokonaiskuvan muodostaminen kappaleesta. Kokonaiskuvan voi saada silmäilemällä nuottia, analysoimalla teosta tai kuuntelemalla äänitteitä. Soittajan olisi tulkittava nuottitekstuurista löytämiään rytmin, melodian ja artikulaation kerroksia. On hyvä miettiä kerrosten keskinäisiä suhteita ja sitä, miten kerrokset voidaan erotella toisistaan. Syvemmällä tasolla soittajan on hyvä pohtia myös kerrosten luonnetta, ja mitä olennaista ne antavat kokonaisuudelle. Lopulta nämä tasot eivät saa olla erillisiä, vaan ne kulkevat rinnakkain. (Pokki 2003, 62.)

Tarkoituksenmukaisten sormitusten laatiminen heti kappaleen opetteluun ensimmäisessä vaiheessa on tärkeää. Koska soittajalla on vain kymmenen sormeaa, on tärkeää, että niitä käytetään oikeassa paikassa oikeaan aikaan. Sormituksista syntyy aivoihin hermoratoja, joiden muuttaminen myöhemmässä vaiheessa on vaikeaa. Huolella suunnitellut sormitukset edesauttavat musiikin jäsentelyä. (Pokki 2003, 18.)

Tonaalisen harmonian pelkistäminen selkeyttää soittajan käsitystä musiikin etenemissuunnasta. Se auttaa myös paikantamaan rakenteellisesti tärkeät asiat, kuten modulaatiot ja kadenssit. Stemmoja voi soittaa erikseen missä tahansa harjoittelun vaiheessa. On hyödyllistä harjoitella erikseen esimerkiksi fuugan stemmoja säilyttäen valitut sormijärjestykset. Stemmojen erikseen harjoittelu parantaa musiikin rakenteiden kuulonvaraista hahmottamista ja auttaa kappaaleen ulkoa opettelussa. Kappaaleen harjoittelu pätkissä on myös hyödyllinen harjoittelumetodi. Soittaja voi esimerkiksi valita yhden musiikillisesti tärkeän fraasin, jota hän pyrkii muokkaamaan musiikillisesti haluamaansa muotoon. (Pokki 2003, 22–23.)

Toisinaan muusikon on opeteltava uusi kappale nopealla aikataululla. Silloin ei kannata kiirehtiä vaan pitää hermot kurissa ja harjoitella huolellisesti. Nopeaan opetteluun auttaa niin sanottu ynnäsmetodi. Se tarkoittaa, että soittaja harjoittelee puolikasta fraasia ja kokonaista fraasia puolitetussa tempossa tai lähes esitystempossa. Vasta opeteltuaan yhden fraasin kunnolla, soittaja siirtyy seuraavaan fraasiin. Lopuksi hän yhdistää fraasit toisiinsa. Haasteellista tässä metodissa on se, että fraasien alkupuolia tulee helposti harjoiteltua enemmän kuin niiden loppupuolia. Fraasien loppupuolet voivat siten jäädä heikommiksi kuin alkupuolet. Esitystempossa harjoittelun vastapainoksi tarvitaan myös hidasta harjoittelua, jotta saavutetaan optimaalinen tekninen suoritustaso. (Pokki 2003, 22.) Yksi opettajani antoi käänteisen vihjeen tähän Pokin esittelemään harjoittelumetodiin: kannattaa ensin harjoitella fraasin loppupuoli kuntoon edellä mainitusta syystä johtuen. Esimerkiksi nopean juoksutuksen harjoittelu kannattaa aloittaa juoksutuksen loppupäästä.

Oman soiton aktiivinen kuuntelu on tärkeää. Hitaasti harjoitellessa soittaja voi keskittyä kuuntelemaan soittoaan ja toteuttamaan musiikin yksityiskohtia huolella. Joskus myös puhuminen voi auttaa. Soittaja voi kertoa itselleen, mihin käsi tai jalka seuraavaksi siirretään. Eräs entinen opettajani sanoi: "Soita niin kauan hitaasti, kuin kappale sitä vaatii". Niklas Pokin (2003, 14.) mukaan harjoittelussa pätee entropian laki: epäjärjestys hakeutuu kohti suurempaa epäjärjestystä. Sallimalla väärät äänet itselleen harjoittelussa, soittaja ajautuu vaarallisille vesille. Jos soittaja ei esimerkiksi pidä juoksutuksiaan kurissa harjoitellessa, niistä tulee entistä epävarmempia ja epäselvempiä. Jos pohjatyon on tehnyt hutiloiden, sitä on vaikea korjata myöhemmin. Soittoteknisesti epäselvät kohdat eivät yleensä parane harjoittelutaukojenkaan aikana. Soittoteknisten puutteiden korjaaminen voi olla vielä työläämpää myöhemmässä vaiheessa.

Harjoittelun toisessa vaiheessa soittaja harjoittelee kappaletta osissa, jotka pitenevät harjoituksen edistyessä. Kokeneempi soittaja liittyy harjoitteluun myös piirteitä ensimmäisestä vaiheesta. Hän ymmärtää kappaaleen kokonaisuutena ja tarkastelee sitä taiteen näkökulmasta. Harjoittelun toisessa vaiheessa tulkinta syntyy audiitiivisesti tai kappaletta analysoimalla. Aivojen motoriset alueet ovat laajalti aktiiviset, ja ensimmäiset ulkoa muistamisen vaiheet syntyvät. (Lehmann, Sloboda ja Woody 2007, 76–77.) Toiseen harjoitteluvaiheeseen on hyvä sisällyttää orgaanisen tekniikan harjoittelu. Se merkitsee musiikin ja tekniikan jakamattomuutta konserttiesityksessä. Musiikillinen idea muuttuu esityksessä suoraan liikkeeksi ilman ylimääräistä kontrollointia. (Pokki 2003, 17.)

Harjoittelun kolmannessa vaiheessa soittaja hioo ja parantelee soittoaan. Harjoiteltuja kappaaleen osia liitetään yhteen. Muisti muodostaa kartan kappaaleesta ja sen osista. Jotkut muistavat kappaaleen visuaalisesti näkömuistin avulla. Toiset puolestaan voivat muistaa sen helpommin auaalisesti eli korvakuulolta. Kineettinen muisti tarkoittaa, että soittajalla on vahva sormituntuma kappaaleesta. Jos soittajalla on analyttinen muisti, hän muistaa kappaaleen sen sisäisen logiikan perusteella. (Pokki 2003, 26.) Kolmas vaihe on harjoittelun kannalta pisin ja työ-

län. Soittaja voi harjoitella kappaaleen esittämistä ystävilleen eri ympäristöissä. (Lehmann, Sloboda ja Woody 2007, 77.)

Harjoittelun neljännessä vaiheessa kappaletta pidetään yllä, mutta muutokset tulkintaan ovat mahdollisia. Tämä on automaattisuuden vaihe.

Taulukko 1. Harjoittelun neljä eri vaihetta ja niihin soveltuvat menetöt.

1. Musiikin hahmotus ja kokonaiskuva	2. Kappaleen harjoittelu osissa	3. Kappaleen hioaminen ja parantelu	4. Automaattisuuden vaihe
Harmonian analysointi	Fraasien yhdistely	Esittäminen eri ympäristöissä	Tulkinnan syventäminen
Äänitteiden kuuntelu	Orgaaninen tekniikka	Videointi ja nauhoittaminen	Hidas harjoittelu
Sormitukset	Hidas harjoittelu	Hidas harjoittelu	Kädet erikseen
Ynnäys	Kädet erikseen	Kädet erikseen	
Hidas harjoittelu			
Kädet erikseen			

Soittajan olisi hyvä löytää balanssi helpon ja vaikean harjoiteltavan välillä. On tärkeää, että soittaja löytää harjoiteltavaan kohtaan harjoittelumetodin, joka ei ole liian helppo tai liian vaikea. Liian helpon harjoittelumetodin käyttäminen ei takaa laadukasta keskittymistä. Liian vaikean harjoittelumetodin käyttäminen ei puolestaan takaa laadukasta lopputulosta. (Pokki 2003, 15.)

Laulavuuden periaate on tärkeää monenlaisessa musiikissa. Instrumentaalimusiikki koostuu jaksoista, jotka usein perustuvat melodiaan ja säestykseen, joilla on historiallinen pohja laulamissa. (Pokki 2003, 56.) Klaveerisoittajan, pianistin tai urkurin, päämäärä on päästä tällaisten kohtien tulkinnassa lähelle samoja ihanteita tai tuloksia kuin mitä hyvien laulajien esityksissä on. Laulajat ovat hyödyllisiä esikuvia varsinkin klaveerisoittajille. Laulamalla musiikkia hiljaa mielessään samalla, kun soittaa musiikkiin tulee hengittävyttä. Myös yhteistyö laulajien kanssa on hyödyllistä kosketinsoittimen soittajalle. Alla on Pokin (2003, 56.) vihjeitä, joiden avulla klaveerisoittaja voi simuloida ihanteellista laulajaa:

- melodian riittävä äänenvoimakkuudellinen etäisyys säestyksestä
- laulava legato
- harmonisen pohjan sisäistäminen
- hengitykset
- kappaaleen suunnat ja huippukohdat
- intervallien käsittely

- melodian etenemisnopeuden käsittely sekä melodian värittäminen ja sävyttäminen.

(Luettelo perustuu Emanuel Krasovskyn mestarikurssiopetukseen 1994–2002 ja Teppo Koiviston opetukseen Sibelius-Akatemiassa 1992–2001 Pokin ollessa hänen oppilaanaan.)

