Kohtaamispisteessä –

Kohti uudenlaista esiintyjyyttä

Eeva Oksala

Kohtaamispisteessä –
Kohti uudenlaista esiintyjyyttä

EST-julkaisusarja 39
Taideyliopiston Sibelius-Akatemia 2018

Ohjaaja:
MuT Anu Vehviläinen

Esitarkastajat:
Tanssit. Tri. Eeva Anttila
MuT Katarina Nummi-Kuisma

Kustos:
MuT Anu Vehviläinen

Tarkastaja:
Tanssit. Tri. Eeva Anttila

Taideyliopiston Sibelius-Akatemia
DocMus-tohtorikoulu
Tutkielma
EST-julkaisusarja 39
© Eeva Oksala, Taideyliopiston Sibelius-Akatemia

Kannen suunnittelu: Jan Rosström
Kannen kuva: Annu Oksala
Paino: Unigrafia Oy
Helsinki 2018

ISSN 1237-4229
ISBN 978-952-329-100-3 (painettu)
ISBN 978-952-329-101-0 (pdf)

TIIVISTELMÄ

Kohtaamispisteessä – Kohti uudenlaista esiintyjyyttä
Eeva Oksala 2018
Taideyliopiston Sibelius-Akatemia
Taiteellisen tohtorintutkinnon tutkielma
DocMus-tohtorikoulu
104 sivua + 10 liitesivua

Tutkielmani on muusikkoustutkimus, jossa pääosin autoetnografisen menetelmän avulla pyrin hahmottamaan oman esiintyjyyteni kasvuprosessia ja siihen vaikuttaneita tekijöitä. Keskeistä materiaalia ovat oman kokemukseni pohjalta kirjoitetut esiintymis- ja opinpolkukuvaukset. Tavoitteenani oli selvittää, minkälainen suhde esiintymiseen minulle syntyi opiskellessani länsimaisen taidemusiikin oppilaitoksissa ja kuinka tämä suhde muuttui tutustuttuani erilaisiin esiintymiskulttuureihin.

Tutkimuksen edetessä kävi ilmi, että asennoitumisen tavat, jotka olivat leimanneet toimintaani opintojeni ajan kuten liiallinen päämäärähakuisuus, suorituskeskeisyys, automatisoituminen ja huomion kohdistaminen hyvään tekniseen ja tyylinmukaiseen suoritukseen johtivat esitystilanteessa havaintokentän kaventumiseen ja pahimmillaan sulkeutumiseen. Sulkeutumista edesauttoi myös epävarmuus esiintyjän roolista ja erityisesti oman äänen ja esiintyjän roolin välisestä suhteesta. Sen sijaan uusissa toimintaympäristöissäni omaksumani improvisatorinen asenne, spontaanius, leikkimielisyys, riskinotto ja täydellinen vapaus teosuskollisuusajattelusta johtivat päinvastaisesti avautumiseen, vapautumiseen ja uuden vuorovaikutuksellisen ulottuvuuden löytämiseen esiintymistilanteessa. Keskeinen havainto oli kokemani avautuvan optimaalisen tilan suora yhteys keskeytyksettömän kehomielen vireteoriaan. Tutkimus antoi viitteitä siitä, että sulkeutuminen saattaa alkaa jo harjoitushuoneessa ja että reagoiminen erilaisiin ärsykkeisiin, kuten arviointitilanteen laukaisemaan energiaan, voi aiheuttaa tiedostamattomana sulkeutumista. Huomionarvoista oli, että avautuvaa virittäytynyttä tilaa on mahdollista ylläpitää tietoisesti aisteja avaamalla ja mahdolliset ärsykkeet voi vastaanottaa niihin reagoimatta esimerkiksi Alexander-tekniikan oppeja hyödyntäen.

Tutkielman viimeisessä osuudessa käsittelen esiintymisen vuorovaikutuksellista ulottuvuutta ja vahvemman yleisösuhteen vaikutusta esiintyjyyteeni. Lähestyin asiaa Taideyliopiston teatterikorkeakoulun yleisökontaktikurssilla saamieni kokemusten ja esiintymiskuvausten pohjalta. Keskeiset huomiot liittyivät esiintymisen perimmäisten motiivien muutokseen. Huomion kohdistaminen yleisöön sai aikaan voimakkaan vuorovaikutuksen kehän ja

samastumisen tunteen. Yleisöön tutustuminen ja yleisön tavoittaminen useilla eri tasoilla sai oman työn tuntumaan aidosti merkitykselliseltä.

Tutkimus antaa vahvoja viitteitä siitä, että monipuolinen toiminta musiikin eri lajien ja teatteritaiteen parissa voi vahvistaa muusikon esiintyjyyttä niin avautuvan kokonaisvaltaisen esiintymisen kuin esiintymisessä tapahtuvan vuorovaikutuksenkin näkökulmasta. Erilaisissa esiintymiskulttuureissa saadut kokemukset esimerkiksi improvisaatiosta tai vuorovaikutuksellisesta yleisösuhteesta voivat auttaa hahmottamaan ja löytämään vapautta ja vuorovaikutuksellisia elementtejä myös tilanteissa, joissa esiintyjän ja yleisön rooli on tiukemmin määritelty.

Avainsanat: muusikkoustutkimus, esiintyjyys, autoetnografia, crossover, vire, vuorovaikutus, samastuminen

ABSTRACT

At the meeting point – Towards a new kind of performership
Eeva Oksala 2018
The Sibelius Academy, University of the Arts Helsinki
The Arts Study Program
DocMus Doctoral School
104 pages + 10 attachment pages

In my thesis I am aiming to discover how I have become the performer I am today. The research is partly autoetnographic and the main research material comprises from diaries and debriefings of my own performances in different venues. The idea was to investigate why as a classically trained violinist I found that working with other musical cultures, genres and in theatre had such a positive influence in my musicianship and especially in my performership.

I discovered that my own approach towards my studies and performing had been too execution-oriented which had partly led to automatisation and losing my own voice as a performer. This made me fear the audience and ultimately close up in the performances. Taking the music into non-traditional performance spaces and involving new musical genres it was observed that the approach changed drastically. The new approaches, with significant importance, were improvisatory approach, spontaneity, sense of playfulness and complete freedom from the conception of the faithfulness towards the work. One of the main changes was the change in my own conception of the role of the performer.

The new approach toward the performance aspects seemed to help me come out from my shell, reach the optimal state and connect with the audience in the performances. A clear connection between the optimal open state and a resent psycho-physiological attunement theory (Nummi-Kuisma, 2010) was implicated. It was also discovered that it was possible to maintain the state of open awareness while performing by using techniques learned in Alexander technique, for example peripheral vision.

The final part of the thesis focuses on an audience contact course I participated in at the Theatre Academy during 2012–2013. The course challenged the students to shift between different roles of the performer and use new forms of contact during performances. I was interested why in my experience these new forms of contact (for example having direct eye contact with the audience during performance) enhanced the interaction between performer and audience. Shifting the focus to the audience led into a circle of interaction and strong notion of identification, which ultimately changed my performership.

In my thesis, I suggest that working with other musical genres and performing cultures might be beneficial for musicians who wish to discover new sides of their performer' identity and enhance the interaction and engagement with the audience during performances.

Keywords: musicianship study, performership, autoetnography, crossover, attunement, interaction, identification

ESIPUHE

Tutkielmani *Kohtaamispisteessä – Kohti uudenlaista esiintyjyyttä* on auki kirjoitettu, omakohtaisesti koettu matka, jonka aikana liikun kohti uudenlaista esiintyjyyttä. Tutkielma on alusta asti toiminut tiiviissä vuorovaikutuksessa taiteellisen opin- ja taidonnäytteeni (*Kansanmusiikkivaikutteinen viulu- ja kamarimusiikki*) konserttien kanssa. Ajatus uudenlaisesta esiintyjyydestä liittyi alun perin konsertteihini, joihin halusin tuoda kansanmusiikkivaikutteisen ohjelmiston myötä myös uudenlaisen lähestymistavan esiintymistapahtumaan. Tutkielman ansiosta syventynyt ymmärrys omasta esiintyjyydestä ja siihen vaikuttavista tekijöistä muuttui matkan varrella yllättäväksi voimavaraksi ja uudet tutkimuksen parissa syntyneet oivallukset pääsivät koekäyttöön myös konserteissani. Tämä saumaton yhteispeli konserttieni ja tutkielmani välillä syntyi osittain sattumalta ja on mielestäni ollut koko jatkotutkintoprojektini antoisimpia asioita.

Tämän tutkielman kirjoittaminen on ollut mielenkiintoinen, opettavainen ja välillä haastavakin matka. Aiheen ja valitsemani metodin liikkuminen henkilökohtaisessa kokemusmaailmassa on yllättänyt monessa kohtaa ja pakottanut epämukavuusalueelle – välillä jopa epätoivon partaalle. Tällä epämukavuusalueella työskentely on kuitenkin jälkikäteen ajateltuna ollut hyvin kasvattavaa ja palkitsevaa. Matkaa ei onneksi tarvinnut tehdä yksin. Suurin kiitos oppaan tavoin toimineelle kärsivälliselle, inspiroivalle ja kannustavalle ohjaajalleni Anu Vehviläiselle.

Haluan myös kiittää professori Kaija Saarikettua, jonka rohkaisun ansiosta olen aktiivisesti etsinyt omaa polkuani jo perusopintovuosista lähtien ja uskaltautunut kokonaisvaltaisesti heittäytymään jatko-opintoihini, uudenlaisen esiintyjyyden jäljille. Lisäksi haluan kiittää koko DocMus-tohtorikoulun henkilökuntaa ja opiskelutovereita. Olen tuntenut itseni etuoikeutetuksi ja onnekkaaksi saadessani työskennellä näin kannustavassa, inspiroivassa ja korkeatasoisessa ympäristössä. Suuri kiitos myös kaikille konserteissani soittaneille lahjakkaille muusikoille ja salin puolella istuneelle konserttilautakunnalle arvokkaista, rakentavista ja innostavista kommenteista. Erityiskiitos alusta loppuun asti projektissani mukana kulkeneelle ystävälleni, pianisti Kirill Kozlovskille. Lopuksi haluan kiittää vanhempiani, isovanhempiani, sisaruksiani, puolisoani ja tytärtäni siitä loputtomasta tuesta, ymmärryksestä ja kannustuksesta, jota olen tämän projektin – ja koko elämäni – aikana osakseni saanut.

Tampereella 20.1.2018
Eeva Oksala

SISÄLLYS

OSA I: JOHDANTO JA TEOREETTINEN VIITEKEHYS 13
1 Johdanto 13
2 Tutkimustehtävät, aineisto ja metodit 14
2.1 Tutkimustehtävät 14
2.2 Aineisto ja metodit 15
2.3 Aikaisempi tutkimus 17
2.4 Teoreettinen viitekehys 18
2.4.1 Kytkös psykologian alaan: Kari Kurkela ja Kimmo Lehtonen 18
2.4.2 Esiintymisvalmennus: Päivi Arjas ja Eija Mäkirintala 18
2.4.3 Taidemusiikkikulttuuri ja esiintyjän roolit: Lydia Goehr ja Henry Kingsbury ... 18
2.4.4 Musiikkikulttuurien kohtaaminen: Eero Hämeenniemi ja David Dolan 19
2.4.5 Virittäytynyt tila: Katarina Nummi-Kuisma 19
2.4.6 Yleisökontaktikurssi: Jussi Lehtonen 19
2.4.7 Nonverbaali viestintä: Keltner & Ekman, Kaukomaa ja Myllyneva 20
OSA II: ENSIMMÄINEN POLKU 21
3 Varhaiset viuluopinnot 21
3.1 Suorittava Punahilkka-oppilas 21
3.2 Esiintymisen pelko 24
4 Ammattiopinnot 27
4.1 Ammattiopinnot ja harjoittelu 27
4.2 Kehollisuus ja mentaaliharjoittelu 31
4.3 Harjoittelevan taiteen koulutusohjelma? 34
OSA III: TOINEN POLKU 37
5 "The Dark Side" 37
5.1 Kuvaus 38
5.2 Crossover-termin määrittelyä 40
5.3 Romanimusiikin suhde crossoveriin 40

6 Elämän makuisia irtiottoja 41
6.1 Kuvaus 41
6.2 Länsimainen taidemusiikki ja käsitys esiintyjästä 44
6.3 Resitaalikulttuuri 50
6.4 Musiikkikulttuurien hedelmällinen kohtaaminen 52
6.5 Improvisatorinen lähestymistapa 53
OSA IV: POLUT YHDISTYVÄT 57
7 Jatko-opinnot 57
7.1 Soittajan kehomieli 58
7.2 Ajatuskartat: Avautuminen ja Vire 59
7.3 Havaintokentän avaaminen 61
7.4 Kehomieli ja harjoittelu 64
7.5 Virittäytymisen hetki 68
OSA V: TÄÄLLÄ ON MUITAKIN? 71
8 Yleisökontaktikurssi 71
8.1 Stanislavskin huomiopiiriteoria 71
8.2 Yleisökontaktikurssi, tavoitteet ja rakenne 72
8.3 Yön kuningatar -esitys 73
8.4 Harjoitusperiodi 74
9 Kohtaamispisteessä – viulistina hoitolaitoskiertueella 75
9.1 Esiintymispäiväkirjat 75
9.1.1 Munkkisaaren korvaushoitoyksikkö (Kevät 2013) 76
9.1.2 Kuninkaankallion asunnottomien yksikkö (Kevät 2013) 78
9.1.4 Hoiva Viikin geriatrinen osasto (Kevät 2013) 83
9.1.5 Kinaporin ryhmäkodit: Vellamo (Syksy 2013) 85
9.1.6 Kinaporin ryhmäkodit: Tuulensuu (Syksy 2013) 87
9.2 Katsojiin samastuminen hoitolaitoskiertueella 88
10 Esiintyjyys muuttuu 89
10.1 Sanaton viestintä vuorovaikutustilanteessa 89
10.2 Samastuminen, huomiopiirit ja konserttikulttuuri 91
10.3 Mahdollisuus vai uhka? 94
11 Yhteenveto 95

LÄHTEET 100
LIITE A..... 105

OSA I: JOHDANTO JA TEOREETTINEN VIITEKEHYS

1 JOHDANTO

Teksti 1: Taistelu pimeässä

> *On vuoroni esiintyä. Toivon että salissa olisi mahdollisimman pimeää. En halua tietää kuka yleisössä istuu, se saattaisi hermostuttaa minua entisestään. Pimeys ympäröi minut. Sydän hakkaa ja käteni tuntuvat puutuneilta. Huomaan ajattelevani taistelun alkaneen. Suljen silmäni ja yritän ajatella olevani jossain muualla. Sisäiset äänet voimistuvat ja kertovat kulman takana odottavasta epäonnistumisesta. Kohdevalo kirkuu. On aika piiloutua.*

Teksti 2: Vapaana aistimassa

> *Astelen lavalle. Kohdistaessani katseeni yleisöön lämmin tunne virtaa lävitseni. Soittaessani lämpö syvenee ja laajenee ulottuen lopulta koko tilaan. Aistin yleisön läsnäolon voimakkaana ja heidän katseensa saavat minut rohkaistumaan entisestään. Kaikki mahdoton tuntuu juuri nyt mahdolliselta. Tässä hetkessä kaikki mennyt ja tuleva kohtaavat. Mieli on kirkas, asiat loksahtavat paikoilleen. Aika ja paikka katoavat. Yhdessä olemme jotain suurempaa.*

Tämän tutkielman[1] tärkein tavoite on tehdä näkyväksi kaksi erilaista polkua, joita olen kulkenut matkallani kohti uudenlaista esiintyjyyttä. Aluksi esittelen ja pohdin sitä, miksi länsimaisen taidemusiikin oppilaitoksissa opiskellessani suhteeni esiintymiseen muodostui ongelmalliseksi. Lähestyn aihetta omaelämänkerrallisten kuvausten avulla ja pyrin lähdekirjallisuuden avulla ymmärtämään syitä haitallisten käyttäytymismallieni taustalla. Yllättävä eksyminen toiselle polulle sai minut toimimaan uusissa toimintaympäristöissä ja tutustumaan moniin uusiin musiikinlajeihin. Tukahdutetun elämänvoiman alettua yhtäkkiä purkautua vapaasti uusilla esiintymisfoorumeilla ja poikkitaiteellisissa yhteyksissä aloin todella pohtia sitä, miksi vasta nyt. Vastauksia etsiessäni en voinut sivuuttaa maailmaa, jossa olin elänyt varhaiseen aikuisikääni asti. Länsimaisissa taidemusiikkioppilaitoksissa opitaan kyseiselle traditiolle tyypilliset esiintyjän roolit ja käytännöt. Avaan vallalla olevien

[1] Taideyliopiston Sibelius-Akatemian DocMus-tohtorikoulussa taiteellisen tohtorintutkinnon opinnäytteeseen kuuluu viisi konserttia ja kirjallinen tutkielma. Konserttiohjelmani löytyvät liitteestä tämän tutkielman lopusta (ks. Liite A).

konserttikäytäntöjen syntyhistoriaa ja tarkastelen käytäntöjä rinnakkain ei-länsimaisten musiikkikulttuurien vastaavien käytäntöjen kanssa. Pohdin erityisesti improvisaatiotaidon, käytännön muusikon taitojen ja erilaisen yleisökontaktin vaikutusta esiintymistilanteen luonteeseen ja erityisesti esiintyjään.

Esiintyminen uudenlaisissa toimintaympäristöissä ja mm. romanimusiikin parissa sai minut avautumaan ja vapautumaan esiintymistilanteessa nopeammin ja kokonaisvaltaisemmin, mutta vain uusissa esiintymisfoorumeissani. Kuinka optimaalinen avautuva tila saavutetaan ja kuinka sitä ylläpidetään? Päädyn kysymystä pohtiessani tarkastelemaan soittajan kehomielen vireeseen vaikuttavia tekijöitä ja erityisesti sitä, kuinka optimaalista virittäytymisen tilaa on mahdollista ylläpitää myös korkean ärsykkeen tilanteissa.

Opinnäytteeni konserttisarja *Kansanmusiikkivaikutteinen viulu- ja kamarimusiikki* liittyy kiinteästi kirjalliseen tutkielmaani. Konserttisarjan idea syntyi halustani yhdistää kaksi erillään kulkenutta polkuani ja tutkia, voiko uudella polulla (muiden musiikinlajien parissa) omaksumiani lähestymistapoja, suhteessa teokseen ja esiintymiseen, käyttää ja hyödyntää myös tarkoin konventioin säädellyssä resitaaliympäristössä tai arviointitilaisuudessa.

Esityksessä vapautuva energia ja esityksen vuorovaikutuksellisuus ovat asioita, jotka ovat opintojeni edetessä alkaneet kiehtoa minua entistäkin enemmän. Tutkielman viimeisessä osassa pohdin esityksen vuorovaikutuksellisuutta ja vahvan yleisösuhteen vaikutusta esiintyjään. Olen saanut viime vuosina toimia myös täysin uusissa poikkitaiteellisissa ympäristöissä. Taideyliopiston Teatterikorkeakoulun yleisökontaktikurssilla kirjoittamani esiintymiskuvaukset ovat tärkeä osa tätä tutkielmaa. Tarkoituksenani on raottaa verhoa ja paljastaa, mitä esityksessä tapahtuu ja esiintyjän mielessä liikkuu, kun huomio on esityshetkellä suunnattu korostuneesti yleisöön.

2 TUTKIMUSTEHTÄVÄT, AINEISTO JA METODIT

2.1 TUTKIMUSTEHTÄVÄT

Tutkimukseni on muusikkoustutkimus[2], jossa tutkin ja pohdin musiikin eri lajien parissa työskentelyn ja vuorovaikutuksellisen yleisösuhteen vaikutusta muusikon esiintyjyyden kehittymiseen. Tarkoituksenani on tutkia, miten ja miksi toimintani muiden musiikin lajien ja

[2] Muusikkoustutkimuksessa keskiöön nousee usein muusikon kokemusten, asiantuntijuuden ja tutkimuksen välinen saumaton yhteistyö. Käytännössä tämä tarkoittaa musiikin esittäjän (muusikko-tutkijan) asettautumista samanaikaisesti tutkimuskohteeksi, tutkimuksen tekijäksi ja vastaanottajaksi sekä tiedon jäsentäjäksi. Muusikko-tutkijoiden kiinnostuksen kohteita ovat viime vuosina olleet esimerkiksi esityskäytännöt, esittämisen käytännöt, ruumiillisuus, luovan prosessin rakentuminen ja musiikin esittämisen kokemusperäinen tutkimus. (Suomen musiikkitiede 100-vuotta, 2017.)

musiikkikulttuurien parissa vuosina 2001–2015 muutti suhdettani esiintymiseen ja yleisöön. Tärkeitä kysymyksiä ovat: miksi suhteeni esiintymiseen häiriintyi länsimaisen taidemusiikin oppilaitoksissa ja kuinka ja ennen kaikkea miksi romanimusiikkiin, romanien esiintymiskulttuuriin, muihin musiikinlajeihin, improvisaatioon ja Alexander-tekniikkaan tutustuminen muutti tätä asetelmaa? Haluan myös selvittää, miksi katseen avaaminen ja suoran katsekontaktin ottaminen yleisöön esiintymistilanteessa vaikuttivat esiintyjyyteeni niin voimakkaasti.

2.2 AINEISTO JA METODIT

Huomasin jo jatko-opintojeni alkuvaiheessa, että esiintymiskuvausten kirjoittaminen auttoi minua hahmottamaan esiintymisiäni ja käsittelemään niistä nousseita tuntemuksia ja ajatuksia. Tutkielmani pääasiallinen tutkimuskohde on oma esiintyjyyteni, jossa tapahtunutta muutosta hahmotan mm. vuosina 2012–2015 kirjoittamieni esiintymiskuvausten avulla. Osallistuin vuonna 2012–2013 Taideyliopiston Teatterikorkeakoulun yleisökontaktikurssille, jossa valmistettiin esitys hoitolaitoskiertueelle. Esiintymiskiertuetta edelsi tutustumisvaihe, jonka aikana erilaisiin yleisöihin käytiin tutustumassa etukäteen. Kurssilla pidettiin henkilökohtaista päiväkirjaa tutustumiskäynneistä ja esiintymisistä. Muistiinpanot päiväkirjoja varten tehtiin aina välittömästi kohtaamisten jälkeen erillisessä huoneessa ilman edeltävää keskustelua työryhmän jäsenten kanssa. Yleisökontaktikurssin päiväkirjojen pohjalta kirjoitetut esiintymiskuvaukset ja esiintymisiin liittyvät pohdinnat ovat tutkielmani keskeisintä aineistoa. Lisäksi käytän aineistona DocMus-tohtorikoulun kurssilla kirjoittamiani crossover [3] -esiintymiskuvauksia sekä varhaisten opintojeni kuvausta. Aineistoni eli esiintymispäiväkirjan, esiintymiskuvausten ja opiskeluvuosieni muistelun avulla pohdin analyyttisesti omaa esiintyjyyttäni ja sen kriisiytymiseen ja kehittymiseen johtaneita tekijöitä. Haluan ymmärtää omia kokemuksiani ja kasvuprosessiani muusikkona ja erityisesti esiintyjänä. Tarkastelen kokemuksiani aiheeseen liittyvien tutkimusten ja kirjallisuuden avulla, ja yritän löytää vastauksia esille nouseviin kysymyksiin. Tutkimuksessani on vahva omaelämänkerrallinen näkökulma, jossa pyrin liittämään henkilökohtaiset kokemukseni sosiaaliseen ja kulttuuriseen perspektiiviin. Tavoitteenani on käydä analyyttistä keskustelua laajalla ja monialaisella tutkimusalueella.

Tutkimuksellani on yhtymäkohtia autoetnografiaan, vaikka miellänkin sen enemmän muusikkoustutkimuksen alueelle kuuluvaksi. Arthur Bochner ja Carolyn Ellis määrittelevät autoetnografian autobiografisen kirjoittamisen ja tutkimisen lajiksi, jossa keskeistä on tutkijan henkilökohtaisten kokemusten liittäminen sosiaaliseen ja kulttuuriseen perspektiiviin. Tämä henkilökohtaisen ja kulttuurisen dialogi voi tapahtua monella tapaa, erilaisia asioita

[3] Crossover tarkoittaa suomennettuna rajanylitystä. Musiikissa crossover-termillä viitataan musiikin eri lajien yhdistelyyn tai niiden välisten raja-aitojen ylittämiseen (1900-luvun musiikki, 2016). Termi määritellään tarkemmin luvussa 5.2.

painottaen. (Ellis & Bochner 2000, 739.) Yhteiskuntatieteiden piirissä kehittynyt autoetnografia jakautuukin useiksi lähestymistavoiksi, joista eräänlaisina vastapareina näyttäytyvät analyyttinen ja evokatiivinen autoetnografia. Leon Andersonin mukaan analyyttisessä lähestymistavassa tutkija sitoutuu nimensä mukaisesti analyyttisyyteen, minkä vuoksi pelkän henkilökohtaisen kokemuksen jakaminen tai sisäpiirinäkökulmaan asettautuminen eivät riitä. Andersonin mukaan analyyttisellä autoetnografialla viitataan etnografiseen työhön, jonka tunnusmerkkejä ovat analyyttisyyden lisäksi tutkijan täysi osallisuus tutkimassaan ryhmässä, tutkijan osallisuuden näkyminen julkaistussa tekstissä ja tutkimuksen liittäminen laajempaan sosiaaliseen ilmiöön. (Anderson 2006, 375.)

Evokatiivisessa autoetnografiassa sen sijaan painopiste on Andersonin mukaan kirjoittajan omassa kokemuksessa. Kokemuksen välittäminen tapahtuu tuntemuksia, ajatuksia ja tunteita kuvailemalla, ja se voidaan kirjoittaa esimerkiksi tarinan muodossa. Subjektiivisen kokemuksen jakamisen ja sanallistamisen tavoitteeksi riittää tunnereaktioiden synnyttäminen lukijassa kritisoi Anderson (2006, 377). Bochnerin ja Ellisin mukaan autoetnografia avaa tilan sosiaalitieteiden perinteisten tekstien ja kirjallisuuden väliin ja ohjaa tutkijoiden huomion subjektiivisuuden ja objektiivisuuden, älyn ja intohimon sekä autobiografian ja kulttuurin väliseen tilaan. Bochner ja Ellis toteavat yhä useamman akateemikon uskovan, että akateemisessa tekstissä on mahdollista kirjoittaa sydämestään, käyttää ensimmäistä persoonaa sekä yhdistää taide ja tutkimus. Useimmiten ensimmäisessä persoonassa (minä-muodossa) kirjoitetut tekstit ovatkin muodoltaan vapaita, esimerkiksi lyhyitä tarinoita, runoja, päiväkirjoja tai henkilökohtaisia esseitä (Ellis & Bochner 2000, 739, 761.)

Teen saman ratkaisun kuin Päivi Järviö väitöskirjassaan *Laulajan spezzatura, Fenomenologinen tutkimus italialaisen varhaisbarokin musiikin laulaen puhumisesta* (2011). Järviö kokee kokemuksellisten tekstiensä sijoittuvan analyyttisen ja evokatiivisen autoetnografian välimaastoon (Järviö 2011, 93). Vaikka tavoitteenani on käydä analyyttistä keskustelua, en kokemusteksteissäni sitoudu pelkkään analyyttiseen autoetnografiaan. On mahdollista, että tutkimuksestani löytyy myös evokatiivisen autoetnografian piirteitä erityisesti kiertuepäiväkirjan pohjalta kirjoitetuista esiintymiskuvauksista. Mahdollisten tunnereaktioiden syntymisen lukijoissa koen pelkästään positiivisena asiana, vaikka en niitä (tunnereaktioita) ole teksteissäni tietoisesti tavoitellutkaan. Myös tanssija-pedagogi Eeva Anttilan väitöskirja *A Dream Journey to the Unknown Searching for Dialogue in Dance Education* (2003) hyödyntää autoetnografista menetelmää. Väitöksessään Anttila tutkii dialogin mahdollisuutta ja merkitystä lasten tanssipedagogiikassa hyödyntäen monenlaista autoetnografista aineistoa kontekstualisoiden sen ympäröivän todellisuuden kanssa. (Anttila 2003, 317.)

Johanna Uotinen kirjoittaa artikkelissaan *Aistimellisuus, ruumiillinen tietäminen ja autoetnografia* (2010) tietämisen olevan ruumiillista. Hänen mukaansa ruumiillinen aistivälitteinen tieto ei välttämättä kuitenkaan vaadi tietäjän läsnäoloa. Tätä tietämättään tietämistä Uotinen kutsuu hiljaiseksi tiedoksi. Uotisen mukaan autoetnografia on menetelmänä tarkoituksemukainen valinta varsinkin silloin, kun tutkitaan aiheita, joita voi olla vaikea tai

suorastaan mahdoton tutkia esimerkiksi haastatellen tai havainnoiden. (Uotinen 2010, 86–88.) Tutkielmani keskeinen tutkimuskohde on muutos omassa esiintyjyydessäni. Kokemus muutoksesta on välittynyt aistien kautta ja ollut ensisijaisesti hyvin kehollinen tuntemus. Näiden henkilökohtaisten kokemusten ja tuntemusten sanallistamisessa, Uotista mukaillen, autoetnografinen lähestymistapa on mielestäni perusteltu ja tarkoituksenmukainen.

2.3 AIKAISEMPI TUTKIMUS

Muusikon omaan kokemukseen, tietämiseen ja työskentelyyn perustuva tutkimus on toistaiseksi jäänyt suurelta osin sanallistamatta. Kuten Järviö toteaa, muusikot saavat säännöllisesti kertoa mm. historiastaan, kilpailumenestyksestään ja tulevaisuudennäkymistään. Sen sijaan se, mitä musiikki muusikolle merkitsee, kuinka musiikki ja kehollisuus hänen tekemisessään kohtaavat ja kuinka muusikko työskentelee eivät ole aikaisemmin olleet suuren kiinnostuksen kohteena. (Järviö 2011, 89.) Muusikon omaan kokemukseen perustuva tutkimus on kuitenkin viimeisen kahden vuosikymmenen aikana alkanut osoittaa virkistymisen merkkejä. DocMus-tohtorikoulun muusikko-tutkijat ovat omalta osaltaan antaneet vahvan panoksensa muusikkoustutkimuksen kentällä. Tuomas Mali käsittelee taiteellisen tohtorintutkintonsa kirjallisessa työssä *Pianon sisältä – kokemuksia George Crumbin pianomusiikin soittamisesta* (2004) omaa työprosessiaan Crumbin teosten parissa. Anu Vehviläisen omiin kokemuksiin perustuvassa taiteellisen tohtorintutkinnon kirjallisessa työssä *Heittäydy – Kuusi kirjoitusta muusikkoudesta* (2008) keskitytään *taiteilija*-käsitteeseen ja muusikon teossuhteeseen. Kristiina Junttu on valinnut keholähtöisen, kokonaisvaltaisen ja kokemuksellisen näkökulman kehittäjäkoulutuksessa valmistuneessa tohtorintutkinnon opinnäytteessään *Vauhdin hurmaa ja liikkeen hiljaisuutta koskettimilla* (2010), jonka keskiössä on György Kurtagin pianoteoskokoelma *Játékok*. Jo edellä mainittu Päivi Järviö kuvailee kokemustaan muusikko-laulajana Monteverdin resitatiivien parissa väitöskirjassaan *Laulajan spezzatura, Fenomenologinen tutkimus italialaisen varhaisbarokin musiikin laulaen puhumisesta* (2011). Juho Laitinen nojaa taiteellisen tohtorintutkintonsa kirjallisessa työssä *Soivuuden manifesti* (2013) mm. Zen-buddhalaisuuteen ja esittelee käsitystään soivuuden laajenevasta spiraalista, jonka syntymisestä sekä esittäjä ja kokija ovat vastuussa. Tiina Karakorpi tutkii omaa soittamisen prosessiaan taiteellisen tohtorintutkintonsa kirjallisessa työssä *Pohdintoja soivilta kehiltä. Soittajan emansipaatio*. (2015) Karakorpi pohtii mm. soittamisen luovaa ulottuvuutta Julia Kristevan käsitteiden semioottinen ja symboolinen avulla. Käytännönläheisyys ja kokemuksellisuus ovat keskiössä myös Ritva Koistinen-Armfeltin kehittäjäkoulutuksessa valmistuneessa opin- ja taidonnäytekokonaisuudessa *Kehollisuus ja kosketus kanteleensoitossa* (2016).

2.4 TEOREETTINEN VIITEKEHYS

2.4.1 Kytkös psykologian alaan: Kari Kurkela ja Kimmo Lehtonen

Tutkimukseni liittyy psykologian, sosiaalipsykologian, sosiologian, filosofian ja musiikkipedagogiikan tutkimusalueisiin. Varsin lähellä tutkimusasetelmaani liikutaan Kari Kurkelan kirjassa *Mielen maisemat ja musiikki* (1993). Tämän musiikin esittämisen ja luovan asenteen psykodynamiikkaa käsittelevän kirjan kanssa käyn keskustelua varsinkin tutkielmani ensimmäisessä osassa. Kurkelan pohdinnat luovan asenteen kehittymisestä ja esittämisen psykologisista peruskysymyksistä tarjoavat kiinnostavia ja omia kokemuksiani tukevia ja selittäviä havaintoja. Kurkela ottaa vahvasti kantaa myös lasten musiikilliseen tehokoulutukseen ja sen vaaroihin, joita sivuan myös oman tutkielmani alussa pohtiessani varhaisten musiikkiopintojeni vaikutusta esiintyjyyteni kehittymiseen. Musiikkipedagogiikkaan liittyviä psykologisia ilmiöitä käsittelee myös Kimmo Lehtonen kirjassaan *Maan korvessa kulkevi… Johdatus postmoderniin musiikkipedagogiikkaaan* (2001). Kimmo Lehtonen ottaa kärjekkäästi kantaa postmoderniin musiikkipedagogiikkaan ja haastaa lukijat omien vakiintuneiden ajatusmalliensa uudelleenarviointiin. Käsittelen tämän työn yhteydessä Lehtosen näkemyksiä mm. musiikkikasvatuksen myyteistä ja musiikkikasvatuksen lohkotusta ihmiskuvasta.

2.4.2 Esiintymisvalmennus: Päivi Arjas ja Eija Mäkirintala

Koska esiintymisvalmennus oli hyvin vieras käsite melkein koko musiikin perusopintojeni ajan, on mielestäni kiinnostavaa kysyä, mikä on esiintymisvalmennuksen tilanne tällä hetkellä Suomessa. Mitä esiintymisvalmennuksessa painotetaan ja onko se kaikkien saatavilla? Suomessa musiikin esiintymisvalmennuksesta ovat väitelleet Sibelius-Akatemian esiintymisvalmennuksen lehtori Päivi Arjas ja huippusuoritusvalmentaja Eija Mäkirintala. Käsittelen tässä tutkielmassa myös Arjaksen omien kokemusten pohjalta kirjoitettua esiintymisvalmennuksen kirjaa *Varmasti lavalle* (2014). Koska Arjas toimii Sibelius-Akatemiassa oppimis- ja esiintymisvalmennuksen lehtorina, koen jakavani hänen kanssaan yhteistä maaperää – olenhan itsekin kyseisen yliopiston kasvatti. Arjaksen ajatukset kiinnostavat minua erityisesti pohtiessani tarkoituksenmukaista harjoittelua, oppimisvalmennusta ja esiintymiseen liittyviä ongelmia yleisemmällä tasolla.

2.4.3 Taidemusiikkikulttuuri ja esiintyjän roolit: Lydia Goehr ja Henry Kingsbury

Opiskelin klassista viulunsoittoa lapsuuteni ja nuoruuteni konservatoriossa, jonka jälkeen siirryin ammattiopiskelijaksi Sibelius-Akatemiaan. Klassisen musiikin opintoihini liittyy vahvasti romantiikan aikana muotoutuneet esittämiskäytännöt, minkä vuoksi on tarkoituksenmukaista taustoittaa myös länsimaisen taidemusiikin teos-käsitteen syntyä ja sen suoria ja epäsuoria vaikutuksia klassiseen konserttikulttuuriin ja erityisesti esiintyjän rooliin. Lydia Goehr käsittelee aiheita kattavasti kirjoissaan *The Imaginary Museum of Musical Works* (2007) ja *The Quest for Voice* (1998)**.** Henry Kingsbury käsittelee kirjassaan *Music, talent and*

performance (1988) länsimaisen resitaalikulttuurin rituaalinomaisuutta ja sen vaikutusta esiintyjän ja yleisön väliseen suhteeseen.

2.4.4 Musiikkikulttuurien kohtaaminen: Eero Hämeenniemi ja David Dolan

Eero Hämeenniemi pohtii länsimaisen taidemusiikin tulevaisuuden haasteita kirjassaan *Tulevaisuuden musiikin historia* (2007). Eri musiikin lajien ja musiikkikulttuurien hedelmällisestä kohtaamisesta tai vuorovaikutuksesta on kirjoitettu akateemisessa tutkimuskontekstissa yllättävän vähän. Hämeenniemi esittelee kirjassaan mm. kokemuksiaan intialaisen musiikin parissa ja pohtii, kuinka näitä positiivisia kokemuksia voisi hyödyntää myös länsimaisen taidemusiikin kentällä. Erityisesti Hämeenniemen havainnot improvisaation merkityksestä, käytännön muusikkoudesta, eri musiikin lajien välisestä vuorovaikutuksesta ja esiintyjän ja yleisön välisestä suhteesta liittyvät kiinteästi aihealueisiin, joita käsittelen crossover-toimintaani ja yleisösuhdettani avaavassa kolmannessa osassa. Käsittelen lisäksi klassiseen improvisaatioon erikoistuneen professorin, pianisti David Dolanin, näkemyksiä samoista aihealueista sekä esittelen Dolanin työryhmän tutkimuksen *The improvisatory approach to classical music performance: an empirical investigation into its characteristics and impact* (2013) improvisatorisen lähestymistavan vaikutuksista esiintyjään ja yleisöön.

2.4.5 Virittäytynyt tila: Katarina Nummi-Kuisma

Tutkielmani keskeiseksi teemaksi nousee optimaalinen avautuva tila, jota aloin saavuttaa paremmin esiintyessäni länsimaisen taidemusiikin viitekehyksen ulkopuolella. Pohtiessani syitä optimaalisen tilan syntymiselle esiintymistilanteessa hyödynnän paljon Katarina Nummi-Kuisman väitöskirjaa *Pianistin vire* (2010). Tavoitteenani on mm. selvittää, mitä valmiuksia Nummi-Kuisman kuvaileman vireen saavuttamiseksi esiintymistilanteessa tarvitaan ja kuinka sitä voisi opettaa mahdollisimman tarkoituksenmukaisesti jo aikaisessa vaiheessa. Lisäksi pohdin Nummi-Kuisman näkemysten avulla sitä, miltä virittäytynyt tila tuntuu ja miksi juuri länsimaisen taidemusiikin koulutus- ja konserttikäytännöt hankaloittivat virittäytyneeseen tilaan pääsemistä esiintymisissä. Liitän yhtälöön myös Alexander-tekniikkaharrastukseni ja pohdin Alexander-tekniikan keskeisten sisältöjen yhteyttä vireeseen. Alexander-tekniikkaa ja siihen liittyviä hyväksi kokemiani esiintymiseen liittyviä harjoitteita esittelen Michael Gelbin *Vapaana oppimaan* -kirjan (2013) sekä Pedro De Alcantaran *Indirect procedures* -kirjan (1997) avulla.