3 HARJOITTELUN MONIULOTTEISET ASPEKIT

Jokaisen muusikon kolme tärkeää työkalua ovat harjoittelu, mentaalinen harjoittelu ja metafyysiset, moniulotteiset aspektit. Soittajan on tärkeää tiedostaa ajatuksiaan soittotapahtuman aikana. En pureudu tässä työssä mentaaliseen harjoitteluun sen laajuuden vuoksi. Esittelen sen sijaan tässä pääluvussa metafyysisiä аспекteja, joita ei voi havaita aistein mutta jotka vaikuttavat soittamiseen. Niitä ovat ulkoinen ja sisäinen motivaatio, tavoitteet ja haasteet, haasteiden hallinta, soittajan itsetunto ja itseluottamus sekä keskittyminen ja rentous (Kanerva 2013, 15.)

3.1 Motivaatio

Motivaatio on voima, joka saa muusikon harjoittelemaan. Pitkälle edennyt muusikko tietää varsin hyvin itse mitä ja miten hänen täytyy harjoitella, jotta hän pääsee haluamaansa lopputulokseen. Tietäminen on kuitenkin eri asia kuin itse työhön ryhtyminen. Motivaation ollessa suuri muusikolle kehittyä ymmärrys ja halu vaihdella harjoitusrutiineja ja tehdä niistä palkitsevia ja mielekkäitä. (Lehmann, Sloboda ja Woody 2007, 44.) Motivaation voi jakaa viiteen alaluokkaan, joista kolme tärkeintä ovat sisäinen motivaatio, ulkoinen motivaatio sekä tavoitteet ja haasteet. (Kanerva 2013, 15.)

3.1.1 Sisäinen motivaatio

Sisäisen motivaation syntyyn vaikuttavat aktiviteetti ja sen tekemisestä syntyvä nautinto. Moni ihminen sanoo pitävänsä musiikista tai jopa rakastavansa sitä. Musiikista pitäminen ei ole opittua vaan synnynnäistä. Moni muusikko pystyy kertomaan positiivisista musiikillisista tapahtumista jo varhaislapsuudesta. Kokemuksiin liittyy yleensä turvallinen ja miellyttävä ympäristö, jolloin musiikin nautinnollinen puoli voi vaikuttaa ihmisiin. (Lehmann, Sloboda ja Woody 2007, 45.)

Sisäinen motivaatio on suurimmillaan, kun muusikko pystyy nauttimaan harjoittelustaan. Sisäinen motivaatio vaikuttaa suorituksen parantamiseen tahtoon. (Lehmann, Sloboda ja Woody 2007, 46–49.) Klassisen musiikin opiskelijat tiedostavat usein laadukkaan harjoittelun tärkeyden ja ovat motivoituneita siihen. He eivät välttämättä kuitenkaan uskalla samalla tavalla heittäytyä nauttimaan musiikista kuin esimerkiksi kevyen musiikin soittajat. Klassisen musiikin

soittajia voivat kahlita nuotit ja ajatusmalli pikkutarkasta, tyylipuhtaasta ja virheettömästä soitosta. Tällöin musiikista saatu nautinto voi ymmärrettävästi jäädä toissijaiseksi seikaksi.

Muusikko voi turhautua, jos hän ei saavuta haluttua lopputulosta. Tällöin motivaatio kärsii helposti. Tällaisessa tilanteessa muusikon täytyisi yrittää ymmärtää tätä tunnetilaa. Turhautuneisuus johtuu usein siitä, että muusikko lannistuu huomattavasti, ettei onnistukaan saavuttamaan tavoitteitaan työnteosta ja sisäisestä palosta huolimatta. (Bruser 1997, 9.) Ihminen oppii kokeilemalla ja toistamalla tiettyä asiaa riittävän useasti. Tiedostava ja huolellinen harjoittelu vie haluttuun päämäärään. On tärkeää muistaa, ettei ole tyhmä, jos ei heti osaa jotain uutta asiaa. (Kanerva 2013, 16.)

3.1.2 Ulkoinen motivaatio

Ulkoinen motivaatio ei sinänsä ole seurausta tekemisen ilosta, vaan se tulee myönteisistä asioista, jotka seuraavat tekemistä. Tällaisia asioita ovat esimerkiksi aplodit, kannustus tai halu miellyttää opettajaa. Tutkijat ovatkin hahmottaneet musiikinopiskelijan ulkoisia motivaation lähteitä ja niihin vaikuttavia tekijöitä vaihteittain. (Lehmann, Sloboda ja Woody 2007, 49–54.)

Ensimmäinen vaihe: harrastuksen aloittaminen ja ensiaskeleet. Länsimaisessa kulttuurissa musiikin harrastuksen aloittavan lapsen tärkein ulkoinen motivaattori on oma vanhempi. Tutkimusten mukaan harrastuksessa menestyneiden lasten vanhemmat kannustavat suullisesti, ovat mukana soittotunneilla ja kommunikoi opettajan kanssa. Vanhemmat kannustavat lasta harjoittelemaan ja tukevat lasta siinä. (Lehmann, Sloboda ja Woody 2007, 49–51.) Myös musiikkia harrastavat sisarukset voivat olla hyvä ulkoisen motivaation lähde. Sisarusten välille voi syntyä kilpailuhenkeä, joka sopivuuden rajoissa kannustaa harjoittelemaan. (Kanerva 2013, 17.)

Toinen vaihe: harrastuksen jatkaminen. Siihen vaikuttaa vanhempien asenne ja lapsen ensimmäinen opettaja. Lapset, joiden opettajat ovat olleet hauskoja, ystävällisiä ja lempeitä, ovat usein jatkaneet soittoharrastustaan. Päinvastoin sen ovat taas usein lopettaneet lapset, joiden opettajat ovat olleet kylmiä, etäisiä ja kriittisiä. Pienelle lapselle tärkeintä on turvallinen ja lempeä kommunikointi oman opettajansa kanssa. Pieni lapsi ei osaa vielä arvottaa opettajaa opettajan soittotaidon perusteella. (Lehmann, Sloboda ja Woody 2007, 52.)

Lapsen kasvaessa musiikkiharrastuksen kautta tulevat ystävät ovat tärkeitä. Ystävien kesken voi syntyä tervehenkistä kilpailua, joka motivoi harjoittelemaan. Se synnyttää lapsessa halun olla yhtä hyvä kuin muutkin, ja lapsi haluaa säilyttää paikkansa hyvänä soittajana. (Lehmann, Sloboda ja Woody 2007, 53.)

Kolmas vaihe: sitoutunut harjoittelu. Harjoittelun on hyvä olla selkeää, tehokasta ja mielenkiintoista. Opettajalla on jälleen tärkeä rooli laadukkaana ja taloudellisen harjoittelun ohjaajana. Opettajalla on suuri vaikutus oppilaan musiikillisiin uskomuksiin ja musiikin tekemisen tärkeyteen. Opettaja herättää parhaimmillaan oppilaan halun saavuttaa omia tavoitteitaan. Tässä vaiheessa korostuu myös opettajan oma soittotaito. Jos oppilas arvostaa opettajansa soittotaitoa, voi hän pitää opettajansa epämiellyttävää luonnetta toissijaisena asiana. (Lehmann, Sloboda, Woody 2007, 49–54; Kanerva 2013, 18.)

3.1.3 Tavoitteet, haasteet ja niiden hallinta

Mikään ei motivoi muusikkoa harjoittelemaan niin paljon kuin tuleva esiintyminen. Muusikon asenne ratkaisee, miten hän suhtautuu tulevaan haasteeseen. Asenne voidaan jakaa kahteen käyttäytymismalliin: toivottomaan ja hallintasuuntautuvaan. Toivottoman käyttäytymismallin mukaan käyttäytyvä ihminen ei osaa erottaa mahdollisia tavoitteita mahdottomista ja hän välttelee haasteita. Hallintasuuntautunut ihminen on sinnikäs oppimaan, vaikka matkan varrella tulisi vaikeuksia. Hallintasuuntautunut ihminen asettaa itselleen tavoitteita ja ponnistelee pitkäjänteisesti toteuttaakseen ne. (Lehmann, Sloboda ja Woody 2007, 58–59.)

Motivoituneellakin muusikolla voi joskus olla päiviä, jolloin ei yksinkertaisesti huvita harjoitella. Tähän motivaation puutteeseen on neuvoksi hellyys. Sillä hetkellä ei ole hyväksi pakottaa itseään tekemään sitä, mikä ei ole mielenkiinnon kohteena. Itsensä pakottamisesta voi syntyä vain turhia jännitteitä. Lisäksi se voi kasvattaa henkistä vastarintaa ja altistaa manereille. Vastarinta täytyy ensin todella tuntea. Sen jälkeen voi edetä hitaasti soittimen ääreen. Tässä vaiheessa on hyvä kysyä, miksi soittaminen kiinnostaa. Vastauksen jälkeen voi hitaasti alkaa soittamaan muutamia ääniä. Kun rentoutuu vastarinnan tunteen kanssa, voi hitaasti murtaa sen. (Bruser 1997, 139–140.)

Vastarinnan tunne voi myös kummuta huonosta itseluottamuksesta. Muusikko voi ajatella harjoittelun olevan turhaa, jos hän suhtautuu kriittisesti omiin kykyihinsä oppia uusi asia. (Kanerva 2013, 19.) Tässä vaiheessa soittajan olisi tärkeä pysähtyä miettimään, mitkä seikat tekevät tavoitteesta niin ylitsepääsemättömän, ja mitkä ovat tavoitteen hyvät puolet. Opettajalla on jälleen suuri merkitys siinä, kuinka hän kannustaa opiskelijaa tarttumaan haasteeseen tai kuinka ehdottaa siirtämään haasteen ottoa myöhemmäksi. Jos opiskelija tarttuu vaikeaan haasteeseen, opettajan on tärkeä tukea opiskelijaa siinä antamalla parhaat eväät haasteen toteuttamiseen. On tärkeää, että opettaja motivoi oppilastaan. Opettajan täytyy antaa laadukkaita ja tehokkaita harjoitteluvinkit, jotta oppilas voi saavuttaa tavoitteensa.