2.4.6 Yleisökontaktikurssi: Jussi Lehtonen

Olen kiinnostunut siitä, miksi vuosi Taideyliopiston Teatterikorkeakoulun yleisökontaktikurssilla muutti suhtautumistani yleisöön niin voimakkaalla tavalla. Vastauksia etsin mm. näyttelijä Jussi Lehtosen väitöskirjasta *Elämäntunto – näyttelijä kohtaa hoitolaitosyleisön* (2015). Väitöskirjassaan Lehtonen esittelee ja pohtii, kuinka hänen kehittämänsä yleisökontaktikurssi muutti kurssille osallistuneiden näyttelijöiden yleisö- ja yhteiskuntasuhdetta ja käsitystä omasta taiteilijuudesta. Hyödynnän myös Lehtosen taiteelliseen opinnäytteeseen sisältyvää kirjallista julkaisua *Samassa valossa* (2011), jossa

Lehtonen käsittelee omaa hoitolaitos- ja vankilakiertuettaan. Pohdin samassa yhteydessä viulistin näkökulmasta myös Konstantin Stanislavskin *An actor preparing* -kirjassa (2013) esittelemää huomiopiiriteoriaa ja sen suhdetta mm. suoraan katsekontaktiin esiintymistilanteessa.

2.4.7 Nonverbaali viestintä: Keltner & Ekman, Kaukomaa ja Myllyneva

Taideyliopiston Teatterikorkeakoulun yleisökontaktikurssilla löysin esiintyjyyteeni täysin uusia ulottuvuuksia, joista yllättävin oli suoran katsekontaktin ottaminen yleisöön esityshetkellä. Haluan osana tätä työtä pohtia ja tarkastella syvällisemmin, miksi suora katsekontakti esityshetkellä vaikutti oman kokemukseni mukaan esiintymistilanteen luonteeseen ja omaan kokemukseeni niin voimakkaasti, erityisesti hoitolaitosympäristöissä. Datcher Keltnerin ja Paul Ekmanin artikkeli *Introduction: Expression of emotion* (2000) esittelee nonverbaaliin viestintään liittyviä tutkimussuuntia ja vallitsevia käsityksiä sosiaalipsykologian näkökulmasta. Lisäksi lähestyn aihetta Timo Kaukomaan ja Aki Myllynevan väitöskirjojen avulla. Kaukomaa tutki vuonna 2015 tarkastetussa sosiologian alan väitöskirjassaan *Facial expressions as an interactional resource in everyday face-to-face conversation* mm. sitä, minkälaisessa roolissa kasvonilmeet toimivat keskustelun emotionaalisen tilan rakentamisessa ja säätelyssä. Tampereen yliopistossa tarkastetussa psykologian alan väitöskirjassaan *Psychophysiologial responses to eye contact* (2016) Aki Myllyneva tutkii, kuinka näkeminen ja nähdyksi tuleminen vaikuttavat kehon reagointeihin ja itsearviointeihin.

OSA II: ENSIMMÄINEN POLKU

3 VARHAISET VIULUOPINNOT

3.1 SUORITTAVA PUNAHILKKA-OPPILAS

Aloitin viulunsoiton 4-vuotiaana isoisäni johdolla. Olen aina ollut luonteeltani hyvin tunnollinen ja pienestä asti pidin täysin selvänä, että minusta tulee viulisti. Lapsena soittaminen oli mukavaa kahdesta syystä: viihdyin erinomaisesti isoisäni seurassa ja sain aina tarran vihkooni soittotunnin jälkeen. Olen myös lapsesta asti saanut mielihyvää siitä huomiosta, jota olen soittotaidollani saavuttanut. Ensimmäiset soittovuodet isoisäni kanssa saivat musiikillisen innostukseni heräämään.

Siirryin konservatorioon samaan aikaan, kun menin kouluun. Vaikka olin tottunut tiukkaan kuriin kotona, ensimmäisen, venäläistä koulukuntaa edustaneen, soitonopettajani ankaruus oli jotain ennen kokematonta. Pidin opettajastani ihmisenä paljon. Viulutunnille meno oli kuitenkin aina paineistettu tilaisuus, jota varten harjoittelin pelonsekaisin tunnelmin. Pelko sai minut harjoittelemaan ja pian huomasinkin olevani parempi kuin monet muut. Tämä tuntui todella hienolta ja kilpailumentaliteetti alkoi herätä mielessäni.

Kolmen vuoden jälkeen opettajani vaihtui toiseen venäläisen koulukunnan edustajaan, josta tuli kuin toinen isä minulle. Vaatimustaso tunneilla ei laskenut ja jo kaksitoistavuotiaana opettajani kehotti minua päättämään, olenko oikeasti valmis omistamaan kaiken aikani siihen, että minusta tulee viulisti. Muistan keskustelun, jossa sovimme sopivaksi harjoitusmääräksi 3-5 tuntia päivässä koulun jälkeen. Olin tunnollinen, kunnianhimoinen ja omistin munakellon, jonka avulla pystyin tarkasti mittaamaan harjoitusmääräni. Harjoittelu oli jälkikäteen ajateltuna melko pakkomielteistä ja muistan olleeni jatkuvasti huolissani siitä, että ehtisin harjoitella riittävän monta tuntia joka päivä. Harjoittelu ei keskeytynyt lomilla, joulunpyhinä eikä edes rippikoulussa, jonne suostuin menemään vain, jos sain erityisluvan harjoitteluun. Yhden päivän harjoitteluennätykseni oli (ja on edelleen) 13 tuntia, josta suurimman ajan harjoittelin kelloa tuijottaen.[4]

[4] Lukujen 3.1, 3.2, 4.1, 5.1 ja 6.1 kuvaustekstit ovat katkelmia DocMus-tohtorikoulun Muusikko kirjoittaa -kurssilla vuonna 2011 kirjoittamastani esseestä, jossa kuvasin viuluopintojani vuosina 1987–2009 ja toimintaani romanimusiikkiyhtyeessä vuosina 2001–2003.

Varhaisten viuluopintojen kriittinen tarkastelu jälkikäteen tuntuu ristiriitaiselta. Olen ollut hyvin onnekas, koska olen saanut lapsesta asti opiskella arvostettujen opettajien johdolla. Lisäksi olen pitänyt myös henkilökohtaisella tasolla jokaisesta viulunsoitonopettajastani hyvin paljon ja saanut osakseni paljon erityiskohtelua ylimääräisen opetuksen ja huolenpidon muodossa. On kuitenkin aiheellista pohtia, miksi tekemisestäni tuli hyvin suorituskeskeistä ja suorastaan pakkomielteistä opintojeni edetessä. Kari Kurkela hahmottelee kirjassaan *Mielen maisemat ja musiikki* (1993) opettajan ja oppilaan välisen suhteen yleisiä periaatteita. Kurkelan mukaan opettaja koetaan henkilöhahmona helposti omien vanhempien edustajaksi, koska tapanamme on siirtää omaksumiamme dynaamisia suhdemalleja uusiin ihmissuhteisiin (Kurkela 1993, 327). Tässä valossa ei siis ole lainkaan poikkeuksellista, että olen kokenut opettajani vanhempieni kaltaisina ja halunnut miellyttää ja tehdä heidät ylpeiksi.

Kurkela kuvaa kirjassaan erilaisten oppilaiden strategioita suhteessa opettajaansa. Tunnistan itseni osittain Kurkelan esittelemästä ”Punahilkka”- oppilaasta, joka ei halua pahoittaa opettajan mieltä ja siksi haluaa viikko toisensa jälkeen tuoda opettajalleen ”lahjan” esimerkiksi hyvin harjoiteltujen soittoläksyjen muodossa. Kurkelan teoriassa Punahilkka-oppilaalle on luonteenomaista kiltteys, kuuliaisuus ja jatkuva riittämättömyyden tunne, joka pahimmillaan vierittää Punahilkka-oppilaan olkapäille jopa liian raskaan odotusten painolastin. (Kurkela 1993, 323–325.) Muistan, kuinka käteni hikoilivat aina odottaessani jännittyneenä soittotunnin alkamista luokkahuoneen edustalla. Tämä odotusten painolasti oli itselläni hyvin sisäsyntyistä enkä koskaan kokenut, että paine menestymiseen olisi tullut ulkopuolelta vanhemmilta tai opettajalta.

Vaikka varhaisista viuluopinnoistani on jo yli kaksikymmentä vuotta, muistan hyvin toimintaani eniten vaikuttaneet sisäiset motivaattorit. Kiinnostavaa on huomata, että jossain muodossa nämä samat asiat ovat edelleen läsnä tekemisessäni – tosin tiedostetussa muodossa –, mikä muuttaa asetelman toisenlaiseksi. Pelko siitä, että tuottaisin opettajalle pettymyksen, oli aina läsnä eikä kyseinen toimintamalli rajoittunut pelkästään viulutunneille vaan ulottui myös kouluun ja kotiin. Analyyttisemmin tarkasteltuna asioiden hallinta on edellyttänyt minulta kiltteyttä, omien impulssien sivuuttamista ja nöyryyttä. Kurkela näkee kyseisen toimintastrategian suurimpana vaarana sen, että turvallisuuden kokemus on suoraan sidoksissa suoritustasoon: ”Turvallisuuden ilmapiirin pitäisi olla ei-ehdollista, jatkuvaa ja suorituksista riippumatonta. Samalla suorituksen painopisteen pitäisi siirtyä opettajan miellyttämisestä omakohtaisesti koettujen ja opettajan kanssa jaettujen, sinänsä palkitsevien musiikillisten elämysten suuntaan” (Kurkela 1993, 330.) Tässä Kurkelan näkemyksessä kiteytyy mielestäni osittain se, mikä kohdallani ei ole täysin toteutunut ja miksi toiminnastani jo varhaisten musiikkiopintojen aikana tuli hyvin suorituskeskeistä.

Koska turvallisuuden tunteeni oli suoraan sidoksissa suoritusteni onnistumiseen, suorittamisesta tuli ensisijainen tavoitteeni. Tähän kannusti myös musiikkioppilaitosten kurssitutkintojärjestelmä. Tavoitteet kasvoivat jokaisen onnistuneen suorituksen myötä eikä lopulta edes erinomainen arvosana ollut riittävä, vaan sen lisäksi tutkinto piti saada suoritettua keskimääräistä paljon nuorempana. Menestys ja arvostus olivat puoleensavetävä kaksikko.

Kurkelan mukaan länsimaiselle kulttuurille on luonteenomaista arvostaa periaatteellista erinomaisuutta hinnalla millä hyvänsä. Tästä syystä erinomaisuuteen addiktoituminen on yleistä, koska se on sosiaalisesti niin palkitsevaa. (Kurkela 1993, 248–249, 256.)

Ensimmäiset opettajani konservatoriossa vaativat minua jo hyvin nuorena päättämään aionko tähdätä ammattilaiseksi. En kokenut tätä ahdistavana vaan ennemminkin imartelevana, sillä tiesin, ettei kyseistä vaatimusta kovin monelle esitetty. Harrastusten kytkeminen tulevaan ammattiin on Kurkelan mukaan yleistynyt Suomessa koventuneen kilpailun vuoksi. Kurkela huomauttaa myös, että musiikin harrastamisen keskeiset päämäärät liittyvät nykyään yhä useammin kilpailuihin ja tutkintoihin, joissa menestyminen riippuu suorituksen ennalta määritettyjen esteettis-teknisten standardien täyttymisestä. Hän näkee yleistyneessä käytännössä vakavia uhkakuvia:

> "Samalla kun musiikkiin satsataan yhä enemmän vakaan toimeentulon takaamiseksi ja se harrastusmuotonakin muistuttaa enenevässä määrin kilpaurheilua, se taiteena on vaarassa etääntyä yhä kauemmas mahdollisuudesta tarjota kanava aitoon, spontaaniin itseilmaisuun ja itse löydettyjen positiivisten kokemusten jakamiseen." (Kurkela 1993, 189.)

Muistan edelleen kaikkien kurssisuoritusteni pistemäärät peruskurssi 1/3 suorituksesta (nykyään perustaso 1) lähtien. Jo pelkästään tämä seikka kertoo siitä, kuinka suuri merkitys tutkinnoilla on ollut minulle opiskeluvaiheessa. Ne olivat tekemiseni keskeinen päämäärä diplomin tekemiseen asti kilpailuiden ja tärkeiden konserttien lisäksi. Musiikin perusopetuksen opetussuunnitelmaa on tarkastettu tasaisin väliajoin viimeisen kahdenkymmenen vuoden aikana. Käsitykseni mukaan suunta on positiivinen ja enemmän luovuuteen kuin suorittamiseen kannustava, vaikka tutkinnot ja valtakunnallisesti määritellyt arvioinnin standardit koskettavat edelleen kaikkia musiikin opiskelijoita musiikin perusopetuksen parissa[5]. Kurkela kirjoittaa lasten musiikillisen tehokoulutuksen vaaroista. Ammattimuusikoksi tähtäävän nuoren tai erityislahjakkaan lapsen arkitodellisuus on pehmentyneistä arvoista huolimatta nykypäivänä entistä raadollisempaa koventuneen kilpailun seurauksena: yleisen (kansainvälisen) tason saavuttamiseksi täytyy tehdä uhrauksia aina vaan nuorempana (Kurkela 1993, 189).

Kurkela käsittelee erinomaisuutta kahdesta eri näkökulmasta. Kurkela pitää vahingollisena periaatteellista erinomaisuutta, jossa tekemisellä on arvoa lähinnä erinomaisuuden saavuttamisen välineenä. Tämän vastakohdaksi Kurkela näkee tilanteen, jossa tekeminen on päämäärä sinänsä ja erinomaisuus käytännöllistä ja kontekstuaalista. (Kurkela 1993, 248–249.) Kurkela (emt., 249) päätyy kysymään: "Onko elämä väline erinomaisuuden tavoittelussa vai onko elämä päämäärä sinänsä, jota mahdollinen erinomaisuus ryydittää?" Olen Kurkelan kanssa samaa mieltä periaatteelliseen erinomaisuuteen pyrkimisen ja lasten tehokoulutuksen

[5]Syksyllä 2017 julkaistussa taiteen perusopetuksen uudessa opetussuunnitelmassa arviointi painottuu sanalliseen arviointiin, jatkuvan palautteen antamiseen sekä itse- ja vertaisarviointiin (Opetushallitus, 2018).

vaaroista. En toisaalta ole täysin tutkintojärjestelmän, arvioinnin tai kilpailuiden poistamisen kannalla – eikä tätä myöskään Kurkela suoraan tekstissään ehdota. Omalla polullani nimenomaan tutkinnot ja kilpailut saivat minut ponnistelemaan, harjoittelemaan ja pyrkimään parhaimpaani. Viulistina kehittyminen vaati pitkäjännitteistä työntekoa, jatkuvaa ongelmanratkaisua ja nöyryyttä. Ajalliset uhraukset, onnistumiset ja opettajien omistautuminen saivat minut tuntemaan itseni erityiseksi, mikä motivoi entisestään. Koulutukseni oli korkeatasoista enkä ilman sitä olisi ammattitaitoinen viulisti. Edessäni on ristiriita. Päämäärätietoisesta tekemisestä aiheutui kuitenkin myös hankaluuksia, ja omassa tekemisessäni ongelmat ilmenivät ja kärjistyivät esiintymistilanteissa. Mistä tämä johtui? Millä tavalla päämäärätietoinen hyvään suoritukseen tähtäävä tekeminen ja luova spontaani vapaus ovat yhdistettävissä?

3.2 ESIINTYMISEN PELKO

> *Teini-ikäisenä aloin havainnoida ympäristööni eri tavalla. Suorituskeskeisyys alkoi vallata alaa harjoittelun lisäksi myös konserteissa ja tutkinnoissa. Yhtäkkiä aloinkin hermoilla konserteissa. "Lääkkeeksi" orastavaan esiintymispelkooni sain ohjeen: "Ei saa jännittää!" Valitettavasti tämä ohje johti siihen, että yritin torjua esiintymisvalmiuttani ("jännitystä") ja kohdistin esiintyessäni huomion omien reaktioiden tarkkailuun. Esiintymiset olivat suorituksia eikä vuorovaikutuksesta yleisön tai muiden soittajien kanssa ollut silloin mitään käsitystä. Koska en pystynyt määräämään esityksen kulkua, ajattelin olevani heikko ihminen ja halusin muuttua. Yritin monta kertaa kuvitella olevani joku toinen ihminen lavalla ollessani. Ajattelin myös, että taiteilijan kuuluu olla mystinen ja tavoittamaton yli-ihminen. Muutaman kerran kuvittelin lavalla olevani ihailemani pianisti Grigori Sokolov ja yritin jopa kumartaa kummallisen näköisesti. Aika pian tämän epäonnistuneen kokeilun jälkeen siirryin Pekka Kuusistoon... Yleisön sulkeminen pahensi asiaa. Siitä tuli kasvoton mörkö, joka kyttäsi jokaista virhettäni ja halusi minun epäonnistuvan.*

En muista lapsuudessani ja nuorena erityisesti nauttineeni esiintymisestä: esiintyminen oli se pakollinen toiminto ennen ensisijaista tavoitetta eli onnistumista/suoritusta. Erään tutkintolautakunnan jäsenen antama palaute ”ei taiteilijapersoonaa” ei särähdä korvaani enää niin pahasti kuin kuullessani sen välikäden kautta noin kaksikymmentä vuotta sitten. Tämä kuva tekemisestäni välittyi varmasti siksi, että tavoitteeni olivat onnistumisessa, suorittamisessa ja menestymisessä. Muistan usein luonnehtineeni itseäni perfektionistiksi. Kurkela mukaan perfektionismin yksi ominaispiirteitä on se, että mikään ei koskaan ole riittävän hyvää, vaikka kuinka hyvin onnistuisi. Täydellinen suoritus ei tyydytä perfektionistia vaan saa ennemminkin hänet epäilemään itsekritiikkinsä astetta. (Kurkela 1993, 176.)

Ehdin varttua melkein teini-ikäiseksi ennen kuin kohtasin ensimmäisen todellisen kriisini viuluopinnoissani. Huomasin jännittäväni esiintymisissä ja aloin tarkkailla jännityksen aiheuttamia fyysisiä oireita. Esiintymisvalmennus oli hyvin outo käsite vielä nuoruudessani ja

uskon, että opintoni nimenomaan venäläisen koulukunnan oppien mukaan korosti tätä asiaa entisestään. Jännitys ei sopinut ihannoimaani yli-inhimilliseen taiteilijaihanteeseen ollenkaan. Lisäksi jännitys haittasi hyvää suoritusta, joka oli tavoitteista tärkein.

Nykyisten kokemuksieni valossa voin todeta, että esiintymisjännityksen kanssa kamppailevalle oppilaalle ei voi sanoa haitallisempaa asiaa kuin ”ei saa jännittää”. Omalla kohdallani tämä aiheutti hirvittävän ketjureaktion, joka sai minut ahdistumaan ja eksymään entistä pahemmin omaan suorituskeskeiseen maailmaani. Jännityksessä ei ollut mitään positiivista ja koin sen hävettävänä asiana, josta ei halunnut puhua kenellekään. Ajatusmallini on ollut hyvin haitallinen ja virheellinen. Samaa mieltä on myös oppimis- ja esiintymisvalmentaja Päivi Arjas. Hän toteaa soittoharrastuksen alkuvaiheen olevan erityisen kriittinen sen suhteen, minkälainen suhtautuminen esiintymistä kohtaan muodostuu. Lisäksi Arjas toteaa monien vanhempien ja opettajien siirtävän tahattomasti vääriä ajatusmalleja lapsille. Hyvänä esimerkkinä tästä toimii myös Arjaksen mukaan edellä mainittu – ja omakohtaisesti koettu – kommentti ”ei tarvitse jännittää”. (Arjas 2002, 130.) Olen henkilökohtaisesti sitä mieltä, että jo pelkkä sanan ”jännitys” käyttö voi saada suhtautumaan esiintymistapahtumaan ja siihen liittyvään valmiustilaan negatiivisesti.[6]

Kurkela kirjoittaa kokeneesta taiteilijasta ja pedagogista, joka opasti oppilaitaan sanomalla, että ei saa pelätä sitä, että pelkää esiintymistä. Kurkelan mukaan tämän toteamuksen viisaus piilee siinä, että pelon, ahdistuksen ja muiden vastaavien kokemusten pelkääminen voi johtaa tilanteen kontrolloimattomampaan, alkeellisempaan ja usein ongelmallisempaan käsittelyyn. Ajoittaisiin esiintymisten laukaisemiin stressioireisiin tulisi Kurkelan näkemyksen mukaan suhtautua kuten minkä tahansa ongelman ratkaisuun: ärsykkeistä johtuvia psykofyysisiä reaktioita pitäisi pyrkiä ymmärtämään. Kuten Kurkela esittää, epämiellyttävien tunteiden välttelyn ja eliminoimisen sijaan ne tulisi rohkeasti kohdata, mikä osaltaan vähentäisi epämääräistä somaattista oireilua. (Kurkela 1993, 181.)

Kurkela puhuu myös häpeästä ja toteaa sen johtuvan kasvatuksesta ja kulttuurista, jossa ei saa olla surullinen, pelokas, vihainen tai kiihtynyt. Esiintyjää saattaa hävettää, jos hänen hermostumisensa huomataan. Tämän tyyppisessä suhtautumisessa kylmä rauhallisuus, *cool-fallisuus*, kuten Kurkela ilmaisee, mielletään ihanteelliseksi mielentilaksi. Kurkelan mukaan *cool-fallisuus* ei kuitenkaan perustu tunteiden hallitsemiseen vaan niiden pelkäämiseen ja eliminoimiseen. Tunteet on helpompi kohdata, kun niitä ei pelkää ja häpeä. (Kurkela 1993, 181–182.)

Kurkelan mielestä häpeän kehittyneempi muoto on syyllisyys, joka liittyy esiintymistilanteessa enemmän sisäiseen (yliminä) kuin ulkopuoliseen palautteeseen. Kurkelan

[6] Arjaksen mukaan esiintymisjännitys-sanalla viitataan yleensä kolmeen eri käsitteeseen: esiintymisjännitykseen, esiintymispelkoon tai vireytymiseen. Käsityksissä olennaista on se, että esiintymispelolla viitataan haitalliseen ja erittäin negatiiviseen ilmiöön, kun taas vireytyminen nähdään positiivisena asiana. (Arjas 2002, 15.)

esimerkissä osaamattomuuden lisäksi osaaminen saattaa aiheuttaa esiintyjässä syyllisyyttä ja aktivoida yliminän vahingollisiin vastatoimiin. Kyseisenlaisessa tapauksessa esiintyjä voi pohjimmiltaan kokea oman erinomaisuutensa, mutta tiedostamattaan olla kykenemätön hyväksymään sitä. Ristiriita saa esiintyjän tuntemaan lamaannuttavaa kauhua valmistautuessaan esiintymiseen, sen aikana ja jopa sen jälkeen. (Kurkela 1993, 178.)

Kurkelan ajatukset herättävät monia mielleyhtymiä. Koin monesti lannistavana, että erinomainen osaaminen ja valmistautuminen eivät poistaneet riittämättömyyden tunnetta esiintymisissä. Lisäksi muistan monta esiintymistä, joissa hienosti sujuneen alun jälkeen aloin odottaa väistämätöntä epäonnistumista tai virhettä, joka pilaisi suorituksen. Olen samaa mieltä Kari Kurkelan kanssa siitä, että esiintymisjännityksen kohtaaminen ja ymmärtäminen psykofyysisenä ilmiönä on ensisijaisen tärkeää. Kari Kurkelan mukaan jännitys on normaalia, osittain perittyä ja opittua mielen toimintaa, joka valmistaa elimistön vaativaan suoritukseen, jossa tarvitaan paljon nopeutta ja energiaa. Esiintymisen jännittäminen on positiivinen asia, joka osoittaa, että esiintyjä arvostaa esiintymistilannetta ja on psykofyysisesti terve. (Kurkela 1993, 173.) Voisi siis ajatella, että esiintymisen jännittäminen jollain tasolla on jopa normaalimpaa kuin se, että ei jännitä.

Kimmo Lehtosen mukaan musiikkipedagogisessa toiminnassa ihmisen näkeminen kokonaisuutena eli fyysisenä, psyykkisenä ja sosiaalisena toimijana on ensiarvoisen tärkeää. Pelkkä musiikillinen tieto ja taito eivät riitä vaan musiikkikasvatuksen pitäisi ulottua syvälle ruumiillisen tiedostamattomuuden alueelle. Lehtosen mielestä musiikkipedagogin pätevyys edellyttää ihmisyyden syvällistä filosofista ja psykologista ymmärrystä. Pedagogisen kehityksen kulmakiveksi Lehtonen mainitsee hyvän itsetuntemuksen, joka vaatii kognitiiviseen psykologiaan, psykodynaamiseen metapsykologiaan ja ryhmädynaamisiin prosesseihin ulottuvaa psykologian asiantuntemusta. (K. Lehtonen 2004, 13.)

Kimmo Lehtosen näkemyksiin on helppo yhtyä. Ihanteellisessa tilanteessa Lehtosen kuvailema ihmisen kokonaisuuden huomioiva kokonaisvaltaisempi pedagogiikka toteutuu jo alkeisopinnoissa mestari–kisälli-asetelman puitteissa. Positiivisia merkkejä onkin mielestäni ilmassa. Viime vuosina julkaistujen muusikkoustutkimusten perusteella useat muusikko-tutkijat kehittävät uudenlaista pedagogiikkaa ja menetelmiä, joiden avulla ihmisen kokonaisuus ja ruumiillisen tiedostamattomuuden alue tulevat otetuksi paremmin huomioon jo alkeisopetuksesta lähtien. Tämän uuden tiedon integroituminen musiikkipedagogisiin käytäntöihin jää nähtäväksi. Oman kokemukseni mukaan esimerkiksi valinnaisena ainekokonaisuutena suoritettavissa instrumenttiopettajan pedagogissa opinnoissa tarjotaan yleiskatsaus mm. filosofiaan, psykologiaan ja erityiskasvatukseen. Koulutus on hyödyllinen ja pohjaa antava, mutta psykologisesta asiantuntijuudesta puhuminen tuntuu ainakin omasta mielestäni vieraalta.

On ollut mielenkiintoista havaita, että samankaltaisessa huippusuoritukseen tähtäävässä urheiluvalmennuksessa urheilijan psyykkinen valmennus on yksi jokapäiväisen harjoittelun tärkeimpiä osa-alueita. Urheilijoiden psyykkisen valmennuksen uranuurtaja Suomessa on

Laura Jansson. Hänen mukaansa kokonaisvaltainen harjoittelu vaatii fyysisen ja psyykkisen toiminnan vuorovaikutuksen huomioonottamista. Harjoitteluun tulisi ottaa mukaan mahdollisimman varhaisessa vaiheessa psyykkiset harjoitteet, jotka tarkasti valikoidaan iän, henkisen kypsyystason sekä harjoitus- ja kilpailuvuosien mukaan. (Jansson 1990, 154.)

Psyykkisen valmennuksen tärkeimmät tehtävät ja mahdollisuudet liittyvät Janssonin mukaan urheilijan henkisen kasvun tukemiseen ja persoonallisuuden myönteiseen kehittämiseen. Varhaisnuorten kohdalla psyykkisen valmennuksen avulla voidaan kehittää urheilijan kykyä kokea tunteitaan kuten iloja ja pettymyksiä. Varhaisnuorten tunne-elämälle tyypillistä ovat tunteiden ailahtelevuus ja ryhmäsidonnaisuus, minkä vuoksi he kokevat esimerkiksi ikätovereiden mielipiteet erittäin voimakkaasti. Tämän vuoksi psyykkisen valmennuksen painopiste pitää varhaisnuorten kanssa olla tunne-elämän ja sosiaalisen elämän ohjaamisessa. Janssonin mukaan rentoutusharjoitukset aloitetaan jo varhaisnuorilla, sillä ikäkausi on erityisen otollinen juuri harjoittelun perusteiden oppimiselle. (Jansson 1990, 154–155.)

Nuorten ja teini-ikäisten psyykkisessä valmennuksessa painopisteeksi nousee ajatustoiminnan hallinnan kehittäminen. Valmentajan tehtävänä on ohjata urheilija ymmärtämään oman ajatusvoimansa mahdollisuudet ja oppia käyttämään niitä hyväkseen. Harjoituksia aletaan analysoida systemaattisesti ja loogisesti. Jo aikaisempana ikäkautena opeteltuja rentoutusharjoituksia jatketaan ja rinnalle otetaan systemaattisesti toteutetut mentaaliharjoitukset[7]. Valmennuksessa otetaan tarkasti huomioon tavoitteet ja pyritään myös jalostamaan urheilijan tavoitetietoisuutta. Mentaaliharjoitukset kehittävät yhdessä tavoitteiden asettamisen kanssa urheilijan keskittymiskykyä. Valmentajan täytyy myös tarkasti ohjata urheilijan omia käsityksiä kehittymisestään urheilijana ja ihmisenä. (Jansson 1990, 156–157.)

4 AMMATTIOPINNOT

4.1 AMMATTIOPINNOT JA HARJOITTELU

> *Viimeinen opettajani konservatoriossa lähestyi soittotapahtumaa hyvin eri näkökulmasta kuin olin tottunut. Jouduin ensimmäistä kertaa tarkastamaan asenteitani. Paras ohje, jota vieläkin usein lämmöllä muistelen, oli opettajani lausahdus: "Löysyys vie eteenpäin!" Tämä ei taatusti olisi toiminut kaikkien kohdalla, mutta oma tekemiseni oli niin takakireää, että moinen lausahdus jo itsessään poisti hirvittävän apinan selästä. Huomio siirtyi suorittamisesta musiikin tekemiseen, aistimiseen ja vapauteen. Samalla käyttööni vapautuivat myös vuosien harjoittelun*

[7] Mentaalinen harjoittelu on kuviteltua liikkeen suorittamista. Mielikuvien avulla toteutetun harjoittelun seurauksena syntyy hermoärsykkeitä, jotka vahvistavat toivotun tapahtuman tai liikkeen hermoratayhteyksiä. Tehokas mentaalinen harjoittelu edellyttää oikean liikesuorituksen hallintaa teoriassa tai käytännössä. (Jansson 1990, 93, 96.)

hedelmät. Esiintymiset alkoivat helpottaa ja oman persoonan ja tunne-elämän kanavointi musiikkiin onnistua.

Siirryin Sibelius-Akatemiaan ja kuvittelin jo olevani melkoinen taiteilija ja virtuoosi. Kilpailu oli kuitenkin kovaa ja vaatimustaso todella korkealla. Ensimmäisellä tunnilla opettaja ilmoitti, että kaikki olisi aloitettava kohdallani alusta. Otin tämän haasteena. Halusin jälleen muuttua ja olla jotain yli-inhimillistä. Suorituskeskeisyys palasi tekemiseeni: harjoittelun viikoittainen tuntimääräsuositus kasvoi 48 tuntiin viikossa. Esiintymisiä ei juurikaan ollut ja silloin kun oli, oli pakko onnistua. Putosin jälleen samaan oravanpyörään. Ainoa ero edelliseen kertaan oli se, että tällä kertaa tiedostin asian.

Tunnelmani ammattiopinnoistani ovat hyvin jakautuneet. Onnekseni sain opiskella loistavien opettajien ohjauksessa, opin heiltä aivan valtavasti viulunsoitosta ja musiikista. Omasta olemassaolostaan sai kuitenkin todella taistella, mikä teki opiskeluajasta hyvin paineistettua ja yksinäistäkin. Tunsin, että ainoastaan jonkinlaisen läpimurron tekeminen voisi tehdä minut näkyväksi kyseisessä yhteisössä. Todellinen yhteisöllisyys tuntui puuttuvan ja sai ainakin minut vetäytymään entistä enemmän harjoitushuoneeseen.

Jälkikäteen ajateltuna aika moni oppimiseen ja esiintymiseen liittyvistä haasteistani on johtunut juuri harjoittelusta. Yksi suurimmista ongelmista on mielestäni ollut se, että harjoittelun määrä oli itseisarvo: hyvän ja onnistuneen olon sai harjoittelemalla yli kuusi tuntia päivän aikana. Joskus suuret harjoitusmäärät uuvuttivat ja harjoittelu tuntui pakonomaiselta ja väsyttävältä. Toisaalta ahkeruus ja suuret ajalliset uhraukset myös ruokkivat egoani ja saivat tuntemaan erityisyyttä. Tavoitteenani oli aina harjoitella hyvin ja tehokkaasti. Yritin monin keinoin tehostaa harjoittelua entisestään: jaksotin harjoittelua, nukuin päiväunia ja kävin kuntosalilla. Analysoin harjoitteluani ja yritin myös olla liikaa analysoimatta. Elämäni pyöri täysin harjoittelun ympärillä. En kuitenkaan kokenut suhtautumiseni harjoitteluun poikkeavan merkittävästi valtavirrasta. Keskustelut koulun käytävillä pyörivät useimmiten päivän harjoitussaldon ympärillä.

Oli kiinnostavaa havaita, että pianisti Anu Vehviläinen kuvaa taiteellisen tohtorintutkintonsa kirjallisessa osiossa *Heittäydy – Kuusi kirjoitusta muusikkoudesta* (2008) suhdettaan harjoitteluun opiskeluvuosiensa aikana Sibelius-Akatemiassa lähes samoin sanankääntein. Myös Vehviläinen kertoo elämänsä pyörineen harjoittelun ympärillä. Kuuden tunnin päivittäinen harjoitussaldo oli Vehviläisen mukaan itseisarvo, mikä johti mekaaniseen ja jopa poissaolevaan tekemiseen. (Vehviläinen 2008, 48.)

Vehviläisen kuvaus tukee omaa kokemustani siitä, että pakonomainen harjoittelu on todennäköisesti yleistä klassisen musiikin opiskelijoiden keskuudessa. Samaan päätelmään päädyin luettuani Sibelius-Akatemiassa esiintymis- ja oppimisvalmentajana toimivan Päivi Arjaksen ajatuksia musiikinopiskelijoiden harjoittelusta. Hän toteaa musiikinopiskelijoiden mittaavan päivän saavutukset harjoittelumäärillä ja potevan huonoa omaatuntoa, jos tekee

välillä jotain muuta. Lisäksi hän mainitsee harjoittelun suuren määrän olevan yhteydessä epävarmuuden torjumiseen ja itsetunnon vahvistamiseen. Arjas näkee todellisen vaaran siinä, että työskentelyn oppimistavoite unohdetaan ja harjoittelu muuttuu itsetarkoitukseksi. (Arjas 2014, 112–113.) Samoilla linjoilla on myös Alexander-tekniikkaa opettava sellisti Pedro De Alcantara, joka käsittelee kirjassaan *Indirect procedures* (1997) soittamista, harjoittelua ja esiintymistä Alexander-tekniikan näkökulmasta. Hän toteaa muusikoiden yleisesti ottaen harjoittelevan usein mekaanisesti ilman, että heillä on käsitystä edes siitä, mitä ongelmaa ollaan ratkaisemassa (Alcantara 1997, 179). Kurkelan mukaan tietoisuus siitä, että on harjoitellut esitettävät teokset hyvin luo perustan luottamukselle esitystilanteessa. Ylenmääräisen ”hinkkaamisen” Kurkela kuitenkin yhdistää suojamuurin rakentamiseen, millä pyritään takaamaan turvallisuus ja taistelemaan arkaaisia pelkoja vastaan. (Kurkela 1993, 274.)

Kuinka harjoittelun määrää painottava harjoitusihanne sitten on syntynyt? Muistan jo lapsena ihannoineeni viulistilegendoja ja musiikin ihmelapsia, jotka käyttivät suurimman osan päivän tunneista harjoitteluun. Oliko yli-inhimillinen taiteilijaihanteeni peräisin Kimmo Lehtosen maalaamasta mustanpuhuvasta ”musiikkikasvatuksen myyttisestä” todellisuudesta? Lehtonen kirjoittaa ikiaikaisesta sankarimyytistä, jossa myyttiä elävöittämään on valikoitu viulun suuria mestareita kertomaan yli-inhimillisistä teoistaan. Kimmo Lehtosen näkemyksen mukaan musiikilliseen erityislahjakkuuteen liittyy uskomuksia ja myyttisiä vastakkainasetteluja kuten esimerkiksi: oikea ja väärä sankaruus, lahjakkuus-lahjattomuus ja virtuositeetti-keskinkertaisuus. Lehtosen mukaan järjestelmämme tiedostamattomat myyttiset juuret ulottuvat syvälle länsimaisen korkeakulttuuriin historiaan ja sitä kautta vanhakantaiseen ihmiskäsitykseen (käsittelen käsitystä länsimaisen taidemusiikin yli-inhimillisestä sankarimyytistä tarkemmin luvussa 6.2). Kimmo Lehtonen väittää, että musiikkikasvatuksen ihmiskuva on lohkottu: musiikki ja soitto ovat ainoat asiat, joilla on merkitystä. (K. Lehtonen 2000, 66–68.)

En voi täysin kieltää, etteikö Kimmo Lehtosen esiin nostama sankarimyytti olisi ollut läsnä tekemisessäni lapsesta asti. En pidä sitä kuitenkaan pelkästään negatiivisena asiana: sankarimyytti loi esikuvia, joiden kaltaiseksi päästäkseen oli valmis ponnistelemaan ja harjoittelemaan. Ongelma liittyy mielestäni enemmän Lehtosen esittämään vanhakantaiseen ihmiskäsitykseen ja lohkottuun ihmiskuvaan[8], joilla hän tarkoittaa käsittääkseni holistisen

[8] Käsitteet ihmiskäsitys ja ihmiskuva tulee pitää filosofi ja psykologi Lauri Rauhalan mukaan selvästi erillään. Ihmiskäsityksen muodostaminen vaatii aina ihmisen ongelmaan pureutuvaa perusteellista ontologista analyysiä. Ihmiskuva sen sijaan on empiiriseen ihmistieteen alaan (esimerkiksi biologia, fysiologia tai psykologia) sidonnainen empiirisen tutkimuksen tulos, minkä vuoksi kyseessä on vain osittaiskuvaus ihmisestä. Ihmiskuva ja ihmiskäsitys eivät kuitenkaan kilpaile toistensa kanssa vaan toimivat ennemminkin vuorovaikutuksessa keskenään: ihmiskuva antaa herätteitä ihmiskäsityksen muodostukselle, ja ihmiskäsitystä voi joutua arvioimaan uudelleen ihmiskuvan vuoksi. (Rauhala 2005, 17–23.)

ihmiskäsityksen[9] vastakohtaa. Oman kehon kuuntelun sijaan painotus oli yli-inhimillisissä suorituksissa, jotka manifestoituivat harjoitusmaratooneina ja pakko-onnistumismentaliteettina. Lehtonen rinnastaa harjoitteluun liittyvät uhraukset askeesin harjoittamiseen, minkä kautta ihminen uskoo saavuttavansa pyhän päämääränsä (K. Lehtonen 2000, 92).