On olemassa tiettyjä tehokkaita ja dynaamisia periaatteita, joilla on merkitystä myönteisiin tuloksiin. Ensimmäinen periaate on sitkeysperiaate. Älä lakkaa koskaan yrittämästä! Sitkeys tuottaa tuloksia. Jos ei heti onnistu ensimmäisellä kerralla, täytyy yrittää uudelleen. Jos ihmisellä on vahva halu tavoitella jotain itselle tärkeää asiaa, siihen auttaa luja sitkeyden vakuuttelu, siinä pitäytyminen ja peräänantamaton yrittäminen. Yleensä tätä kolmipäistä kombinaatiota noudattamalla ihminen pääsee tavoitteeseensa. ”Sinä pystyt siihen, jos vain uskot pystyväsi!” (Peale 1974, 22.)

3.2 Itseluottamus ja itsearvostus

Ammatillinen ja omaan persoonaan kohdistuva itsearvostus eivät kulje käsi kädessä. Itsetunto-käsitteen voi määritellä monin tavoin, kuten kyvyksi luottaa itseensä, pitää itsestään ja arvostaa itseään. Itsetuntoa on myös, että ihminen on tietoinen omasta arvostaan. (Kanerva 2013, 20.) Nämä ovat määritelmiä kysymykselle ”pidätkö itsestäni?”. Vastaukseen vaikuttavat lapsuus, kasvaminen, menestyminen elämässä, sosiaaliset tilanteet ja kontaktit.

Itsetunto voidaan jakaa perusitsetuntoon ja ilmapuntari-itsetuntoon. Perusitsetunto saadaan jo varhaislapsuudessa. Silloin ihmiselle kehittyy perusluottamus elämässään selviytymiseen ja usko omiin kykyihin. Ilmapuntari-itsetunto puolestaan muodostuu hetkellisistä onnistuneisuu-

den ja pettymyksen tunteista. Mielenkiintoista on, että musiikinopiskelu koostuu pääsääntöisesti näistä hetkellisistä erilaisista tunnekokemuksista. Kuitenkin soittajan itseluottamus omaan muusikkouteen perustuu perusitsetuntoon eikä ilmapuntari-itsetuntoon. Näin ollen yksi epäonnistuminen suorituksessa ei pilaa hyvällä itsetunnolla varustetun muusikon käsitystä itsestään soittajana.

Huonon perusitsetunnon ongelmat juontavat juurensa kasvun ja kasvatuksen varhaisiin vuosiin. Perheen rakenteella ja vanhempien huomiolla on suuri merkitys lapsen itsearvon tunteen kehitykselle. Ratkaisevaa on, että lapsi kokee olevansa arvokas ja hyväksytty juuri sellaisena, kun hän sillä hetkellä on. Saavutukset eivät ole avainasemassa. (Kanerva 2013, 21.)

Kuinka itsearvostuksen tunne liittyy harjoitteluun? Päivi Arjas (1997, 19.) kuvaa tilannetta kirjassaan *Iloa esiintymiseen* seuraavasti: ”Omaan oppimiskykyyn luottaminen ja omien taitojen arvostaminen antavat parhaan lähtökohdan uuden omaksumiselle ja soittajana kehittymiselle.”

Harjoitteleminen oppiaksemme uutta. Jos opiskelija ei luota omiin kykyihinsä, harjoitustilanteelta putoaa pohja pois. On hankalaa rakentaa uutta heikon perustuksen päälle. Tilanne on hankala henkilöllä, jolla on heikko perusitsetunto. Sellainen on yleensä toivottaman käyttäytymismallin mukaan käyttäytyvällä ihmisellä. (Kanerva 2013, 21.)

Luottamus omiin kykyihin kuuluu yleensä soittotapahtumassa. Ne soittajat, jotka luottavat osaamiseensa ja taitoihinsa menestyvät paremmin esitystilanteessa kuin soittajat, joilla on heikko usko omiin kykyihinsä ja taitoihinsa. Minäpystyvyys tarkoittaa kykyä arvioida omaa soittovalmiuttaan. Oppilas luottaa olevansa tarpeeksi hyvä alallaan ja pystyy arvioimaan tilanteensa ja valmistautumisensa tulevaan koitokseen. (Lehmann, Sloboda ja Woody 2007, 54.)

3.3 Itsetunto

Itsetunto tarkoittaa oman itsensä tuntemista. Tiedostamme perin pohjin keitä olemme. Jos ihmisellä on huono itsetunto ja itsearvontunne, on hänen tärkeä pysähtyä pohtimaan, miksi näin on. On kehitelty malleja, kuinka muusikko voi tutustua paremmin itseensä.

Ensimmäinen askel terveen itsearvostuksen rakentamiseen on realistisen minäkuvan muodostaminen. Minäkuva ei muodostu konkreettisten tietojen pohjalta. Se on erilaisten tunnetilojen kautta muodostunut kuva muiden ihmisten suhtautumisesta itseensä. Ihminen voi vaikuttaa minäkuvaansa pureutumalla sisäisiin ajatusmalleihinsa ja ajatusmaailmaansa. Tiedostamattomat ajatukset tuodaan tiedolliselle tasolle eli niistä tehdään kognitiivisia. (Arjas 2013, 64.)

Soittaessa tällainen tiedostamaton ajatus saa keskittymisen herpaantumaan. Kiinnostuksen kohde on tämä keskittymisen herpaannuttava ajatus. Tällainen ajatus voi esimerkiksi olla ”apua, kohta tulee nopea juoksumatka, en osaa sitä”. Näitä ajatuksia kutsutaan soittoon kuuluttomiksi ongelmallisiksi ajatuksiksi. (Kanerva 2013, 22.) Jokaisella muusikolla on ainakin joskus tällaisia haitallisia ajatuksia kesken soiton. Siksi olisi tärkeää, että harjoittelun toisessa vaiheessa soittaja etsii harjoiteltavan teoksen teknisesti haastavimmat paikat ja pureutuisi niihin huolella toistaen niitä eri harjoittelumetodein. Silloin vaikeista paikoista tulee varmoja,

eikä niitä tarvitse jännittää esitystilanteessa. Yleensä jännitys lisää negatiivisia, haitallisia ajatuksia, jotka putkahtavat mieleen kesken soittotapahtuman.

Vaikka aikaa olisikin vähän uuden kappaleen omaksumiseen, siitä saa varmaakin varmemman, jos vain jaksaa harjoitella sitä huolella, hitaasti, analyttisesti ja hallintasuuntautuvasti. On tärkeää, että muusikolla on motivaatiota oppia uusi kappale. Yhtä tärkeää on rehellisesti kohdata teknisesti haastavat kohdat ja harjoitella niitä nöyrästi ja hermostumatta niin kauan kuin tarve vaatii. Jos harjoitteluvaiheessa uskottelee itselleen osaavansa teknisesti haastavan paikan ja soittaa sitä joka harjoittelukerta täydessä tempossa puolihuolimattomasti, tulosta ei synny. Kappale ei yleensä parane itsestään esitystilanteessa.

Ikäviä ajatuksia voi lähestyä myös pohtimalla niiden alkuperää. Ne voivat juontaa juurensa esimerkiksi johonkin opettajan sanomaan kommenttiin. Tai sitten niiden alkuperää ei muista. Kommentit vaikuttavat kuitenkin niin kauan, kunnes niiden totuudenmukaisuus kyseenalaistetaan. Kun haitallisten ajatusten alkuperä on selvitetty, niitä voi muuttaa positiivisen suggestion avulla. Se merkitsee sanallista tai sanatonta kommunikaation muotoa, jolla yritetään muuttaa negatiivinen positiiviseksi. Kun vanha negatiivinen ajatus yrittää pyrkiä mieleen, se kannattaa yrittää mitätöidä positiivisella vahvistuksella. Näin muutos parempaan tapahtuu pikkuhiljaa ja ego vahvistuu. (Arjas 1997, 65, 69–70.)

Luin kerran artikkelin, jossa ohjeistettiin, kuinka oppia uusi kieli nopeasti. Artikkelissa oli yksi ohje ylitse muiden. Hymyile itsellesi muutaman kerran päivässä peilin kautta ja sano itsellesi: ”Minä opin tämän kyllä!” Tämä toimii myös harjoittelutilanteessa. Kun usko omiin kykyihin alkaa hiipua, kannattaa kannustaa itseään ja sanoa ääneen ”Minä opin tämän kyllä!”

Parhaimmillakin huippumuusikoilla on omiin kykyihin kohdistuvia epäileviä ajatuksia. Tämä tieto on lohduttava ja auttaa rentoutumaan. Musiikki on ihmisiä varten. Siitä kuuluu nauttia. (Bruser 1997, 61.)

Ihminen voi myös muuttaa omaa ajattelutapaansa ja muuttaa sillä tavoin koko elämänsä. Ihminen voi harjoittaa tätä ajattelutavan muutosta kuvittelemalla tietoisesti alitajunnassa tärkeitä ajatuksia sekä viljelemällä myönteisiä mielikuvia kielteisten mielikuvien sijaan. Ihminen muuttuu koko ajan ja hän muuttuu sellaiseksi mitä ajattelee. Tämä filosofinen ajatusketju tarkoittaa sitä, että ihminen pystyy kohtaamaan ongelmatilanteet itsevarmuudella. Ongelmia kohdatessa ihminen luottaa siihen, että hän omistaa riittävästi rohkeutta, tietoa ja taitoa osata ratkaista eteen tulleet ongelmatilanteet. Kuten Peale siteeraa kirjassaan ”On vain kuviteltava ja uskottava, työskenneltävä ja uskottava.” (Peale 1974, 85.)