Yli-inhimillinen taiteilijaihanne ei ole kuitenkaan ainoa harjoittelun kvantitatiivisten ihanteiden syntymiseen yleisellä tasolla vaikuttaneista tekijöistä. Arjas esittelee kirjassaan *Varmasti lavalle* (2014) ruotsalaissyntyisen psykologin K. Anders Ericssonin tutkimuksen, jonka mukaan 10 000 harjoitustunnin saavuttaminen ennen 21-vuoden ikää tekee kenestä tahansa mestarin – lahjakkuudesta riippumatta (Arjas 2014, 113). Ericssonin tutkimus julkaistiin Malcom Gladwellin kirjassa *Outliers: The Story of Success* (2008). Tämä tutkimustulos sai aikaan minussa voimakkaan vastareaktion ja oli mielenkiintoista huomata, että – jopa Ericssonin itsensä mukaan – asia ei pidä paikkaansa. Tuoreessa haastattelussa Ericsson sanoo, että hänen tutkimustuloksensa on ymmärretty ja sitä on painotettu väärin Gladwellin kirjassa. Eksperttiyden eksperttinä tituleeratun Ericssonin mukaan päämäärätietoinen harjoittelu (ei siis harjoittelumäärä itsessään) on avaintekijä millä tahansa alalla korkeimman tason saavuttamiseksi. (Ericsson, sit. Lebotitz 2016.)

Uskon Ericssonin tavoin, että pitkäjänteistä ja päämäärätietoista harjoittelua tarvitaan. Ericssonin tutkimuksen väärintulkinnan seurauksena syntynyttä ajatusmallia suuren harjoitusmäärän itseisarvosta pidän erityisen vaarallisena. Tavoitteellinen ja hyvässä vireystilassa tehty muutaman tunnin harjoittelu säännöllisesti palvelee oppimisprosessia kokemukseni mukaan paremmin kuin kokonaisia päiviä nielaisevat uuvuttavat harjoitusmaratonit. Kuten Arjas toteaa, kaksi tuntia keskittynyttä harjoittelua tuottaa paremman tuloksen kuin kuusi tuntia huonoa työtä (Arjas 2014, 52). Oma vahva kokemukseni on, että harjoitustuntien määrällä on vaikea kompensoida harjoittelun huonoa laatua. Huonon harjoittelun vaaroista puhutaankin mielestäni liian vähän. Ylipitkät harjoituspäivät provosoivat helposti mekaaniseen harjoitteluun, joka väsyttää fyysisesti ja henkisesti sekä saattaa vahvistaa virheellisiä liikeratoja, kehontuntemuksia ja kuulokuvia. Epäilenkin, että esimerkiksi muusikoiden harmittavan yleisillä rasitusvammoilla ja jopa psyykkisillä ongelmilla on yhteys haitallisiin harjoitustottumuksiin.

Pakonomaisella harjoittelulla näyttäisi olevan samankaltaisia ominaisuuksia kuin työnarkomanialla. Kurkelan mukaan työhön voi syntyä riippuvuussuhde, jota voisi verrata nautintoaineiden ja huumeiden synnyttämään riippuvuuteen. Kurkela puhuu pakkomielteenomaisesta työskentelystä, jatkuvasta liikkeelläolosta, jolla tavoitellaan elossa olemisen kokemusta. Kyseisenlaisessa tapauksessa työn tekemisestä voi tulla pääasiallinen ja

[9] Holistisessa ihmiskäsityksessä ihmisen olemassaolo jaetaan kolmeen osaan: tajunnallisuuteen, kehollisuuteen ja situationaalisuuteen. Tällä tarkoitetaan sitä, että ihmisenä olemiseen kuuluvat erottamattomasti: kokemisen potentiaali, kehollisuus ja ihmisen elämäntilanne. (Rauhala 2005, 32–33.)

välttämätön olemassaolon tapa ja väline. Kurkela kirjoittaa Arjaksen tavoin myös työhön liittyvästä eroahdistuksesta, joka ilmenee levottomuutena, rauhattomuutena ja jopa epätoivona: ilman työtä koko olemassaolo on uhattuna. Kurkela näkee, että työn kautta pääasiallisesti ja yksipuolisesti hahmottuva minäkuva saattaa rajoittaa kuvaa myös toisista. (Kurkela 1993, 286–287.) Kurkela pohtii myös sitä, mahdollistaako työnarkomania, tuloksia tuottavasta luonteestaan huolimatta, luovan asenteen. Omassa harjoittelussani on ollut Kurkelan kuvaaman työnarkomanian piirteitä. Harjoittelu on, Kurkelaa mukaillen, tuottavasta luonteestaan huolimatta toiminut myös haittatekijänä.

Jos voisin palata aikakoneella aikaan, jolloin harjoittelu vei suurimman osan päivästäni, en luultavasti edelleenkään lähtisi asteikkojen soittamisen sijaan rannalle tai elokuviin. En näe harjoittelussa itsessään mitään pahaa. Länsimaisen taidemusiikin ohjelmistojen soittaminen vaatii huippuunsa viritettyä teknistä ja musiikillista osaamista, mitä ei saa ilman ajallisia uhrauksia. Elin harjoitellessani omassa maailmassani kiehtovien musiikkiteosten kanssa, jotka todella halusin oppia. En koe nuoruusvuosieni menneen hukkaan. Harjoitteluni ei kuitenkaan mielestäni tähdännyt tietoisesti esiintymiseen vaan tiedostamattomasti suoritukseen. Tämänhetkisten tietojeni valossa esiintymiseen tähtäävä harjoittelu on paljon kokonaisvaltaisempaa, yleisön läsnäoloon ja luovaan asenteeseen valmistavaa. Kyseisenlaisen harjoittelun perusedellytyksenä on ainakin oman kokemukseni mukaan kehomielen yhteyden hahmottaminen.

4.2 KEHOLLISUUS JA MENTAALIHARJOITTELU

Se, että keho ja mieli toimivat yhdessä, kokonaisuutena, ei ole ollut minulle itsestään selvää. Tämä luultavasti oli suurin syy siihen, että harjoitteluni painottui fyysiseen toimintaan. Viimeiset opiskeluvuoteni sain opiskella opettajalla, jonka tunneilla soittajan kehollisuus otettiin soittotapahtumassa huomioon. Opettaja kannusti minua myös tekemään mentaaliharjoituksia erityisesti ennen tärkeitä esiintymisiä. Kehollista vapautta harjoittelin fyysisillä harjoitteilla ja huomasin kehollisen vapauden vaikuttavan positiivisesti soittotapahtumaan. Kehollinen vapaus järkkyi kuitenkin heti, kun mieleni kohtasi ärsykkeen. Mentaalinen työskentely tuntui myös paljon raskaammalta kuin fyysinen työ: fyysistä harjoittelua pystyi tekemään hyväkuntoisena paljon, vaikka mieli ei enää jaksanutkaan.

Arjas pohtii kirjassaan, miksi mentaaliharjoittelua ei hyödynnetä muusikoiden keskuudessa enemmän. Arjaksen mukaan oikein toteutettu mentaaliharjoittelu voi vapauttaa esiintymistilanteessa elämään hetkessä, vapautumaan ja tekemään improvisatorisia ratkaisuja. Mentaaliharjoittelulla tähdätään Arjaksen mukaan nimenomaan hyvään osaamiseen eikä esityksen kontrolloimiseen. Arjas arvelee mentaaliharjoittelun suurimmaksi haasteeksi sen rasittavuuden. Mentaaliharjoitus voi myös tuntua epämiellyttävältä: Arjaksen mukaan esimerkiksi mentaalisessa esiintymisharjoituksessa kohdataan esiintymiseen liittyviä ärsykkeitä etukäteen ja ongelmaksi muodostuu se, että kovat jännittäjät eivät mielellään koe jännitysoireita etukäteen. Arjas tosin huomauttaa, että mentaaliharjoittelu helpottuu ajan

myötä ja sen tekniikoihin harjaantuu totutteluvaiheen jälkeen. (Arjas 2014, 103–104, 108–109.)

Mielestäni Laura Janssonin esittelemä urheiluvalmennukseen kuuluva, systemaattinen varhaisnuorten ja nuorten psyykkinen valmennus olisi toiminut omalla kohdallani hyvänä pohjana mentaaliaharjoituksille. Tämä olisi tarjonnut toisenlaiseen (ei-fyysiseen) työskentelytapaan harjaantumisen lisäksi perusymmärryksen fyysisen ja psyykkisen toiminnan yhteyksistä. Erityisen kiinnostavana pidän Janssonin esittelemää, Pohjoismaissa käytössä olevaa psyykkisen valmentautumisen perusmenetelmiin perustuvaa ohjelmaa, jonka perusideana on tasarytmisiin toistoihin perustuva oppiminen. Kuusi kertaa viikossa tehtävä harjoitus on lyhytkestoinen 15–20 minuuttia. Ohjelma etenee kahden viikon sykleissä ja harjoitus muuttuu vähitellen perusrentoutumisharjoituksista vaativampiin itsesuggestioharjoituksiin. (Jansson 1990, 159–161.)

James Driskellin, Carolyn Copperin ja Aidan Moranin artikkelin *Does mental practise enhance performance?* (1994) mukaan mentaaliharjoittelun hyödyt ovat olleet tehtyjen tutkimusten valossa tiedossa jo pitkään. Osa tutkimuksista kuitenkin puhuu myös mentaaliharjoittelua vastaan. Driskell, Copper ja Moran selittävät tätä hajontaa sillä, että mentaaliharjoittelu terminä ei ole yksiselitteinen ja se saattaa sisältää hyvinkin monenlaisia harjoitteita. Artikkelissa mentaaliharjoittelulla tarkoitetaan harjoittelutekniikkaa, jossa tehtävä harjoitellaan ainoastaan mielessä ilman fyysistä toimintaa. (Driskell et al. 1994, 481.) Driskellin, Copperin ja Moranin tutkimus oli hyvin samoilla linjoilla Laura Janssonin psyykkisen valmennuksen oppaan kanssa. Molemmissa esitettiin sopivan mentaaliharjoitteen pituudeksi maksimissaan 20 minuuttia kerrallaan[10], säännöllisesti toteutettuna, pidemmällä, vähintään 1–2 viikon ajanjaksolla. Tosin Janssonin esittelemä mentaaliharjoitusohjelma oli selvästi laajempi ja kesti 10 viikkoa. Lisäksi molemmat mainitsevat, että mentaaliharjoittelusta voi olla aloittelijalle ja nuorelle jopa haittaa. (Jansson 1990, 96, 159; Driskell et al. 1994, 489.) Uskon, että useimmilla musiikinopiskelijoilla olisi mahdollisuus sisällyttää 15–20 minuutin mentaaliharjoittelu jokipäiväisiin rutiineihinsa. Jotta harjoitustyön edellyttämä pitkäjänteisyys säilyisi, tarvittaisiin sisältä kumpuavaa motivaatiota. Tämä puolestaan vaatisi harjoitusten tarkoituksen kokemuksellista ymmärtämistä ja mentaaliharjoittelun tekniikoiden hallintaa.

Katarina Nummi-Kuisma käsittelee väitöskirjassaan *Pianistin vire* (2010) pianistin virtuoosietydin harjoittelua aistikokemusten läpi katsottuna. Nummi-Kuisma hahmottaa soittamista moniaistisena tapahtumana, johon liittyy etenkin kuuleminen, näkeminen ja tunteminen. Nummi-Kuisman tutkimuksen keskeiseksi kohteeksi nousee pianistin vire, jota hän kuvailee fragmentaarisesta harjoittelusta poikkeavaksi keskeytyksettömään soittamiseen

[10] Liian pitkä mentaaliharjoittelu todettiin haitalliseksi, sillä sen huomattiin vaikuttavan negatiivisesti mm. keskittymiskykyyn ja motivaatioon (Driskell et al. 1994, 488–490).

liittyväksi kehomielen[11] tilaksi (Nummi-Kuisma 2010, 18). Vireen avaamisen ja tarkastelun avulla Nummi-Kuisma pyrkii tuomaan ilmi, millaisista ajattelemisen, aistimisen ja asennoitumisen tavoista pianistin systeemiäly rakentui harjoitus- ja esiintymistilanteessa (emt., 2010, 72).

Mentaalivalmennuksenkin parissa työskennelleen Nummi-Kuisman teos puhuttelee monilla tasoilla. Olen havainnut ja omakohtaisesti kokenut, että harjoitteluun ja esiintymiseen liittyvissä teknisissä, musiikillisissa, fyysisissä tai psyykkisissä ongelmissa asiat ratkaistaan usein niin sanotulla täsmälääkityksellä sen sijaan, että ajateltaisiin asioiden olevan tiiviisti yhteyksissä toisiinsa. Nummi-Kuisman väitöstyössä soittaja nähdään kokonaisuutena ja tarkoituksenmukainen kehomielen tila löytyy keskeytyksettömän läpisoittamisen avulla jo harjoitushuoneessa (eikä siis vasta esiintymisessä). (Nummi-Kuisma 2010, 198–199.) Pidän Nummi-Kuisman esittelemässä mallissa erittäin positiivisena sitä, että mentaaliharjoittelu yhdistetään fyysiseen toimintaan. Nummi-Kuisman mukaan systeemin soveltaminen lasten ja nuorten kanssa on täysin mahdollista ja epäilee, että oppilaiden metakognitiivisiä kykyjä eli oppimaan oppimisen taitoja ei oteta riittävästi huomioon pedagogisissa yhteyksissä. Nummi-Kuisman mukaan oppilaan oppiessa omat oppimisen tapansa häntä voi kannustaa kuuntelemaan kehoaan ja hakemaan haluamansa esittämisen tavan moniaistista mielikuvakonstellaatiota. Oikeanlaisen vireen saavuttamiseksi etenkin esiintymistilanteessa Nummi-Kuisma suosittelee tekemään mentaaliharjoittelua hitaasti omia aistikokemuksia havainnoiden sekä tempossa halutun esityksen mielikuvia aistien. Mentaaliharjoittelua ei myöskään tarvitse tehdä aina yksin vaan sen voi sisällyttää tuntitilanteeseen opettajan ja oppilaan välisen vuorovaikutuksen kautta. Nummi-Kuisma painottaa vahvasti sitä, että hyvin nuorikin voi tulla tietoiseksi omista oppimisen tavoistaan eikä opetuksen tulisi perustua ainoastaan mallioppimiseen. Pelkän mallioppimisen suurimpana vaarana Nummi-Kuisma pitää sitä, että liikkeellisen hahmottamisen kehittyminen saattaa häiriintyä eikä oppilas tule tietoiseksi itse haluamastaan, kaikkia aisteja koskettavasta soittamisen tavasta. (Emt., 272–273, 275.)

Nummi-Kuisma näkee selkeän vaaran myös siinä, että automatisoituminen asetetaan päämääräksi oppimisessa. Tässä automatisoitumisen mallissa Nummi-Kuisman mukaan muutoksen vaihtoehto ei ole läsnä ja soittajalla voi olla hankaluuksia olla mukana tapahtumassa. Tietynlaiseksi harjoitellun soittotapahtuman siirtäminen sellaisenaan tilanteesta toiseen tekee soittamisen tilanteesta erityisen haavoittuvaisen ja saa soittajan sulkemaan itsensä ympäröiviltä impulsseilta, toteaa Nummi-Kuisma. (Nummi-Kuisma 2010, 276.)

Olen täysin samaa mieltä automatisoituneen harjoittelun vaaroista Nummi-Kuisman kanssa. Ehkä suurin muutos omassa harjoittelussani, ensimmäisestä päivästä tähän asti, on ollut tietoisen valinnanvapauden ja tilan lisääntyminen. Tämä liittyy sekä teknisiin että

[11] Kehomielellä Nummi-Kuisma tarkoittaa kokemukseen liittyvää elementtiä tai tasoa, jossa keho ja mieli toimivat yhdessä, jolloin niiden rajaa on vaikeaa ja epätarkoituksenomaista eritellä (Nummi-Kuisma 2010, 18).

tulkinnallisiin osa-alueisiin. Olen säilyttänyt harjoittelussani tietyt rutiinit ja olen sitä mieltä edelleen, että toistoja tarvitaan ja työtä pitää tehdä pitkällä aikavälillä kärsivällisesti. Olen kuitenkin kulkenut pitkän matkan 13 tunnin munakelloepisodini jälkeen. Nykyään tunnistan paremmin harjoittelun vaarat, ja tämä tunnistamisen taito liittyy suoraan Nummi-Kuismankin esille nostamaan tarkoituksenmukaisen kehomielentilan tunnistamiskykyyn. Harjoittelu vaatii mielestäni erityistä hereillä oloa, avautumista ja aistimista. Aina tämä ei omalla kohdallani edelleenkään onnistu, mutta mielestäni olen jo voiton puolella tunnistaessani haitalliset käyttäytymiseeni juurtuneet tottumukset. ”You play the way you practise” sanoi ensimmäinen opettajani Sibelius-Akatemiassa viisaasti jo yli 15 vuotta sitten. Uskallan väittää, että vain pienellä todennäköisyydellä automatisoitunut, enimmäkseen toistoihin perustuva, mekaaninen ja sulkeutunut harjoittelu tuottaa inspiroivan, elävän ja avoimen musiikillisen esityksen (käsittelen asiaa enemmän luvussa 7).

4.3 HARJOITTELEVAN TAITEEN KOULUTUSOHJELMA?

Koin opiskeluaikanani erityisen turhauttavana sen, että esiintymismahdollisuuksia oli hyvin vähän. Tästä syystä tein kirjallisena lopputyönäni tutkimuksen *Harjoittelevan taiteen koulutusohjelma?* (2009), jossa tutkin Sibelius-Akatemian esittävän säveltaiteen osaston viulistien ja pianistien esiintymisaktiivisuutta. Tutkimuksen tulokset osoittivat, että suurin osa opiskelijoista esiintyi vuoden aikana vain muutaman kerran ja nämäkin esiintymiset olivat usein tutkintoja tai luokkakonsertteja Sibelius-Akatemiassa. Moni koki tilanteen vaikeana ja toivoi, että erilaisia esiintymismahdollisuuksia ”oikeille yleisöille” olisi enemmän. ”Oikealla yleisöllä” tarkoitettiin sellaista yleisöä, jossa olisi muitakin kuin opettaja tai opiskelukavereita. Sibelius-Akatemian ei katsottu edistävän opiskelijoiden esiintymisaktiivisuutta. Tästä huolimatta suurin osa opiskelijoista oli valmis kantamaan vastuun vähäisistä esiintymisistä itse. (Oksala 2009, 24–26.) Myös esiintymisvalmentaja Päivi Arjas näkee harvakseltaan esiintymisen erittäin ongelmallisena, koska muutama esiintyminen vuodessa ei poista tilanteen outoutta. Useasti toistuvat esiintymiset opettaisivat suhtautumaan jännittämiseen luonnollisena valmiustilana ja asettaisivat väistämättä välillä vastaan tulevat huonommat esiintymiskokemukset oikeisiin mittasuhteisiin. (Arjas 2002, 130.)

Vähäisten esiintymisten lisäksi opinnoistani puuttui esiintymisvalmennus[12]. Omalla kohdallani ongelma oli siinä, että kielsin esiintymisongelmani täysin ja yritin esitys kerrallaan vain väkisin onnistua paremmin. Tästä syystä en omatoimisesti hakeutunut esiintymisvalmennuksen vapaavalintaisille kursseille, joita oli jonkin verran tarjolla opiskeluaikanani. Nykyisten kokemusteni valossa uskon, että opintoihin sisältyvästä toisin

[12] Arjas käyttää esiintymisvalmennus-termiä kuvatessaan koko sitä prosessia, jonka muusikko käy läpi rakentaessaan minäkuvaansa ilman soitintaan. Esiintymisvalmennus-termi on Arjaksen mukaan suhteellisen nuori ja tästä syystä ongelmattomampi kuin psyykkinen valmennus -termi, jonka sisältö on edelleen vakiintumaton ja vaihtelee puhujan koulutustaustan mukaan. (Arjas 2002, 40–41.)

sanottuna pakollisesta esiintymisvalmennuksesta olisi voinut olla opintojeni aikana paljon hyötyä. Olen myös sitä mieltä, että vaikka esiintymisvalmennus olisi hyvä aloittaa jo nuorena niin viimeistään ammattiopiskeluvaiheessa sen pitäisi kuulua automaattisesti opintoja tukeviin oppiaineisiin. Koska esiintymisvalmennus oli hyvin vieras käsite melkein koko musiikin perusopintojeni ajan, on mielestäni kiinnostavaa tarkastella mikä on esiintymisvalmennuksen tilanne tällä hetkellä Suomessa: mitä esiintymisvalmennuksessa painotetaan ja onko se kaikkien saatavilla? Suomessa musiikin esiintymisvalmennuksesta ovat väitelleet Sibelius-Akatemian esiintymisvalmennuksen lehtori Päivi Arjas ja huippusuoritusvalmentaja Eija Mäkirintala.

Vuonna 2002 tarkastetussa väitöskirjassaan *Muusikoiden esiintymisjännitys* Arjas toteaa, että esiintymisjännityksestä kärsivän muusikon henkilökohtainen kokemus on jäänyt tutkimuksissa vähälle huomiolle (Arjas 2002, 62). Päivi Arjas tutkii väitöskirjassaan esiintymisjännityksen luonnetta tapaustutkimuksen keinoin. Lisäksi hän pyrkii selvittämään, onko kongnitiivis-behavioristisesta esiintymisvalmennuksen kurssista hyötyä jännityksestä kärsiville muusikoille (emt., 13). Arjaksen tutkimuksen tulosten mukaan esiintymiseen suhtautuminen osoittautui tärkeäksi ja monia osa-alueita selittäväksi tekijäksi: myönteisesti esiintymiseen suhtautuville esiintyminen oli positiivinen mahdollisuus ja päinvastaisesti suhtautuville pääsääntöisesti negatiivinen tilanne. Kielteisesti esiintymiseen suhtautuvat kokivat enemmän jännitystä, ja heillä oli myös enemmän omaan osaamiseen liittyviä pelkoja. Jännitysongelmia aiheutti huonon harjoittelutekniikan lisäksi mm. itsetuntokysymykset, kokemattomuus, häiriöherkkyys, suorituspainotteisuus, keskittymisongelmat ja vääristynyt oma muusikkokuva. Esiintymisvalmennuksen kurssi koettiin hyödylliseksi ja mielenkiintoiseksi. (Arjas 2002, 121.)

Eija Mäkirintala lähestyy esiintymisvalmennusta holistisesta näkökulmasta. Hänen mukaansa esiintyminen on keskeinen ja irrottamaton osa muusikon elämää, minkä vuoksi on luonnollista, että esiintymiseen mahdollisesti liittyvät vaikeudet heijastuvat koko elämään (Mäkirintala 2008, 63). Nykyään huippusuoritusvalmentajana toimiva Eija Mäkirintala ehti toimia ammattialttoviulistina parinkymmenen vuoden ajan. Vuosien varrella Mäkirintala havaitsi, että suotuisan urakehityksen tavoittelu johti usein henkiseen pahoinvointiin, jatkuvaan stressiin ja hallitsemattomaan esiintymisjännitykseen (emt., 63–64). Väitöstutkimuksessaan *Feeling better – performing better?* (2008) Mäkirintala tutkii esiintymisvalmennuksen näkökulmasta huippusuorituksen ja hyvinvoinnin yhdistämisen mahdollisuutta (Mäkirintala, 2008).

Mäkirintalan valmennus rakentui holistisen luonteensa ansiosta laajalle pohjalle. Sen keskeisiä osa-alueita olivat: ratkaisukeskeinen terapia ja ajattelu, neurolingvistinen ohjelmointi, systeeminen kehomieli, kongnitiivis-behavioristinen valmennus, kongnitiivinen uudelleenrakennus, rentoutumisharjoitukset, esiintymisen harjoittelu, esiintymistä edeltävä harjoittelu ja elämäntavat. Mäkirintalan pääosin laadullinen tutkimus osoitti, että Sibelius-Akatemian musiikinopiskelijoille kohdennettu esiintymisvalmennuksen kurssi vaikutti positiivisesti heidän esiintymisiinsä ja esiintymisvalmiuteensa sekä lisäsi osallistujien hyvinvointia. Esiintymisistä tuli helpompia ja nautittavampia eivätkä opiskelijat enää

esiintyneet vain miellyttääkseen muita henkilöitä vaan sallivat esiintymisestä nauttimisen myös itselleen. Haitallinen esiintymisjännitys väheni ja jopa katosi. Opiskelijat pystyivät arviomaan esiintymisiään rakentavammin ja ymmärsivät paremmin omia reaktioitaan. Lisäksi he hahmottivat kokonaisuuteen vaikuttavia tekijöitä kuten ajatuksiaan ja tunteitaan paremmin. Positiiviset vaikutukset jatkuivat vielä kurssin päätyttyä. Aineisto koostui haastattelulomakkeista sekä kuusi kuukautta valmennuksen päätyttyä toteutetusta seurantahaastatteluista. (Mäkirintala 2008, 180–181.)

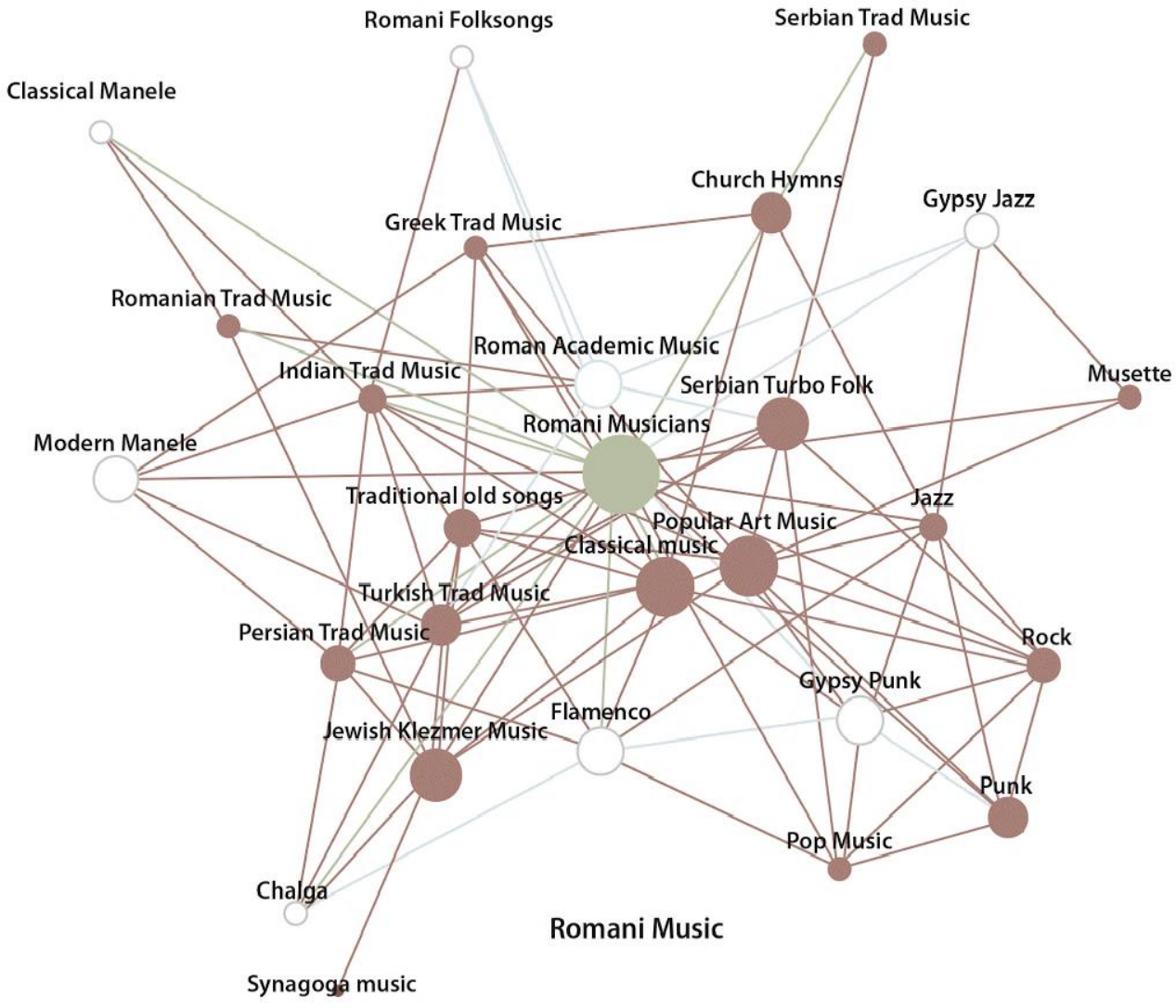
Edellä mainitut esiintymiseen liittyvät väitöstutkimukset tarjoavat mielestäni hyviä työkaluja kokonaisvaltaisemman oppimisen tielle. Esiintymisvalmennus Sibelius-Akatemiassa on kasvanut täysin uudenlaisiin mittasuhteisiin viimeisen vuosikymmenen aikana ja sen merkitys tulee käsitykseni mukaan entisestäänkin korostumaan tulevaisuudessa. Nykyään opiskelijoille on tarjolla laaja kattaus erilaisia kehomielen yhteyteen ja kehonhuoltoon liittyviä kursseja perinteisen oppimis- ja esiintymisvalmennuksen lisäksi. Lisäksi keskeiset tavoitteet eivät enää liity pelkästään suorituksen maksimointiin vaan esitystilannetta pyritään hahmottamaan enemmän vuorovaikutuksellisena tilanteena. (Arjas, 2016.) Myös ilmaisuun, luovuutta kehittäviin taitoihin (esimerkiksi improvisaatioon), harjoittelutekniikoiden monipuolistamiseen, draamapedagogiikan mahdollisuuksiin ja tunteiden säätelykykyyn on alettu kiinnittää enemmän huomiota. Arjas näkee positiivisena kehityksenä muusikkoustutkimuksen yleistymisen ja korostaa sen olevan tärkeää taiteen tekemisen demystifioinnin kannalta. (Arjas 2014, 13.)

Luulen, että tulevaisuudessa esiintymiseen liittyvät haasteet opinpolulla ovat siinä, että esiintymisvalmennuksen tärkeys ymmärretään ja kaikki pääsisivät korkeatasoisen ja systemaattisen esiintymisvalmennuksen piiriin jo lapsesta asti. Esiintymisvalmennuksen tulisi olla mielestäni luonteva ja innostava osa opintoja eikä pelkkä täsmälääke suoritusta haittaaviin ”jännitysoireisiin”[13]. Ihanteellisimmin esiintymisvalmennus toimii varmasti tilanteessa, jossa se on oppimista ja esiintymistä mahdollisimman monipuolisesti hahmottava ja avaava työkalu. Erityisen kiinnostavana pidän Katarina Nummi-Kuisman lähestymistapaa, jossa oppiminen ja esiintyminen nähdään moniaistisena tapahtumana. Hänen ehdotuksensa mielikuvakonstellaatioiden yhdistämisestä jo alkeisopetukseen edellyttäisi kehomielen yhteyden hahmottamista ja tätä kautta kannustaisi kokonaisvaltaisemman oppimisen tielle jo lapsesta asti.

[13] Olen vahvasti sitä mieltä, että jännitys-sanan tilalle pitäisi keksiä jokin uusi termi sen aiheuttamien negatiivisten mielleyhtymien vuoksi. Esimerkiksi harvemmin käytetty *valmiustila* olisi mielestäni hyvä korvaaja ja kuvaisi paremmin tilan positiivista potentiaalia.

OSA III: TOINEN POLKU

5 "THE DARK SIDE"



Kuva 1: Romany music (Renard&Feldman 2011, 380.)

5.1 KUVAUS

Elin pitkään kaksoiselämää. Vuosi ennen kuin muutin Helsinkiin ja pääsin Sibelius-Akatemiaan opiskelemaan, sain puhelinsoiton, joka muutti elämäni kulkua. Lupauduin lyhyen puhelinkeskustelun jälkeen romanimusiikkia esittävän Tummat Tunteet -yhtyeen viulistiksi. Projekti kuulosti kiinnostavalta, koska olin aina ollut kiinnostunut romanimusiikista. Taustani viulistina oli kuitenkin hyvin perinteinen. Kokemukseni klassisen musiikin ulkopuolisesta toiminnasta rajoittuivat pikkupelimannien Kakkunassi-ryhmään, jossa kävin lapsena salaa opettajaltani sekä argentiinalaiseen tangoon erikoistuneeseen, lasten Tango Fever -yhtyeeseen. Suhtautuminen musiikillisiin rajanylityksiin oli ensimmäisessä opinahjossani hyvin konservatiivinen, minkä vuoksi muistan myös itse arvottaneeni klassisen musiikin muita musiikin lajeja korkeammalle. Crossover oli jotain, mitä epäonnistuneet viulistit harrastivat nahkavaatteissa paremman leivän toivossa.

Saapuessani ensimmäisiin Tummat Tunteet -yhtyeen harjoituksiin havaitsin harjoitustilan olevan täynnä romaneja. Alun kulttuurisokin jälkeen huomasin pian sopivani iloluontoisen, reipashenkisen ja huumorintajuisen ryhmän joukkoon oikein hyvin. Pitkälle viedyistä viulunsoiton opinnoistani huolimatta törmäsin kuitenkin harjoitusten alettua yllättävän vaikeaan asiaan: nuotit puuttuivat. Minua pyydettiin soittamaan korvakuulolta kappaleeseen sopivia säestysääniä. En pystynyt soittamaan ääntäkään. Myös viulusoolon soittaminen "omasta elämästä" tuntui täysin kohtuuttomalta vaatimukselta. Kokemus oli samalla kertaa nöyryyttävä ja nöyräksi tekevä. Jouduin kohtaamaan oman väärinsoittamisen pelkoni täysin uudenlaisella tavalla. Väärinsoittaminen ei enää koskenutkaan pelkästään muistivirheitä, soinnin epätasaisuuksia tai intonaatioerheitä. Oli pakko opetella kuuntelemaan korvilla ja hyväksyä se, että välillä soitti jopa täysin vääriä ääniä. Äänet eivät olleet enää ensiarvoisen tärkeitä vaan se, minkälaisia tunnetiloja ja tunnelmia niiden avulla pystyi välittämään.

Romanimuusikoiden vahvuuksia ovat ulospäin suuntautuva esiintyminen, tunne-elämän kanavoiminen omaan ilmaisuun ja näiden asioiden liioittelu. Käytännön asiat kuten kappaleiden rakenteet, järjestys tai pahimmillaan jopa sävellajit olivat toisarvoisia asioita – ainakin kyseisessä ryhmässä. Tämä oli itselleni aikamoinen kauhistus. Olinhan tottunut siihen, että esitettävät kappaleet harjoitellaan huolellisesti ja esitetään ennakkoon tehtyjen, hyvin yksityiskohtaisten suunnitelmien mukaisesti. Heittäytymistä ja spontaaniutta piti olla, mutta niiden tuli aina pysyä asiallisten raamien sisällä. Erityisen absurdi ja toisaalta jopa terapeuttinen kokemus oli seistä täyden Tampere-talon pienen salin lavalla ilman, että oli varmaa tietoa seuraavasta kappaleesta, sävellajista, rakenteesta tms. asioista. Useimmiten juuri ne harvat ennakkoon sovitut asiat olivat muutenkin niitä, jotka varmuudella eivät pitäneet paikkaansa esitystilanteessa: spontaanius oli niin sisäänrakennettua, ettei edes yksinkertaisista sopimuksista pystytty pitämään kiinni. Olennaisiksi seikoiksi

esiintymisissä nousivat tekemisen riemu ja yleisön tavoittaminen. Käsitykseni hyvästä esityksestä alkoi muuttua. Esityksen onnistumista ei määrittänytkään enää suoritus vaan se, kuinka paljon pystyi ja ennen kaikkea uskalsi heittäytyä, ottaa riskejä ja antaa itsestään yleisölle.

Karavaanilla matkustaminen ympäri Suomea yli kahden vuoden ajan olisi varmasti tyydyttänyt jo monen seikkailunhaluisen janon. Meidän tapauksessamme kiertäminen oli vain pieni osa suurta kokonaisuutta, joka usein kulminoitui johonkin odottamattomaan ja mieleenpainuvaan tapahtumaan. Yksi tällainen tapahtuma oli Lappeenrannassa järjestetty suuri festivaali, jonne karavaanimme oli tilattu esiintymään. Ryhmässä vallinnut krooninen järjestelmällisyyden puute ja yllätyksellisyys opettivat venymiskykyä, josta on vielä nykypäivänäkin paljon hyötyä. Lappeenrannassa todelliset aikataulut selvisivät jälleen kerran vasta paikan päällä. Aikaa pääesiintymiseen suurella lavalla oli ruhtinaalliset kymmenen minuuttia. Vaatteet sai vaihtaa pakettiauton perällä ja kasvot piti ehostaa auton sivupeilin avustuksella. ”Soundchekki” eli äänentoiston testaaminen jäi tutun kaavan mukaisesti tekemättä. Tämä kaikki oli kuitenkin täysin normaalia ja esiintymiset hoidettiin kunniakkaasti kaikesta huolimatta. Tapahtuma ei kuitenkaan jäänyt erityisenä mieleen kiireen tai virallisten esiintymisten vuoksi. Festivaalin mentyä nukkumaan asioiden kulkuun tuli odottamaton käänne.

Kyseisellä festivaalilla oli osallistujia monista Euroopan maista. Majoitustiloissamme oli suuri joukko venäläisiä muusikoita. Yhteinen kieli puuttui kokonaan, mutta keskellä yötä virinnyt yhteinen soittotuokio vei kommunikoinnin täysin uudelle tasolle. Musiikin kieli on oikeasti universaali. Yön aikana kaikki tuntemamme venäläiset kansanlaulut saivat uuden muodon. Kokemus avasi silmät muusikoiden välisen vuorovaikutuksen mahdollisuuksista. Sanoja ei tarvittu, eikä nuotteja, ei edes kaikkien tuntemaa sävelmää vaan tunne ja halu olla aidosti vuorovaikutuksessa toisen ihmisen kanssa. Koko tunneskaala ilosta riemuun ja tuskasta suruun tuli elettyä ja jaettua täysin ventovieraiden ihmisten kanssa. Vuosien kuluessa yksityiskohdat ovat jo hämärtyneet. Hieno tunnelma ja yhdessä tekemisen riemu ovat kuitenkin parhaimmillaan asioita, jotka muistaa lopun ikänsä.

Sukellus romanimusiikkiin oli ensimmäinen todellinen crossover-kokemukseni. Rajojen ylittäminen ei liittynyt ainoastaan musiikin lajeihin vaan myös esiintymiskulttuuriin. Kuultuani erään esityksen jälkeen kommentin ”olet kuin enkeli, mutta soitat kuin saatana" tiesin olevani oikealla tiellä. Lähdin romanimusiikkiyhtyeestä, mutta romanimusiikki ei enää lähtenyt minusta. Yhteistyö romanien kanssa toimi alkusysäyksenä nyt jo yli viisitoista vuotta kestäneelle crossover-toiminnalleni.