Harjoitellessa on tärkeää kysyä itseltään, ”mitkä ovat tavoitteeni?”, ”mitä haluan saavuttaa tällä harjoittelulla?” Tavoitteet voi kirjata oppimis- tai harjoittelupäiväkirjaan, josta niitä voi käydä tarkistamassa. Harjoitus- ja oppimispäiväkirja voi antaa vastauksen, jos jokin kohta ei suju harjoittelusta huolimatta. Onko harjoittelumetodissa vika? Ovatko sormitukset ongelmalliset? Onko motivaation puute, vai mukaileeko asenne hallintasuuntautunutta tai toivotonta käyttäytymismallia?

3.4 Rentoutuminen ja keskittyminen

Rennossa mielentilassa ihminen oppii paremmin, hänen keskittymiskykynsä on parempi ja hän on valppaampi havainnoimaan ympäristöään. Jos muusikko pystyy rentoutumaan soittaessaan, on hänen helpompi nauttia musiikista ja sen tuottamisesta. Soittoasento on myös vapaa ja ryhti paranee. Soittajalla on itsevarma olo, ja hän kokee hallitsevansa asian. (Kanerva 2013, 25.)

Kun kappaleen hallitsee niin sanotusti sadan kymmenen prosentin varmuudella, osaaminen poistaa esiintymisjännitystä. Soittaja pystyy soittamaan rentoutuneesti jopa esitystilanteesta nauttien. Rentoutumista täytyy kuitenkin harjoitella etukäteen. Rentoutuminen ja vapautuminen esitystilanteessa voivat synnyttää täysin uudenlaisia ja odottamattomia reaktioita, joihin ei ole varautunut. Nämä voivat puolestaan aiheuttaa jännitystä. Siksi olisi hyvä pitää jokainen harjoitushetki rentona ja stressittömänä. On myös hyvä pitää ajatukset tiukasti harjoiteltavassa asiassa, ettei kappaleesta tule liian automaattista ja vaistonvaraista. Positiiviset mielikuvat, värikartat ja jopa mahdolliset muistilauseet voivat auttaa kappaleen syvässä ymmärtämisessä ja muistamisessa. Esitystilanteita on myös hyvä käydä läpi mentaaliharjoituksena. Tehokasta on myös nauhoittaa tai videoida soittoaan. Nämä menetelmät edesauttavat kappaleen varmaa esittämistä ja minimoivat esitystilanteen jännittävyttä.

4 JALKIOSOITON HARJOITTELU

Usein ihmisillä tulee sanasta ”urut” mieleen jaloilla soittaminen. Jalkio erottaakin urut muista kosketinsoittimista ja on yksi sen tärkeimpiä erityispiirteitä. Jalkiokoskettimisto on leveydeltään ja pituudeltaan yleensä sormioita suurempi mutta äänialaltaan niitä suppeampi. Jalkiokoskettimisto voi olla muodoltaan suora, kovera tai säteittäinen.

Jalkiota soittaessaan urkurin on hyvä käyttää erityisiä urkukengiä. Urkukengissä on hyvä olla korot, jotta soittaminen vuoroin jalan kärjellä ja kantapäällä luonnistuu. Kantapään ja jalkaterän kärjen vuorottelevaa soittamista tarvitaan erityisesti romantiikan ajan musiikissa. Optimaalinen koron korkeus on 2–4 cm. Lisäksi urkukengän on hyvä olla kapeahko. Pohja ei saa olla liian paksu, ettei herkkä tuntuma jalkioon kärsi. Yleensä tanssikengät soveltuvat urkukengiksi.

Urkurin on opittava käyttämään jaloillaan myös polkimia, joista yleisimpiä ovat koppeli- ja paisutuspolkimet. Koppelpolkimien avulla urkuri yhdistää eri sormioita toisiinsa tai jalkioon. Paisutuspolkimien avulla urkuri taas avaa paisutuskaappien luokkuja. Pneumaattisissa ja sähköpneumaattisissa uruissa voi olla myös yleispaisuttimen rulla ja sen kytkin. Rullaa pyörittämällä äänikerrat kytkeytyvät rakennusvaiheessa valitussa järjestyksessä päälle.

Jalkiolla soitetaan yleensä bassostemmaa, koska jalkiopillistö sisältää urkujen matalimmat äänikerrat. Pienissä uruissa saattaa olla liitejalkio. Jalkio on silloin liitetty kiinteästi sormioon, eikä jalkiolla ole omia äänikertoja.

Joni Vikki (2020) on kirjallisessa työssään analysoinut suomalaisia urkukouluja jalkiosoiton tekniikan näkökulmasta. Hän viittaa Oskar Merikannon *Pedaali-koulun*, op. 72 (1908) esipuheeseen, jossa Merikanto tuo ilmi mielipiteensä siitä, että jalkiosoittoa harjoitellaan liian vä-

hän. Hänen mukaansa monilla urkureilla on siksi jalkiotekniikassaan puutteita. Lisäksi urkukoulujen etydeissä harjoitellaan jalkiota liian vähän erikseen ja liian aikaisin yhdessä sormion kanssa, Merikanto toteaa. Merikanto myös määrittelee teoksessaan jalkiosoiton säännöt, joihin sisältyvät oikea istuma-asento, hyvä ergonomia, kosketukselliset asiat sekä tarkoituksenmukaiset jalkiojärjestykset. Merikannon urkukoulun harjoituksissa vaaditaan katsekontaktitonta jalkiosoittoa sekä hyvää legatoa. (Vikki 2020, 14.) Janne Raitio puolestaan korostaa *Ludus organii* -urkukoulussaan (1964) jalkion koskettimen painallusta nilkkanivelellä. Hän antaa myös konkreettisia esimerkkejä siitä, millaisia rekisteröintejä olisi hyvä käyttää jalkiossa. (Vikki 2020, 16–17.)

5 HAASTATTELUTUTKIMUKSEN KULKU

Haastattelin tutkimustani varten kahta Sibelius-Akatemian urkuopettajaa. Haastattelut olivat puolistrukturoituja. Näin ollen kysymykset olivat valmiiksi muotoiltuja mutta vastaamisen tavat vapaat. Toteutin haastattelut Sibelius-Akatemian urkuluokissa kesäkuun 2022 alussa. Näin haastateltavat voivat antaa sekä suullisia että soivia vastauksia kysymyksiini. Haastattelut olivat yksilöllisiä ja luottamuksellisia tilanteita. Videoin haastattelut ja tein muistiinpanoja, kun haastateltavat vastasivat kysymyksiini. Videot on tuhottu litteroinnin jälkeen, ja haastateltavat ovat anonyymeja tässä kirjallisessa työssä.

Kartoitin haastatteluissa urkuopettajien näkemyksiä siitä, millainen harjoitteluprosessi voi olla kokonaisuudessaan. Haastattelukysymykset ovat kirjallisen työn liitteenä. Kysymysteni viitekehyyksiksi valitsin soittotekniikassaan pitkällä olevan urkujensoiton maisterivaiheen opiskelijan. Kysymykseni jakaantuvat neljän teeman alle: harjoittelurutiinit, harjoitteluprosessin eri vaiheet, harjoittelutekniikka sekä jalkiosoitto ja sen ergonomia. Kohdistin haastateltaville muutamia kysymyksiä kahden, musiikilliselta tyylyltään erilaisen teoskatkelman harjoittelemisesta. Näin sain vastaukset ankkuroitumaan moniulotteisesti konkreettisiin soittoteknisiin sisältöihin ja haasteisiin.

Valitsin analysoitaviksi teoskatkelmiksi Johann Sebastian Bachin (1685–1750) e-mollitriosonaatin, BWV 528 ensimmäisen osan *Adagio–Vivace* tahdit 5–10 ja kuusi tahtia Charles-Marie Widorin (1844–1937) toisen urkusinfonian, op. 13,2 ensimmäisestä osasta *Prélude*. Triosonaatti on barokin ajan soitinsävellys kahdelle soolosoittimelle ja basso continuoille, mutta uruille sävelletyissä triosonaatissa urkuri soittaa käsin ja jaloin kaikki stemmat. Halusin selvittää haastateltaviltani, miten triosonaattia kannattaisi harjoitella niin, että stemmat säilyttävät itsenäisyytensä. Romantiikan ajan ranskalaisissa urkusävellyksissä, kuten Widorin sinfonian ensimmäisessä osassa, legatoitolla on merkittävä rooli. Halusin haastattelujen avulla selvittää, miten legaton voi toteuttaa esimerkkitahteissa.

6 KAHDEN URKUPEDAGOGIN NÄKEMYKSIÄ URKUJENSOITON HARJOITTELUSTA

Haastattelukysymykseni jakaantuvat neljään osioon: Ensimmäisessä osiossa *Harjoittelurutiinit* kartoitan, millaiset harjoittelurutiinit ammattiopiskelijalla olisi hyvä olla. Toisessa osassa *Harjoitteluprosessin vaiheet* selvitän, mitä asioita tulee ottaa huomioon harjoitteluprosessin eri vaiheissa. Tässä osiossa haastateltavat kanavoivat vastauksensa nuottiesimerkkeihin. Kolmannessa osiossa *Harjoittelutekniikat* perehdytään erilaisiin harjoittelutekniikoihin. Neljännen osion aiheena on *Jalkiosoitto ja ergonomia*.