5.2 CROSSOVER-TERMIN MÄÄRITTELYÄ

Käytän tutkielmassani *crossover*-termiä, kun kuvaan toimintaani erilaisissa esiintymisfoorumeissa ja muiden musiikinlajien parissa. Suhteeni *crossover*-termiin on ristiriitainen, mikä johtuu varmasti osittain siitä, että jo pelkästään termin määrittely yksiselitteisesti on hankalaa. Ihmiset käsittävät *crossoverin* hyvin monella tavalla eikä kaikki mielleyhtymät ole ollenkaan positiivisia. *Crossover*-termi liitetään helposti kaupalliseen ja jopa halpaan toimintaan, joka ei täytä täysin millekään musiikinlajille asetettuja taiteellisia tai musiikillisia vaatimuksia. Tästä syystä koen tarpeelliseksi oman *crossover*-toimintani tarkemman määrittelyn. Toinen vaihtoehto, joka saattaa tulevaisuudessa osoittautua tarpeelliseksi, olisi ollut kokonaan uuden (toimintaani paremmin kuvaavan) termin kehittäminen.

Crossover kuvaa nimensä mukaisesti joko musiikin lajien välistä rajanylitystä tai esimerkiksi taidemusiikin ja populaarimusiikin yhdistelyä. Sibelius-Akatemian verkkosivulla *crossover* määritellään musiikiksi, jolla levy-yhtiöt ja konserttienjärjestäjät pyrkivät laajentamaan yleisöään (esimerkiksi oopperalaulaja jazz- ja musikaaliohjelmiston parissa, rock-muusikko sinfoniasäveltäjänä tai seksikkäät viulistit.) Suurelle yleisölle tuntemattomampaa *crossoveria* on sen sijaan säveltaide, joka sijoittuu musiikinlajien rajapinnoille tai väliin. Kyseisenlainen säveltaide edellyttää tekijöiltään useiden musiikinlajien suvereenia hallintaa. (1900-luvun musiikki, 2016.)

Tunnistan oman toimintani Sibelius-Akatemian verkkosivuston toisesta kuvauksesta, jossa *crossover* tarkoittaa toimintaa musiikillisten lajien rajapinnoilla ja väleissä. Olen viime vuosina alkanut suunnitelmallisesti puhua eri musiikinlajien välisestä vuorovaikutuksesta. Sana vuorovaikutus kuvaa mielestäni sitä positiivista potentiaalia, mikä eri musiikin lajeihin tutustumisesta voi seurata. On mielestäni ongelmallista, että sama termi *crossover* määrittää edelleen sekä selvästi kaupallista *crossoveria* että monipuolista toimintaa eri musiikin lajien parissa. *Crossover*-termillä on painolastia ja mielestäni se heittää turhaa varjoa musiikillisesti monipuolisesti suuntautuneiden muusikoiden ylle. Kyseisen, kasvavan ryhmän toiminnan kehittäminen vapaalla kentällä vaatisi rohkeaa profiloitumista. Luopuminen *crossover*-termin käytöstä saattaisi olla yksi tärkeä askel tällä tiellä.

5.3 ROMANIMUSIIKIN SUHDE CROSSOVERIIN

Olen viime vuosina alkanut ymmärtää, miksi juuri romanimusiikki on tuntunut alusta asti läheiseltä ja miksi siihen tutustuminen sai minut kiinnostumaan laajemminkin muista musiikinlajeista. Katsoessani sivun 37 esimerkkikuvaa (*Kuva 1: Romany music*) romanimusiikista, konkretisoituu mielestäni vahvasti, kuinka valtavasta eri musiikkikulttuurien ja tyylien sulatusuunista on kysymys. Kiertävien romanien taidot taitavina kauppamiehinä ja muusikkoina ovat yleistä tietoa: romaneita asuu Euroopassa, Pohjois-Afrikassa, Lähi-idässä ja Luoteis-Intiassa, ja kaikissa asuinpaikoissaan romanit tunnetaan musiikistaan. Liikkuvan elämäntyylin seurauksena romanimusiikissa on intialaisten juurten

lisäksi löydettävissä kreikkalaisia, arabialaisia, persialaisia, turkkilaisia, slaavilaisia, romanialaisia, saksalaisia, ranskalaisia, espanjalaisia ja kelttiläisiä vaikutteita. Kulttuuristen vaikutteiden lisäksi romanit ovat taitavia sulauttamaan myös muiden musiikin lajien ominaispiirteitä musiikkiinsa. (Renard & Feldman 2011, 380.)

Kansanmusiikkivaikutteiseen ohjelmistoon tutustuessani olen huomannut useissa yhteyksissä, että eri maiden kansanmusiikki ja romanien musiikki toimivat erikoisessa vuorovaikutuksessa keskenään. Erityisen hankala kysymys vaikuttaa olevan Unkarin romanien soittama musiikki, jota on yleisesti jo sadan vuoden ajan pidetty unkarilaisena kansanmusiikkina (Renard & Feldman 2011, 380). Yleistä käsitystä vastaan taisteli mm. unkarilainen säveltäjä ja musiikintutkija Béla Bartók. Hänen mukaansa romanimuusikot ovat ottaneet kansalta haltuunsa lauluja ja tämän jälkeen vääristelleet ne itämaisella mielikuvituksella suorastaan mauttomiksi. Bartók oli huolissaan, että hänen edeltäjänsä eivät erottaneet kahviloissa soitettavaa romanimusiikkia oikeasta ja jalosta kansanmusiikista. Omaa aikaansa edeltäneitä unkarilaisia kansallisia taidemusiikkisävellyksiä Bartók luonnehtikin harrastajien säveltämiksi ”mustalaisilta lainatuiksi sävelepämuodostumiksi”. (Vainio & Fredrikson toim. 1993, 9–10.) Bartókin negatiivinen suhtautuminen (Unkarin) romanimusiikkia kohtaan langetti varjon, jolla oli kauaskantoiset seuraukset. Syntyneet ennakkoluulot saivat mm. useat etnomusikologit jättämään romanimusiikin tarkoituksella tutkimustensa ulkopuolelle. (Renard & Feldman 2011, 380–381.)

Bartókin negatiiviseen sävyyn kirjoitetut mielipiteet voi nähdä halutessaan täysin toisessakin valossa. Bartókin arvostelemista asioista monet ovat sellaisia, joita romanien musiikkikulttuurissa henkilökohtaisesti erityisen paljon arvostan. Ihailen romanien monipuolista toimintaa, jossa eri musiikkikulttuurit ja -lajit toimivat luontevassa vuorovaikutuksessa keskenään. Voidakseen omaksua uusia asioita niille on oltava avoin. Romanimuusikot ovat kiehtoneet yleisöä satojen vuosien ajan eikä tämä mielestäni johdu niinkään yleisön sivistymättömyydestä, kuten Bartók ehdottaa, vaan romanien kyvystä esiintyä ihmisille. Tärkeimpänä pidän kuitenkin romanien taitoa ja tahtoa kanavoida oma äänensä ja persoonansa musiikkiin: olla röyhkeästi ja rohkeasti erilaisia – vaikka mauttomuuden leiman uhalla.

6 ELÄMÄN MAKUISIA IRTIOTTOJA

6.1 KUVAUS

Toimintani Tummat Tunteet -yhtyeessä kesti muutaman vuoden ajan. Näiden vuosien aikana innostuin tutustumaan myös muihin musiikin lajeihin. Yhtyeessä tutustuin valtaväestöön kuuluvaan säveltäjä-haitaristiin, jonka kanssa tiesin löytäneeni heti poikkeuksellisen musiikillisen yhteyden. Esiintymisareenani monipuolistuivat entisestään: tanssimusiikki-, taustamusiikki- ja muut hyvin monipuoliset esiintymistilaisuudet tulivat tutuiksi vuosien varrella. Tämä auttoi entisestään minua

löytämään omaa muusikkouttani ja juuri näissä foorumeissa sain harjoitella uusia taitojani (mm. korvakuulolta soittamista, improvisointia ja sovittamista). Lopulta päätimme perustaa vuonna 2004 oman kansanmusiikkivaikutteiseen virtuoosimusiikkiin ja unkarilaiseen romanimusiikkiin keskittyvän instrumentaaliyhtyeen, jonka nimeksi tuli Finngips.

Valmius soittaa muutakin kuin klassista ohjelmistoa avasi minulle ovia uudenlaisiin esiintymisiin ja esiintymispaikkoihin. Kiersin perustamani Finngips-yhtyeen kanssa neljä vuotta Pirkanmaan toreja Aamulehden järjestämällä Kasvokkain-kiertueella. On sanomattakin selvää, että Suomen kesäiset olosuhteet olivat hyvin vaihtelevat ja pahimmillaan jopa erittäin vaikeat. Lauantaisen aamuheräämisen jälkeen alkoi yleensä tunnin mittainen ajomatka torille. Vihollinen vaihteli: välillä vastassa oli kaamea kaatosade, tyhjyyttään huutava suuri tori, kylmyys, paahtava kuumuus tai liian kauas yleisöstä sijoitettu esiintymislava. Jokainen esiintyminen oli silti omalla tavallaan mieleenpainuva ja arvokas.

Kiertueen nimi oli erittäin kuvaava. Harvemmin niissä yhteyksissä, joista olen itse lähtöisin, yleisön kanssa ollaan oikeasti kasvokkain. Yleisö mielletään pahimmissa tapauksissa jopa täysin kasvottomaksi. Pimeissä saleissa eivät yleensä kasvot näy tai tiet kohtaa. Toriympäristö jo itsessään on omiaan poistamaan turhat jäykistelyt alkuunsa. Oli mukavaa viedä musiikkia sinne, missä ihmiset ovat ”omalla tontillaan”, omana itsenään. Myös vuoropuhelu yleisön kanssa oli keikoillamme erittäin aktiivista. Oli erittäin virkistävää jutella yleisön kanssa etukäteen ja saada välitöntä palautetta esiintymisen jälkeen muutenkin kuin aplodien muodossa. Positiivisen, ilahtuneen ja kannustavan palautteen saaminen antoi paljon onnistumisen tunteita, joille omaa muusikkoidentiteettiä on ollut tervehenkistä ja helppoa rakentaa. Oman tekemisen arvokkaaksi kokeminen sai unohtamaan olosuhteet ja muut esitystä ja omaa mieltä vaivaavat asiat hetkessä.

Yksi mieleenpainuvimmista toriesiintymisistä tapahtui valtavassa kaatosateessa suuren pressun alla, jonne kaikki torin ihmiset ahtautuivat sadetta pakoon. Tiivis tunnelma loi loistavat puitteet esiintymisellemme, jonka energia ja käsin kosketeltavuus saivat yleisön innostumaan erityisen paljon. Yleisön innostuksen ja läsnäolon vahva aistiminen yllyttää muusikon antamaan itsestään vielä vähän enemmän. Sade unohtui ja tango soi.

Jokainen yleisö ja yleisössä istuva yksilö ovat omanlaisiaan. Koskaan ei voi etukäteen täysin tietää, minkälainen yleisö on vastassa. Meidät tilattiin puutarhajuhlien päätteeksi esiintymään Pirkanmaan vammaistuki ry:n lasten ja nuorten kesäleirille. Toiveena oli, että pitäisimme viulu–haitari-duollamme Unkari-teemaan liittyvä tunnin mittaisen konsertin leiriläisille, heidän vanhemmilleen ja henkilökunnalle. Leirillä oli Unkari-teemainen viikko ja unkarilaista musiikkia oli kuunneltu etukäteen ahkerasti.

En vieläkään täysin ymmärrä, miksi juuri tästä esiintymisestä tuli erityisen mieleenpainuva.

Ulkoiset puitteet olivat vaatimattomat siihen nähden, minkälaisissa olosuhteissa viulistina olin tottunut konsertoimaan. Kauniin ilman vuoksi esiintymisen tilaaja toivoi, että konserttimme pidettäisiin ulkona. Ulkona soittaminen ilman äänentoistoa toimii joskus paremmin, joskus erittäin huonosti. Akustiset soittimet soivat parhaiten akustisessa tilassa. Kyseisellä kerralla soittopaikkamme oli suojaisa ja ilma tyyni. Osa kuulijoista kerääntyi ympärillemme, toiset jäivät kauemmas kuuntelemaan. Erityisen vastaanottavainen ilmapiiri vallitsi koko esiintymisen ajan. Useimmiten jo ensimmäisten minuuttien aikana vaistoaa sen, minkälainen esiintyminen on tulossa. Aitoja reaktioita sekä ääniä kuten naurunhörähdyksiä ja spontaania taputusta oli läpi tunnin kestävän esityksen.

Olen huomannut, että lapset ja nuoret reagoivat yleisössä ollessaan erityisen spontaanisti. Tämä saattaa johtua siitä, että lapset ja nuoret eivät ole vielä täysin sisäistäneet ”asialliseen” konserttikäyttäytymiseen liittyviä ajatusmalleja. Konserttimme yleisö Pirkanmaan vammaistuki ry:n kesäleirillä ainakin vaikutti olevan tietämätön tilanteen (näennäisestä) arvokkuudesta ja siitä, että musiikkiesityksen aikana tulisi olla hiirenhiljaa. Hyvä niin, reaktioiden aitous, käsin kosketeltava hereillä olo ja uteliaisuus vaikuttivat väistämättä myös meihin esiintyjiin. Yhtäkkiä olimme kaikki erityisen elossa ja samalla viivalla. Aika ja paikka katosivat, oma minä menetti merkityksensä. Oli kyse jostain suuremmasta ja yhteisestä.

Erityisen inhimillisiä ja vahvoja kohtaamisia olen kokenut, yllätykseksenі, esiintyessäni ravintoloissa. Oman kokemukseni mukaan suomalaiset ovat varsin pidättyväistä kansaa, varsinkin istuessaan yleisössä. Etikettien rikkomisen pelko tukahduttaa viimeisetkin halut näkyvään ja kuuluvaan reagointiin. Vapaamuotoisempi ympäristö ja yleisön estottomampi olotila ovat yleensä omiaan luomaan hauskan ja vuorovaikutuksellisen tilanteen. Rajanveto tässä aiheessa on kuitenkin tärkeää: selvästi päihtyneelle yleisölle esiintyminen on lähes aina kamalaa ja turhauttavaa. Ravintoloissa ja klubeilla olen saanut kokeilla sitä, kuinka irti voi päästää itsensä. Useimmiten yleisö suorastaan lietsoo hurjiin irtiottoihin, joissa kontrolli unohtuu ja tunnelma nousee kattoon. Vielä en ole onnistunut rikkomaan mitään, mutta kielten ja jouhien katkeilu sekä kontaktimikrofonin lentely ovat kyseisissä esiintymisissä arkipäivää. Ravintolaesiintymiset ovat olleet hyvää vastapainoa niille esiintymisille, joissa kontrolli on tarpeellista säilyttää tekemisen uskottavuuden vuoksi.

En tehnyt läpimurtoa viulistina Carnegie Hallissa vaan Nokian kesäteatterissa, jossa esiinnyin romaniviulistin roolissa loppuunmyydyille katsomoille kesällä 2012. Kesän 25 esityksen aikana esiinnyin tuhansille ihmisille ja sain niin monta ylistävää arviota eri medioissa, että vähempikin olisi riittänyt. Kyseisessä projektissa pystyin hyödyntämään kaikkea, mitä olin siihen asti oppinut musiikkikouluissa ja niiden

ulkopuolella. Sain sovittaa, säveltää, improvisoida, ottaa vahvaa kontaktia yleisöön ja soittaa teknisesti ja taiteellisesti haastavia asioita. Täysin uusi aluevaltaus oli vaativien viuluosuuksien soittaminen juostessa ja tanssiessa.

Sukellus romanimusiikkiin ja sitä kautta muihin musiikinlajeihin tarkoitti sitä, että esiintymiseni eivät olleet aina konserttisaleissa. Havahduin ensimmäistä kertaa siihen, että soitettava musiikkityyli ja esiintymispaikka vaikuttivat yllättävän paljon esiintymistilanteen luonteeseen. Myös huomion siirtäminen yleisöön muutti esiintymisen luonnetta kohdallani hyvin paljon. Aikaisemmin päähuomio oli ollut omassa onnistumisessa ja suorituksessa. Valtava määrä energiaa oli kulunut dialogeihin, joita kävin esiintymisen aikana omassa päässäni. Uudenlaisissa esiintymisfoorumeissa eri esiintymiskulttuurien parissa huomasin olevani ihan kehityskelpoinen esiintyjä ja ennen kaikkea nauttivani suunnattomasti esiintymisestä. Sain huomattavan määrän positiivisia esiintymiskokemuksia ja hyvää suoraa palautetta yleisöltä esiintymisten jälkeen. Konserttisaleissa länsimaisen taidemusiikin parissa tunsin kuitenkin olevani edelleen puristuksissa. Mielessäni alkoi ensimmäistä kertaa herätä ajatus siitä, että esiintymiseeni liittyvät ongelmat johtuivat mahdollisesti osittain maailmasta (länsimaisen taidemusiikin maailma) ja todellisuudesta, jossa olin siihen asti elänyt.

Koin crossover-toimintani yllättäväksi, spontaaniksi ja yhteisölliseksi. Toiminta tarjosi minulle juuri sellaisen kanavan itseilmaisuun, mitä Kurkela peräänkuuluttaa puhuessaan, (ks. 3.1.) taidemusiikin tehokoulutuksen vaaroista. *Olet kuin enkeli, mutta soitat kuin saatana* -lausahdus kuvastaa hyvin sitä muutosprosessia, jonka crossover-toiminta sai esiintyjyydessäni alkuun. Sen sijaan, että olisin yrittänyt välittää tekemiselläni jotain jumalallista (olla enkeli) ja kuvittelemieni ihanteiden mukaista, uskalsin päästää sisäisen energiani irti. Jännitykseksi aikaisemmin kuvittelemani energian ulos päästäminen oli suorastaan järisyttävä kokemus. Jälkikäteen ymmärrän, miksi olin ollut esiintymisissä suurissa vaikeuksissa aikaisemmin pelätessäni ja yrittäessäni pitää tätä energiaa (”jännitystä”) sisälläni.

Esiintyjyydessäni tapahtunutta muutosta on mahdotonta ymmärtää ilman tarkempaa käsitystä siitä, minkälaisessa musiikillisessa maailmassa olin elänyt ja kasvanut siihen asti. Klassisen viulunsoiton opiskelijana noudatin länsimaisen taidemusiikin käsityksiä ja käytäntöjä niitä kyseenalaistamatta. Mitä nämä käsitykset ja käytännöt sitten olivat ja kuinka ne vaikuttivat esiintyjyyteeni?

6.2 LÄNSIMAINEN TAIDEMUSIIKKI JA KÄSITYS ESIINTYJÄSTÄ

Lydia Goehr käsittelee kirjassaan *The Imaginary Museum of Musica Works* (2007) romantiikan aikana syntyneen teos-käsitteen vaikutusta länsimaisen taidemusiikin kulttuuriin ja käytäntöihin. Goehrin mukaan teos-käsite alkoi muotoutua 1800-luvulla. Aikaisemmin ”vakavalla” musiikilla oli yleensä tarkoitettu ulkomusiikilliseen toimintaan sidottua esittävää taidetta, jota säätelivät korkea-arvoiset henkilöt tai instituutiot. Käytännössä tämä tarkoitti sitä, että kirkko ja hovi tilasivat musiikkia erilaisiin käyttötarkoituksiin. Säveltäjät olivat musiikin monityöläisiä, jotka säveltämisen lisäksi usein myös johtivat ja soittivat esityksissä. Muiden

taiteiden vanavedessä musiikkia alettiin pitää korkeampana taiteena. Korkeampi taide vaati tilan, jossa sen puhdas esteettinen luonne pääsisi oikeuksiinsa ilman häiriötekijöitä, minkä seurauksena taidetta alettiin esitellä museoissa, taidegallerioissa ja konserttisaleissa. Tämä kuitenkin edellytti musiikilta riippumattomuutta: musiikin taiteen piti löytyä musiikista itsestään. Tämä johti teos-käsitteen syntyyn: musiikki alettiin nähdä teoksina, jotka ilmensivät korkeampia totuuksia: Äärettömyyttä ja Kauneutta. Teos-käsitteen synnyn myötä kuolleiden säveltäjien kuten Bachin ja Mozartin teoksia alettiin esittää yhä uudelleen. Kyseistä ilmiötä kutsutaan säveltäjien kanonisoinniksi. Goehrin mukaan transsendentiaalisten mestariteosten pyhittäminen muodostaa edelleen taidemusiikkimaailman ytimen. (Goehr 2007, 171, 173–174, 178, 247.)

Teosten esittäminen konserttisaleissa ei kuitenkaan yksin riittänyt. Kuten Goehr toteaa, esiintyjien, kapellimestareiden ja yleisön käytöstä alkoi ohjata myös läpinäkyvyyden ja teosuskollisuuden (*Werktreue*) ihanteet. Jotta esitettävän teoksen syvin olemus, kauneus ja totuus olisi ollut kuultavissa, kaikkia osapuolia (esiintyjiä, kapellimestareita ja yleisöä) pyydettiin olemaan käytännössä ja vertauskuvallisesti hiljaa esityksen aikana. Teoksen osien väleissä ei ollut pitkiä taukoja ja vaatimus hiljaisuudesta kesti teoksen alusta loppuun asti. Uusi ”sivistynyt” tapa esittää ja vastaanottaa musiikkia oli syntynyt. Goehr mainitsee, että kesti useita vuosia ennen kuin yleisö oppi olemaan hiljaa ja kuuntelemaan eivätkä kaikki pystyneet tähän ollenkaan. Myös kriitikoiden rooli tavallista kansaa kehittyneempinä kuulijoina alkoi muotoutua. Ideaalikuulijaksi saatettiin mieltää kriitikko, joka pystyi noudattamaan samaa läpinäkyvyyden vaatimusta kuin esiintyjät ja tämän ansiosta oikeasti tavoittamaan teoksen sisimmän. (Goehr 2007, 237–238.)

Goehr käsittelee kirjassaan *The Quest for Voice* (1998) modernissa esittämiskäytännössä vastakkain asettuvia näkyvyyden ja läpinäkyvyyden ideaaleja. Goehrin mukaan 1800-luvulta asti länsimaisessa taidemusiikissa on vallinnut kaksi erilaista ja ristiriitaistakin musiikin esittämiseen liittyvää käsitystä: *täydellinen esitys musiikista* ja *täydellinen musiikillinen esitys.* Asetelmassa ensimmäinen käsitys esityksestä noudattaa välineellistä ja jäsenneltyä apollonista ideaalia, jossa esitys on esitys teoksesta ja jälkimmäinen dionyysistä ideaalia, jossa esitystapahtumaan kietoutuu myös esittäjän muusikkous [14.] (Goehr 1998, 133–135.)

Täydellinen esitys musiikista on täydellinen esitys teoksesta. Goehrin mukaan neutraalin ja ontologisen määritelmän mukaan teos ja esitys ovat riippuvaisia toisistaan: esiintyjä mahdollistaa teoksen välittämisen yleisölle; esitykset ovat välttämättömiä teokselle. Täysin tasapainoiseksi kyseistä riippuvuussuhdetta ei kuitenkaan voi luonnehtia. Goehr kuvailee kaksi ääripäätä, joissa ensimmäisessä esitys on toissijainen ja palvelee ainoastaan teosta. Toisessa ääripäässä teos nähdään välineellisenä, jolloin esiintyjä kääntää huomion itseensä ja omaan

[14] Friedrich Nietzschen varhaistuotannossa apolloninen määritellään estetiikaltaan säännönmukaiseksi ja järjelliseksi kauneuden kokemukseksi. Dionyysinen sen sijaan on apollonisen vastakohta: ylitsepursuava, vaikuttava ja kohottava ylevyyden kokemus. (Tieteen termipankki, 2017.)

tulkintaansa. Vaakakuppi on Goehrin mukaan vuosisatojen kuluessa ollut kallistuneena enimmäkseen teoskeskeisen ajattelun puolelle, ja silloinkin kun esitys tai esiintyjä on kaivannut itsenäisempää roolia, itsenäisyys on pyritty saavuttamaan teosuskollisuusihanteen puitteissa. (Goehr 1998, 141.)

Goehr jatkaa analyysiään pohtimalla, minkälaisten vaatimusten täytyy toteutua *täydellinen esitys musiikista* -ihanteen sisällä, jotta lopputulos palvelee enemmän teosta tai enemmän esiintyjää. Ensimmäiseksi hän pohtii asiaa teoksen näkökulmasta. Kuten Goehr toteaa, yksi teoskeskeisen ajattelun kulmakiviä on ajatus siitä, että suurin osa ellei jopa kaikki arvo pitää nähdä pysyvästi olemassa olevissa teoksissa eikä niiden representaatioissa. Kaikki esitykset ovat kopioita teoksesta ja ne täytyy tästä syystä nähdä aina epätäydellisinä. Esiintymisen läpinäkyvyys on keskeisessä roolissa: esiintyjä on ikkuna, jonka läpi yleisö suoraan vastaanottaa teoksen. Läpinäkyvyyden ideaalin toteutuminen vaatii kahden vaatimuksen toteutumista:

1. Musiikki on puhtaasti soiva tapahtuma, yleisön tulee jättää huomioimatta kaikki visuaaliset elementit ja ymmärtää ne epäolennaisena välttämättömänä pahana [15].
2. Teoksen transsendentiaalisen luonteen vuoksi esiintyjien tulee luoda illuusio, että teos välittyy suoraan yleisölle. Esiintyjä on parhaimmillaankin vain epätäydellinen välittäjä, minkä vuoksi hänen tulee häivyttää oma läsnäolonsa. (Goehr 1998, 142–144.)

Edellä mainitut teoskeskeisyyteen liittyvät ajatusmallit ovat Goehrin mukaan olleet ilmiselviä. Goehr kuitenkin toteaa, että esiintyjät tuskin olisivat säilyneet innokkaana joukkona musiikkimaailmassa toteuttamalla kuuliaisesti ainoastaan läpinäkyvyyden, näkymättömyyden ja persoonattomuuden vaatimuksia. Esiintyjät ovat ennemminkin hyväksyneet roolinsa välittäjinä (eikä siis välineinä) säveltäjän ja yleisön välillä. Goehrin mukaan esiintyjät ovat korostaneet musiikin tulkinnan korvaamatonta merkitystä suhteessa teokseen sekä yleisöön. Jonkinlainen sisäinen ristiriita on Goehrin mukaan täytynyt syntyä esiintyjille, jotka ovat halunneet uskoa täydellisen esityksen syntyvän sekä täydellisestä tulkinnanvapaudesta että säveltäjän käskyjen noudattamisesta. (Goehr 1998, 145–146.)

Täydellinen musiikillinen esitys on Goehrin mukaan laajempi käsitys kuin *täydellinen esitys musiikista*. Olennaista käsityksessä on se, että muusikkous nähdään luontaisena osana esitystä, oli kyseessä esitys teoksesta tai ei. Käsityksessä toiminta nähdään ihmisen toimintana, hetkellisenä tapahtumana ja polkuna, jonka aikana muusikko pyrkii ilmaisemaan ja tavoittamaan puhtaan ihmismielen korkeampia tasoja. Käsityksen inhimillisen perusvireen takaa paljastuu kuitenkin, että täysin maan pinnalle tai arkipäiväisyyden tasolle ei laskeuduta myöskään *täydellisen musiikillisen esityksen* käsityksessä. Ennemminkin pyrkimyksenä on muuttaa arkipäiväinen epäarkipäiväiseksi ja tuoda inhimillisyyteen vielä korkeampi inhimillisyyden taso. Goehr toteaa, että tässä kohtaa mukaan tulevat transformaation,

[15] Absoluuttinen musiikki on musiikkia, jossa kaikki voidaan ymmärtää symbolisesti ilman ulkomusiikillisia keinoja (Goehr 1998, 143).

transfiguraation, abstraktion ja transsendentiaalisuuden käsitteet. Tämä on myös kohta, jossa kaksi toisistaan poikkeavaa käsitystä (*täydellinen esitys musiikista ja täydellinen musiikillinen esitys*) risteävät ja jakavat hetken samaa maaperää. (Goehr 1998, 149.)

Goehrin mukaan *täydellinen musiikillinen esitys* -käsityksen sisään mahtuu kaksi erillistä traditiota: virtuoosit sekä instrumentaalisolistit ja ooppera. Virtuoositradition tunnettuja huippunimiä olivat mm. Liszt, Chopin ja Paganini. Virtuoosikulttuurille tyypillistä olivat ajatukset improvisatorisuuden ideaalista musiikin tekemisessä ja ohikiitävän esityksen ensisijaisuudesta musiikissa. Nyt-hetki korostui elävän musiikin esityksissä, jotka elivät hetkessä, spontaaneina ja ainutkertaisina tarjoten osallistuvalle, kauhistelevalle, odottavalle ja innostuneelle yleisölle kaiken, mitä he olivat tulleet hakemaan. Esityksiin liittyi myös vahva visuaalinen elementti: Lisztin ja Paganinin kohdalla harvoin kysyttiin, oliko heitä kuultu vaan oliko heidät nähty[16]. 1800-luvun lopulla asenneilmapiiri improvisaatiota ja virtuoosiesityksiä kohtaan muuttui kuitenkin huomattavasti negatiivisempaan suuntaan. Virtuoosikulttuurin katsottiin olevan kaupallista sirkustemppuilua, joka lopulta palveli vain itsekkään virtuoosin egoa. (Goehr 1998, 152–155; 2007, 232–233.)

Goehr kuitenkin toteaa, että kahden eri käsityksen (*täydellinen esitys musiikista ja täydellinen musiikillinen esitys*) välinen suhde ei ole tarkkarajainen eikä toisiaan poissulkeva. Mm. Liszt onnistui omaksumaan ja jalosti huippuunsa kaksi erilaista esiintyjän roolia: teosuskollisen esiintyjän roolin ja improvisoivan virtuoosin roolin. Tämä todistaa Goehrin mukaan sen, että esiintyjä saattaa samanaikaisesti tasapainoilla historiallisestikin ristiriitaisten ihanteiden kanssa. Käsitysten välisessä ristiriidassa ja klassisen musiikin modernin esittämiskäytännön epätäydellisyydessä piilee kuitenkin Goehrin mukaan myös sen voimavarat ja mahdollisuudet. Goehr näkee kyseisen epätäydellisyyden avaavan spontaanin vapauden tilan kyseisen tradition parissa työskenteleville. (Goehr 1998, 171–173.)

On mielenkiintoista havaita, että en ainakaan muista tietoisesti pyrkineeni (perus)opintojeni aikana läpinäkyvyyteen esiintymistilanteissa. On kuitenkin täysin selvää, että teosuskollisuusihanne ja sen määrittämä käsitys hyvästä esityksestä oli se käsitys, minkä olin omaksunut. Muistan, että säveltäjien merkintöjä noudatettiin melko ankarastikin, mutta vapaus omalle tulkinnalle oli aina olemassa. Olen kuitenkin aina kärsinyt sisäisestä ristiriidasta yrittäessäni määrittää itselleni sitä, missä menee kontrollin ja irti päästämisen raja suhteessa partituuriin ja muutenkin omana itsenä olemiseen lavalla. Minut opetettiin heittäytymään, mutta kuitenkin tietyissä rajoissa. Kontrollia ei saanut koskaan täysin menettää eikä ”laadusta”

[16] Musiikkiesityksen visuaalinen puoli herätti kuitenkin useat kriitikot. Usein visuaalisuutta kritisoitiin ja sen sanottiin häiritsevän sisäistä näköä ja kuuntelua. Vuosikymmeniä myöhemmin mm. Stravinski otti osaa näkyvyyden problematisointiin: hänen mukaansa visuaalinen kokemus muovasi ymmärrystä musiikillisesta esityksestä ja kuuluu musiikilliseen kokonaisvaltaiseen kokemiseen. Stravinski myös lisäsi, ettei ihminen joka kuuntelee silmät kiinni kuule yhtään paremmin kuin silmät auki. (Goehr 1998, 152–155.)

tinkiä. Kuten Goehr mainitsee, vapaus omassa tekemisessä on ollut vapautta teosuskollisuusihanteen sisällä.

Anu Vehviläinen pohtii teosuskollisuusihanteen vaikutusta esiintyjän rooliin hyvin kattavasti taiteellisen tohtorintutkintonsa kirjallisessa osiossa. Vehviläinen ei henkilökohtaisesti koe, että teosuskollisuusihanne välttämättä kaventaa esiintyjän mahdollisuuksia: esiintyjä voi olla myös persoonallinen välikappale, joka oman persoonansa kautta välittää teoksia nuottipaperilta kuulijoille. Vehviläinen näkee länsimaisessa taidemusiikissa myös mahdollisuuden vapauteen ja henkilökohtaisen näkemyksen julki tuomiseen. Ainoana poikkeuksena hän mainitsee kilpailut, joissa saatetaan vaatia tietynlaista tulkintaa. (Vehviläinen 2008, 112, 115.)

Olen Vehviläisen kanssa samaa mieltä siitä, että teosuskollisuusihanteen olemassaolo ei sinänsä kavenna esiintyjän vapautta. Sen omaksuminen ja ymmärtäminen ovat elintärkeitä, jos haluaa toimia länsimaisen taidemusiikkitradition parissa. Se, minkälaiseksi hahmottaa säveltäjän, esiintyjän ja yleisön väliset suhteet, on mielestäni esiintyjän näkökulmasta paljon merkityksellisempää. Omalla opinpolullani teosuskollisuusihanteen olemassaolo näyttäytyi korostuneessa mielessä kilpailuissa ja tutkinnoissa, joissa tietynlaiset traditiot ja mieltymykset määrittivät sitä, kuinka kappaleita kannatti soittaa. Tämä sitoi tietynlaiseen tulkintaan teosuskollisuusihanteen sisällä eikä valinnanvapautta enää oikeasti ollut. Ymmärrän myös hyvin, miksi virtuoosikulttuuri syntyi, Goehrin mukaan, osittain vastareaktiona teosuskollisuusihanteelle 1800-luvulla. Merkittävä yhtäläisyys, jonka vasta nyt alan hahmottaa, on 1800-luvun virtuoosikulttuurin yhteneväisyys toimintaani mm. romanimusiikkiyhtyeessä. Yhdistäviä tekijöitä ovat mm. virtuoosisuus, improvisaatio, visuaalisuus ja vuorovaikutus yleisön kanssa. Suurin ero liittyy taiteilijan mystifiointiin, jota en romanimusiikkikulttuuriin liitä millään tapaa – ennemminkin päinvastoin. Kuten mainitsin, Goehrin mukaan länsimaisen taidemusiikin modernissa esittämiskäytännössä on sen epätäydellisyydestä kumpuava spontaani vapauden tila. Pidän todennäköisenä, että 1800-luvun virtuoosikulttuuria erehdyttävästi muistuttava toimintani on auttanut minua – tiedostamattomasti – hahmottamaan Goehrin kuvailemaa spontaania vapauden tilaa länsimaisen modernin esittämiskäytännön sisällä paremmin.

Kari Kurkela tarjoaa mielenkiintoisen, ihmiskuvaan liittyvän näkökulman teosuskollisuusihanteeseen kirjoittaessaan länsimaisen taidemusiikin ideaaleista peilaten niitä ihmisen psyykkistä todellisuutta vasten. Goehrin tavoin Kurkela mainitsee, että konsertoivan niin sanotun vakavan musiikin taiteilijan työskentelyn taustalla vaikuttavat ihanteet kuten ylevyys, puhtaus, hyvä maku ja alkuperästä etäännytetyt tunteet. Kurkela myös toteaa musiikinesittämiseen tähtäävän pitkän koulutuksen olevan todellista siisteyskasvatusta, jonka vaikutukset eivät välttämättä ole pelkästään positiivisia. Kurkela painottaa maltillisuutta klassisen puhtauden tavoittelussa, sillä muun poissulkevasti toteutettuna se saattaa estää lasta tai nuorta tutustumasta itseensä kokonaisuutena. (Kurkela 1993, 280–283.)

Kurkelan näkemys ”vakavan” musiikin siisteyskasvatuksesta sai minut paremmin ymmärtämään, miksi lauseella *olet kuin enkeli, mutta soitat kuin saatana* oli minulle aikanaan

niin suuri merkitys. Ennen crossover-toimintaani työskentelyni taustalla vaikuttivat Kurkelan mainitsemat ylevät ideaalit, joita tavoitellessani olen ilmeisesti tiedostamattani torjunut osittain sen, mitä sisimmässäni koin olevani. Kurkelan mukaan kyseisenlainen yhden puolen kehittäminen ja muiden puolien unohtaminen, kieltäminen tai eliminointi voi johtaa kaventuneeseen ihmiskuvaan. (Kurkela 1993, 283.) Sen, että soittaa kuin saatana, voi nähdä niin negatiivisena kuin positiivisenakin asiana. Tähän vaikuttaa erityisesti se, minkä ideologian läpi asiaa tarkastelee. Näen tässäkin yhtymäkohdan 1800-luvun virtuoosikulttuuriin (mm. paholaismaiseen Paganiniin), joka lopulta tuomittiin, kuten Goehr aiemmin totesi, epäpuhtaana toimintana. Omalla kohdallani koen *olet kuin enkeli, mutta soitat kuin saatana* -lauseen symboloivan prosessia, joka tapahtui crossover-toimintani ja sitä kautta musiikinesittämiseni tähtäinten uudelleenjärjestäytymisen myötä. Kurkelan ajatus ihmiskuvan eheytymisestä tuntuu tässä yhteydessä mielestäni hyvinkin paikkaansa pitävältä teorialta.

Funktioni esiintyjänä on kokemusteni ja tämänhetkisen tietämykseni valossa ollut vielä ammattiopintovaiheessakin hyvin epäselvä. Olinko läpinäkyvä sanansaattaja? Yli-inhimillinen virtuoosi? Mikä oli yleisön rooli? Näiden kysymysten ratkaisemattomuus ja osittain kysymättä jättäminen johtivat mielestäni siihen, että tunsin joskus piiloutuvani esiintymisen aikana. Tähän vaikutti varmasti myös se tosiasia, että suurin osa suhteellisen harvoista esiintymisistäni länsimaisen taidemusiikin kentällä olivat arviointitilaisuuksia. Romanimusiikin parissa aloin tuntea, että soittamani musiikki kumpusi minusta, sisältäni. Kyseessä on ollut myös vahva kehollinen tuntemus. Varsinkin improvisoidessani ja soittaessani esimerkiksi kansanmelodioita tai tanssimusiikkia, musiikki syntyi esityshetkellä ilman etukäteissuunnittelua. Kappaleiden yksinkertaiset ainekset vaativat mielikuvitusta, melodioiden muuntelua ja improvisointia. Yleisöä ei ollut mahdollista mieltää enää vain vastaanottavana tai arvioivana osapuolena. Yleisöä villittiin ja houkuteltiin osallistumaan. Sain paljon voimakkaampia vuorovaikutuksellisia kokemuksia esiintymisissä kuin koskaan aikaisemmin.