6.1 Harjoittelurutiinit

Ensimmäinen kysymykseni oli, miten päämäärän asettaminen vaikuttaa harjoitteluprosessiin? Molemmat haastateltavat olivat yhtä mieltä siitä, että deadline asettaminen lisää motivaatiota. Sillä on positiivinen vaikutus harjoitteluprosessiin. Deadline myös aikatauluttaa harjoittelua.

Toinen kysymykseni oli, kuinka monta kertaa viikossa opiskelijan tulisi mielestäsi harjoitella urkujen ohjelmistosoittoa? Molemmat haastateltavani olivat sitä mieltä, että viikossa on hyvä pitää yksi lepopäivä, mutta muuten on hyvä harjoitella joka päivä. Haastateltava B lisäsi, että on henkilökohtaista, opiskelijasta kiinni, millaisen harjoitteluviikon itselleen rakentaa.

Kolmanneksi kysyin, kuinka paljon urkujensoittoa tulisi harjoitella päivätasolla. Haastateltava A:n mukaan harva pitkällä oleva opiskelija kysyy apua opettajaltaan päiväkohtaiseen harjoittelumäärään. On opiskelijakohtaista, mikä tuntimäärä harjoittelua päivässä kullekin sopii. A piti kuitenkin hyvänä ohjenuorana neljää tuntia päivässä.

Haastateltava B:llä oli päinvastainen näkemys asiasta. Häneltä opiskelijat kysyvät usein, kuinka paljon olisi hyvä harjoitella päivässä. Hän antaa ohjeeksi kolmesta viiteen tuntia. Tosin siihen vaikuttaa moni asia, kuten harjoitteluluokan saanti. B painotti, että harjoittelussa on hyvä pitää mielessä harjoittelun laatu eikä tuijottaa orjallisesti kelloa.

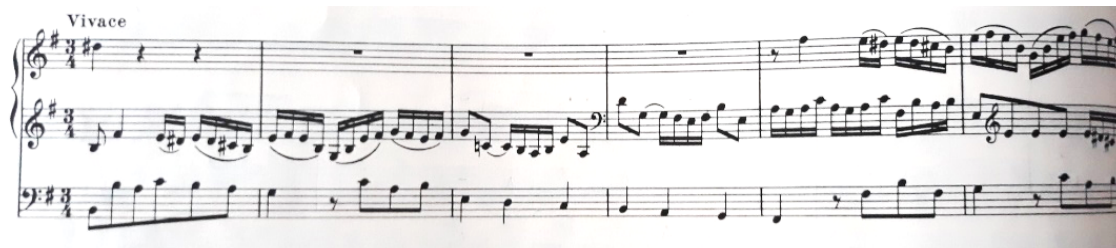
Neljäs kysymykseni käsitteli harjoittelun jaksottamista ja sitä, minkä mittaiset tauot ovat sopivia harjoittelussa. Haastateltava A kehottaa opiskelijaa harjoittelemaan 45 minuuttia. Sen jälkeen kannattaa pitää 15 minuutin tauko. Jos on tiukka aikataulu, niin korkeintaan puolitoistuntia harjoittelua ja sen jälkeen 15 minuutin tauko. Taukojen olisi hyvä olla 5–15 minuutin mittaisia, koska liian pitkän tauon jälkeen on vaikeaa päästä takaisin harjoittelun imuun. Tauon aikana olisi hyvä venytellä eikä selata älylaitetta.

Haastateltava B oli samoilla linjoilla tässä kysymyksessä. 45 minuuttia yhtäjaksoista harjoittelua on hänen mielestään sopiva määrä, jonka jälkeen on hyvä pitää tauko. Hänkin painotti, että liian pitkä tauko ei ole hyväksi keskittymiselle.

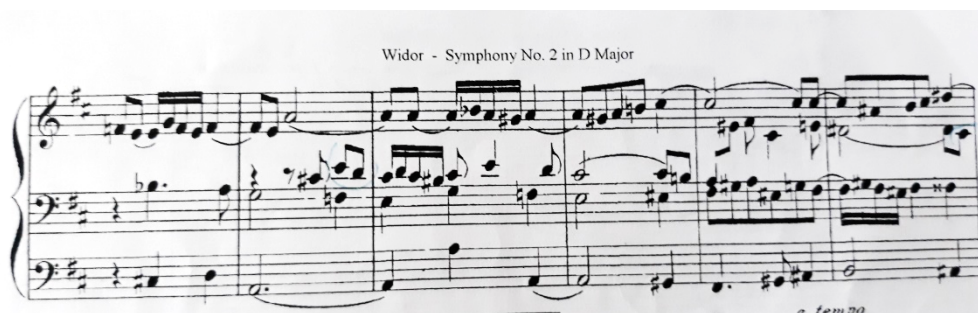
Ensimmäisen osion viimeinen kysymys selvitti, miten harjoittelun määrä korreloituu harjoittelun laatuun. Molemmat haastateltavat olivat yhtä mieltä siitä, että harjoittelussa tärkeintä on laatu eikä määrä. Lyhyempi harjoittelu-aika voi olla hyvin tehokas, jos työn tekee ajatuksella. Kelloon tuijottaminen ei edistä juurikaan harjoittelua.

6.2 Harjoitteluprosessin vaiheet

Haastateltavat kanavoivat vastauksensa kahteen teoskatkelmaan osiassa *Harjoitteluprosessin vaiheet*, ks. nuottiesimerkit 1 ja 2.



Nuottiesimerkki 1. Johann Sebastian Bach: Sonaatti IV, e-molli, BWV 528, osa *Adagio–Vivace*, tahdit 5–10.



Nuottiesimerkki 2. Charles-Marie Widor: Sinfonia II, D-duuri, op. 13,2, osa *Prélude, Andantino*, 1872 vuoden version tahdit 39–44.

6.2.1 J. S. Bach: Sonaatti IV, e-molli, 1. osa

Ensimmäinen kysymykseni kartoittaa tilannetta, kun J. S. Bachin e-molli-triosonaatin, BWV 528, ensimmäinen osa on opiskelijalla työstövaiheessa. Pyysin haastateltavia määrittelemään esimerkkikatkelmasta kaksi didaktista erityispiirrettä. Didaktiikka, oppi oppiaineesta, etsii vastausta kysymykseen, millaista on hyvä opetus.

Haastateltava A antoi selkeät ohjeet triosonaatin työstämiseen. Tärkeää on hänen mukaansa oppia kuuntelemaan ja muotoilemaan kukin stemma aluksi erikseen. Kaaritukset ja fraseeraukset on hyvä huomioida työstövaiheen alusta alkaen. Sen jälkeen alkaa stemmojen yhdistäminen. On tärkeää, että stemmat ovat samalla lailla artikuloituja. Myös jalkioääntä kannattaa harjoitella erikseen etsien siihen samanlaista artikulaatiota ja samanlaisia painotuksia kuin sormioäänissä. Stemmojen sopusuhtaiseen rekisteröintiin on tärkeää kiinnittää huomiota. Sormitusten ja jalkajärjestysten huolellinen suunnittelu ja merkitseminen nuotteihin on niin ikään tärkeää, haastateltava A jatkaa.

Haastateltava B oli samoilla linjoilla A:n kanssa. Aluksi on hyvä selventää, mitä esitysmerkintä *Vivace* tarkoittaa. Se viittaa haastateltavan mukaan iloiseen karaktääriin, eikä tempon tarvitse olla kovin nopea. Myös B kiinnittää huomiota jalkiostemman ilmeikkääseen muotoiluun. Tärkeää on huomioida jalkiossa iskutus. A:n tavoin B kiinnittää huomiota kaarituksiin. Hänen mukaansa kaaritus osoittaa barokin ajan musiikissa sävelten ryhmittelyä legaton sijaan. Triosonaatissa on hyvä miettiä, miten viululla soitettaisiin isot hyyt. Niiden tulee olla kauniit ja hallitut, eikä niissä saa ryntäillä, B tähdentää.

Toisessa kysymyksessäni etsittiin vastausta siihen, miten esimerkkiteosta tulisi harjoitella, kun oppilaalla on tasosuoritus muutaman viikon päästä ja hän soittaa teoksen siellä. Molemmat haastateltavat olivat yhtä mieltä siitä, että viime hetken harjoittelun tulee olla huolellista ja analyysoivaa kaikilta osin. Stemmoja kannattaa edelleen soittaa erikseen ja yhteen, hioa niitä samankaltaisiksi sekä kokeilla erilaisia rekisteröintejä. Tärkeää on myös työstää huolellisesti vaikeita paikkoja ja tarkistaa, että eri stemmojen artikulaatio on yhdenmukainen. Lisäksi teosta on hyvä soittaa myös esitystempossa etsien suuria linjoja. Oma soittaminen kannattaa tässä vaiheessa nauhoittaa tai videoida. Haastateltava B kehottaa myös kiinnittämään jalkioon erityistä huomiota. Triosonaatti perustuu basso continuo-idealalle, joten jalkiosoiton tulee olla elävää ja yhtä artikuloitua kuin sormiosoiton.

Kolmas kysymykseni koski sitä, kuinka esimerkkiteosta tulisi harjoitella, kun oppilas on esittänyt sen vuosi sitten ja ottaa sen nyt uudelleen työn alle. Haastateltava A suositteli varaamaan lämmittelyyn riittävästi aikaa. Asioihin, jotka edellisellä harjoituskierröksellä tuntuivat vaikeilta, kannattaa keskittyä kertaussuorituksessa huolella ja ajan kanssa. Jos edellinen esiintymiskokemus oli negatiivinen, kannattaa miettiä, miten ongelmat nyt voisi selättää. Kannattaa soittaa teosta hitaasti läpi ja stemmoja edelleen erikseen ja yhteen.