Marko Aho kirjoittaa artikkelissaan *Populaarimusiikki ja kehon nautinnot* (2007) näkemyksestään, jonka mukaan musiikki on ensisijaisesti kehollinen ilmiö. Aho mukaan populaarimusiikkia pidetään jopa leimallisesti ”kehon musiikkina”. Aho kirjoittaa esimerkissään kehollisuudesta yleisön näkökulmasta. Hänen mukaansa kauempaa tarkasteltuna klassisen musiikin konserttikäytäntöjen mukainen käytös on kehollisesti rajoitettu minimiinsä, kun taas esimerkiksi rock-konsertin onnistumista mitataan sillä, kuinka pidäkkeettömäksi yleisö villitään tai kuinka lujaa se huutaa. Ahon mukaan toinen populaarimusiikin kineettisestä energisyydestä tehtävä johtopäätös on rock-musiikin yhdistäminen seksuaalisuuteen. Rock´n´rollin tulo 1950-luvun puolivälissä oli todellinen kauhistus ja mullistus porvarilliselle siveellisyydelle mm. rajujen fyysisten eleiden vuoksi. (Aho 2007, 242–243.) Ahon tekstiä lukiessani ymmärsin, että musiikin lajin vaihdos on suoraan vaikuttanut keholliseen kokemukseeni esiintyessä ja että kehollinen kokemus on korostunut entisestään aktiivisesti reagoivan yleisön kanssa. Oma matkani alkaa hahmottua

siisteyskasvatuksen oppilapsen (Kurkela) ja läpinäkyvän sanansaattajan (Goehr) harhautumisena siveellisyyden polulta kohti kehon musiikkia.

6.3 RESITAALIKULTTUURI

> ”Klassisen musiikin konserttikonventiossa yleisön mahdollisuus reagoida esitykseen on rajattu esitystä edeltäviin ja sen jälkeisiin taputuksiin sekä mahdollisiin (erityistä rohkeutta vaativiin) vihellyksiin ja bravo-huutoihin. Olennaista tässä rituaalia muistuttavassa tapahtumassa on se, että esityksen aikana pitää olla mahdollisimman hiljaa ja pidättää kaikkia luonnollisia purkauksia esimerkiksi yskimistä, keskustelua ja nauramista. Tämä johtaakin usein siihen, että teosten osien välissä kuullaan todellinen kakofonia, kun esityksen aikana yskäisyä välttäneet ja hengitystään pidättäneet yleisön jäsenet saavat vihdoin päästää itsensä piinasta ja yskiä luvan kanssa. Länsimaisessa klassisessa konsertissa ei yskitä eikä pidetä muutakaan ääntä. Sata murhaavaa katsetta singahtaa pienimmänkin risahduksen suuntaan.” (Hämeenniemi 2007, 13.)

Länsimaiseen taidemusiikkiin ja sen konventioihin liittyy kiinteästi resitaalikulttuuri. Henry Kingsbury kirjoittaa kirjassaan *Music, talent and performance* (2001) länsimaisen taidemusiikin resitaalikulttuurista ja erityisesti sen rituaalinomaisuudesta. Kuten Kingsbury toteaa, opinnot taidemusiikkilaitoksessa, tässä tapauksessa konservatoriossa, huipentuvat yleisimmin täysimittaiseen resitaaliin, jossa oppilaan osaamisen taso arvioidaan. Kingsburyn mielestä sooloresitaali on rituaali. Hän perustelee näkemystään tapahtuman muodollisuudella ja esiintyjän ja yleisön väliin syntyvällä välimatkalla. Kingsburyn mukaan resitaalissa punnitaan ensisijaisesti sitä, kuinka esiintyjä pystyy yhdistämään huippuunsa viritetyn teknisen osaamisen ja tilanteeseen sopivan sosiaalisen etiketin. Edellä mainitun lisäksi esiintyjän on kyettävä jopa pyhinä pidettyjen musiikkiteosten aitoon ja intiimiin tulkintaan. (Kingsbury 2001, 111, 115–116.)

Kingsburyn mielestä länsimaisen taidemusiikin resitaalikulttuuriin kuuluva sosiaalinen välimatka esiintyjän ja yleisön välillä aiheuttaa esiintymispelkoa. Lisäksi Kingsbury toteaa, että resitaali ei ainoastaan etäännytä esiintyjää yleisöstä vaan sen lisäksi saa yleisön näyttäytymään (esiintyjän silmissä) uhkaavana tai jopa vihamielisenä. Kingsbury ei pidä esiintymispelkoa universaalina kaikkia (edes länsimaisia) musiikkikulttuureita koskettavana asiana. Hän toteaa, että länsimaisessa kulttuurissa on vain harvoja vastaavanlaisia tapahtumia, joissa ihmisen sisin, ego ja ”kasvot” ovat vaarassa. Peilillä on myös kääntöpuolensa: Kingsbury toteaa vain harvan tapahtuman tarjoavan samanlaista välitöntä täyttymyksen ja tyydytyksen tunnetta. (Kingsbury 2001, 116–117, 123.)

Psychology of music -julkaisun tutkimus *Perceived performance anxiety in advanced musicians specializing in different musical genres* (2013) tukee Kingsburyn väitettä, jonka mukaan länsimainen taidemusiikki voi aiheuttaa erityistä esiintymispelkoa. Tutkimuksessa

vertailtiin eri musiikin lajien[17] spesialistien jännittämistä erilaisissa esiintymisissä (esimerkiksi soolo- tai ryhmäesiintymisissä). Tutkimustulokset viittasivat siihen, että vaikka kaikissa vertailuryhmissä esiintyminen aiheutti jonkinasteista jännitystä, musiikin laji vaikutti selvästi koetun jännityksen tasoon. Korkeimman tason jännitystä koettiin länsimaisen taidemusiikin ammattilaisten ja pitkälle opiskelleiden keskuudessa. (Papageorghi, Creech & Welc 2013, 18, 36.) Esiintymisvalmennuksen lehtori Päivi Arjas ei sen sijaan ole työssään huomannut, että itse musiikin lajilla olisi kovinkaan suurta vaikutusta jännittämisen määrään. Sen sijaan, Arjaksen kokemuksen mukaan, eroja alkaa löytyä musiikkikulttuureissa, joissa musiikin esittäminen on enemmän sosiaalinen tapahtuma kuin esittävää taidetta. (Arjas 2014, 12.)

Romantiikan aikana luotuja konserttikäytäntöjä ja niiden perimmäisiä tarkoituksia on edelleenkin helppo ymmärtää. Hiljaisuudella ja keskittyneellä ilmapiirillä saavutetaan konserttitilanteessa hyödyllisiä asioita: taiteilija saa työrauhan ja yleisön intimiteetti säilyy. Onko kuitenkin mahdollista – kuten Kingsbury esittää – että länsimaisen taidemusiikin konserttikonventio myös etäännyttää esiintyjää ja yleisöä toisistaan? Kuinka intensiivistä voi olla (pahimmassa tapauksessa) näkymättömän yleisön ja yleisöä pelkäävän taiteilijan vuorovaikutus? Voisiko ja pitäisikö esiintymisen vuorovaikutuksellista olemusta jotenkin korostaa? Riittäisikö yleisön näkeminen? Voisiko jokin aivan uusi lähestymistapa avata uusia ulottuvuuksia esiintymistilanteisiin? Palaan näihin kysymyksiin tarkemmin tutkielman neljännessä osassa.

Kysymysteni taustalla vaikuttaa ajatusmalli, jonka myös Goehr mainitsee. Hänen mukaansa säveltäjien vapauduttua 1800-luvulla maallisista velvoitteistaan he pystyivät tekemään taidettaan norsunluutorneissaan, ilman häiriötekijöitä. Irrottautuminen ”tavallisesta” maailmasta oli kuitenkin monelle säveltäjälle haastavaa, ja moni taiteilija päätyikin tasapainoilemaan kahden ihanteen välillä: taidetta taiteen vuoksi vai taidetta ihmisille? (Goehr 2007, 211). Ainakin oman kokemukseni mukaan näiden ihanteiden vastakkainasettelun aika alkaa olla ohi. Kysymys voisi ennemminkin kuulua, kuinka roolit jakautuvat nykyään. Mikä on säveltäjän, esiintyjän ja yleisön rooli esiintymistilanteessa?

Säveltäjä Eero Hämeenniemi[18] hahmottelee asetelman tavalla, joka tuntuu myös itsestäni luontevalta. Hän puhuu säveltäjän, soittajan ja kuulijan muodostamasta voimakolmiosta, jossa kaikki osapuolet toimivat elävässä ja vapautuneessa vuorovaikutuksessa keskenään. Asetelma ei kuitenkaan ole täysin ongelmaton. Säveltäjän ja yleisön välinen vuorovaikutus on Hämeenniemen mukaan erityisen haastavaa, koska kuulijoiden mahdollisuus ilmaista ajatuksiaan on musiikkielämässämme hyvin rajallista. Hämeenniemi näkee haasteita myös soittajan ja yleisön välisessä vuorovaikutuksessa. Hän nostaa esiin länsimaisen yleisön näkymättömän roolin, jossa pimeässä salissa istuen, hiljaa ja mahdollisimman näkymättömänä

[17] Musiikin lajit olivat: populaarimusiikki, skottilainen kansanmusiikki, länsimainen taidemusiikki ja jazz-musiikki.

[18] Käsittelen Hämeenniemeä tarkemmin luvussa 6.4.

vastaanotetaan taide-elämys. Hämeenniemi toteaa kärjekkäästi, että ”näkymättömän ihmisen kanssa on vaikea olla vuorovaikutussuhteessa.” (Hämeenniemi 2007, 18–19, 28, 45.)

6.4 MUSIIKKIKULTTUURIEN HEDELMÄLLINEN KOHTAAMINEN

Tähän asti olen pohtinut sitä, kuinka oppimisympäristöni (musiikkioppilaitokset ja länsimaisen taidemusiikin käytännöt) osaltaan vaikuttivat esiintyjyyteeni. Seuraavaksi etsin vastauksia siihen, miksi muiden musiikin lajien parissa työskentely vaikutti oman kokemukseni mukaan positiivisesti muusikkouteeni ja sitä kautta esiintyjyyteeni.

Tutkimuskirjallisuuden löytäminen eri musiikinlajien ja -kulttuurien välisestä vuorovaikutuksesta on osoittautunut haastavaksi, mikä luultavasti kertoo kyseisenlaisten tutkimusten harvinaisuudesta. Hyvin lähellä tutkimusaluettani liikutaan säveltäjä Eero Hämeenniemen kirjassa *Uuden musiikin historia* (2007), jossa Hämeenniemi pohtii kattavasti länsimaisen musiikin tulevaisuuden haasteita. Hämeenniemen tapa käsitellä aihetta tuntuu erityisen läheiseltä, sillä hän käyttää länsimaista musiikkia koskevien havaintojensa vastaparina kokemuksiaan intialaisten muusikoiden ja Intian musiikkielämän parissa. (Hämeenniemi 2007, 9.) Käsittelen lisäksi David Dolanin tutkimusta *Back to the future: towards the revival of extemporisation classical music performance* (2005), jossa hän haastattelee Jerusalemin musiikkiakatemian arabialaisen musiikin osaston johtajaa, pedagogi–viulisti Taiseer Eliasta. Haastattelun avulla Dolan pureutuu arabialaisen klassisen musiikin esittämiskäytäntöihin. Hämeenniemen ja Dolanin tekstejä lukiessani melkein hämmästyin, kuinka paljon samansuuntaisia ajatuksia eri musiikkikulttuurien parissa työskentely oli herättänyt.

Länsimaisessa musiikissa oppilas yleensä opettelee soitettavat kappaleet aluksi nuoteista ja musiikki näyttäytyy graafisena abstraktiona. Hämeenniemen mukaan tämä saattaa harhauttaa oppijaa näkemään rakenteita, joilla ei ole suurta merkitystä kuulijalle. Intialaisessa musiikkikoulutuksessa lähestymistapa on päinvastainen. Perinteisessä intialaisessa musiikkikoulutuksessa kappaleet opetellaan korvakuulolta mallioppimisen keinoin. Toisin kuin länsimaisessa musiikissa Intiassa kaikki musisointi perustuu lopulta laulamiseen. Myös instrumentalistit opettelevat kappaleensa yleensä ensin laulaen. Menetelmässä korostuu mekaanisten toistojen sijaan musiikin mentaalinen hallinta. (Hämeenniemi 2007, 91–92.)

Toinen tärkeä ero länsimaisen ja intialaisen musiikkikoulutuksen välillä on Hämeenniemen mukaan siinä, kuinka musiikki kohdataan. Käytännön musisointi painottuu intialaisessa koulutuksessa, kun taas länsimaisessa koulutuksessa arvostetaan muusikkouden tukiaineita kuten historiaa ja teoriaa paljon enemmän kuin Intiassa. Hämeenniemi ilmaisee myös mielipiteensä näistä eroavaisuuksista: hänen mukaansa länsimaisen musiikkikoulutuksen opiskelijoille pitäisi tarjota mahdollisuuksia monipuoliseen käytännön musisointiin. Lisäksi hänen mielestään jokaisen muusikon olisi hyvä laajentaa omaa muusikkouttaan ja osaamistaan siten, ettei se rajoittuisi vain yhteen musiikkiperinteeseen. (Hämeenniemi 2007, 92–93, 95, 97.) Samanlaisia näkökantoja tulee esiin myös David Dolanin tekemässä haastattelussa, jonka

mukaan arabialaisessa musiikkikulttuurissa kommunikointi ja tunteiden välittäminen ovat esiintymisessä avainasemassa. Improvisointi on luonnollinen osa muusikkoutta ja esiintymisiä. Myös yleisön rooli on aktiivinen: yleisön positiivinen reagointi voi muuttaa esiintymisen kulkua paljonkin. Innostuneesti reagoivan yleisön edessä muusikko luultavasti pidentää esitystään ja ottaa enemmän riskejä improvisoidessaan. (Dolan 2005, 107–109.)

Hämeenniemen ja Dolanin havaintoihin ja ehdotuksiin on omien kokemusteni perusteella helppo yhtyä. Omalla kohdallani juuri käytännön musisointi, jota harrastin aluksi romanimusiikkiyhtyeessä ja sen jälkeen monissa muissa yhteyksissä oli se puuttuva osa, jonka avulla aloin hahmottaa omaa muusikkouttani erityisesti esiintymistilanteissa. On mielestäni mielenkiintoista, että ainakaan oma opinpolkuni ei niinkään tukenut käytännöllisiä muusikontaitoja vaan jopa osittain haittasi niiden kehittymistä. Tästä esimerkkinä toimivat mm. väärinsoittamisen pelko, vaikea suhde esiintymiseen, liiallinen perfektionismi, korvakuulolta soittamisen vaikeus ja improvisointitaidon puute. Olen täysin samaa mieltä Hämeenniemen kanssa siitä, että länsimaisen taidemusiikin koulutuksessa olisi tilausta pakollisille käytännön muusikon taidoille ja improvisaatio-opinnoille. Huomionarvoista Hämeenniemen tekstissä oli mielestäni myös se, että intialaisessa musiikkikoulutuksessa mentaaliharjoittelua painotettiin mekaanisen harjoittelun sijaan.

On kuitenkin tärkeää vielä erikseen tähdentää, että ilman koulutustani en olisi osannut soittaa instrumenttiani. Myös Hämeenniemi tarkentaa tekstissään, että perusteellisen ammattikoulutuksen saaminen vähintään yhdessä musiikkiperinteessä toimii välttämättömänä pohjana tekemiselle (Hämeenniemi 2007, 97). Olen kuitenkin samaa mieltä Hämeenniemen kanssa siitä, että eri musiikkitraditioiden ja kulttuurien välisessä vuorovaikutuksessa on paljon mahdollisuuksia ja se on ainakin omalla kohdallani rikastuttanut paljon toimintaani ja antanut virikkeitä sekä inspiraatiota myös länsimaisen taidemusiikin parissa työskentelyyn. Hämeenniemi käyttää esimerkkinä jazz-musiikkia, jonka vaikutteita länsimaisen perinteen piirissä toimiva muusikko voi käyttää etsiessään improvisatorista vapautta, irtonaisuutta tai hetken mielijohteita punnittuihin ja etukäteen suunniteltuihin sävelteoksiin (emt., 97). Hämeenniemi kuvailee edellä mainitussa esimerkissään juuri sitä ideaa, jonka ympärille rakensin taiteellisen tohtorintutkintoni konserttisarjan vuonna 2010 (aiheesta enemmän luvussa 7).

6.5 IMPROVISATORINEN LÄHESTYMISTAPA

Improvisaation ”löytäminen” on avannut omalla kohdallani monta lukkoa. Improvisaatio näyttäytyy itselleni vapauden kenttänä, joka ei kahlitse vaan ennemminkin vapauttaa toimimaan eri impulssien ja inspiraation mukaisesti. Olen kokenut, että improvisoimalla pystyy harjoittelemaan mm. spontaaniutta, heittäytymistä ja improvisatorista vapautta erittäin tehokkaasti. Sillä, kuinka improvisoi, ei ole niinkään ollut minulle merkitystä: olen vuosien varrella harrastanut improvisointia laidasta laitaan, myös poikkitaiteellisissa yhteyksissä ja kokenut sen kaikissa muodoissaan erittäin hyödylliseksi. Liialliseen kontrollointiin

taipuvaiselle perfektionistille improvisaatio on mielestäni mitä parhainta vastalääkettä. Näkemystäni tukee myös *Psychology of Music* -julkaisun artikkeli *Free improvisation and performance anxiety among piano students* (2013), jossa tutkittiin vapaan improvisaation mahdollisia positiivisia vaikutuksia esiintyjyyteen. Tutkimuksella pystyttiin osoittamaan, että koehenkilöt olivat stressaantuneempia esittäessään sävellettyjä kappaleita kuin vapaata improvisaatiota. Stressiä vähensivät täydellinen ilmaisun vapaus, joka sai koehenkilöt elämään hetkessä. Myös onnistumista ennalta määrittävien standardien poissaolo (teos ja arviointi) vähensi stressiä. (Allen 2013, 75, 85.)

Improvisaatio nousee myös Hämeenniemen kirjassa esille usein. Hän mm. toteaa improvisoinnin valitettavasti puuttuvan edelleen musiikkioppilaitosten (klassisen musiikin) opinto-ohjelmista, vaikka klassisen musiikin historialliset tyylit tarjoaisivat paljonkin mahdollisuuksia improvisaation harjoittelulle. Improvisaation integrointi opintoihin olisi Hämeenniemen mielestä täysin mahdollista, mutta vaatisi paljon työtä oppimateriaalien laatijoilta ja soitinopettajien kouluttajilta. (Hämeenniemi 2007, 94.)

Kymmenessä vuodessa on tapahtunut paljon ja näkemykseni mukaan Hämeenniemen esittämään haasteeseen on alettu vastata, mm. Teemu Kiteen kirja (DocMus-tohtorikoulun kehittäjäkoulutus) *Kelluntamusiikki – Improvisoinnin opetusmenetelmä* (2014), on tästä hyvä esimerkki. Myös opetushallituksen 20.9.2017 julkaisema uusi taiteen perusopetuksen laajan ja yleisen oppimäärän opetussuunnitelma kertoo asenneilmapiirin muutoksesta. Musiikillisen ja luovan ajattelun kehittämiseksi opintoihin sisältyy jatkossa mm. improvisointi- ja sävellysopintoja. Lisäksi esiintymisen taitoja pyritään kehittämään tutustumalla muiden taiteenalojen ilmaisukeinoihin ja kannustamalla taiteidenväliseen vuorovaikutukseen. (Opetushallitus, 2018.) Suunta on mielestäni positiivinen, vaikka tavoitteisiin vastaaminen vaatii – Hämeenniemeä mukaillen – paljon oppimateriaalien laatijoilta ja soitonopettajien kouluttajilta.

Oman kokemukseni mukaan improvisatorinen lähestymistapa musiikkiin (musiikkityylistä riippumatta) vaikuttaa erityisen paljon esiintymistilanteessa ja tuo yleisön ja esiintyjän vuorovaikutukseen ulottuvuuksia lisää. Muutama vuosi sitten julkaistun tutkimuksen *The improvisatory approach to classical music performance: an empirical investigation into its characteristics and impact* (2013) päätavoitteena oli selvittää klassisen improvisaation vaikutusta esiintyjään ja yleisöön sekä heidän väliseen vuorovaikutussuhteeseensa live-konserttitilanteessa. Imperial College Londonin ja The Guildhall School of Music and Draman yhteistyönä toteutetussa tutkimuksessa käytettiin aivotutkimusta, mikä teki siitä poikkeuksellisen. (Dolan, Sloboda, Jensen, Crüts & Feygelson 2013, 1–2.)

Työryhmä määrittelee tutkimukselle keskeisen sanaparin *improvisatorinen lähestymistapa* hyvin tarkasti. Perinteisesti musiikin esittämiskäytäntöjä koskevissa tutkimuksissa sävelletty musiikki ja improvisaatio nähdään hyvin selvärajaisina ja erillisinä asioina. Tutkijaryhmä venyttää perinteistä improvisaatio-käsitettä ja sisällyttää siihen kaikki esittämiseen liittyvät spontaanit osa-alueet, jopa täysin sävelletyssä musiikissa. Kyseisenlainen improvisatorinen

lähestymistapa eroaa esimerkiksi espressiivisyyden käsitteestä sillä, että valinta lähestymistavasta on tietoinen ja sitä seuraa spontaaniuden elementti läpi esityksen. Nämä spontaanit elementit voivat näkyä esim. ajoituksessa, dynamiikassa, sävyissä jne. (Dolan et al. 2013, 2–3.)

Tutkimusasetelmassa kolmen hengen kamarimusiikkiyhtye esiintyi konsertissa suuressa luokkahuoneessa, jota normaalistikin käytettiin konserttien pitämiseen. 14 hengen yleisölle annettiin ennen konserttia kyselylomake, joka tuli täyttää konsertin aikana. Yleisölle esityksen kerrottiin sisältävän viisi trioesitystä, kaksi kertaa soitettuna, jotka sisältäisivät joitain improvisaatioon liitettäviä elementtejä. Esiintyjiä oli ohjeistettu soittamaan sama lyhyt teoksen osa kerran improvisoivalla otteella ja toisen kerran suunnitelmallisesti, mutta ilman riskinottoa. Jokaisen kaksiosaisen (improvisoitu ja ei-improvisoitu) esityksen jälkeen yleisö sai lyhyen ajan arvioida esityksen improvisatorisen luonteen tasoa, innovatiivisuutta, mukaansatempaavuutta, vakuuttavuutta ja riskinoton tasoa. Kaavakekyselyn lisäksi kaikkien kolmen muusikon ja kahden yleisön jäsenen aivotoiminnan muutoksia mitattiin EEG-laitteella esityksen ajan. (Dolan et al. 2013, 7–8.)

Tutkimustulokset viittasivat selvästi siihen, että improvisatorinen lähestymistapa esiintymisessä johtaa yleisön intensiivisempään läsnäoloon ja kuunteluun. Aivotutkimus osoitti, että kuulijoiden ja esiintyjien aivojen aktiivisuustasojen vaihtelut vastasivat improvisatorisessa esiintymistilanteessa toisiaan. Positiivisten vaikutusten ilmenemiseen riitti esiintymisen improvisatorinen luonne, täysin improvisoituja nuotteja ei tarvittu välttämättä lainkaan. Tutkimuksella pystyttiin myös osoittamaan, että esiintymisen improvisatorinen luonne voi inspiroida ja rohkaista esiintyjää sekä tarjota yleisölle syvemmän ja tyydyttävämmän musiikillisen kokemuksen. Tulosten perusteella – sen pilottiluonteesta huolimatta – improvisaation roolia ja sen tarjoamia mahdollisuuksia klassisessa koulutuksessa ja esittämiskäytännöissä rohkaistiin arvioimaan uudelleen. (Dolan et al. 2013, 31, 33.)

Dolanin tutkimusryhmän tutkimustulos ei tullut minulle yllätyksenä, koska oma kokemukseni asiasta on hyvin samansuuntainen. ”Improvisaatioheräämisen” kokemuksia tuli vastaan myös useissa viime vuosina julkaistuissa muusikko-tutkijoiden tekemissä tutkimuksissa. Mm. Juho Laitinen kuvailee taiteellisen tohtorintyönsä kirjallisessa työssä, kuinka hänen ensimmäiset kokemuksensa muusikoiden ja tanssijoiden yhteisissä vapaamuotoisissa jameissa olivat terapeuttisia mahdollistaen musiikin virtaamisen ilman ääneen ja ilmaisuun liittyvää ”hyvän maun” mukaista säätelyä. Laitinen myös kuvailee, kuinka John Cagen musiikkiin ja psykoanalyysiin tutustuminen muuttivat käsitystä improvisaatiosta ja saivat hänet nostamaan improvisatorisuuden kaiken luovan tekemisen perusperiaatteeksi. Psykoanalyysin ja improvisaation yhtäläisyyksiksi Laitinen mainitsee mm. mahdollisuuden työskennellä hyväksyvässä ilmapiirissä, työstää pois luovuutta rajoittavia estoja, ottaa käyttöön alitajuisempia impulsseja ja hyväksyä tiedostamaton osaksi omaa taiteellista identiteettiä. (Laitinen 2013, 37.)

Myös Kristiina Junttu kertoo tohtorintyönsä raportissa, kuinka sukeltaminen improvisaatioon muutti hänen muusikkouttaan, kehotietoisuuttaan ja tapaansa opettaa. Juntun kokemuksessa on merkittäviä yhtäläisyyksiä omiin kokemuksiini: varhainen opinpolku perinteisessä musiikkiopistoympäristössä, kehotietoisuuden vahvistuminen tietynlaisen ohjelmiston parissa ja monipuolisten improvisaatiokokemusten positiivinen vaikutus omaan muusikkouteen. Junttu kuvailee, kuinka improvisaatiokokemuksista innostuneena alkoi sisällyttää harjoitteluunsa erilaisia materiaaleja: sointukulkuja, sointeja, asteikkoja, värikenttiä ja rytmisiä aihioita. Junttu huomasi jo pelkästään improvisaatioon valmistavien harjoitusten tekemisen kehittävän muusikkouttaan ja lisäävän vapautta. Mielenkiintoisena pidän Juntun havaintoa siitä, kuinka improvisaatio syvensi hänen kehollisuuden kokemustaan.

Junttu kokee saaneensa improvisaation avulla kosketuksen omaan sisäiseen maailmaansa, itsensä toteuttamiseen ja ilmaisuun. Junttu kuvailee, kuinka improvisatorinen lähestymistapa sai hänet kuuntelemaan kehoaan, mikä vapautti soittoa soinnillisesti ja avasi entistä kommunikatiivisemman horisontin soittotapahtumaan. Keholähtöisempi kuuntelutapa vähensi myös arvottavaa sisäistä puhetta. (Junttu 2010, 171–172.)

Improvisaatioaiheet ovat keskeisiä tutkimusaiheita ja -kohteita kansanmusiikin- ja jazz-musiikin tutkimuksissa. Tutkielmaani liittyvää, esiintyjyyden ja improvisaation suhdetta, sivutaan ainakin Kristiina Ilmosen ja Outi Pulkkisen taiteellisen tohtorintutkinnon kirjallisissa töissä. Kristiina Ilmonen kirjoittaa improvisaatiosta kiehtovasti kirjallisessa työssään *Musiikkia vanhoilta ja uusilta laitumilta* (2014). Ilmosen mukaan oman ilmaisunsa kehittymisessä ja vapautumisessa improvisaatio on ollut hänelle keskeinen keino ja työväline. Ilmonen kuvailee suhdettaan improvisaatioon seuraavanlaisesti: ”Impro on hienointa silloin, kun löytyy jotain uutta, sellaista jota ei tiennyt olevan olemassa. Se on hienointa, kun onnistuu olemaan hetkessä mukana omana itsenään ja auki. Improssa kaikki voi mennä pieleen, mutta se riski on pakko ottaa.*”* (Ilmonen 2014, 14, 64.) Auki olemisesta puhuu improvisaation yhteydessä myös Outi Pulkkinen kirjallisessa työssään *Runolaulusta kokonaisvaltaiseen improvisointiin* (2016). Pulkkisen mukaan vapaan improvisaation esityksessä hänen tunnereaktionsa ovat parhaimmillaan aidommat ja spontaanimmat kuin harjoitellussa esityksessä. Ilmaisun vapaus nousee uudelle tasolle ilman ennalta määrättyjä rajoitteita tai tavoitteita. Myös tämänhetkisyys korostuu. (Pulkkinen 2016, 16.)

OSA IV: POLUT YHDISTYVÄT

7 JATKO-OPINNOT

Koko ammattiopiskeluni ajan pidin crossover-toimintani tietoisesti täysin erillään ”vakavista” opinnoistani Sibelius-Akatemiassa. Pidin pitkään omaa "pimeää puoltani" asiana, joka paljastuttuaan saattaisi kaiken tekemiseni huonoon valoon. Ajat ovat kuitenkin muuttuneet varhaisista opiskeluajoistani. Nykyään crossover on jo yleisempää ja monipuolisiin muusikoihin suhtaudutaan positiivisen kiinnostuneesti. Valmistuttuani rohkaistuin ja päätin yhdistää kaksi pitkään erillään kulkenutta polkua. Otin ”pimeän puoleni” mukaani myös konserttisaleihin.

Vuonna 2010 hain opiskelemaan DocMus-tohtorikouluun (silloinen DocMus-yksikkö). Edeltävän syksyn olin ollut omasta tahdostani täysin irti kaikista vakinaisista kiinnityksistä ja hain uutta suuntaa tekemiselleni mm. Berliinistä. Mielessäni oli jo pidemmän aikaa kytenyt ristiriita ja kysymys: voisinko löytää foorumin, jossa kaikkien osaamisalueitteni yhdistäminen ja kehittäminen olisi mahdollista. Ylimääräisenä opiskelijana viimeistelin ja hioin jatkotutkintosuunnitelmaani, jonka konserttisarjan otsikoksi tuli lopulta Kansanmusiikkivaikutteinen viulu- ja kamarimusiikki. Konserttisarja oli koottu eri maiden vahvasti kansanmusiikkivaikutteisista sävellyksistä. Konserteissa kuultiin myös länsimaisen taidemusiikin raja-aitoja lähestyviä ja niitä ylittäviä ohjelmanumeroita kuten esimerkiksi kansanmusiikkia ja improvisaatiota. Ajatuksenani oli, että kyseisenlaisen ohjelmiston parissa ”pimeän puoleni” tuominen konserttisaliin oli mahdollista ja perusteltua.

*Kansanmusiikkivaikutteinen ohjelmisto osoittautui hyväksi valinnaksi: ohjelmistoa soittaessani tunsin pimeän puoleni olevan soittotapahtumassa mukana. Kokemus oli voimakkaan kehollinen ja kokonaisvaltainen. Improvisatorinen lähestymistapa, leikkimielisyys, riskinotto ja yleisön kanssa vuorovaikutukseen pyrkiminen kumpusivat syvältä eikä niiden rajoittamiseen tuntunut olevan tarvetta kyseisen ohjelmiston parissa. Pikemminkin päinvastoin. Konsertin loppuhuipennus oli useimmiten kansanmusiikkinumero, joka sisälsi improvisoituja sooloja. Tämä numero oli aina itselleni äärimmäinen huippukohta, jonka aikana päästin itseni tietoisesti täysin irti. Konsertin lopussa vapauden aste on ainakin omalla kohdallani aina suurempi kuin konsertin alussa. Kun lisäsin tähän elementin (kansanmusiikkinumeron), joka kannusti erityiseen irtiottoon, koin olevani ”asian” ytimessä. Parasta oli tunne siitä, että läsnäolon ja innostuksen hetki oli yleisön kanssa jaettu ja yhteinen. (*Ks. Liite A*)*

7.1 SOITTAJAN KEHOMIELI

> ”Kuta lujemmin te takerrutte ajatukseen, että haluatte oppia ampumaan nuolen niin että varmasti osutte maaliin, sitä vähemmän pystytte siihen ja sitä kauemmaksi maali siirty –– Irtaantumalla itsestänne, luopumalla niin ehdoitta itsestänne kuuluvasta, ettei mitään muuta jää jäljelle kuin viritys, jota ei suoriteta minkään tarkoituksen vuoksi.” (Herrigel 1992, 32.)

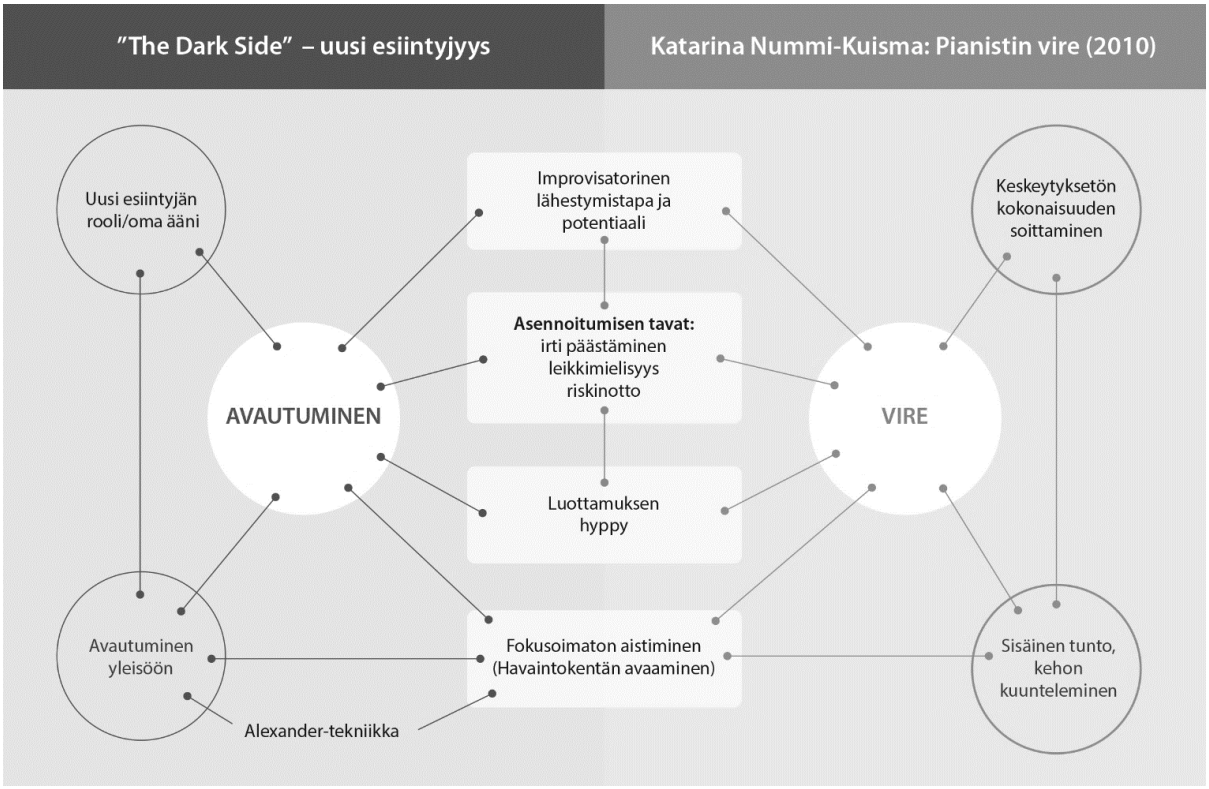
Crossover-toimintani ansiosta löysin itsestäni uudenlaisen esiintyjän. Jatkotutkintokonserteissani, soittaessani kansanmusiikkivaikutteista klassista musiikkia, uusi esiintyjyys alkoi näyttäytyä myös toimiessani länsimaisen taidemusiikin viitekehyksessä. Positiiviset esiintymiskokemukset ja vahvistunut esiintyjäidentiteetti saivat minut kiinnostumaan entisestään esiintymisestä ja ennen kaikkea siitä, miksi arviointitilaisuuksissa ja pimeissä saleissa tunsin edelleen olevani hieman pidättynyt. Ymmärsin tietynlaisten esiintymisten toimivan ärsykkeen tavoin; kohdatessani ärsykkeen tapahtui jotain, mitä en vielä täysin ymmärtänyt. Etsin vastauksia kirjoista ja jopa hypnoosin avulla. Toimivan työvälineen löysin kuitenkin vasta otettuani yhteyttä tamperelaiseen Alexander-tekniikan opettajaan. Alexander-tekniikan [19] avulla aloin ensimmäistä kertaa elämässäni hahmottaa omaa kehollisuuttani sekä ymmärtää mielen ja ruumiin saumattoman yhteistyön tärkeyttä kaikessa olemisessa – ei siis vain soittotapahtuman yhteydessä. Pystyin samastumaan jo pelkästään Alexanderin elämäntarinaan vahvasti, sillä haitalliset tottumukseni konkretisoituivat näkyvimmin Alexanderin tavoin juuri esiintymistilanteessa. Alexander kadotti esiintyessään äänensä ja vaikka olen viulisti, tunsin täysin samoin. Kohdatessani voimakkaan ärsykkeen, esimerkiksi arvioivan lautakunnan, menin piiloon ”itseeni”, mikä vaikeutti teknistä suoritusta, vapautumista ja yleisön kohtaamista entisestään. Itseen piiloutuminen oli siinä mielessä huono puolustusmekanismi, että pahin kriitikko asui oikeasti sisälläni. Pahimmillaan tunne oli aina

19 Alexander-tekniikan kehitti Tasmaniassa vuonna 1869 syntynyt näyttelijä Frederick Matthias Alexander. Hänen lupaavasti alkanutta näyttelijänuraansa alkoi yllättäen haitata esityksissä toistuvat hengitysongelmat ja äänen käheys. Ongelma ei ratkennut levolla tai lääkäreiden avulla: aina viimeistään esityksen puolessa välissä Alexanderin ääni petti. Hän turhautui lääkäreiden ja opettajien neuvoihin ja päätti etsiä itse ratkaisun ongelmaansa. Alexanderin tutkimusten yksi keskeisimpiä havaintoja on, että ihmisen kehon asentoja ja tasapainoa automaattisesti ylläpitävät mekanismit toimivat vain, jos jätämme itsemme rauhaan emmekä tee mitään. Pään oikea sijainti löytyi luontaisten ryhtimekanismien kautta. Vääränlaisten toimintatapojen tiedostaminen ja välttäminen saivat Alexanderin äänen laadun paranemaan ja kurkunpään ongelmat ratkeamaan itsestään. Kehitettyään tekniikkaansa pidemmälle Alexander havaitsi vapautuvansa tottumuksiin perustuvista vaistonvaraisista suuntauksistaan. Näiden havaintojen pohjalta syntyi psykofyysiseen ajatteluun perustuva uusi oppimismenetelmä: Alexander-tekniikka. Kokemusten välittäminen oppilaille ei kuitenkaan ollut tarkoituksenmukaista pelkästään sanallisesti: saadakseen kokemuksen paremmasta psykofyysisestä koordinaatiosta oppilasta oli ohjattava hienovaraisesti käsin. Alexander omisti loppuelämänsä tämän prosessin kehittämiseen ja hienosäätöön. Hän kirjoitti Alexander-tekniikasta neljä kirjaa: Man’s Supreme Inheritance (1910), Constructive Concious Control of the Individual (1923), The Use of the Self (1932) ja The Universal Constant in Living (1941). (Gelb 2013, 21–31.)

esiintymisen alussa ja helpotti yleensä esityksen edetessä. Vaikeimmissa esiintymisissä sulkeutuminen oli niin täydellistä, että muistikuvaksikin jäi vain pimeys.