Haastateltava B taas suositteli soittamaan teoksen kerran läpi ja etsimään kohdat, jotka tarvitsevat varmistusta ja joissa tuntuu olevan vääranlainen sormitus. Oudon tuntuiset sormi- ja jalkajärjestykset kannattaa vaihtaa. Myös uusia tulkinnallisia ideoita, teoksen karaktääriä ja erilaisia tempovaihtoehtoja kannattaa etsiä hänen mukaansa. Näin teoksen uudelleen soittamiseen löytää uutta motivaatiota.

6.2.2 C.-M. Widor: Sinfonia II, D-duuri, 1. osa

Esitin Widorin toisen urkusinfonian katkelmasta samat kysymykset kuin Bachin triosonaatista. Haastateltava A:n mukaan Widorin teoksen työstövaiheessa on tärkeää huomioida, miten väliäänten legato toteutetaan. Tärkeää on myös huomioida eri väliäänten suhde sopraanoon, koska ne eivät ole pelkkiä säestysääniä. Niiden käsittelyssä on hyvä olla kuunteleva ote. Käsien tarkka jako ja sormitusten pohtiminen on legatosoiton kannalta tärkeää.

Haastateltava B on samaa mieltä A:n kanssa. Väliäänten legato on tärkeää heti alusta alkaen. Sormitukset ja käsien jako on myös hyvä tehdä heti harjoitteluprosessin alkuvaiheessa. On myös hyvä miettiä teemojen ja motiivien alkujen agogista muotoilua.

Seuraava kysymykseni koski teoksen soittamista tutkinnossa kahden viikon päästä. Mitä nyt tulisi huomioida harjoitusprosessissa? Haastateltava A kehottaa oppilasta harjoittelemaan teosta taitteiden mukaisissa pätkissä. Pitkiä ja lyhyitä kokonaisuuksia kannattaa harjoitella

vuorotellen yhtä paljon. Tässä vaiheessa on tärkeää miettiä tulkintaa ja aloittaa soittamaan välillä myös keskeltä kappaletta eli löytämään niin sanotut kiinniottopaikat.

Haastateltava B kehottaa oppilasta tarkistamaan, onko väliäänten käsienjaot mietitty ja merkitty huolella. Teosta ei tulisi harjoitella metronomin tarkkuudella vaan agogista muotoilua painottaen. Agogiikka tarkoittaa sävelten keston ja tempon ilmaisullista vapautta. Tässä vaiheessa haastateltava B kehottaa oppilastaan myös keskittymään siihen, miten fraaseja kuljetaan ja musiikki pääsee virtailemaan vapaasti.

Osion viimeisessä kysymyksessä syvennyttiin siihen, kuinka lämmitellä vuoden tauon jälkeen Widorin esimerkkiteosta. Kuinka aiemmin hyvin harjoiteltua teosta kannattaa nyt harjoitella?

Haastateltava A:n mukaan teosta kannattaa harjoitella huolellisesti pienissä osissa kiinnittäen edelleen huomiota väliäänien legatoon. Kappaleen lämmittelyprosessiin kannattaa varata riittävästi aikaa. Myös soitinkohtaiset asiat kannattaa huomioida, ovatko kohdesoitinten koskettimistot raskaita vai kevyitä soittaa. Kannattaa myös miettiä, missä teoksen huippukohdat sijaitsevat ja harjoitella niiden muotoilua.

Haastateltava B kehottaa soittamaan teoksen läpi ja näin etsiä paikat, jotka vaativat huolellista tarkistusta sujuvuuden kannalta. Uusia ilmaisullisia asioita kannattaa etsiä, sillä kappaleet kypsyvät ja kehittyvät ajan kanssa.

6.3 Harjoittelutekniikat

Haastattelujeni kolmannessa osiossa kartoitin erilaisia harjoittelutekniikoita. Ensimmäinen kysymykseni koski sitä, miten opettaja voi ohjata oppilastaan havainnoimaan omaa harjoitteluaan. Onko käytössä esimerkiksi harjoittelupäiväkirja?

Molemmat haastateltavat eivät ohjaa automaattisesti oppilastaan käyttämään harjoittelupäiväkirjaa. Se on heille vieraampi työkalu. A on kuitenkin sitä mieltä, että harjoittelupäiväkirja saattaa olla hyödyllinen työkalu, jos sen käytön oivaltaa oikein. Siitä on erityisesti hyötyä silloin, kun harjoitteluun tulee pidempi tauko. Hän korostaa, että harjoittelu automatisoituu mitä pidemmälle oppilas edistyy omissa taidoissaan. Pitkällä oleva opiskelija osaa itsenäisesti päättää, refleктоiko omaa harjoitteluaan kirjallisesti, suullisesti tai pään sisäisesti.

Haastateltava B ohjaa oppilastaan havainnoimaan omaa tekemistään, joskaan ei harjoittelupäiväkirjan avulla. Harjoittelussa tulee kuitenkin olla suunnitelma. Omaa harjoittelua kannattaa opetella refleктоimaan. Soittamista soittamisen vuoksi kannattaa välttää.

Seuraava kysymykseni koski erilaisten harjoitusmetodien tuntemista ja opettamista, ja onko ylipäänsä tärkeää tuntea niitä. Molemmat haastateltavani olivat sitä mieltä, että erilaisten harjoittelutekniikoiden tunteminen on tärkeää. B kuitenkin korosti, että harjoitusmetodien tarkkoja nimiä ei tarvitse tarkkaan tietää. Se on toissijaista harjoittelussa. A näkee hyväksi tavaksi analysoida stemmoja ja harmonian rakenteita. B puolestaan ei pidä sointuanalyysiä ensisijaisena asiana mutta toteaa, että on hyvä tiedostaa kohdat, joista eri teemat alkavat. Hän myös korostaa sormi- ja jalkajärjestysten huolellista suunnittelua ja merkitsemistä nuottiin. B:n mielestä soittoteknisesti haastavat kohdat kannattaa purkaa osiin. Aluksi voi karsia ääniä ja vähitellen lisätä kaikki nuotit paikoilleen.

Kolmas kysymykseni etsi vastausta siihen, kuinka oppilas voi löytää sopivia ja tarkoituksenmukaisia harjoitusmetodeja haastattelussa käytettyihin esimerkkikatkelmiin. Haastateltava A tuusi oppilastaan seuraavin vihjein: Bachia kannattaa soittaa hitaasti ja stemmoja erikseen rytmijä varioiden, jos on ongelmia soiton tasaisuuden kanssa. Kuvioiden harjoittelussa kannattaa pysähtyä kuvion ensimmäiselle ja viimeiselle nuotille. Tempoa kannattaa myös varioida, voi harjoitella ali- ja ylitempossa. Vaikeat paikat kannattaa opetella ulkoa. Pahinta haastateltava A:n mukaan on soittaa puoliksi ulkoa ja puoliksi nuoteista. Kannattaa päättää, soittaako kaiken ulkoa vai kaiken nuoteista.

Haastateltava B:n mielestä harjoitusmetodien etsiminen tapahtuu oppilaan ja opettajan yhteistyönä. Opettaja voi antaa oppilaalleen harjoitteluvinkkejä, joiden toimivuutta arvioidaan seuraavalla oppitunnilla. Ajan kanssa opettaja oppii tuntemaan oppilaansa niin hyvin, että tietää mikä juuri tälle toimii parhaiten harjoittelussa.

Haastateltava B esitteli muutaman harjoitusmetodin. Kappaletta kannattaa myös laulaa, jotta fraaseihin löytyvät luonnolliset hengityspaikat. Urut ovat oikeastaan orkesterisoitin, joten sitä elementtiä kannattaa hyödyntää harjoittelussa. Voi matkia esimerkiksi kontrabassoa tai viulua. Urkurin tehtävänä on saada soitto kuulostamaan luontevalta eikä konemaiselta. Tämä onnistuu matkimalla eri soittimia.

Neljäs kysymykseni tässä osiossa oli, voiko esimerkkiteosten sormio-osuuksia harjoitella muulla kosketinsoittimella. Haastateltava A katsoo, ettei siitä ole haittaa, jos vain tuntee hyvin kohdesoittimen ja harjoittelusoittimen kosketukselliset erot. Hän ei kuitenkaan suosittele aktiivisesti harjoittelemaan urkuteoksia pianon ääressä. Jos oppilas kuitenkin harjoittelee pianolla urkukappaletta, on hänen hyvä pitää ensisijaisesti mielessä urkukosketus, vaikka se olisikin kömpelöä. Hän korostaa, että urkujen kosketuksen hallinnan täytyy olla automatisoitunutta, jotta voi harjoitella pianolla sormio-osuuksia. Urkuimprovisaatiota voi A:n mukaan harjoitella hyvin myös pianolla.

Haastateltava B ei harjoittele urkukappaleita muilla kosketinsoittimilla, mutta hänen mielestään urkukappaleen sormituksia ja nuotinlukua voi hyvin opetella myös muun klaveerisoittimen ääressä. Urkujen artikulaatiotekniikoita on sen sijaan huono harjoitella esimerkiksi pianon ääressä, haastateltava B toteaa.