Soittajan arkikokemuksesta poikkeava kehomielen tila, vire, nousee Nummi-Kuisman tutkimuksessa ensiarvoiseen asemaan esiintymisessä. Onnistuneet esiintymiskokemukset näyttävät omalla kohdallani liittyvän kiinteästi Nummi-Kuisman kuvailemaan soittajan vireen löytämiseen. Vireen saavuttamisen vaikeus erityisesti teosuskollisen esiintyjän roolissa ja klassisen musiikin konserttikonventioihin nojautuvissa tilanteissa on selitettävissä vääränlaisilla asenteillani ja erityisesti oman kehollisuuteni huonolla hahmottamisella. Omalla kohdallani uudenlaiset toimintaympäristöt saivat minut avautumaan, kohdistamaan huomion yleisöön, löytämään improvisatorisen potentiaalini, leikkimään ja heittäytymään. Kokemus oli tiedostamattomasti hyvin kehollinen, mikä sai soittamisen tuntumaan helpommalta ja sisältä kumpuavalta. En kuitenkaan ymmärtänyt miksi. Uskon, että juuri tästä tiedostamattomuudesta johtui jo aikaisemmin mainitsemani ”jakautuneen muusikkopersoonan syndrooma”. Oman kehomielen yhteyden ja tätä kautta totunnaisten haitallisten käyttäytymismallieni hahmottaminen Alexander-tekniikan avulla on ollut mielestäni vielä crossover-toimintaakin tärkeämpi tekijä matkallani kohti omaa sisäistä ääntäni ja optimaalista kehomielen tilaa esiintymisissä.

7.2 AJATUSKARTAT: AVAUTUMINEN JA VIRE



Kuva 2: Ajatuskartat. (Visuaalinen ilme: Annu Oksala)

Katarina Nummi-Kuisman väitöstyön avulla olen pystynyt ymmärtämään, miksi erilaiset toimintaympäristöt ja tutustuminen musiikin eri lajeihin vaikuttivat esiintymiseeni positiivisesti ja miksi huomion siirtäminen omasta suorituksesta mm. yleisöön sai kiinnostumaan esiintymisen kehollisista ulottuvuuksista täysin uudella tavalla. Nummi-Kuisman kirjan pohjalta pystyn luontevasti liittämään myös Alexander-tekniikkaharrastukseni saumattomasti tähän yhtälöön.

Tein kaksi ajatuskarttaa (*Kuva 2, s.59*). Ensimmäisessä, omiin kokemuksiini perustuvassa, kartassa asetin keskiöön sanan avautuminen, sillä itselleni se on ollut onnistuneen esityksen keskeisimpiä elementtejä ja mietin, mitkä asiat vaikuttivat sen toteutumiseen esiintymistilanteessa. Tämän jälkeen tein toisen kartan, jossa Nummi-Kuisman kirjan avulla selvitin, mitkä asiat vaikuttivat Nummi-Kuisman kuvaileman optimaalisen vireen syntyyn. Aavistus näiden ajatuskarttojen mahdollisista yhtäläisyyksistä heräsi jo ennen karttojen tekoa. Tämän vastakkainasettelun pohjimmainen tarkoitus oli tuoda näkyväksi oma havaintoni siitä, että crossover-toimintani erilaisissa esiintymisympäristöissä vaikutti asennoitumisen tapaani ja tätä kautta edesauttoi Nummi-Kuisman kuvaileman optimaalisen viretilan saavuttamista esiintymistilanteessa. Alexander-tekniikkaharrastuksen avulla aloin tietoisesti hahmottaa omaa havaintokenttääni esiintymisen aikana ja koin olevani korostuneessa mielessä läsnä esiintymistilanteessa. Tämä liittyy mielestäni kiinteästi Nummi-Kuisman näkemykseen siitä, että kokonaisvaltainen aistiminen vahvistaa soittajan kehotuntoa ja ylläpitää soittamisen virettä. (Nummi-Kuisma 2010, 236–237.)

Tarkoituksenani ei ole vetää yhdysmerkkejä Nummi-Kuisman kuvaileman vireen ja oman karttani avainsanan avautuminen kanssa. Avainsanan määrittely oli hankalampaa kuin olin ajatellut. Mikä on se optimaalinen, sanoinkuvailemattoman hieno ja energiaa väreilevä tila, jonka saavuttaa parhaimmillaan esiintymistilanteessa? Kirjoitin sanan avautuminen, koska se on itselleni tämän tilan suurimpia tunnusmerkkejä. Lisäksi avautuminen on sulkeutumisen vastakohta. Pelkkä optimaalinen tilakin kuulostaa jostain syystä liian vaatimattomalta ilmaisulta. Uskon ajatuskarttojeni ja kokemukseni perusteella puhuvani samankaltaisesta virittäytymisen tilasta kuin Nummi-Kuisma.

Oikeanlainen asennoitumisen tapa näyttää olevan tärkeä tekijä sekä omissa onnistuneissa esiintymiskokemuksissani että Nummi-Kuisman kuvaileman vireen saavuttamisessa. Omalla kohdallani suurimmat asennemuutokset liittyivät irti päästämiseen, riskinottoon, leikkimielisyyteen ja vuorovaikutukseen yleisön kanssa. Liiallisesta kontrolloinnista irrottautuminen oli helpompaa, kun sai käytännössä kokemuksia uhkarohkeasta heittäytymisestä, väärinsoittamisesta, improvisaatiokokeiluista, yllättävistä tilanteista ja vuorovaikutuksellisista kohtaamisista yleisön kanssa. Arvioinnin, teosuskollisuuskäsitteen ja kilpailumentaliteetin täydellinen poissaolo vapauttivat leikkimään ja kokeilemaan. Nämä kokeilut tapahtuivat aluksi kuvailemissani vapaamuotoisemmissa esiintymisfoorumeissa. Tämä improvisatorinen lähestymistapa vaati toteutuakseen oikeanlaisen luottamuksen ympäristön, mikä omalla kohdallani tarkoitti yhteisöä (muusikkotoverit ja yleisö), jossa minua kannustettiin olemaan oma itseni. Olen vahvasti sitä mieltä, että muutos asennoitumisen

tavassa johtui ensisijaisesti ympäristön muutoksesta. Liiallisesta kontrolloinnista luopuminen, irti päästäminen ja vapaus olivat keskeisiä teesejä jo opiskeluaikanani. Oma kokemukseni on kuitenkin, että suorituspainotteisessa asennoitumisen tavassa vapauskin pyritään saavuttamaan tietoisesti tahtomalla, pahimmassa tapauksessa pakottamalla. Ainakin omalla kohdallani motiivit vapauden tavoittelun takana liittyivät vielä opiskeluaikana laskelmoidusti paremman suorituksen saavuttamiseen.

Irti päästäminen, riskinotto ja leikkimielisyys liittyvät kiinteästi myös Nummi-Kuisman kuvaileman vireen saavuttamiseen. Vireen suurimpia uhkia ovat Nummi-Kuisman mukaan automatisoituminen, luja tahtominen, liiallinen kontrolli, kritiikki ja arvottaminen. (Nummi-Kuisma 2010, 218–219.) Avoimena pysyminen edellyttää Nummi-Kuisman mukaan luottamuksen hyppyä ja tahtoa olla osa elävää kokonaisuutta (emt., 188–189). Tämä ajatus tukee mielestäni omaa kokemustani siitä, että ympäristössä, jossa koin olevani hyväksytty omana itsenäni ja vapaampi toteuttamaan sisäisiä musiikillisia impulssejani, oma ääneni ja tietynlainen alkuvoima heräsivät uudella tavalla esiintyessäni eloon. Avoimena pysyminen ja elävässä kokonaisuudessa toimiminen edellyttävät mielestäni improvisatorista asennetta. Myös Nummi-Kuisma nostaa improvisatorisuuden virettä kannattelevaksi voimaksi. Nummi-Kuisman mukaan soittajan vireen saavuttaminen ja ylläpitäminen vaatii irtautumista suorittavasta ja ennalta tietävästä asenteesta, mikä edellyttää halua kuulla musiikki uudella tavalla, uutena eikä toistettuna. Nummi-Kuisma puhuu myös improvisatorisesta potentiaalista, joka toteutuakseen vaatii irtiottoa imitoinnin ideaalista. (Emt., 200–202.)

7.3 HAVAINTOKENTÄN AVAAMINEN

Uudenlaiset esiintymisympäristöt saivat havaintokenttäni avautumaan: havaintokenttä ei rajoittunutkaan enää oman suorituksen ja omien reaktioiden tarkkailuun. Havaintokentän avautuminen tapahtui aluksi huomaamatta: vahvempi kontakti ja katsekontakti inspiroivien kanssamuusikoiden kanssa oli ensimmäinen avain. Uudenlaisissa esiintymisympäristöissä havaintokenttä alkoi aueta samalla tavoin myös yleisön suuntaan. Yhtäkkiä lavalla olemisessani oli täysin uusi ulottuvuus: tilassa oleminen ja laajeneminen. Tilan hahmottaminen toimi edellytyksenä tilassa laajenemiselle, joka puolestaan lähti minusta itsestäni, oman kehollisuuden ja vahvan kehollisen tuntemuksen kautta. Laajenevan kehontuntemuksen taustalla vaikutti myöhemmin myös Alexander-tekniikkaharrastukseni, jonka periaatteita aloin aktiivisesti ajatella ja soveltaa esiintymisissäni. Avautuminen tilaan ja tilassa toi vapauden ja vahvistuneen läsnäolon tunteen.

Hahmotan avautumisen kehollisena tilassa olemisen kokemuksena, mutta Nummi-Kuisman ajatuksia lukiessani olen ymmärtänyt, että avautuminen on kokonaisvaltaista ja toteutuu myös soittamisen tapahtumassa. Sävellys ja soittaja eivät ole erillisiä asioita. Nummi-Kuisma näkeekin sävellyksen olevan osa soittajan olemisen tilaa: sävellys ikään kuin vedetään soittajan läpi. Tässä olemisen tilassa sävellys ei ala eikä lopu vaan on jo jossain ulottuvuudessa olemassa. (Nummi-Kuisma 2010, 215–216.) Soittajan suhde musiikkiin on siis

kehollinen, musiikki kumpuaa kehon sisältä. Ymmärrän asian niin, että myös musiikki itsessään voi toimia lähtöimpulssina avautumiselle. Muistan jo opiskeluaikana siirtäneeni huomiota suorittamisesta ja oikein soittamisesta musiikin tekemiseen, mikä edesauttoi usein vapautumista paljon. Parhaimmillaan kokemus levisi koko kehoon. Kehollisen ja tilallisen hahmottamisen kautta tapahtuva avautuminen on kuitenkin omalla kohdallani osoittautunut tehokkaammaksi ja tarkoituksenmukaisemmaksi lähestymistavaksi.

Havaintokentän avaaminen on myös asia, joka sitoo Alexander-tekniikkaharrastukseni Nummi-Kuisman vireeseen. Hahmotan esiintymistilassa olemisen nykyään täysin Alexander-tekniikan kautta. Tärkeitä oivalluksia ovat olleet havaintokentän avaaminen ja sen auki pitäminen. Olen alkanut ymmärtää, että aikaisemmat pimeyden kokemukseni vaikeiksi kokemissani esiintymistilanteissa ovat johtuneet erilaisten ärsykkeiden aiheuttamasta havaintokentän sulkemisesta. Alexander-tekniikassa havaintokentän aukipitämiseen harjaantuu ja sen sulkeutumisen tiedostaa. Olen kokenut esiintymistilanteessa, että tämä havaintokentän aukipitäminen saa koko kehon aistimaan ja avautumaan kokonaisvaltaisemmin. Oma keho tuntuu laajenevan koko tilaan.

Katarina Nummi-Kuisma puhuu mielestäni samasta asiasta kertoessaan vireeseen liittyvästä fokusoimattoman aistimisen tavasta, jossa näkeminen, kuuleminen ja tunteminen voivat olla epäspesifejä aistimuksia ilman fokusta. Käytännössä fokusoimaton katsomisen tapa tarkoittaa Nummi-Kuisman mukaan koko näkökentän huomioimista ääriään myöten, ja se toimii vastakohtana katseen kohdistamiselle yhteen pisteeseen. Katsomisen kokemus muuttuu Nummi-Kuisman kokemuksen mukaan ilmavammaksi ja säteilee elävyyden kokemuksena koko kehoon. Fokusoimaton aistiminen rentouttaa ja voimistaa kehon sisäisiä tuntemuksia. Fokusoimaton aistiminen, tapahtui se näkö- tai kuuloaistin kautta, vaikuttaa positiivisesti kehontuntoon, minkä vuoksi sitä on Nummi-Kuisman mukaan hyödynnetty mm. muusikoiden oppimis- ja valmennustilanteissa. Monet soittajat ovat saaneet apua muistamiseen ja virtuoosisiin ongelmiin. (Nummi-Kuisma 2010, 232–233, 236.)

Jaan täysin Nummi-Kuisman kokemuksen fokusoimattomasta aistimisen tavasta ja sen vaikutuksesta koko kehontuntoon. Olen myös samaa mieltä siitä, että asiasta puhutaan yllättävän vähän (Nummi-Kuisma 2010, 146). Varsinkin soittamisen visuaalinen aistiminen jää ainakin oman kokemukseni mukaan täysin auditiivisen aistimisen varjoon. Oma kokemukseni on, että omalla kohdallani fokusoimaton aistiminen aukeaa juuri näköaistin kautta ja olen huomannut sen vaikuttavan positiivisesti myös samanaikaisesti tunto- ja kuuloaistiin. Nummi-Kuisman mukaan fokusoimattoman aistimisen tapaan liittyy myös soittajan oman sisäisen puheen (reflektoivan ajattelun) loitontuminen: fokusoimattoman aistimisen tilassa sisäiset äänet hiljentyvät, kokonaisvaltainen aistiminen ei anna niille tilaa. Suorittava tila muuttuu vastaanottavaksi tilaksi. (Emt., 236.) Nummi-Kuisman mainitsema soittajan sisäinen puhe on asia, joka omalla kohdallani paheni suorituskeskeisyyden kierteessäni asteittain. Olen kokenut, kuten Nummi-Kuisma esittää, että kokonaisvaltaisen avautumisen, vapautumisen ja aistimisen tilassa sisäiset äänet hiljenevät.

Ritva Koistinen-Armfelt ottaa kantaa Nummi-Kuisman näkemykseen fokusoimattomasta aistimisesta. Koistinen-Armfelt pohtii asiaa kanteleensoittajan näkökulmasta ja toteaa, että joissain tilanteissa esimerkiksi nykymusiikkiteoksissa tarvitaan fokusoitua tarkkaavaisuutta kuten myös kamarimusisoidessa. Koistinen-Armfeltin mukaan muusikko voi vaihtaa joustavasti tarkkaavaisuutensa moodia tilanteesta ja tehtävästä riippuen. (Koistinen-Armfelt 2016, 41.) Mielestäni Koistinen-Armfeltin näkemys on tärkeä lisä, kun pohditaan fokusoimattoman aistimisen hyödyntämisen mahdollisuuksia. Olen itse oppinut Alexander-tekniikassa, että havaintokentän aukipitäminen on ensisijaista, varsinkin kun tavoitellaan avointa valppauden tilaa. Havaintokentän tietoinen avaaminen saa aistit aukeamaan. Keskeistä kyseisenlaisessa tietoisuuden tilassa on se, että havaintokentän sulkeutumisen huomaa. En ole kokenut, että huomion kohdistaminen sinänsä välillä nuotteihin, kanssamuusikoihin tai yleisöön vaikuttaisi fokusoimattomaan aistimisen tilaan. Koistinen-Armfeltin huomio tarkkaavaisuuden eri moodeista ja niiden säätelyn tarpeesta on siis mielestäni paikkaansa pitävä teoria. Olen henkilökohtaisesti kokenut, että fokusoimattoman aistimisen tila on elävä moniaistinen tila, jota yhden aistin hetkellinen fokusoiminen ei tuhoa. Nummi-Kuismakin mainitsee, että kehontunto laajenee ja muuttuu fokusoimattomaksi, jos näkö- tai kuuloaisti on fokusoimaton. (Nummi-Kuisma 2010, 233). Staattinen, tiedostamaton ja jatkuva fokusoiminen yksittäisiin asioihin on sen sijaan mielestäni eräänlaista kiinnipitämistä, joka estää avoimen valppauden tilan syntymisen ja voi saada täysin sulkeutumaan.

Nummi-Kuisman mukaan fokusoimattoman aistimisen tapaan liittyy myös soittajan oman sisäisen puheen[20] (reflektoivan ajattelun) loitontuminen: fokusoimattoman aistimisen tilassa sisäiset äänet hiljentyvät, kokonaisvaltainen aistiminen ei anna niille tilaa. Suorittava tila muuttuu vastaanottavaksi tilaksi. (Nummi-Kuisma 2010, 236.) Olen kokenut, kuten Nummi-Kuisma esittää, että kokonaisvaltaisen avautumisen, vapautumisen ja aistimisen tilassa sisäiset äänet hiljenevät. Lisäksi sisäisiä ääniä on hillinnyt Aleksander-tekniikassa oppimani ei-reagointi, jonka avulla ärsykkeisiin reagointi on ehdollista. Sama ajatusmalli näkyy mielestäni myös Kari Kurkelan tekstissä: Kurkelan mukaan oikea tapa tutustua tunteisiin on kohdata ne *mitään tekemättä*, sillä tunteen intensiivinen kokeminen heikentää sitä. (Kurkela 1993, 182–183.) Olen kokenut kyseisen (Alexander-tekniikassa keskeisen) ei-reagoinnin hyvin tärkeäksi työvälineeksi varsinkin erityisen stressaavissa esiintymisissä, joissa pelot muistivirheistä tai epäonnistumisesta usein nousevat helpommin pintaan. Vahva kokemus siitä, että kaikenlaiset

[20] Sisäisistä äänistä kerrotaan havainnollisesti ja helposti lähestyttävällä tavalla mm. urheilupsykologian uranuurtajana pidetyn Timothy Gallawayn läpimurtoteoksessa *The Inner Game of Tennis*, joka on yksi urheiluvalmennuksen suosituimpia käsikirjoja. Teoksen 1997 uudistettu versio on kännetty myös suomen kielelle ja sen käännös on osuvasti *Voita vastustajasi, voita itsesi*. Gallawayn teorian mukaan ihmisellä on kaksi irrallista minää: minä 1 ja minä 2. Gallaway tarjoaa välineitä haitallisen egominä 1:n hiljentämiseksi. Gallaway sivuaa monia Nummi-Kuisman kirjassa esille nousseita asioita. Gallaway puhuu mm. ihanteellisesta vireystilasta, jossa minä virtaa kuin joki: yhtenäisenä ja hiljaisena. Tässä hetkessä oleva mieli on tyynen rauhallinen, tiiviissä yhteydessä toiminnan ja toimijan kanssa. Ajattelusta vapaa spontaanius, valppaus ja varmuus toimivat vastakohtana liialliselle yrittämiselle. (Gallaway 1997, 33–35.)

– negatiivisetkin – tunteet ovat tervetulleita. On ollut vapauttavaa huomata, että tunteet voi vastaanottaa ja niistä voi kiinnostua, mutta lopulta niistä ei tarvitse välittää.

Nummi-Kuisma puhuu nyt-hetkessä tapahtuvasta reflektoinnista ja kuinka se vaarantaa soittajan vireeseen kiinteästi liittyvän suuntautuvan tämänhetkisyyden. Suuntautuvan tämänhetkisyyden olennaisimmat piirteet ovat Nummi-Kuisman mukaan voimakas läsnäolon tunne, liikkeessä oleminen ja soittamisen kokemuksen ajallinen kurottuminen eteenpäin. Suuntautuvan tämänhetkisyyden saavuttaminen vaatii luottamusta ja sitä kautta varmistelemisesta ja kontrollista irti päästämistä. (Nummi-Kuisma 2010, 90–91, 196.) Tästä syystä nyt-hetkessä tapahtuva reflektointi ja reagointi esimerkiksi mahdollisiin virheisiin rikkoo suuntautuvan tämänhetkisyyden. Vapautuneessa, kokonaisvaltaisen aistimisen (tai fokusoimattoman aistimisen) tilassa myös ei-reagointi on helpompaa. Jäin kuitenkin pohtimaan suuntautuvan tämänhetkisyyden ja nyt-hetkessä tapahtuvan reagoinnin suhdetta. Konserttitilanteessa ja varsinkin improvisoidessa oman kokemukseni mukaan soittokumppani tai rohkeasti osallistuva ja reagoiva yleisö voi vaikuttaa esityksen kulkuun nyt-hetkessä paljonkin eikä tämä yleensä riko esitystä tai virettä vaan ennemminkin päinvastoin. Luulenkin, että Nummi-Kuisma tarkoittaa nimenomaan soittajan sisäistä puhetta ja siihen liittyvää nyt-hetkessä tapahtuvaa reflektointia ja reagointia.

7.4 KEHOMIELI JA HARJOITTELU

Nummi-Kuisma pohtii, kuinka virittäytyminen olisi mahdollista jo harjoitustilanteessa. (Nummi-Kuisma 2010, 189.) Luokkatunnit, harjoitusesiintymiset ja läpimenot ovat hyviä esiintymistilanteeseen valmistavia hetkiä, mutta kuinka esiintymisen tila voisi olla läsnä myös henkilökohtaisessa harjoittelussa tai vaikka ihan jokapäiväisessä elämässä? Voisiko esiintymisen tila olla jotain, jonka voisi rakentaa ja jossa voisi vierailla aina tahtoessaan? Nummi-Kuisma on varmasti oikeilla jäljillä nostaessaan avaintekijäksi kokonaisuuden keskeytyksettömän soittamisen. Tämä, kokonaisuuden sisällä toimiminen, eroaa tekemiseen ja yksityiskohtiin huomion kiinnittävästä asenteesta ja voi mahdollistaa voimakkaamman läsnäolon tunteen. (Emt., 190.) Näen kuitenkin suuren eron Nummi-Kuisman esittelemän keskeytyksettömän soittamisen ja läpisoittamisen välillä. Ymmärrän keskeytyksettömän soittamisen olevan väline, jonka avulla sukellus kokonaisuuteen on mahdollista. Kokonaisuuteen sukeltaminen täytyy tehdä kuitenkin kokonaisena: mekaaninen läpisoittaminen on ainakin oman kokemukseni mukaan yksi haitallisimpia harjoittelumuotoja. Ymmärrän keskeytyksettömän soittamisen toimivat erityisen hyvänä harjoittelumuotona silloin, kun siihen sisällyttää Nummi-Kuisman kuvailemia aistiharjoitteita. Nummi-Kuisma puhuu kehon syvätunnon kuuntelemisesta ja siitä, kuinka keho sisäkautta koettuna voi tuntua suuremmalta ja vievän enemmän tilaa kuin objektiivisesti havainnoitu keho. Tämä ajatus yhdistyy mielessäni välittömästi Alexander-tekniikkaan, jossa kehoa ajatuksen avulla suunnataan koko ajan laajenemaan. Koen itse, että syvätunnon kautta keho voi päästä laajenevaan tilaan ja aistien avautuminen ulospäin saa laajenemisen jatkumaan myös kehon ulkopuolelle mm. soinnin avulla. Samasta ilmiöstä puhuu mielestäni myös Nummi-Kuisman

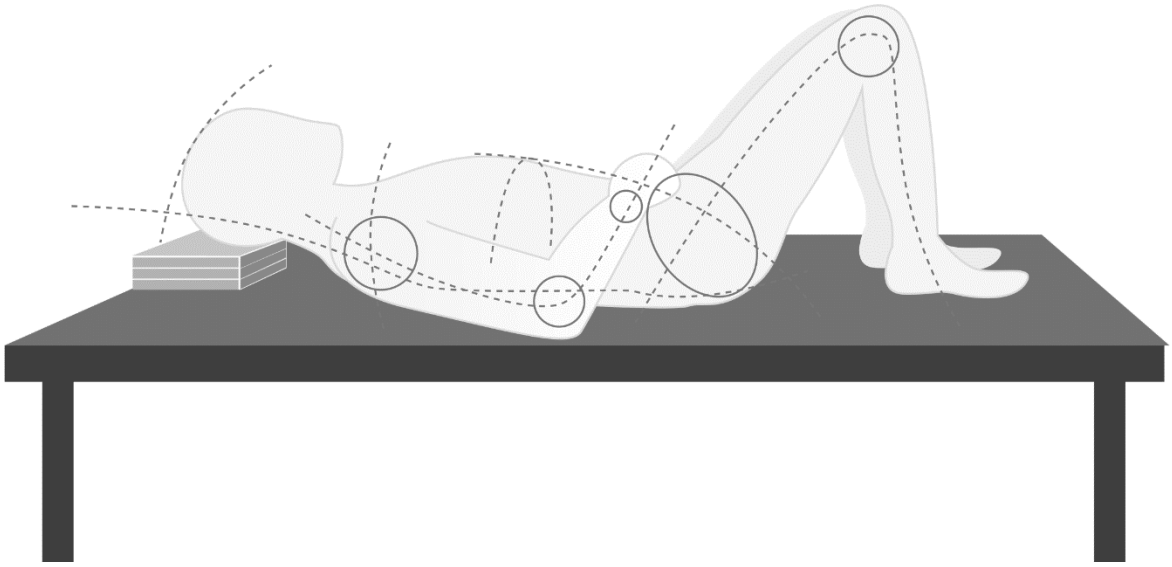
haastattelema Kristiina Junttu kertoessaan, kuinka hän kokee vireessä pääsevänsä soinnin sisään sen ympäröidessä ja täyttäessä koko tilan. Nummi-Kuisma päätyy pohtimaan fokusoimattoman aistimisen yhteyttä muuntuneeseen tietoisuuden tilaan. (Nummi-Kuisma 2010, 227.)

Henkilökohtaisesti koen esiintymisen niin suurena mieleen ja kehoon vaikuttavana stimulanttina, että täysin samankaltaisen kehomielen tilan saavuttaminen harjoitushuoneessa voi olla haastavaa. Olen oppinut ajattelemaan, että tämä kehomielen yllättävä ja voimakas reagointi voi oikein vastaanotettuna toimia avoimeen ja improvisatoriseen ajatteluun kannustavana elementtinä esiintymistilanteessa. Uudenlainen kehotunto haastaa uudenlaisiin ratkaisuihin, koska harjoiteltujen asioiden toistaminen täysin samalla tavalla voi olla jopa mahdotonta. Tiina Karakorpi puhuu mielestäni täysin samasta asiasta kuvaillessaan, kuinka yleisön keskittymisen synnyttämä energia ja tilanteen lopullisuuden tuntu konsertissa tekevät siitä jännitteisen. Karakorpi kuitenkin kokee, että tämän energian ansiosta hänellä on mahdollisuus tavoittaa uusia kokemisen tapoja. Esiintymistilanteessa tiivistyvä energia rikkoo soittamiseen vakiintunutta kokemisen tapaa ja luo tätä kautta siihen uuden emansipatorisen ulottuvuuden. (Karakorpi 2015, 24–25.)

Olen tietoisesti pyrkinyt sisällyttämään Aleksander-tekniikassa oppimiani uudenlaisia toimintamalleja esiintymisiin ja harjoitteluun. Olenkin havainnut, että omalla kohdallani sulkeutuminen on alkanut jo harjoitushuoneessa. Olen huomannut, että aistien avaamista (esimerkiksi huomiokentän aukipitämistä) voi tietoisesti harjoitella jo harjoitushuoneessa. Kerroin luvussa 4.2 Nummi-Kuisman näkemyksiä harjoittelusta ja erityisesti keskeytyksettömän harjoittelun tärkeydestä. Olenkin täysin samaa mieltä Nummi-Kuisman kanssa siitä, että matka harjoitushuoneesta lavalle lyhenee merkittävästi, kun erilaiset aistiharjoitteet sisällytetään harjoitteluun. Tällöin soittajan kehomielen tila on samansuuntainen sekä harjoitellessa että esiintyessä. Tulevan yleisön läsnäoloon täytyy valmistautua. Olen itse viime vuosina alkanut aktiivisesti tarkkailla harjoitellessa mm. havaintokentän kaventumista/sulkeutumista. Yleisön läsnäoloon valmistautuminen ei omassa harjoittelussani tarkoita yleisön kuvittelua harjoitushuoneeseen. Kyseessä on ennemminkin aistien avaamiseen liittyvä harjoitus/olotila, jonka saavutan pitämällä havaintokenttää tietoisesti auki. Harjoitus liittyy suurempaan kokonaisuuteen ja Alexander-tekniikan yhteen perusajatukseen, jossa kehon vapautta ”tilataan” suuntauksia käyttämällä. Tämä harjoitus saa mielestäni kehon Nummi-Kuisman määrittelemään fokusoimattoman aistimisen tilaan, joka esiintymistilanteessa auttaa virittäytymään, avautumaan ulospäin ja sitä kautta tavoittamaan yleisön paremmin. Vastaan tässä yhteydessä, omaan kokemukseeni nojaten, myös Nummi-Kuisman osittain auki jääneeseen kysymykseen fokusoimattoman aistimisen tilan ja muuntuneen tietoisuuden tilan yhteydestä (Nummi-Kuisma 2010, 236, 268). Kokemukseni mukaan Alexander-tekniikkaharjoitukset (mm. havaintokentän avaaminen→fokusoimaton aistiminen) saavat tietoisuuden tilan muuntumaan. Tämän yhdistäminen suuremman kokonaisuuden sisällä työskentelyyn, esimerkiksi kokonaisuuden läpisoittamiseen, on hyvää harjoitusta ja hyvin lähellä tilaa, jota lavalla ollessani tietoisesti tilaan.

Alexander-tekniikkaa opettava sellisti Pedro de Alcantara esittelee kirjassaan *Indirect procedures* (1997) harjoittelutekniikoita, jotka valmistavat esiintymiseen. Alcantaran mukaan pitkäjänteisen Alexander-tekniikan harrastamisen kautta apu esiintymisongelmiin voi tulla lähes itsestään. Hän kirjoittaa mm. kuinka pitkään Alexander-tekniikkaa harrastaneet eivät enää ymmärrä esimerkiksi termiä jännitys sellaisena kuin sen arkipuheen tasolla ymmärrämme. Alcantara tarjoaa kirjassaan myös muutamia harjoituksia, joista voi olla hyötyä, vaikka kokemukset Alexander-tekniikasta olisivatkin vain vähäisiä. (Alcantara 1997, 263.)

Olen jo useamman vuoden tehnyt mentaaliharjoituksia yhdellä Alcantaran kuvailemalla tekniikalla, jossa visualisointi toteutetaan aktiivisessa lepotilassa (*Kuva 3*, s.67). Asettaudun lattialle selinmakuulle jalat koukussa, lasken pääni kirjan päälle ja ajattelen Alexander-tekniikan perussuuntauksia. Pidän havaintokentän auki ja jatkan suuntaamista hetken aikaa. Valitsemallani hetkellä alan käydä esimerkiksi konserton osaa mielessäni läpi, keskeytyksettömästi ja havaintokentän auki pitäen. Omalla kohdallani tämä toimii paremmin kuin visualisointi rennossa tilassa (esimerkiksi rentoutusharjoituksen jälkeen). Esiintymistilanteessa en koe ainakaan aluksi olevani rentoutunut vaan aktiivinen ja valmis toimimaan. Alexander-tekniikan aktiivisessa lepotilassa tehdyssä mentaaliharjoituksessa on mahdollista yhdistää valpas aktiivisuus ja kokonaisvaltainen vapaus. Alcantaran mukaan harjoituksen perusideana on kehon tarkoituksenmukaisen käytön yhdistäminen menestyksekkääseen esiintymiskokemukseen (Alcantara 1997, 264). Kokemukseni mukaan harjoituksesta on hyötyä myös kokonaisuuden hahmottamisessa ja sen sisällä toimimisessa. Aktiivinen lepotila on virittäytynyt tila, jossa aistit pyritään pitämään auki. Tämän tilan yhdistäminen mentaaliharjoitteluun, jossa ajatus suuntautuu tämänhetkisyydestä eteenpäin, kohottaa mielestäni harjoittelun arkipäiväisyyden tasolta ja vie tätä kautta askeleen lähemmäksi Nummi-Kuisman kuvailemaa virittäytymisen tilaa. Harjoitus vaatii kuitenkin Alexander-tekniikan perusteiden alustavaa ymmärtämistä, mikä on saavutettavissa lyhyellä alkeiskurssilla tai ottamalla muutaman yksityistunnin Alexander-opettajalta.



Kuva 3: Aktiivinen lepotila (Visuaalinen ilme: Annu Oksala)

Edellä mainittu harjoitus liittyy mielestäni Nummi-Kuisman pedagogiseen ajatukseen ja pohdintaan siitä, voiko tietynlaisella asennolla ja liikkumisen tavalla edesauttaa vireen syntymistä esiintymistilanteessa. Olen täysin samaa mieltä siitä, että toivomuksen mukaisen kehon tilan ja asennon saavuttaminen tai tilaaminen (kuten Alexander-tekniikassa sanotaan) on helpompaa kuin itsensä suggerointi rauhalliseen tai innoittuneeseen mielentilaan. Käsitän asian niin, että ärsykkeen tullessa, oli se mikä tahansa, mieli reagoi. Tämän asian hyväksyminen ei tarkoita sitä, että jännitys saa vallan. Tähän mielen reaktioon reagoiminen on oman kokemukseni mukaan asia, johon kannattaisi kiinnittää huomiota sen sijaan, että yrittää keinotekoisesti muuttaa tai kieltää mielen reaktiota. Olen huomannut, että voimakkaasti ärsykkeisiin reagoivana ihmisenä pystyn vapautumaan esiintymisissä nopeammin nimenomaan tietoisen kehollisen ei-reagoinnin ja havaintokentän avaamisen avulla. Eikä kyseessä ole mielestäni pelkästään vastalääke ”jännitystä” vastaan vaan työväline, jonka avulla voi tietoisesti tavoitella optimaalista avautuvaa, aistivaa ja yhteyksiä luovaa kehomielen tilaa.

Olen henkilökohtaisesti kokenut hyödylliseksi Alexander-tekniikkaan liittyvän harjoituksen, jonka avulla pääsin pahimmista itsensä pakottamiseen liittyvistä ajatuksista täysin eroon. Tyypillisin näistä ajatuksista oli esiintymisiin liittyvä ”pakko onnistua” -asenne. Alexanderin hienosäätäessä tekniikkaansa hän huomasi, että valinnanmahdollisuuden säilyttäminen oli yksi avaintekijöistä hänen yrittäessään estää totunnaiset reaktiot. Hän otti aina kriittisellä hetkellä niin sanotun aikalisän, pysähtyi ja harkitsi tavoitetta. Hän valitsi aina jonkin seuraavista vaihtoehdoista: 1. älä tee mitään, 2. tee jotain muuta, 3. toteuta alkuperäinen tavoite ja puhu lause. (Gelb 2013, 84.) Omassa sovelluksessani olen esiintymisen hetkellä ja lavalle astuessani muistanut, että minulla on kolme vaihtoehtoa: alan soittaa, teen jotain muuta tai en tee mitään.

Kuvailemani valinnanvapaus voi kuulostaa aluksi hyvin teoreettiselta tai jopa utopistiselta mahdollisuudelta, mutta ainakin omalla kohdallani se on ollut konkreettinen askel kohti vapautta. Tämä ajatusmalli on oman kokemukseni mukaan hyvä lähtökohta myös improvisatoriselle asenteelle.

Olen halunnut tässä tutkielmassa käyttää kokemuksiani Alexander-tekniikan parissa esimerkkinä siitä, kuinka kehotietoisuutta lisäävä menetelmä voi mahdollisesti auttaa esiintymistilanteessa ja siihen valmistautumisessa. Omalla kohdallani Alexander-tekniikka on osoittautunut hyödylliseksi työvälineeksi. Kokonaisvaltaisen kehollisuuden hahmottamiseen ei ole vain yhtä oikeata tietä. Alexander-tekniikan lisäksi tiedän muusikoiden saaneen apua muistakin kehonhallintaa ja kehotietoisuutta kehittävistä somaattisista menetelmistä kuten esimerkiksi Feldenkrais-metodista, pilateksesta, joogasta, taijista ja mindfulnessista.

7.5 VIRITTÄYTYMISEN HETKI

Haluan vielä hetkeksi pysähtyä virittäytymisen hetkeen. Miltä tämä optimaalisen kehomielen avautuva, aistiva ja yhteyksiä luova tila tuntuu? Mielestäni kuvailen vireytymisen tilaa tutkielmani alun esimerkkitekstissä *Vapaana aistimassa* (s.13): ”Kaikki mahdoton tuntuu juuri nyt mahdolliselta. Tässä hetkessä kaikki mennyt ja tuleva kohtaavat. Mieli on kirkas, asiat loksahtavat paikoilleen. Aika ja paikka katoavat. Yhdessä olemme jotain suurempaa.” Katarina Nummi-Kuisman *Pianistin vire* -kirjan haastateltava pianisti-pedagogi Kristiina Junttu kuvailee aistimielikuvaharjoituksessaan lähes samoja ilmaisuja käyttäen, miltä vireen kokemus tuntuu. Hänen kuvailee kuinka ”se tuntuu sellaisena, että ei ole hätää minnekään”, ”kuinka kaikki on jotenkin just paikallaan” ja ”voit vaan soittaa eikä tarvitse esittää mitään”. Aistikokemus ilmenee mielentilana ja asenteena, jossa voi vain olla oma itsensä ja soittaa (Nummi-Kuisma 2010, 224).

Michael Gelbin mukaan Alexander-tekniikka on systemaattinen ei-itämainen keino päästä sisälle ”tekemättä olemisen” prosessiin (Gelb 2013, 90). Itämaisessa mystiikassa ja taistelulajeissa kyseisenlaiset epäsuorat menetelmät ovat kaiken tekemisen ytimessä. Näyttelijä-ohjaaja Phillip B. Zarrilli kuvailee, kuinka tutustuminen intensiivisiin psykofyysisiin aasialaisiin taistelulajeihin ja meditaatioon muutti hänen kehomielen yhteytensä hahmottamista ja lopulta näyttelijyyttään. Esseessään *“On the edge of a breath, looking” Cultivating the actor’s bodymind through Asian martial/meditation arts,* joka ilmestyi Zarillin kokoamassa esseekokoelmassa *Acting (Re) Considered: A Theoretical and Practical Guide* (2002) Zarilli kuvailee vuosia kestänyttä prosessiaan, jonka aikana hän joutui päästämään irti totunnaisista käyttäytymismalleistaan: agressiivisesta kontrolloinnista, päämäärätietoisuudesta ja pakottamisesta. Lopulta Zarilli alkoi hahmottaa mielen ja kehon suhdetta uudella tavalla: hän huomasi yhä useammin saavuttavansa valmiustilan, jossa hän tunsi olevansa erityisen hereillä. Tavoittelemisen ja suorittamisen sijaan mieli pysyi positiivisessa mielessä kurissa ja huomio ”tässä hetkessä”. Ylimääräiset jännitteet ja vääränlaisten asioiden huomioinnin tilalle tuli tunne soljuvasta vahvuudesta (flowing yet

powerfull), keskittyneestä vapaudesta (centered yet free) ja kontrolloidusta irti päästämisestä (released yet controlled). Tämä sisäinen energia alkoi näyttäytyä myös näyttämöllä eikä pelkästään taistelulajeja ja meditaatiota harjoitellessa. Zarillin mukaan kohonneen tietoisuuden ja herkkyyden tilassa hän alkoi ymmärtää, kuinka on mahdollista seisoa paikallaan seisomatta paikallaan (how *not* to stand still while standing still). Tämä sisäinen elinvoima näkyi katseessa ja valppaudessa reagoida ympäröivän maailman kanssa. (Zarilli 2002, 182–185.)