Viidennessä kysymyksessäni oppilas harjoittelee esimerkkikatkelmaa, Widorin toisen sinfonian ensimmäistä osaa, ensiksi pianolla ja vasta myöhemmin uruilla. Millainen vaikutus tällä voi olla hyötyineen ja haittoineen harjoitusprosessille? Haastateltava A näkee menettelyn hyödylliseksi, jos kotona on piano, jonka ääressä voi helposti harjoitella. Haitaksi hän näkee sen, ettei väliäännten legatoa pysty harjoittelemaan pianolla. Myös jalkioääni saattaa jäädä vähemmälle harjoittelulle, jos teosta soittaa etupäässä pianolla. Haastateltava B ei näe pianolla harjoittelua nuotinlukuvaiheessa ongelmana mutta korostaa A:n tavoin, ettei piano sovellu väliäännten legaton harjoitteluun.

6.4 Jalkiosoitto ja ergonomia

Haastatteluni neljäs osio käsitteli jalkiosoittoa ja sen ergonomiaa. Ensimmäinen kysymys kartoitti, mitä urkurin tulee huomioida jalkiosoitossa ja sen harjoittelussa.

Haastateltava A korosti ergonomian tärkeyttä jalkiosoiton harjoittelussa. Penkin korkeus vaikuttaa jalkio- ja sormiotyöskentelyyn, urkurin vartalon kääntymiseen penkillä ja siten mahdollisuuksiin soittaa isoja hyppyjä jaloilla. Jalkiosoitossa tulee huomioida jalkojen rentous. Harjoittelussa on hyvä käyttää urkukenkiä, koska ne minimoivat jalkaterän virheasentoja.

Haastateltava B:n mukaan urkurin on hyvä löytää vakaa ja vapaa soittoasento urkujen ääressä. Vartalon tuki ja alaselän riittävä suoruus ovat tärkeitä asioita soittoasennon etsinnässä. Urkupenkillä ei saa istua liian takana. Kääntymisen penkillä soiton aikana tulee olla sujuvaa ja vaakaasti hallittua. Jalkiota tulee soittaa yhtä kontrolloidusti kuin sormiotakin.

Neljännän osion toisessa kysymyksessä etsin vastausta siihen, onko jalkiosoiton opettamisessa tyyli- ja soitinkohtaisia eroja. Haastateltava A:n mukaan urkurilla tulee olla laaja ja hallittu jalkiotekniikka, jota voidaan hyödyntää soveltuvin osin eri musiikkityyleissä. Esimerkiksi Bachin ja Widorin musiikissa käytetään erilaista jalkiotekniikkaa. Soitinkohtaisia eroja on, mutta taustalla tulee olla hyvä perustekniikka, jota voi hienosäätää soitinkohtaisesti.

Haastateltava B on A:n tavoin sitä mieltä, että jalkiosoitossa on tyylikohtaisia eroja. Esimerkiksi barokkimusiikissa käytetään kärkitekniikkaa ja romantiikan ajan urkumusiikissa myös kanta-päätekniikkaa ja paisutinpoljinta. Jalkioissakin on tyyppikohtaisia eroja, on koveria ja suorita jalkioita. Urkurin on hyvä opetella erilaisten jalkioiden hallintaa. Osumatarkkuus paranee, kun urkuri tuntee koskettimen ennen kuin hän painaa sen alas.

7 JOHTOPÄÄTÖKSET JA POHDINTA

Tämän kirjallisen työn tehtävänä oli selvittää, miten urkujensoittoa voi harjoitella tehokkaasti, millaisia työkaluja on olemassa tehokkaaseen ja aikaa säästävään harjoitteluun? Työ kohdistui soitotekniikassaan pitkällä olevien urkurien työskentelyyn. Instrumenttipedagogisen kirjallisuuden tarkastelun ja kahden Sibelius-Akatemian urkopedagogin haastattelun tulokset voi tiivistää seuraavasti.

Harjoittelulla on tärkeää olla jokin päämäärä. Tuleva konsertti tai tutkinto on hyvä motivaattori. Harjoittelun ei kannata olla yhtäjaksoista monen tunnin puurtamista harjoitteluluokassa. Ei ole epätavallista, että myös pitkällä oleva musiikinopiskelija kysyy määrällisiä harjoitteluohjeita opettajaltaan. Viikossa on hyvä pitää yksi tai korkeintaan kaksi lepopäivää. Urkujensoiton ammattilaisen on hyvä harjoitella päivässä noin kolme tai neljä tuntia. Harjoitteluaika kannattaa jaksottaa 45 minuutin pätkiin. Näiden jaksojen välissä on hyvä pitää 5–15 minuutin tauko. Taukoa ei kannata venyttää pidemmäksi, koska muuten harjoittelun imuun on vaikea päästä takaisin. Älylaitteiden selailu kannattaa jättää kokonaan harjoitusajan ulkopuoliseksi toiminnaksi. Harjoittelussa tärkeintä on laatu.

Kappaleen työstövaihe on kaikkein työläin. Työstövaiheessa kappale on uusi. Silloin on hyvä käyttää aikaa sormitusten ja urkumusiikissa myös jalkajärjestysten tekemiseen. Sormi- ja jalkajärjestyksiä on vaikea muuttaa myöhäisemmässä vaiheessa. Kappaleen työstövaiheessa kannattaa musiikin tekstuurista riippuen soittaa kädet ja jalat erikseen sekä yhdistellä stemmoja eri tavoin. Tässä vaiheessa on tärkeää myös keskittyä fraseeraukseen ja miettiä sormituksia lopullisen tempon kannalta. Kaaritukset ja erilaiset artikulaatiotavat kannattaa nekin huomioida heti alusta.

Konsertin lähestyessä kappaletta kannattaa soittaa eri tempoissa, välillä hitaasti ja välillä esitystemossa. Stemmoja kannattaa edelleen soittaa erikseen, ja vaikeisiin kohtiin kannattaa kiinnittää erityistä huomiota. Kappaletta voi lähestyä myös agogiikan eli tempollisen ilmaisu- vapauden kautta. Kappale kuivuu, jos sitä soittaa vain metronomin tarkasti. Urkuri voi tässä vaiheessa hyvinkin leikitellä erilaisten äänikertojen kanssa ja sitä kautta etsiä lisää ilmaisu- musiikkiin. Oma soittoa on myös hyvä videoida ja äänittää. Muusikko oppii paljon omasta muusikkoudestaan, kun hän kuuntelee ja analysoi omaa työskentelyään soittimen ääressä. Myös vanhan ohjelmiston soittaminen on opettavaista. Oman kehityksen voi havaita, kun pa- laa vanhojen kappaleiden pariin.

Vanhaa, hyvin opeteltua kappaletta kannattaa lähestyä riittävän ajan kanssa. Kappaleen voi soittaa muutaman kerran läpi ja samalla etsiä ongelmakohtia, jotka vaativat huolellista pa- neutumista. Sormi- ja jalkajärjestykset kannattaa tarkistaa kauttaaltaan. Tässäkin vaiheessa teoksen stemmoja on hyvä soittaa erikseen. Voi myös etsiä kappaleen huippukohtia sekä tuo- retta ilmaisu- agogiikan keinoin, uudenslaisilla fraseerauksilla ja tietysti nauttia musiikista ja omasta osaamisestaan.

Harjoittelutekniikoiden opettaminen on tärkeää, jotta oppilas saa työkaluja harjoitella kappala- tta itsenäisesti. Sopivien harjoitusmetodien löytäminen tapahtuu opettajan ja oppilaan yhti- teistyönä. Opettaja voi ehdottaa tiettyä metodologia, mutta lopulta oppilas tietää parhaiten, mikä hänelle toimii. Opettajan on hyvä muistaa, että se mikä toimii yhdellä oppilaalla ei välttämättä toimikaan toisella.

Harjoittelupäiväkirjaa voi käyttää työkaluna oman soittamisen ja harjoittelun reflektoinnissa. Oppilaalle on hyvä opettaa sormi- ja jalkajärjestyksen tekoa. Harmonian ja musiikin muiden rakenteiden analysointi on hyödyksi myös silloin, kun oppilaalla on keskittymisvaikeuksia. Mu- siikin hengittävää fraseerausta voi kehittää laulamisen avulla. Myös mielikuvat erilaisista or- kesterisoittimista voivat elävöittää ilmaisu- a.

Uruilla esitettävää musiikkia tulisi haastateltujen urkapedagogien mukaan ensisijaisesti harjoi- tella urkujen ääressä. Urkumusiikin tyyli- suunnasta riippuu, millaisia sormio- osuuksia kannattaa harjoitella pianolla. Barokin ajan urkumusiikkia, esimerkiksi haastatteluissa nuottiesimerkkinä käytettyä Bachin e-molli- triosonaattia, haastateltavat eivät suositelleet harjoiteltavan pianolla. Barokkimusiikin artikulaatiotapoja on soitinten äänenmuodostuksen, kosketuksen ja kosketti- mistojen mittasuhteiden erilaisuudesta johtuen haastavaa siirtää instrumentilta toiselle.

Haastateltavien mielestä romantiikan ajan urkumusiikkia voi harjoitella pianon ääressä. Soitta- jan on kuitenkin kiinnitettävä erityistä huomiota romantiikan ajan urkumusiikille tyyppillisen legaton toteutukseen myös väliäänissä. Urkukappaleiden harjoittelu pianon ääressä voi tosin jättää jalkioharjoittelun toissijaiseksi.

Jalkiosoiton ergonomiassa tärkeää on urkuperkin korkeus. Se vaikuttaa jalkio- ja sormiotyös- kentelyyn sekä siihen, miten urkuri pystyy kääntämään alaraajojaan. Urkuperkin korkeus vai- kuttaa soittoasennon lisäksi artikulaation hallintaan. Jalkiota tulisi soittaa yhtä kontrolloidusti kuin sormiotakin.

Hyvä ryhti ja alaselän tuki ovat tärkeitä urkujensoiton ergonomian kannalta. Urkuperkillä ei pidä haastateltavien mukaan istua liian syvällä. Urkurin olisi hyvä käyttää urkukenkkiä soittaes- saan, koska ne vähentävät jalkaterän virheasentoja.

Jalkiosoitossa on tyyli- ja soitinkohtaisia eroja. On suoraa ja on koveria jalkioita. Haastateltavien mielestä urkurin tulisi hallita monipuolinen jalkiotekniikka, jota voi soveltaa kuhunkin tyyliin sopivaksi. Bachin triosonaatit ja barokin ajan urkumusiikki ylipäänsä vaativat sujuvaa kärkitekniikkaa urkurilta. Romantiikan ajan ja sitä myöhemmässä musiikissa käytetään kärkisoiton lisäksi myös kantapäätä jalkiosoitossa.

Tulevaisuudessa olisi mielenkiintoista ja tärkeää tutkia syvemmin pianonsoittotekniikan hyötyjä ja haittoja urkujensoitossa. Täytyykö huippu-urkurilla olla muuta klaveerinsoittoaustaa esimerkiksi pianonsoitosta?

LÄHTEET

Ahonen, Kari 2008. *Musiikin harjoittelu ja sen vaikutukset, opettajaksi opiskelevien musiikki-mieltymyksiä*. <<http://sokl.uef.fi/verkkojulkaisut/tutkivaope/ahonen.htm>>. Luettu 14.03.2019.

Andrews, Elizabeth 1997. *Healthy Practice for Musicians*. London: Rhinegold Publishing.

Arjas, Päivi 1997. *Iloa esiintymiseen*. Jyväskylä: Atena.

Bruser, Madeline 1997. *The Art of Practicing*. New York: Random House.

Heiskanen, Jouko ja Joukamo-Ampuja, Erja 2008: *Harjoittelu*.
<http://www2.siba.fi/harjoittelu/>. Luettu 14.03. 2019

Kanerva, Marianne 2013. *Hyvän harjoittelun monet aspektit*. Opinnäytetyö. Metropolia-ammattikorkeakoulu.

Keränen, Liisa 2018. *Tsemppiä treeniin: Kartoitus Sibelius-Akatemian Kirkkomusiikki ja urut -aineryhmän opiskelijoiden urkujensoiton harjoittelukäytänteistä*. Kirkkomusiikin koulutusohjelman kirjallinen työ. Taideyliopiston Sibelius-Akatemia.

Lehmann Andreas C., John A. Sloboda ja Robert H. Woody 2007. *Psychology for Musicians*. New York: Oxford University Press.

Neuhaus, Heinrich 1986. *Pianonsoiton taide*. Helsinki: Kirjayhtymä.

Peale, Norman Vincent 1974. *Sen teet mihin uskot*. Hämeenlinna: Karisto.

Pokki, Niklas 2003. *Pianon ääressä: Katsaus pianonsoiton harjoitteluun*. Pro gradu tutkielma. Sibelius-Akatemia.

Vikki, Joni 2020. *Jalkiosoiton opetus Suomessa*. Kirjallinen työ. Taideyliopiston Sibelius-Akatemia.

LIITE Haastattelujen kysymykset

Harjoittelurutiinit (opiskelijalla tuleva deadline mielessä)

Miten päämäärän asettaminen vaikuttaa harjoitteluprosessiin?

Kuinka monta kertaa viikossa opiskelijan tulisi mielestäsi harjoitella urkujen ohjelmistosoittoa? Perustele vastauksesi.

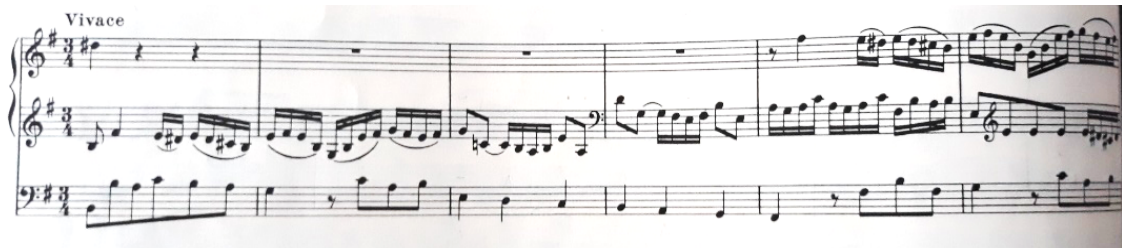
Kuinka monta tuntia urkujensoittoa tulisi mielestäsi harjoitella päivässä? Perustele vastauksesi. Mikä olisi mielestäsi toimivaa harjoittelun rytmittämistä päivä ja viikkotasolla?

Kuinka pitkillä tauoilla harjoittelu olisi mielestäsi hyvä jaksottaa, miksi? Milloin olisi hyvä pitää tauko harjoittelussa ja mitä tauon aikana olisi hyvä tehdä?

Miten mielestäsi harjoittelun määrä ajallisesti korreloituu harjoittelun laatuun?

Harjoitteluprosessin eri vaiheet

Seuraavat kysymykset liittyvät nuottiesimerkkikatkelmiin.

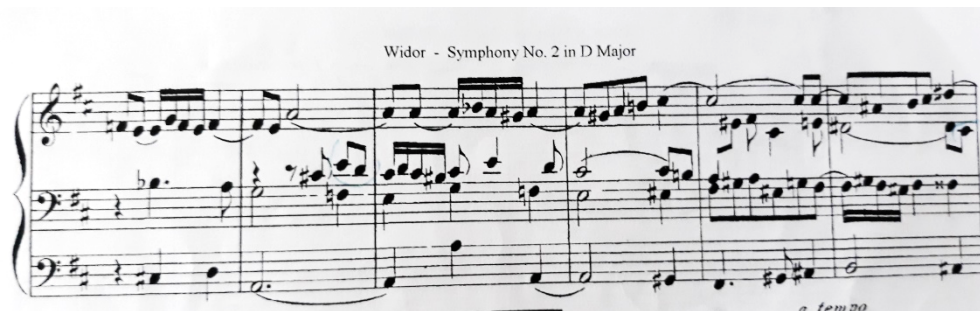


Nuottiesimerkki 1. Johann Sebastian Bach: Sonaatti IV, e-molli, BWV 528, osa *Adagio–Vivace*, tahdit 5–10.

Tämä J. S. Bachin trionsonaatin 1. osa on opiskelijalla työstövaiheessa. Mitkä ovat tämän kohdan didaktiset erityispiirteet (kaksi esimerkkiä)?

Opiskelijalla on urkututkinto muutaman viikon päästä. Hän soittaa mm. tämän trionsonaatin ensimmäisen osan tutkinnoissaan. Millaisia harjoittelumetodeja antaisit nyt oppilaalle tämän trionsonaatin 1. osan harjoitteluun?

Opiskelija on harjoitellut ja esittänyt tämän trionsonaatin 1. osan vuosi sitten. Nyt hän lähtee uudelleen lämmittelemään sitä. Miten mielestäsi kannattaa lähteä harjoittelemaan vanhaa, hyvin harjoiteltua ja mahdollisesti jo esitettyä teosta?



Nuottiesimerkki 2. Charles-Marie Widor: Sinfonia II, D-duuri, op. 13,2, osa *Prélude, Andantino*, 1872 vuoden version tahdit 39–44.

Tämä C.-M. Widorin sinfonian nro 2, 1. osa on opiskelijalla työstövaiheessa. Mitkä ovat tämän kohdan didaktiset erityispiirteet (kaksi esimerkkiä)?

Opiskelijalla on urkututkinto muutaman viikon päästä. Hän soittaa mm. tämän sinfonian ensimmäisen osan tutkinnossaan. Millaisia harjoittelumetodeja antaisit nyt oppilaalle tämän Sinfonian 1.osan harjoitteluun?

Opiskelija on harjoitellut ja esittänyt tämän Sinfonian 1.osan vuosi sitten. Nyt hän lähtee uudelleen lämmittelemään sitä. Miten mielestäsi kannattaa lähteä harjoittelemaan vanhaa, hyvin harjoiteltua ja mahdollisesti jo esitettyä teosta?

Harjoittelutekniikat

Miten ohjaat oppilastasi havainnoimaan hänen omaa harjoitteluaan? Onko käytössä esimerkiksi harjoittelupäiväkirja?

Millaisia harjoittelutekniikoita opetat ja onko eri harjoitusmetodien tunteminen tärkeää? Perustele vastauksesi ja kanavoi ne tämän haastattelun nuottiesimerkkikatkelmiin.

Miten tukisit opiskelijaa löytämään hänelle itselleen sopivia, tarkoituksenmukaisia ja toimivia harjoitusmetodeja tämän haastattelun nuottiesimerkkikatkelmiin.

Voisiko opiskelija harjoitella näiden nuottiesimerkkikatkelmien sormio-osuuksia muun klaveerisoittimen ääressä? Miksi, miksi ei? Mitä ajattelet sormio-osuuksien harjoittelusta muun klaveerisoittimen ääressä?

Opiskelija harjoittelee Widorin sinfonia nro 2 ensimmäisen osan (nuottiesimerkkikatkelma) sormio-osuutta pianon ääressä ja siirtää sen sitten urkujen ääreen. Millainen vaikutus tällä on mielestäsi hyötyineen ja haittoineen harjoitusprosessiin?

Jalkiosoitto ja ergonomia

Millaisia ergonomisia asioita tulee huomioida jalkiosoitossa ja sen harjoittelussa?

Onko jalkiosoiton opettamisessa tyyli- ja soitinkohtaisia eroja?