Hyvin samoja asioita nousee esiin saksalaisen filosofian professorin Eugen Herrigelin (1884–1955) vuonna 1948 julkaistussa klassikkoteoksessa *Zen ja Jousella ampumisen taito*, jossa Herrigel käsittelee omia kokemuksiaan opetellessaan ampumaan jousella kuuluisan japanilaisen Zen-mestarin D.T.Suzukin johdolla. Hän kuvailee optimaalista tekemisen hetkeä voimantäyteiseksi valppauden tilaksi, jota ei salatuinkaan tarkoituksellisuus riko (Herrigel 1992, 37). Tämä valppauden tila vaatii Herrigelin mukaan irtautumista ja vapautumista itsestä. Tilan syntymistä ei kuitenkaan voi jättää sattuman varaan vaan Herrigelin mukaan valpas tietoisuuden tila luodaan ja sitä lujitetaan harjoitusten avulla. Herrigelin mukaan sisäisen työn taide ei irtaannu taiteilijasta eikä synny sen ulkopuolella vaan pulppuaa mielen syvyyksistä. (Emt., 45.)

Zarillin ja Herrigelin kuvaukset ja ajatukset mielestäni alleviivaavat sitä, kuinka tärkeä asia ihmisen psykofyysisen olemuksen ja ”tekemättä olemisen” prosessin ymmärtäminen voi esiintyjille tai muille suorituspainotteisten lajien taitajille olla. Zarillin tekstissä nousi esiin moni jo aikaisemmin tutkielmassani sivuttu aihepiiri kuten suorituskeskeisyyden kulttuurin lukitseva vaikutus, vapauden ja tämänhetkisyyden yhteys sekä sisäisen energian kanavoinnin taidon tärkeys. Nummi-Kuisma on tarkka tämänhetkisyyden ja suuntautuvan tämänhetkisyyden eroavaisuudesta. Hän näkee mm. vireen ja flow-kokemuksen[21] eron siinä, että flowssa subjektin kokemus ajoittuu nyt-hetkeen, kun taas vireen olemukseen kuuluu ajallinen suuntautuminen eteenpäin (Nummi-Kuisma 2010, 151). Olen täysin samaa mieltä Nummi-Kuisman kanssa siitä, että oman suoriutumisen arviointi nyt-hetkessä rikkoo vireen. Kyseisenlainen reflektointi ei omissa kokemuksissani myöskään yhdisty flow-kokemukseen. Omissa kokemuksissani flow on virittäytyneessä tilassa saavutettu äärimmäinen tunnetila, joka toteutuakseen vaatii yleensä valtavaa energiaa myös yleisön puolelta. Omissa esiintymisissäni nämä energiat lähtevät liikkumaan paremmin nyt-hetkessä tapahtuvan vuorovaikutuksen avulla. Tämän työn yhteydessä en pysty syventymään tarkemmin flown ja vireen väliseen suhteeseen, vaikka asia mielestäni äärimmäisen kiinnostava onkin.

Nummi-Kuisman kirjassa vire näyttäytyy ensisijaisesti soittajan sisäisenä tilana, joka voi laajeta ja ottaa myös kuulijan sisäänsä*: ”*Varhaiseen vuorovaikutukseen perustuvassa inhimillisessä aistimusten polyfoniassa sointi toimii välittävänä tilana, jonka varassa lepää varmuus yhteydestä. Tällaisen varmuuden varassa on myös soittajan laajakaistainen ilmaisu” *(*Nummi-Kuisma 2010, takakansi.*)* MuT Juho Laitinen kuvailee taiteellisen tohtorintutkintonsa

[21] Ks. Mihály Csikszentmihalyi: Flow: The Psychology of Optimal Experience (2008).

kirjallisessa osuudessa *Soivuuden manifesti* (2015) hyvin samansuuntaisesti soivuuden tilaa ja soittajanenergian vapautumista. Myös Laitisen näkemys soivuuden ja psykofyysistä eheyttä tavoittelevan ihmisyyden yhteydestä liittyy kiinteästi Nummi-Kuisman aikaisemmin mainittuihin näkemyksiin:

> ”Soivuuden hetkellinen ja hienosäikeinen seitti punotaan aina uudelleen, kun soittaja musiikkiin ryhtyessään tutkailee olemisensa suhdetta ympäröivään todellisuuteen. Soittajan energian lähde on hänen keskuksessaan, sydämessä, joka sykkii soivuuden rytmissä, keuhkoissa, jotka hengittävät samaan tahtiin musiikin kanssa. Kammioiden vuoroin laajeneva ja supistuva pulsaatio saa ilman ympärillämme liikkumaan samalla taajuudella. Mitä kauemmaksi tämä värähtely ulottuu, mitä aineettomammin elämä ja musiikki tulevat yhdeksi, sitä todempaa ja inhimillisempää syntyvä taide.” *(*Laitinen 2015, 22.)

Laitisen mielestä taiteen esittämisessä tulisi palata alkulähteille. Hän kritisoi Hämeenniemen tapaan taiteen esittämisen modernia rituaalia, joka asettaa säveltäjät, kuulijat ja esiintyjät eriarvoiseen asemaan. Laitinen kokee esityksen olevan henkinen, ei-uskonnollinen rituaali, jonka päämääränä on energian luovuttaminen ja vastaanottaminen. Laitisen tekstistä huokuu myös vahva toive esiintymisen yhteisöllisyydestä: hän mm. sanoo ettei yleisön ja esittäjän välinen suhde ole yhdensuuntainen palvelussuhde. Esitystilanne rakentuu Laitisen mukaan kollektiivisen energian vapautumiselle, jossa kuulijat liittyvät osaksi ”yhteistä sisäkkäisten spiraalien soivuutta”. (Laitinen 2015, 23–24.) Mielestäni Laitinen kuvaa esityshetkellä vapautuvaa energiaa hyvin havainnollisella tavalla. En kuitenkaan täysin ymmärrä, miksi hän rajaa ulkopuolelle esitystilanteen kommunikatiivisen puolen sanomalla, että esityksessä ei ole niinkään kyse kommunikoinnin tarpeesta (emt., 23–24). Oman kokemukseni mukaan kommunikointi sen kaikilla mahdollisilla tasoilla saa yleisön useimmiten paremmin vapautumaan ja tätä kautta energiat vapaammin virtaamaan. Uskon, että Laitinen tarkoittaa tekstissään jonkinlaista yhteensulautumisen kokemusta, joka ihmistenvälisyydestä huolimatta ei välttämättä tarvitse erityistä kommunikointia. Tämä ei kuitenkaan mielestäni tarkoita, että esityksen aikainen kommunikointi ja molemminpuolinen reagointi häiritsisi kyseisenlaista yhteensulautumista.

OSA V: TÄÄLLÄ ON MUITAKIN?

8 YLEISÖKONTAKTIKURSSI

8.1 STANISLAVSKIN HUOMIOPIIRITEORIA

Näyttelijäntyön oppi-isä Konstantin Stanislavski esittelee kirjassaan *An Actor prepairs (2013)* huomiopiiriteoriansa. Stanislavski piirsi näyttämölle kartan ja merkitsi siihen neljä näyttämöllä seisovan näyttelijän huomiopiiriä: pienen, keskikokoisen, suuren ja suurimman. Pienin huomiopiiri rajoittui näyttelijään itseensä, keskikokoiseen mahtui kanssanäyttelijät ja lähiympäristö. Suuri huomiopiiri kattoi koko näyttämön ja kaikista suurin huomiopiiri ulottui yleisöön asti. Huomiopiirit olivat keskenään hierarkkisia: ensisijaisia olivat pieni ja keskikokoinen huomiopiiri. Stanislavskin teoriassa niiden toiminta on uhattuna, jos näyttelijä paljastaa tietoisuutensa uloimmasta kehästä eli katsojien läsnäolosta. (Stanislavski 2013, 71–73.)

Tutustuin Stanislavskin huomiopiiriteoriaan vasta vähän aikaa sitten. Olin yllättynyt kuinka hyvin huomiopiirien avulla pystyin hahmottamaan koko esiintyjyyteni tähänastista kehittymisprosessia. Karkeasti ajateltuna huomiopiirini esiintymistilanteessa ovat vähitellen kasvaneet pienimmästä suurimpaan. Varhaisten opintojeni aikana esiintymisissäni huomiopiirini oli pieni: olin esitystilanteessa yksin, omassa maailmassani. Jossain vaiheessa, erityisesti mukavien muusikkoystävien kanssa kamarimusisoidessa, aloin ottaa kontaktia myös kanssamuusikoihin. Erityisen paljon aloin toimia keskikokoisessa huomiopiirissä liittyessäni romanimusiikkiyhtyeeseen, jolloin muusikoiden välinen vuorovaikutus alkoi nousta entistä tärkeämpään rooliin. Suuri muutos käyttämäni huomiopiirin suuruudessa tapahtui alettuani harrastaa Aleksander-tekniikkaa ja avata tietoisesti havaintokenttääni. Rohkeimmillani otin suoraa kontaktia joskus jopa yleisöön eli vierailin huomiopiirien uloimmalla kehällä. Mitä enemmän sain kokemuksia uloimmasta huomiopiiristä, sitä enemmän kaipasin sinne takaisin.

Pidän Stanislavskin huomiopiiriteoriaa hyvänä tapana hahmottaa ja säädellä omaa havaintokenttäänsä esiintymistilanteessa. Vaikka esimerkki ja tekniikka ovatkin teatterimaailmasta, en näe syytä, miksi niiden soveltaminen ei olisi mahdollista esittävän säveltaiteen parissa. Huomiopiirien hahmottaminen ja niissä toimiminen edellyttävät huomion suuntaamista itsensä ulkopuolelle (eli havaintokentän ja aistien tietoista avaamista), mikä tässä tutkielmassa esiteltyjen teorioiden mukaan auttaa hiljentämään sisäisiä kriittisiä ääniä, avautumaan ja vapautumaan. Pohdin luvuissa 10.2 ja 10.3 tarkemmin Stanislavskin teoriaa

huomiopiirien hierarkkisuudesta, tämän yhteydestä resitaalikulttuuriin ja omaan esiintyjyyteeni.

Kiinnostus yleisöä ja esiintymisen vuorovaikutuksellisia mahdollisuuksia kohtaan kasvoi jatko-opintojeni edetessä. Tähän vaikutti paljon osallistumiseni opintojeni osana Taideyliopiston Teatterikorkeakoulun yleisökontaktikurssille vuonna 2012–2013. Tässä luvussa kerron kokemuksistani Teatterikorkeakoulun yleisökontaktikurssilla ja pohdin kokemusteni suoria ja epäsuoria vaikutuksia omaan muusikkouteeni ja esiintyjyyteeni.

8.2 YLEISÖKONTAKTIKURSSI, TAVOITTEET JA RAKENNE

Yleisökontaktikurssi on Taideyliopiston Teatterikorkeakoulussa järjestettävä kurssi maisterivaiheen näyttelijä- ja dramaturgiopiskelijoille. Kurssin on kehittänyt näyttelijä, teatteritaiteen tohtori Jussi Lehtonen. Yleisökontaktikurssin perusideana on tutustua *Terveyttä kulttuurista* -ajatteluun ja tavoitteena taide-esitysten tarjoaminen ihmisille, joilla ei ole mahdollisuutta tulla niitä taidelaitoksiin seuraamaan. Opiskelijoille kurssi tarjoaa tilaisuuden tutkia teatteritaiteen yhteisöllisiä ulottuvuuksia ja näyttelijän yleisökontaktia. Jussi Lehtonen kertoo löytäneensä oman taiteilijuutensa uskaltautumalla ulos taidelaitoksista ihmisten koteihin[22]. Lehtosen mukaan näyttelijän rooli ei ole pelkästään ohjaajan työvälineenä oleminen taiteellisessa kontekstissa. Tämän lisäksi näyttelijä on itsenäinen taiteentekijä, joka pystyy luomaan esitystaidetta omien (yhteiskuntaa tai yhteisöjä koskevien) havaintojensa pohjalta ja muodostamaan suoran kontaktin katsojiinsa. (Lehtonen 2015, 60, 233.)

Yleisökontaktikurssi oli alun perin Lehtosen tohtorintutkinnon käytännöllinen osio (kolmas esitarkastettu osa). Kurssi on toimintatutkimus, jossa Lehtonen soveltaa *Rakkaus ei ole ajan narri* -esiintymiskiertueella[23] tekemiä havaintojaan. Lehtosen mukaan yleisökontaktikurssin ideana on tarjota opiskelijoille kokemuksia hoitolaitoksissa esiintymisestä ja laajentaa sitä kautta opiskelijoiden maailmankuvan lisäksi heidän tulevia työllistymismahdollisuuksiaan. Lehtonen näki myös epäkohdan siinä, että vuosina 2010–2015 Teatterikorkeakoulun tutkintovaatimuksissa näyttelijän yleisösuhteesta ei kirjoitettu juurikaan mitään. Syntyi ajatus yleisösuhteen tutkimisesta ja syventämisestä esiintymällä hoitolaitosympäristöissä. Yleisökontaktikurssin tärkeimmät opetukselliset sisällöt ovat Lehtosen mukaan: perinteisestä poikkeavan yleisökontaktin harjoittelemisen, näyttelijän itsenäisen taiteilijuuden ja toimijuuden kehittämisen sekä näyttelijäntyön yhteisöllisten ja yhteiskunnallisten ulottuvuuksien pohtiminen. (Lehtonen 2015, 51, 55, 57–58.)

22 Lehtonen tarkoittaa kodeilla tässä yhteydessä hoitolaitoksia ja vankiloita.

23 Lehtonen otti vuonna 2006 virkavapaata Suomen Kansallisteatterista tarkoituksenaan toteuttaa massiivinen hoitolaitoskiertue eri sosiaalialan yksiköissä Suomessa ja Ruotsissa. Hän esitti vuosina 2006–2009 Shakespearen sonetteihin perustuvan *Rakkaus ei ole ajan narri* -monologinsa yhteensä 180 kertaa eri hoitolaitoksissa. Lehtonen piti esiintymisistään päiväkirjaa, joiden pohjalta ja ympärille syntyi hänen kirjansa *Samassa valossa*. (Lehtonen 2010, 12–15.)

Yli vuoden kestävä opintojakso jakautuu kolmeen osaan: jalkautumisiin, esityksen valmistamiseen ja hoitolaitoskiertueeseen. Jalkautumis- eli tutustumisvaiheessa opiskelijat viettävät kolme toiminnallista aamu- tai iltapäivää eri terveydenhuollon ja sosiaalialan yksiköissä sekä vankilassa. Vierailuiden, haastattelujen ja niistä heränneiden ajatusten pohjalta rakennetaan esitys, jonka tavoitteena on koskettaa erityisesti hoitolaitoksissa ja vankiloissa eläviä ihmisiä. Esitystä harjoitellaan usean kuukauden ajan ohjaajien ja harjoitusyleisöjen kanssa. Harjoitusperiodi huipentuu Teatterikorkeakoululla pidettävään ensi-iltaan, jonka jälkeen alkaa viiden esityksen kiertue jalkautumisvaiheen hoitolaitoksissa. Myös esitys itsessään jakautuu kolmeen osaan: yleisöön tutustumiseen, esitykseen ja palautekeskusteluun. (Lehtonen 2015, 233–234.)

Yleisökontaktikurssin runko 2012–2013:

1. Kenttätyöt (jalkautumiset hoitolaitoksiin ja vankiloihin)
2. Käsikirjoitusvaihe (esityksen ideointi ja rakennus jalkautumisten pohjalta)
3. Harjoitusperiodi (henkilökohtaista harjoittelua, ohjausta ja harjoitusesiintymisiä)
4. Ensi-illat Teatterikorkeakoululla sekä Munkkisaaren korvaushoitoyksikössä ja esityskiertue (viisi esiintymistä) (Lehtonen 2015, 67.)

8.3 YÖN KUNINGATAR -ESITYS

Osallistuin Taideyliopiston Teatterikorkeakoulun yleisökontaktikurssille keväällä 2012. Alkuperäinen ajatukseni oli käydä passiiviopiskelijan tavoin seuraamassa kurssin kulkua. Ryhmässämme oli viisi käsikirjoittaja-näyttelijä ja ohjaaja-näyttelijä -työparia ja heidän tavoitteenaan oli monologin valmistaminen ja esittäminen hoitolaitoskiertueella. Kurssi alkoi tutustumiskäynnillä eri hoitolaitoksissa ja vankiloissa. Jalkauduin muiden tapaan kolmeen eri paikkaan keväällä 2012: Keravan vankilan Wop-kuntoutusyksikköön, Kuninkaankallion asunnottomien yksikköön (Espoo) ja vanhusten Elim-kotiin (Helsinki).

Asunnottomien yksikköön tehdystä jalkautumisesta tuli kurssini kulmakivi ja suuri käännekohta. Paikassa vallitsi todellinen maailmanlopun tunnelma. Kuninkaankallion asumisyksikössä asukkaat eivät sitoudu päihteettömyyteen, mikä tuli käyntimme aikana koettua elävästi: osa asukkaista käyttäytyi välinpitämättömästi ja jopa aggressiivisesti. Lähestymis- ja haastatteluyrityksemme eivät tuottaneet mitään tulosta. Vaivaannuttavien vaiheiden jälkeen päädyin soittamaan – viimeisenä oljenkortena – viulua lättynuotion ääressä ja yhtäkkiä ympärillämme alkoi parveilla väkeä. Asukkaat toivoivat lempikappaleitaan ja halusivat keskustella musiikista. Moni kertoi myös oma-aloitteisesti itsestään ja elämänvaiheistaan. Yllättäen saavutettu kontakti oli todella voimakas. Tutustumiskäynnillä mukana olleet näyttelijä ja käsikirjoittaja olivat vaikuttuneita siitä, kuinka hyvin musiikki toimi vaikeissa olosuhteissa

vuorovaikutuksen välineenä. Liityin heidän ryhmäänsä ja yhden näyttelijän monologista tuli viulistin ja näyttelijän välinen duetto nimeltään Yön kuningatar.

Esiintymisen rakentaminen muistiinpanojen pohjalta oli minulle uusi ja kiehtova kokemus. Työryhmässämme oli dramaturgiopiskelija, näyttelytaiteenopiskelija ja minä (viulistina). Kokemuksemme jalkautumisista olivat samansuuntaisia ja vahvat teemat esitykseemme nousivat melko helposti esiin. Työskentely näyttelijän kanssa duona oli minulle ensimmäinen kerta. Olin ollut aikaisemmin muusikkona lavalla useissa teatteriproduktioissa, mutta intensiivisen, vuorovaikutuksen varaan rakennetun, esityksen rakentaminen ja harjoittelu poikkesivat edeltävistä kokemuksistani paljon. Hedelmälliseksi työskentelytavaksi nousivat lämmittelyharjoituksina tekemämme improvisaatioharjoitukset. Näyttelijöille ne olivat arkipäivää, mutta itselleni täysin uusi toimintamalli harjoittelun yhteydessä. Vaikka improvisaatio oli tullut minulle tutuksi monipuolisen musiikkitoimintani ansiosta jo aikaisemmin, olin yllättynyt siitä, kuinka erilaista se oli näyttelijän kanssa. Kahdensuuntaiseksi rakennetun vuorovaikutusharjoituksemme ideana oli tietyn teeman pohjalta improvisointi kahdestaan. Säestys- ja soolo-osuudet vaihtelivat yhteisymmärryksessä kesken harjoituksen. Olin yllättynyt siitä, kuinka paljon virikkeitä näyttelijän ilmeistä eleistä ja kehonliikkeistä voi saada. Improvisaatioharjoitusten pohjalta löysimme paljon tapoja ja keinoja ilmentää erilaisia asioita yhdessä. Harjoituksissa syntyi myös musiikilliset ideat ja aiheet, joita jalostin itse esitykseen. Toimiva käsikirjoitus antoi suunnan toiminnallemme ja esitys syntyi loppujen lopuksi kuin itsestään.

Yön kuningatar -esitys kertoo yksinäisyydestä ja odottamisesta. Esityksen perustilanne on se, että nainen odottaa omaa vuoronumeroaan jonkin viraston aulassa. Harhainen, särkynyt ja epäluuloinen hahmo käy dialogia itsensä kanssa koko 25 minuutin esityksen ajan. Hän näkee odotusaulassa erilaisia ihmisiä. Nämä roolit annetaan ja kohdistetaan (useimmiten katseella) yleisöstä etukäteen valituille henkilöille. Esityksessä olemme samanveroisia: näyttelijä ilmaisee itseään sanallisesti ja minä soittamalla. Käytännössä esitys on yhden ihmisen päässä tapahtuva ristiriitainen duetto: lavalla on kaksi esittäjää, mutta vain yksi hahmo.

Esitys alkaa viulunsoitolla. Istun tuolilla keskellä näyttämöä ja soitan Bachin a-molli soolosonaatin andante-osaa. Samalla, kun aloitan, siirrän katseeni oikealla eturivissä istuvaan henkilöön. Sopivalta tuntuvan ajan kuluttua siirrän katseeni seuraavaan ja yritän saavuttaa mahdollisimman monta katsetta soitto-osuuteni aikana. Näyttelijä alkaa puhua ja siirrän katseeni häneen. Näin esitys etenee: välillä katseeni on näyttelijässä ja välillä yleisössä. Esitys kulminoituu näyttelijän ja viulun duettona esittämään Romanssi-lauluun (Sua vain yli kaiken...). Lopussa palaan samaan Bachiin ja kohdistan katseeni, alun numeron tapaan, vielä kerran jokaiseen vuorotellen.

8.4 HARJOITUSPERIODI

Hoitolaitoskiertueelle valmistettavan esityksen käsikirjoituksen ja musiikin valmistuttua alkoi intensiivinen harjoitusperiodi. Jo heti ensimmäisestä harjoituksesta

lähtien sain kuulla ohjaajilta palautetta katseestani, joka oli heidän mukaansa poissaoleva ja romutti koko lavan intensiteetin hetkessä. Otin palautteen raskaasti, koska olen pohtinut ja soveltanut käytännössä mm. Alexander-tekniikkaan pohjautuvaa katseen avaamista edeltävinä vuosina hyvin paljon (ks. luku 7). Perusohjeeksi sain, että katse pitää suunnata aina joko vastanäyttelijään tai yleisöön. Muusikkona en ole tottunut lavalla ollessani jatkuvaan katsekontaktiin. Joudumme usein esiintyessämme soittamaan nuoteista ja konserttisalit ovat melkein aina pimeitä. Olen kyllä yrittänyt, varsinkin vapaamuotoisemmissa konserteissa, ottaa katsekontaktia kanssamuusikoihin ja yleisöön, koska olen huomannut sen vapauttavan tunnelmaa. Yleisökontaktikurssilla kuitenkin huomasin, että olen asian suhteen vasta raapaissut pintaa.

Aluksi suhtauduin suoran katsekontaktin ottamiseen vähintäänkin epäluuloisesti. Vastarinta johtui varmasti suurimmaksi osaksi uuden asian haastavuudesta. En muista, koska olisin ollut näin pahasti ja vielä samanaikaisesti sekä epämukavuusalueella että suurennuslasin alla. Koin, että en pysty keskittymään esityksen sisältöön riittävästi (turhanpäiväisen) tuijottamisen vuoksi. Ajattelin jopa, että tämä on joku näyttelijöiden oma juttu eikä kovin käyttökelpoinen väline muusikon työkalupakissa. Tosiasiassa suoran katsekontaktin ottaminen yleisöön oli myös näyttelijöille uusi asia, vaikka katseen suuntaaminen olikin heille entuudestaan tuttua. Harjoitustunteja ei laskettu, kun harjoittelimme katseen suuntaamista useita viikkoja vastanäyttelijän ja harjoitusyleisöjen kanssa. Myös oma peilikuva tuli tutuksi intensiivisen kotiharjoittelun (peiliin katsomisen) seurauksena.

9 KOHTAAMISPISTEESSÄ – VIULISTINA HOITOLAITOSKIERTUEELLA

9.1 ESIINTYMISPÄIVÄKIRJAT

Kaikki yleisökontaktikurssin osanottajat kirjoittivat päiväkirjaa esiintymisistä. Muistikuvien tarkkuus ja tuoreus pyrittiin maksimoimaan sillä, että jokaisen esiintymisen jälkeen sulkeuduttiin tyhjään huoneeseen kirjoittamaan henkilökohtaisia muistiinpanoja. Tämän jälkeen esiintymisestä keskusteltiin esitysryhmään kuuluneiden muiden henkilöiden (dramaturgi, näyttelijä ja kurssin opettaja) kanssa. Kirjoitin esiintymisten jälkeen muistiinpanojeni pohjalta kuvauksia, jotka mahdollisimman tarkkaan kuvaisivat esiintymisiäni hoitolaitoksissa ja vankilassa. Käsittelen seuraavaksi kuvauksieni avulla esiintymisistä nousseita keskeisiä ajatuksia ja kysymyksiä. Asianmukaisena peilinä toimivat yleisökontaktikurssin kehittäjän ja vastuuopettajan Jussi Lehtosen ajatukset ja päätelmät. Lehtosen vuonna 2015 tarkastettuun teatteritaiteen tohtorintutkintoon sisältyy kaksi kirjaa *Samassa Valossa* (2010), jossa Lehtonen käsittelee omaa hoitolaitos- ja vankilakiertuettaan sekä *Elämäntunto (2015),* jossa päähuomio on yleisökontaktikurssissa sekä yleisökontaktikurssin opiskelijoiden kokemuksissa ja havainnoissa. Erityistä huomiota

kiinnitän Jussi Lehtosen väitöstyössään esittelemään samastumisilmiöön[24], jossa olennaista on esiintyjän kyky samastua katsojiinsa ja ottaa heidän elämäntuntonsa osaksi esiintymistapahtumaa. Millä tavoin samastuminen näkyy kuvauksissani? Mitä tästä samastumisesta seuraa? Kuinka esiintyjän ja katsojan kokemus esityksestä muuttuu? Kuinka erilainen esiintymisen kokemus muuttaa esiintyjän esiintyjyyttä?

Kirjoitin kuvauksen kaikista kiertueen esiintymisistä, käsittelen tässä yhteydessä kiertueen teksteistä neljää. Teimme *Yön kuningatar* -esityksellä lisäkiertueen myös Kansallisteatterin kiertuenäyttämöllä syksyllä 2013. Mukana on kaksi esiintymiskuvausta myös kyseiseltä kiertueelta.

9.1.1 Munkkisaaren korvaushoitoyksikkö (Kevät 2013)

Kurssillamme valmistui yhteensä kuusi esitystä: viisi monologia ja yksi duetto. Esityksillä oli kaksi ensi-iltaa, joista ensimmäinen pidettiin Teatterikorkeakoululla ja toinen Munkkisaaren korvaushoitoyksikössä. Korvaushoitoyksikön ensi-illan tarkoituksena oli valmistaa meitä tulevaan viiden esityksen hoitolaitoskiertueeseen. Vaikka ensi-ilta Teatterikorkeakoululla oli onnistunut ja suorastaan juhlallinen kokemus, vaikutti esiintyminen Munkkisaaren korvaushoitoyksikössä minuun henkilökohtaisesti paljon enemmän.

> *Sukellan erilaiseen maailmaan. Tässä maailmassa on levoton tunnelma. Yhtenäisessä tilassa on kahvila, tupakkahuone, akvaario ja televisio, jota ympäröi sohva ja penkit. Sohville tai muuten pehmeille penkeille ei kuulemma kannata istua, koska siellä saattaa piileskellä käytetty neula. Jos en tietäisi missä olen, tuntisin oloni turvattomaksi. Välinpitämättömät ja osittain poissaolevat katseet etsivät kaikki jotain: kahvia, tupakkahuonetta tai tuttuja. Me ulkopuoliset emme selvästikään ole kovin kiinnostavia korvaushoitoyksikön asiakkaiden mielestä. Yleisökontaktikurssin luonteen mukaan yritämme kuitenkin viritellä keskustelua asiakkaiden kanssa ja houkuttelemme heitä seuraamaan esitystämme. Tämä tuntuu työläältä, varsinkin se pidempiaikaisen luontevan keskustelun aikaansaaminen.*
>
> *Korvaushoitoyksikön ruokailutilassa on esiintymistä varten lava. Järjestämme penkit riveihin. Tämä esiintyminen on virallisesti toinen ensi-ilta ja tästä syystä esityksiä on kolme. Meidän esityksemme on viimeisenä. Penkkirivit täyttyvät, asiakkaita on katsomossa paljon. Muutama minuutti ennen ensimmäisen esityksen alkua kaksi asiakasta alkaa siivota akvaariota, joka sijaitsee esityslavan vieressä. Tunnelma ei ole keskittynyt vaan ennemminkin häiriintynyt. Ensimmäinen esitys jää hälinän jalkoihin,*

[24] Lehtonen esittelee samastumisen käsitettä monipuolisesti psykologian, sosiologian, filosofian, neurotieteen ja taiteentutkimuksen näkökulmasta. Omassa tulkinnassaan Lehtonen kallistuu taiteentutkimuksen näkökulmaan ja sanoo olevansa siteeraamiensa teatterintutkijoiden tapaan sitä mieltä, että esiintyjän ja katsojan samastumisprosessit tukevat toisiaan. Kyseisessä tulkinnassa esitys voi osittain rakentua esiintyjän ja katsojan kohtaamisen seurauksena. (Lehtonen 2015, 117–121.)

näyttelijän urhoollisesta yrittämisestä huolimatta. Kaikki asiakkaat eivät jaksa istua paikallaan, moni käy tupakalla puolen tunnin esityksen aikana useamman kerran. Seuraava esitys saa, ronskin luonteensa ansiosta, ihmiset villiintymään. Asiakkaat ottavat osaa esitykseen. Kovin keskittyneestä ilmapiiristä ei ole kuitenkaan tietoakaan.

Epäluulo hiipii mieleen. Kuinka meidän esityksellemme käy? Viulunsoitto ja osin kryptinen kerronta yksinäisyydestä ei välttämättä nostata tunnelmaa kattoon. Kovin luottavainen olo ei ole lavalle astuessa. Huomaan, että yleisöstä on poistunut epäkeskittynein osasto kokonaan. Asiakkaita on kuitenkin vielä paljon katsomossa. Nostan viulun ylös ja alan soittaa. Hiljaisuus. Sali on epätodellisen hiljainen ja keskittynyt tunnelma tuntuu suurelta kohteliaisuudelta. Soittaessani kohtaan katseita. Täysin normaalista poiketen yleisökontaktikurssin esityksessä olen aina suorassa katsekontaktissa joko vastanäyttelijäni tai yleisön kanssa. Ensimmäiset minuutit ovat hullaannuttavia. Niin monenlaisia katseita.

Harjoitellessamme esitystä viime syksynä sain palautetta siitä, että minun pitäisi vaikuttua ihmisten katseista. En edelleenkään tiedä, jos ja kuinka se (vaikuttuminen) naamassani näkyi tässä esiintymisessä. Tosiasia on kuitenkin se, että vaikutuin, syvästi, useista katseista. Muusikkona minulle on luontevaa kanavoida vaikuttuminen musiikin kautta. Tällä kertaa musiikki eli hetkessä ja vaikuttuminen oli todellista. Ihmisten kiitollisuuden, rankat elämänkohtalot ja intensiteetin aistii erityisen hyvin katsekontaktin avulla. Eturivissä istuu kaksi nuorta poikaa, joista varsinkin toinen reagoi varsin innostuneesti kaikkeen lavalla tapahtuvaan: hänen jalkansa lyö aina tahtia vähänkin rytmikkäämpien osuuksien mukana. Pojalla on pitkä tukka, hän vaikuttaa ja lopulta myös paljastuu musiikkimieheksi. Yleisö on reaktioissaan hyvin herkkä eikä mainittavia häiriöitä tule esiintymisen aikana.

Yleisön palaute on hyvin kiittelevää. Yksi asiakkaista toteaa, että hän havahtui esityksen aikana siihen, että korvaushoitoyksikössä ei ole hänen mielestään koskaan ollut niin hiljaista ja keskittynyttä tunnelmaa. Musiikin sanottiin herättävän tunteita. Eturivin muusikkopoika oli innostunut soiton intensiteetistä, se muistutti kuulemma hevimeininkiä.

Esiintyminen korvaushoitoyksikössä oli koko hoitolaitoskiertueeni ensimmäinen esiintyminen. Se oli myös ensimmäinen kerta, kun koskaan astuin päihteidenkäyttäjien hoitolaitokseen. Munkkisaaressa asiakaskunta oli haittoja vähentävässä korvaushoidossa. Käytännössä tämä tarkoitti sitä, että hoidon päätavoite ei ollut kuntoutumisessa ja päihteettömyydessä[25]. Tämä selittää osaltaan levotonta ja turvatonta tunnelmaa. Monenlaisissa päihdeyksiköissä esiintyneen Lehtosen mielestä esiintyjän olisi hyvä olla etukäteen tietoinen siitä, minkälaisia taustoja asukkailla on ja mitkä ovat kyseisen yksikön omat erityishaasteet ja mahdollisuudet.

[25] Lisätietoa: https://www.hdl.fi/fi/palvelut/paihdetyo/korvaushoito

Tämä edellyttää esiintyjältä halua kurkistaa mahdollisesti epäsiistin ja rujon kuoren alle. Lehtosen mukaan haasteeseen tarttuminen kannattaa: oma työ voi tutustumisen ansiosta näyttäytyä esityshetkellä täysin uudessa valossa. (Lehtonen 2010, 115–119.)

Munkkisaaren korvaushoitoyksikössä väki vaihtui tiuhaan tahtiin, joten etukäteen tehdyllä tutustumiskäynnillä olisi tuskin edes tavoittanut juuri niitä henkilöitä, joita esityksen aikana yleisössä istui. Olen kuitenkin samaa mieltä Lehtosen kanssa siitä, että henkilöihin ja paikkoihin tutustuminen etukäteen kannattaa ja palkitsee. Yleisöön samastuminen on luontevampaa ja heidän tarinansa tulevat vaistomaisesti mukaan omaan ilmaisuun ja kerrontaan. Korvaushoidon yksikössä tunnelma oli koko kiertueen arvaamattomin ja se vaihteli laidasta laitaan. Katujen todellisuuden ja levottoman päihde-elämän vivahteet kuitenkin katosivat kuin veitsellä leikaten esityksemme alettua. Lehtosen mukaan esitystilanne voi merkitä asukkaille/asiakkaille mahdollisuutta keskittymiseen ja rauhalliseen tarkkaavaisuuteen. Lisäksi se voi tarjota apua tunteiden kokemiseen ja ilmaisuun. (Lehtonen 2010, 119–120.)

Millä tavalla katsojiin samastuminen näkyi tässä esityksessä? Lehtosen mukaan yleisökontaktikurssin opiskelijat pohtivat usein, kuinka saisivat katsojat keskittymään ja esitystilanteen pysymään kasassa. Katsojien vastaanotto- ja keskittymiskyky olivat keskeisiä elementtejä pohdittaessa esiintyjän mahdollisuutta samaistua katsojiinsa. (Lehtonen 2015, 159.) Korvaushoitoyksikössä yleisön reaktioita ei voinut ollenkaan ennustaa etukäteen, joten itsensä ”paljastaminen” tuntui tilanteessa erityisen haastavalta. Tämä sama arvaamattomuuden ilmapiiri myös palkitsi siinä vaiheessa, kun huomasin tavoittaneeni yleisön ja saavuttaneeni keskittyneen tunnelman. Lähtökohtaisesti voisi ajatella, että esiintyminen sai minut entistä enemmän arvostamaan ja kaipaamaan konserttisalien konventioilla säädettyä käyttäytymisetikettiä. En voi väittää, että ajatus ei olisi käynyt mielessä. Päällimmäiseksi tunteeksi jäi kuitenkin ihmetys musiikin ja katsekontaktin avulla saavutetun vuorovaikutuksen voimasta. Se oli paljon voimakkaampi kuin olin osannut aavistaakaan. Myös Lehtonen kirjoittaa mielestäni samasta asiasta, kun hän toteaa (teatteri)esityksen parhaimmillaan mahdollistavan hoitolaitosympäristössä erityislaatuisen, jaetun läheisyyden kokemisen (Lehtonen 2010, 121).

9.1.2 Kuninkaankallion asunnottomien yksikkö (Kevät 2013)

Kiertue-esiintymisiä edeltävät vapaamuotoiset esittäytymis- ja rupattelutuokiot nousivat jopa jalkautumisia tärkeämpään rooliin. Tämä sai useimmissa paikoissa tunnelman vapautumaan jo ennen esiintymistä. Kävimme myös usein kutsumassa asukkaita henkilökohtaisesti esitykseen heidän huoneistaan. Kaikissa esiintymisissämme oli hyvin keskittynyt tunnelma. Katseiden intensiivisyys yllätti joka kerta. Erilaiset katseet vaikuttivat ja tämä vastavuoroisesti kuului ja näkyi tekemisessämme. Esityksestä tuli yhtäkkiä hyvin henkilökohtaista, merkityksellistä ja hetkessä elävää. Erityisesti ensimmäisessä kiertue-esiintymisessämme Kuninkaankallion asumiskeskuksessa korostui se, että toisen ihmisen tavoittaminen on esiintymisen ja musiikin keinoin mahdollista vaikeista alkuasetelmista huolimatta.

Pekka tarjoaa meille aamupuuroa ja teetä. Olemme Kuninkaankallion asumiskeskuksessa ja Pekka on meidän yhteyshenkilömme. Kuninkaankalliossa halutaan tarjota pitkäaikaisasunnottomille oma koti. Mistään lintukodosta ei kuitenkaan ole kysymys. Kuninkaankalliossa suurin osa asukkaista ei sitoudu päihteettömyyteen ja levotonta on: poliisit vierailevat, Pekan kertoman mukaan, paikalla säännöllisesti. On kuulemma taas ollut rauhaton yö ja aamukierroksen perusteella päihtyneitä on paljon. Pekka yrittää selvästi saada meitä laskemaan odotuksiamme päivän esitystä kohtaan.

Edellisen kerran olimme Kuninkaankalliossa vuosi sitten. Paistoimme asukkaiden kanssa lättyjä, pidimme tanssit ja soitin viulua lättynuotion ääressä. Kohtaaminen oli voimakas ja moni henkilö jäi elävästi mieleeni. Astumme hissiin ja aloitamme perinteisen houkuttelukierroksen. Ensimmäisenä vastaan tulee jo unohtamani paikan ominaistuoksu, joka tuntuu karvaalta nenässä siihen asti, kunnes siihen tottuu. Pahasti dementoituneiden kerroksessa törmäämme moneen tuttuun henkilöön. Jälleennäkemisen riemu on kuitenkin yksipuolista heidän sairaudestaan johtuen. Huomaan, että moni tuttu asukas on vuodessa mennyt fyysisesti vielä huonompaan kuntoon ja joutunut esim. pyörätuoliin. Vuosi sitten haastattelemani entinen lihanleikkaaja on vuodepotilaana ja ilmeisen huonossa kunnossa. Hän on tilannut itselleen valtavan kokoisen canvas-taulun. Taulussa on suuri riippusilta, joka johtaa uskomattoman kauniiseen trooppiseen metsään. Asukas on niin pahasti masentunut, ettei ole vaikea arvata, mitä tämä silta symboloi.

Epätodellinen ja osittain lohdutonkin tunnelma tarttuu. Moni asukas kieltäytyy jyrkästi, kun heitä pyytää ruokailutilassa katsomaan päivän esitystä. Selvästi aggressiivisia henkilöitä ei uskalla edes lähestyä. Pekka ohjaa meidät väljemmille vesille. Päätämme houkutella asukkaita esitykseen suoraan heidän kodeistaan. Ovelta ovelle -mainostus onnistuu odotettua paremmin. Moni asukas lupaa tulla esitykseemme. Osa haluaa vielä kaupan päälle esitellä asuntoaan. Useat asukkaista muistavat meidät viime vuodelta ja kertovat odottaneensa esitystä paljon.

Esityssali täyttyy vaivihkaa. Osa asukkaista tulee työntekijöiden avustuksella pyörätuoleissa. Ensimmäinen onnistumisen tunne tulee, kun huomaan salin olevan täynnä. Tunnelma on epätavallinen: samanaikaisesti hyvin vakava ja levoton. Ei kuitenkaan missään muodossa välinpitämätön. Esityksen alkaessa tunnelma muuttuu keskittyneemmäksi. Yleisöä lähestyminen tuntuu tavallista vaikeammalta, koska tiedän, että asukkaat voivat reagoida myös hyvin odottamattomasti, jopa aggressiivisesti. Katsekontakti ei onnistu kaikkien kanssa, moni kääntää päänsä pois. Katseet, jotka saavutan, ovat lähes poikkeuksetta joko kuolemanvakavia tai pysähtyneitä. Reaktioiden perusteella on vaikea arvioida, mitä he pitävät esiintymisestä. Selvää on vain se, että asukkaiden vakavuus saa myös esityksemme muuttumaan vakavaluontoisemmaksi.

Alun tunnustelun jälkeen yleisö alkaa ottaa aktiivisemmin osaa esitykseen. He selvästi tuntevat olevansa osa esitystä. Takarivin mies viittaa kesken esityksen ja haluaa kertoa esityksestämme mieleen tulleen aforismin. Aforismi sopii sisällöltään hyvin esitykseen ja pystymme jatkamaan esitystä luontevasti. Epätavalliset sattumukset kuitenkin jatkuvat. Yhden asukkaan puhelin soi kaksi kertaa. Hän vastaa, kaksi erillistä kertaa, ja sanoo närkästyneenä puhelimeensa esityksen olevan kesken. Olkatukeni putoaa ja päätän olla välittämättä asiasta. Eturivissä istuva nainen haluaa kuitenkin auttaa. Hän huomauttaa asiasta kymmenen sekunnin aikana niin monta kertaa, että tuki on nostettava ylös. Esitys elää. Yksi hienoimmista hetkistä koetaan Romanssi-laulun (Sua vain yli kaiken...) aikana, kun sama eturivin nainen yhtyy näyttelijän lauluun antaumuksella.

Esitys muuttuu asukkaiden osallistumisen myötä täysin erilaiseksi. Sana esitys ei enää kuvaa tapahtuman todellista luonnetta. Kyseessä on aito kohtaaminen ja ilmassa vahva luottamuksen ilmapiiri. "Meillä oli hyvä porukka ja yhteinen meininki", toteaa yksi asukas palautetilaisuudessa. Myös Pekka on yllättynyt ja erittäin ylpeä asukkaistaan. Etukäteen hän ei olisi uskonut näin suureen osanottoon ja keskittyneeseen ilmapiiriin. Esiintyjän näkökulmasta pysäyttävin palaute tulee kuitenkin erään väsyneen oloisen asukkaan puheenvuorossa, joka alkaa lauseella: "Tuli puhdas olo".

Lehtosen mielestä esiintyjän ja katsojan välinen suhde poikkeaa monista sosiaalisista rakenteista, minkä vuoksi sen on mahdollista olla hyvin tasa-arvoinen. Taitava esiintyjä saa yleisön kiinnostumaan esityksestä. Tämän seurauksena esityksen ajatukselliset, mielikuvitukselliset ja keholliset sisällöt liikkuvat molempiin suuntiin, esiintyjältä yleisöön ja yleisöstä esiintyjälle. Esityksen sisältöjä voi syntyä esitystilanteessa myös vuorovaikutuksen seurauksena. (Lehtonen 2010, 67.) Tämä Lehtosen ajatus oli vahvasti esillä koko yleisökontaktikurssin ajan. Lehtonen kirjoittaakin, että yllättäviä, jopa esityksen keskeyttäviä, reaktioita vastaan ei kannata taistella. Katsojien reaktioihin samastuminen mahdollistaa, sopivassa määrin, niiden ottamisen osaksi näyttelijäntyötä ja esityksen tulkintaa (Lehtonen 2015, 157).

Mielestäni esiintyjän ja yleisön välisten, hetkellisten yhteyksien, mahdollinen vaikutus esiintymisen kulkuun on erityisen kiehtova asia, jonka sain myös itse mm. Kuninkaankalliossa kokea. Koin vahvasti, että esityksemme muotoutui aina erilaiseksi riippuen siitä, minkälaisia yksilöitä yleisössä istui ja kuinka he reagoivat esitykseen. Esityksemme luonne oli jo alun perin improvisatorinen, mutta yllättävästi ja estottomasti reagoiva yleisö toi aina siihen täysin uuden improvisatorisen ulottuvuuden. Esitys syntyi uudenlaisena vahvan vuorovaikutuksen seurauksena. Esiintyjänä koin tämän erityisen inspiroivaksi. Lehtosen mukaan parhaimmassa tapauksessa asukkaat saapuvat esitykseen ”kuin yhteiseen leikkiin, jossa jokaisella on oma erityinen osuutensa” (Lehtonen 2010, 67).

Kuten Lehtonen toteaa, yleisökontaktikurssin esitykset olivat harjoiteltuja kokonaisuuksia, jotka kuitenkin elivät hetkessä: muodot ja sisällöt muuntuivat kussakin hoitolaitoksessa

syntyneen yleisökontaktin myötä (Lehtonen 2015, 208). David Dolanin työryhmän mukaan jo pelkästään improvisatorinen lähestymistapa suhteessa soitettavaan teokseen voi voimistaa yleisökontaktia. Tilanne, jossa esityksen improvisatorinen luonne syntyy esiintyjän ja yleisön välisestä vuoropuhelusta, vie kokemukseni mukaan asetelman täysin uudelle tasolle.

Tuli puhdas olo -kommentti jäi elämään mieleeni. Se, että voi kokea aidosti tarjoavansa toiselle ihmiselle omalla tekemisellään jotain arvokasta ei ole ollut minulle itsestäänselvyys. Jussi Lehtonen sanallistaa asian mielestäni erittäin kauniisti sanoessaan hoitolaitoksissa vapautuvan energian ruumiillistavan ihmisen oikeutta heittäytyä toiseksi, jolloin esiintyminen voi toimia toiseuden peilinä sekä yleisölle että esiintyjälle. Lehtosen mukaan läsnäolon loisteen syttyminen yksiinkin sammuneisiin silmiin tarkoittaa teatteriesityksen vastanneen aitoon tilaukseen, ”ihmisarvon ja elämän puolustamisen suoneen.*”* (Lehtonen 2010, 133).

9.1.3 Keravan vankila – elinkautisvangit (Kevät 2013)

Yleisökontaktikurssin jännittävimmät vierailut tein Keravan vankilaan. Tutustumiskäynnillä keväällä 2012 kävin tutustumassa nuorten miesten terapeuttiseen Wop-kuntoutusyksikköön, jossa oli päihteettömyyteen sitoutuneita, kohta vapautuvia vankeja. Vierailu oli mieleenpainuva: laitoimme vankien kanssa ruokaa ja teimme haastatteluja. Oman haastatteluni tein kahden kesken erään ikäiseni vangin huoneessa. Hän oli piirtänyt suurelle pahvitaululle elämänkaarensa, josta piirtyi esiin lupaavasti alkanut opinpolku, avioero ja sen myötä tapahtunut syvä syöksykierre. Vangin avoimuus, inhimillisyys ja nöyryys tekivät minuun vaikutuksen. Lehtonen kirjoittaa tietoisesta tai tiedostamattomasta kaltaisuuden kokemuksesta, joka voi tapahtua ennen esitystä, sen aikana tai sen jälkeen. Kaltaisuuden tunnistaminen on Lehtosen mukaan samanaikaisesti yksi samastumisen muoto ja sen seuraus. (Lehtonen 2015, 183–184.) Palatessani jälkikäteen kohtaamiseen, huomaan samastuneeni voimakkaasti vangin ikään ja hänen elämänkaareensa, joka lupaavan alun jälkeen oli karannut täysin käsistä. Ymmärsin paremmin kuin ennen, kuinka yksittäinen takaisku voi saada elämässä aikaan peruuttamattoman syöksykierteen.

Varsinaisella kiertueella, vuotta myöhemmin, esiinnyimme uudestaan Keravan vankilassa, tosin tällä kertaa elinkautisvankien osastolla. Esiintyminen herätti jälkikäteen voimakkaita tunteita ja päädyin arvioimaan käsitystäni vangeista jälleen kerran uudelleen. Kohtaamisen intensiivisyys ja pinnan alla kyteneet ristiriidat askarruttavat minua vieläkin.

> *Portit avautuvat. Pääsemme Keravan vankilaan. Muut, henkilökuntaa lukuun ottamatta, ovat sinne joutuneet. Jännittää. Vankilaan meneminen tuntuu epätodelliselta, vaikka tämä onkin jo toinen kertani täällä. Vuosi sitten kävin tutustumassa terapeuttiseen yhteisöön: nuoriin vapautumassa oleviin vankeihin. Vierailusta jäi mukavat muistot. Elinkautisvankien tapaaminen tuntuu kuitenkin erilaiselta. Sanalla elinkautisvanki on vahva stigma. Työparilleni elinkautisvangit ovat jo tuttuja, koska hän kävi vankilassa tutustumiskäynnillä vuosi sitten. Häntäkin selvästi jännittää.*

Suhtautumisemme vankilaa kohtaan on siis jo etukäteen selvästi latautunut. Istumme vankien kanssa rinkiin, jossa kaikki esittäytyvät ja kertovat jotain itsestään. Vankien tavallisuus yllättää: he ovat sympaattisia, mukavia ja avoimia. Joukosta löytyy verbaalisesti kadehdittavan lahjakkaita henkilöitä. Unohdan olevani vankilassa. Keskustelu voisi jatkua pitkäänkin. Tunnelma vapautuu nopeasti ja alamme järjestää esitystilaa.

Esityspaikkana on vankien yhteinen oleskelutila. Tunnelma on odottava ja jo etukäteen tuntuu siltä, että tästä tulee hyvä esitys. Tila on akustinen ja olo rohkea. Esitys alkaa. Melkein kaikki vastaavat suoraan katsekontaktiini välittömästi. Katseet ovat niin intensiivisiä, että välillä vaistomaisesti käännän katseeni ensimmäisenä pois. Tunnelma on hyvin keskittynyt ja intensiivinen. Esitys nousee siivilleen. Tunnen itseni vapaaksi. Tässä ympäristössä ronski ote ja karkea kieli eivät tunnu sopimattomilta: äärimmäiset huiput ja laskut toteutuvat. Esitys on ehjä ja jännite säilyy loppuun asti. Yleisön huomio imartelee eikä se herpaannu hetkeksikään.

Palautekeskustelu on vilkasta ja näytelmän keskeinen teema, odottaminen, on sopinut vankilaympäristöön erinomaisesti. Oikeastaan vasta esityksen aikana ymmärsin, kuinka paljon käsikirjoittajan ja näyttelijän vuoden takainen vierailu elinkautisvankien osastolle on vaikuttanut näytelmän pääteemojen syntyyn. Myös palautteessa kiitellään esityksen ajankohtaisuutta, dynaamisuutta ja koskettavuutta. Palautekeskustelu jatkuu pitkään vielä kahvituokion aikana. Kanssakäynti on vaivatonta ja hauskaa. Meitä toivotaan vierailulle myös uudestaan.

Esitysten jälkeen kokoonnumme työryhmänä "purkamaan" esitystä ja siitä nousseita ajatuksia. Yllätykseksenі tämä esitys on ollut työparilleni vaikea ja ristiriitainen. Olemme lähteneet esitykseen eri lähtökohdista: hän tuntee vangit paremmin ja tietää, mistä he ovat saaneet elinkautisen tuomion. Mietin sitä, onko vuoden takainen tutustumiskäynti kääntynyt itseään vastaan hänen kohdallaan.

Monissa muissa esiintymisissä olen pitänyt ennakkotutustumista pelkästään positiivisena asiana. Erityisen tärkeitä tutustumiset ovat olleet juuri omien pelkojen ja ennakkoluulojen hälventämiseksi. Tässä tilanteessa ennakkotutustuminen oli vaikuttanut työpariini niin voimakkaasti, että hän ei pystynyt suhtautumaan yleisöön neutraalisti. Jos olisin itse nähnyt yleisössä vain murhamiehiä, psykopaatteja ja manipulaation mestareita, suojautumiseni aste olisi esityksen aikana ollut varmasti paljon suurempi.

Oloni on ristiriitainen. Vahva vuorovaikutuksellinen kohtaaminen on totta, sitä ei voi kiistää. Ajateltuani tarkemmin vankien mahdollisia hirmutekoja kohtaaminen alkaa muuttua mielessäni. Tulen epäluuloiseksi ja alan miettiä yleisön mahdollisia taka-ajatuksia ja perimmäisiä motiiveja. Päässä myllertävät ajatukset ovat vahvoja ja itsepintaisia. Tämäkin tuntuu raskaalta. Olen aina ollut sitä mieltä, että ihmistä pitää

lähestyä ihmisenä menneisyyden teoista huolimatta. Todistettua tuli, että se on selvästi helpompaa ilman todellista tietoa näistä teoista.

Mistä syntyi esityksen lähes käsin kosketeltava poikkeuksellinen intensiteetti? Lehtosen ajatuksia lukiessani olen ymmärtänyt, että vankilaympäristössä katsojaan samastuminen tapahtui osittain sukupuoliroolin kautta. Lehtonen määrittelee eräänlaiseksi kaltaisuuden vastakohdaksi tilanteen, jossa naisten valmistama esitys tuodaan naisista erossa olevien miesten yhteisöön. Lehtosen mukaan naisesiintyjät kuitenkin tiedostavat yleensä vankilaympäristössä sukupuolisuuden merkityksen hyvin ja pystyvät säätelemään sen vaikutusta esiintymistilanteessa ja molemminpuolisessa samastumisessa. Asetelmassa esiintyjä samastuu katsojiinsa käänteisellä tavalla, vastakkaisen sukupuolen erilaisuuden kautta. (Lehtonen 2015, 186–187.) En muista tietoisesti pohtineeni sukupuoleen liittyviä rooleja ennen esitystä tai sen aikana. Esityksen poikkeuksellisen voimakas intensiteetti todennäköisesti kuitenkin johtui juuri Lehtosen mainitsemasta käänteisestä samastumisesta. Esiintymisessä tunsin itseni erittäin rohkeaksi eikä lähestymistapani esitykseen tai esitettävään materiaaliin ollut erityisen feminiininen – ennemminkin päinvastoin. Lehtosen mukaan ”naisasiaesityksen” rohkeus saattaa ilmentää miesyhteisössä ”toisenlaista naisen roolia” ja tätä kautta herättää katsojissa erityistä kunnioitusta (emt., 188).

9.1.4 Hoiva Viikin geriatrinen osasto (Kevät 2013)

Elinkautisosaston voimakkaasti reagoivalle ja intensiivisesti seuraavalle yleisölle oli jälkikäteen ajateltuna helppo esiintyä. Paljon vaikeampia olivat hiljaiset ja korostuneesti pidättäytyvät yleisöt, joista oli mahdotonta sanoa esityksen aikana, mitä he siitä pitivät. Koska esityksessämme oli voimakkaita kohtauksia, jouduimme näissä niin sanotuissa hiljaisissa esiintymisissä kamppailemaan reaktioiden vähyydestä johtuvien sisäisten ristiriitojen kanssa. Yleisö, joka ei halua tai kykene reagoimaan, onkin edelleen mielestäni jopa välinpitämätöntä tai levotonta yleisöä haastavampi. Palautekeskustelu nousi tärkeään rooliin kaikissa esiintymisissä. Erityisen tärkeäksi koin sen silloin, kun yleisön aistiminen esityksen aikana oli haastavaa.

Autio maisema ja lukittu ovi. Hiljaisuus ja harmaus. Astumme sisään Hoiva Viikin geriatriselle osastolle. Näkyy paljon valkoisia hiuksia, hiljaisia istujia, rollaattoreita, pyörätuoleja ja verkkaisia askeltajia. Geriatrisen osaston asukkaat ovat kaikki psyykkisesti oireilevia iäkkäitä ihmisiä.

Hoiva Viikin asukkaiden kohtaaminen tuntuu mielekkäältä. Esittäytymiskierros sujuu luontevasti, joskin melko nopeasti, ja asukkaat tulevat meitä oma-aloitteisesti tervehtimään. Nopeasti huomaamme, että keskustelua on vaikea pitää yllä. Asukkaat ovat poissaolevia ja hiljaisia. Vetäydymme nopeasti takaisin hoitajien huoneeseen. Kontaktin ylläpitäminen asukkaiden kanssa tuntuu vaivaannuttavalta ja tulee vahva tunne siitä, että ei halua häiritä.

Esitystilana on ruokasali. Siirrämme pöydät sivuun ja vedämme verhot ikkunan eteen saadaksemme tilan toimimaan. Salissa on koko ajan läsnä muutamia vanhuksia. Yksi rouva istuu paikallaan odottamassa esityksen alkua (esityksen alkuun on vielä tässä kohtaa kaksi tuntia). Joudumme pyytämään häntä siirtymään pöydästään, koska siirrämme pöytiä sivuun ja asettelemme tuoleja katsomoksi. Hän ei halua siirtyä. Muutama muukin hermostuu selvästi pöytien siirtelystä ja yksi miehistä käy silmän välttäessä vetämässä sulkemani verhon auki. Tämä geriatrinen osasto on näiden vanhusten koti ja me olemme kaapanneet heidän ruokasalinsa – ei ehkä paras lähtökohta esitykselle. Ruokasalin muuttaminen esitystilaksi ei välttämättä ollutkaan niin hyvä idea kuin aluksi ajattelimme. Aamupäivän vaivaantunut olo alkaa konsentroitua erittäin vaivaantuneeksi oloksi.

Aloitamme esityksen hieman säästellen ja kuulostellen. Haluamme molemmat selvästi tehdä esityksestä "nätin" version. Äärimmäisen dynaamiset paikat pyöristyvät vaistonvaraisesti. Osittain siksi, että tätä yleisöä on vaikea lukea. Osa ei varmasti edes pysty ilmaisemaan, jos jokin ääni tai efekti ei miellytä heitä tai jopa satuttaa korvia. Odotamme molemmat yleisöltä jotain. Saan heistä irti vain muutaman erittäin intensiivisen katseen, suurin osa katsoo poispäin. Eturivissä istuva mies hymyilee ja pitää silmiään kiinni koko esityksen ajan. Nukkuuko hän? On todella hiljaista. Välillä tuntuu siltä, että kontaktia ei synny ollenkaan. Haemme näyttelijän kanssa tukea toisistamme. Keskinäinen kontaktimme on erityisen voimakas tässä esityksessä.

Esityksessämme on vahvoja kohtauksia. Sanan paska sanominen ja erittäin rumalla äänellä soittaminen (näyttelijä puhui ja minä soitin) tuntuvat vaikealta tässä ympäristössä. Vanhempien ihmisten kunnioitus on meillä selvästi selkäytimessä. Olemmeko jo liian pehmeitä, joku pyytää kesken kaiken "vähän vauhtia esitykseen". Romanssi-laulu saa yleisön hieman innostumaan, joku selvästi haluaisi laulaa mukana. Viimeisen sooloviuluosuuteni aikana eturivistä poistuu vanhempi rouva pyörätuolinsa kanssa. Yritän sivuuttaa asian, mutta olen oikeasti hieman hämilläni.

Palautekeskustelu kuitenkin yllättää. Kaikki palaute on positiivista ja asukkaat ovat pitäneet esityksestä. Moni on samastunut esityksessä vahvasti esillä olevaan yksinäisyysteemaan. Palaute tuntuu hyvältä, mutta olo on silti todella ristiriitainen. Paikalla oleva ohjaaja pitää esitystämme parhaimpana siihen mennessä. Keskinäinen kontaktimme oli hänen mielestään aivan uudella tasolla.

Tämän esityksen jälkeen pohdin sitä, kuinka vaikeaa on pitää yllä kontaktia (varsinkin katsekontaktia) yleisöön, joka vaikuttaa poissaolevalta. Yleisön sisäinen innostus tai kiinnostus näkyi hyvin vähän ulospäin. Musiikin kautta kontaktin luominen tuntui luontevammalta kuin suoran katsekontaktin avulla ja esimerkiksi pienen konsertin pitäminen Hoiva Viikissä olisi toiminut varmasti hyvin. Esityksessä huomasi myös sen, kuinka tärkeäksi vahvan kontaktin saavuttaminen yleisön kanssa oli tullut. Kun vahvaa kontaktin tunnetta ei esityksen aikana saavutettu, olo oli hieman pettynyt. Ristiriitaista

tässä esiintymisessä oli kuitenkin se, että kontakti oli koko esityksen ajan olemassa. Asukkaiden sairauksista, masennuksista ja vetäytyneisyydestä johtuen emme vain sitä aistineet. Heillä ei ollut työkaluja ilmaista omaa läsnäoloaan. Tässä esityksessä palautekeskustelu nousikin tärkeään rooliin. Ilman sitä olisimme voineet vain arvailla, mitä asukkaat oikeasti esityksestä pitivät.

Esityksen vieminen äärimmäisissä elämäntilanteissa olevien ihmisten kotiin saa Lehtosen mukaan esiintyjän usein pohtimaan tunneilmaisunsa astetta. Kyseisessä tilanteessa näyttelijä samastuu katsojiinsa säätelemällä esimerkiksi puhettaan pyrkien laajentamaan esityksen ja katsojan välistä kosketuspinta-alaa. (Lehtonen 2015, 166–167.) Tämä asia toteutui kokemukseni mukaan myös viulua soittaessa: tunnustelin tilanteita ja hain tietoisesti sellaisia soittamisen tapoja, sävyjä ja dynamiikkoja, joiden toivoin edesauttavan yleisön tavoittamista. Kuten Lehtonen kirjoittaa, tunneilmaisusta tuli vuorovaikutuksen väline: oman kokemuksen lisäksi olennaista oli se, mitä kuvitteli katsojien kokevan (emt., 167).

9.1.5 Kinaporin ryhmäkodit: Vellamo (Syksy 2013)

Yön kuningatar -esityksemme sai jatkua vielä yleisökontaktikurssin jälkeenkin. Esityksemme tilattiin Kansallisteatterin kiertuenäyttämön ohjelmistoon puoleksi vuodeksi syksyllä 2013. Yleisökontaktikurssin esiintymisistä haastavimpia oli Hoiva Viikin vanhuksille esiintyminen. Tämä oli kuitenkin helppo ja hyvin toimiva esitys siihen verrattuna, kuinka yllättävän yleisön kohtasimme Kiertuenäyttämön esiintymisissä Kinaporin ryhmäkodeissa. En kokenut yhdenkään hoitolaitosesiintymisen vaikuttavan negatiivisesti omaan esiintyjyyteeni. On mielestäni kuitenkin tärkeää tuoda esille myös se, että joskus esiintymiset tapahtuivat lähes mahdottomissa olosuhteissa. Näissä tilanteissa oma reagointi ja ei-reagointi nousivat tärkeään rooliin.

Olemme menossa Kinaporin monipuoliseen palvelukeskukseen tekemään esitystä ryhmäkotiin. Olo on jo etukäteen outo ja jopa hieman lannistunut. Edellinen esiintymisemme vanhuksille Hoiva Viikissä oli haastava ja monin paikoin vaivaannuttava. Onko tämä varmasti sopiva esitys tähän paikkaan? Olisi kiva tietää etukäteen.

Tänään esiinnymme Vellamon ryhmäkotilaisille. He ovat pahasti muistisairaita vanhuksia, jotka asuvat vakituisesti ryhmäkodissa. Kättelen kaikkia erikseen ja esittäydyn. He vaikuttavat ystävällisiltä. Keskustelu päättyy suurimman osan kanssa esittäytymisen jälkeen. Eräs rouva haluaa tietää, miksi liikutamme huonekaluja. Kerron meidän rakentavan esitystilaa ja, että esitys alkaa puolen tunnin kuluttua. Kiinnostuneen ”ai jaa” -tokaisun jälkeen rouva esittää kysymyksen uudestaan ja uudestaan ja uudestaan. Olo on kuitenkin jo hieman luottavaisempi. Vanhukset ovat, rollaattoreistaan ja pyörätuoleistaan huolimatta, virkeän oloisia.

Aloitamme esityksen. Tunnelma on välittömästi levoton. Suora katsekontakti selvästi ärsyttää monia asukkaita. Kontaktin tunnetta ei tule edes soittaessa. Ensimmäiset

negatiiviset kommentit tulevat melko pian esityksen alettua. Lentäviksi lauseiksi muodostuvat: ”Loppuuko tämä jo kohta” ja ”en ymmärrä mitään”. Useampi henkilö toistelee näitä fraaseja koko esityksen ajan. Näyttelijällä on vaikeaa: puheen päälle on vaikea ja turhauttava puhua. Esityksen sisäinen jännite katkeaa kokonaan. Jostain syystä minua alkaa huvittaa, aivan kuin olisin jossain aivan absurdissa sketsissä mukana. Yritämme kuitenkin urhoollisesti pitää eritystä kasassa, sillä joku yleisössä saattaa oikeasti olla vielä mukana.

Yleisö tuntuu reagoivan erityisen negatiivisesti koviin ääniin. Esityksemme muuttuukin asteittain täysin kuiskausversioksi. Iltapäivän huipennus koetaan, kun yleisöstä joku uhkaa kovaan ääneen soittaa paikalle poliisit. Yleisössä istuvien henkilöiden useat päällekkäiset monologit luovat oman esityksensä. Monologeja olisi kuitenkin miellyttävämpää seurata jostain ihan muualta kuin esityslavalta. Olen kuulevani myös kommentit: ”kaunis tyttö” ja ”hyvä viulu”. Kiva. Ristiriitaisuus tästä kaaoksen cocktailista vielä puuttuikin.

Romanssi-laulu kirvoittaa äänekkäimmät kuulijat vuolaaseen laulunumeroon. Saamme pienen hengähdystauon. Se, että yksi osuus toimii koko esityksessä ei kuitenkaan yhtään lohduta. Lopun Bachin aikana rohkaistun ja haen taas katsekontaktia. Joku hyräilee mukana. Optimismin puuskassa uskon vielä pystyväni pelastamaan esityksen lopun. Yleisö on kuitenkin toista mieltä: takarivin rouva laittaa kädet korvilleen ja eturivissä joku ehtii kysyä vielä viimeisen kerran: ”Loppuuko jo kohta”.

Esityksen aikana saadusta runsaasta palautteesta huolimatta pidämme esitykseen kuuluvan palautekeskustelutilaisuuden. Palaute on täysin ristiriidassa esityksen aikana kuultuihin reaktioihin. ”Hyvä esitys”- ja ”kiitos”-kommentit seuraavat toisiaan. Eräs rouva kehuu meitä rohkeiksi tytöiksi. Saman rouvan mielestä esityksessä oli ollut parasta yleisön huutelu. Sitä oli ollut kuulemma hauska seurata. Palautteeseen on vaikea suhtautua. Alkaa vääjäämättä kirkastua kuitenkin se, kuinka vakavasti muistisairaan mieli toimii. Suurin osa ei varmasti muista palautetilaisuudessa esityksestämme enää yhtään mitään. He ovat esityksen aikana reagoineet yksittäisiin ärsykkeisiin. Soitamme tilaisuuden päätteeksi poikkeuksellisesti kaksi yhteislaulua. Tämä ei kuitenkaan poista epäonnistunutta oloa. Hoitajien mukaan kovat äänet eivät ole muistisairaiden mieleen. Heidän palautteestaan saa muutenkin sen kuvan, että esityksemme ei soveltunut kovin hyvin kyseiselle ryhmälle.

Vellamon esityksessä on nähdäkseni toteutunut korostuneessa mielessä Lehtosen esittelemä tilanne, jossa esiintyjästä tulee katsojan katsoja. Lehtosen mukaan joskus hoitolaitoksissa tulee vastaan tilanteita, joissa esityksen päähuomio ja painopiste siirtyvät yleisöön. Kuten Lehtonen osuvasti toteaa, esiintyjä ei välttämättä ole tilaisuudessa pääroolissa: asetelmassa esiintyjän, katsojan, antajan ja vastaanottajan roolit hämärtyvät. Lehtonen näkee asiassa myös positiivisen puolen: suljettuun todellisuuteen tuotu teatteriesitys voi muuttaa yhteisön valtarakenteita ja tarjota asukkaille mahdollisuuden poikkeukselliseen itseilmaisuun. (Lehtonen 2015, 188–191.)

Esiintyjän näkökulmasta koin tilanteen vaikeaksi: päällimmäinen tunne esiintymisen jälkeen oli hämmennys. Negatiivisesti ja avoimen vihamielisesti suhtautuvan yleisön kohtaaminen oli haastavuudestaan huolimatta kuitenkin kokemus, josta olin lopulta kiitollinen. Tämän esityksen jälkeen konserttitilanteissa yleisesti häiriötekijöiksi luokitellut asiat kuten yskiminen tai muut hiljaisuutta rikkovat äänet asettuivat välittömästi oikeisiin mittasuhteisiin. Oli mielestäni myös terveellistä saada kokemus siitä, että yleisö ei oikeasti pidä esityksestä. Asian kohtaaminen teki siitä paljon vähemmän pelottavan. Tärkein havainto oli kuitenkin se, että yksittäisen esiintymisen perusteella ei kannata tehdä liian suuria johtopäätöksiä. Tämän esiintymisen perusteella olisimme voineet perua tulevat esiintymisemme vaikeasti muistisairaiden yksiköihin ja vedota siihen, että esitys ei kyseiselle kohderyhmälle sovellu. Päätimme kuitenkin yrittää uudelleen.

9.1.6 Kinaporin ryhmäkodit: Tuulensuu (Syksy 2013)

> *Olemme jälleen Kinaporissa. De-ja-vu. Aivan kuin olisimme saapuneet jälleen Vellamoon. Tänään olemme kuitenkin Tuulensuun ryhmäkodissa. Tilat ovat täysin identtiset. Ovatkohan asukkaatkin? Ensimmäisen esityksen jättämä vahva varaus ilmoittaa läsnäolostaan. Pessimismi hiipii mieleen. Ehkä esityksemme ei yksinkertaisesti sovellu muistisairaille, kuten Vellamo-kodin hoitaja meille edellisellä kerralla vihjaisi...*
>
> *Osastolla on lämmin tunnelma. Työntekijät ovat todella huolehtivaisen oloisia. Tutustumme asukkaisiin. He vaikuttavat erityisen mukavilta, vaikka keskustelu tyrehtyykin odotetusti kättelyn ja esittäytymisten jälkeen. Fyysinen kosketus ja läsnäolo ovat täällä selvästi pitkää keskustelua arvokkaampia asioita. Yhdellä rouvalla on mukanaan pieni pehmolelukissa, johon hän takertuu kuin pelastusrenkaaseen. Hän silittelee kissaa ja haluaa kovasti esitellä sitä myös meille.*
>
> *Ei auta. Hyppy tuntemattomaan on taas otettava. Lupaavasti alkaa, soitan Bachia eikä kukaan nosta käsiä korvilleen tai pyydä minua lopettamaan. Inhottava, valmiiksi pessimistinen asenne kummittelee takaraivossa vieläkin. Havahdun kuitenkin nopeasti siihen, että yleisöstä ei kuulu mitään. Hiljaisuudesta erottuu intensiivinen värinä.*
>
> *Takarivissä istuva herra on tarkkaavaisen ja innostuneen näköinen. Hän herkistyy silminnähden soittoni aikana. Vesi alkaa kiertää hänen silmissään. Haluaisin käydä halaamassa takarivin herraa. Koen vahvan tarpeen kävellä lähemmäksi yleisöä soittaessani. Pian huomaankin seisovani keskellä yleisöä: kohtaan lämpimiä ja ihmetteleviä katseita, hymyjä ja yhdet kyyneleet. Kuulijat ovat edelleen hiirenhiljaa. Yleisön lämmin läsnäolo saa minut herkistymään. Hetki on voimakas, samanaikaisesti pitkä ja lyhyt.*
>
> *Suurin osa yleisöstä on hyvin hereillä koko esityksen ajan. Kissanainen on ainoa, joka selvästi pelkää esitystämme. Hän ei kuitenkaan poistu vaan siirtyy hoitajan kanssa sivummalle istumaan. Takarivissä istuu kaksi huonokuntoisemman näköistä rouvaa,*

jotka pitävät silmiään kiinni. Romanssi-laulu ei petä tälläkään kertaa. Laulun alettua takarivin rouvat avaavat silmänsä ja muutama muu yhtyy näyttelijän lauluun. Onnistumisen tunne valtaa mielen. Aivan kuin esitys olisi tehty juuri tänne.

Palautekeskustelussa on taas hiljaista, kunnes takarivissä esityksen aikana herkistynyt mies alkaa kertoa tarinaa menneisyydestään. Huomaan odottavani innolla miehen tarinaa ja sen mahdollista linkittymistä esitykseemme. Yhtäkkiä tarina katkeaa ja alkaa täysin samoin sanankääntein ja äänenpainoin uudestaan alusta. Lukemattomien toistojen jälkeen hoitaja huomaa neuvottomuutemme ja keskeyttää tilanteen. Miehen puheessa konkretisoituu kuitenkin jotain olennaista. Hän eläytyy tarinaansa samalla intensiteetillä kuin meidän esitykseemme. Meidän hetkemme meni jo. Hetkessä eläminen saakin muistisairaille esiintyessä korostuneen merkityksen. Kun edeltävää hetkeä ei välttämättä ole, jokainen uusi yhdessä koettu hetki on oikeasti merkityksellinen ja ainutkertainen.

Hoitolaitosesiintymisessä esiintyjän ja yhteisön jäsenten välinen viritys on Lehtosen mukaan erityisen herkkä ja henkilökohtainen ja vaatii luottamuksellista ilmapiiriä (Lehtonen 2015, 180). Esityksiä aina edeltäneiden tutustumistuokioiden tarkoituksena oli luoda pohjaa luottamukselle. Kokemusteni mukaan nämä tutustumistuokiot olivat monissa paikoissa, varsinkin dementiayksiköissä, haastavia ja saivat mielen epäilemään esityksen toimivuutta kyseisessä ympäristössä. Esitystä edeltävän tutustumistuokion tarkoituksena oli Lehtosen mukaan saada aikaan välitön ihmiseltä ihmiselle -kontakti. Lehtonen kuitenkin toteaa, että hyvin useasti jää murtuu ja muuri katoaa vasta esiintymistilanteen myötä (emt., 179). Tietoisuus luottamuksen mahdollisesta rikkoutumisesta oli jollain tasolla läsnä kaikissa hoitolaitosesiintymisissä. Lehtonen kuvailee tilannetta esiintyjän ja katsojan väliseksi kokemukseksi, joka sijaitsee jossain uhan ja luottamuksen välimaastossa (emt., 180). Tuulensuun esiintymisessä uhka oli, haastavan Kinaporin esiintymisen vuoksi, korostuneessa mielessä läsnä. Oli kuitenkin mielenkiintoista havaita, kuinka esityksen aikana suhde yleisöön muuttui korostuneessa mielessä keholliseksi. Lehtonen kuvaa erään opiskelijan kehollisen samastumisen kokemusta kirjassaan lauseilla: ”muuri katosi” ja ”lopussa tuntuu et voi mennä niinku syliin istumaan” (emt., 179). Tuulensuun esitys oli ainoa kaikista hoitolaitosesiintymisistä, joissa menin vaistonvaraisesti yleisön joukkoon seisomaan. Samastumisen tunne oli niin valtava, että se veti minua puoleensa kuin magneetti.

9.2 KATSOJIIN SAMASTUMINEN HOITOLAITOSKIERTUEELLA

Olen halunnut esiintymiskuvausteni avulla osoittaa ja tutkia, minkälaisia erilaisia samastumisen tapoja koin hoitolaitoskiertueen esiintymisissä. Kokemukseni hoitolaitoskiertueesta ja sen esityksissä tapahtuneesta samastumisesta on täysin samanlainen kuin Lehtosen aiheesta piirtämät kaaviot esittävät. Lehtosen mukaan esiintyjät samastuivat hoitolaitoskiertueella katsojiensa elämäntilanteeseen, tajunnantilaan, kehollisuuteen, arvomaailmaan, yhteiskunnalliseen asemaan, terveydentilaan, tapaan olla läsnä sekä

vastaanotto- ja keskittymiskykyyn (Lehtonen 2015, 211). Lehtosen mukaan samastumisessa olennaista on esiintyjän ”kyky samastua katsojiinsa ja ottaa heidän elämäntuntonsa osaksi esiintymistapahtumaa” (emt., 209). Tapahtumaketjussa esiintyjä ja yleisö vaikuttuvat toisistaan, mikä vaikuttaa kaikkiin osapuoliin ja esiintymistapahtumaan. Lehtonen kuvaa esiintyjän samastumisilmiötä ympyränmuotoisella kaaviolla, jonka avulla on helppo hahmottaa, kuinka katsojaan samaistuminen muuttaa esiintyjän kokemusta esiintymisestä. Erilainen esiintymisen kokemus jättää jälkensä ja muuttaa myös esiintyjän esiintyjyyttä. Lehtosen kaavio samastumisilmiöstä tukee vahvasti myös omaa havaintoani siitä, että yleisökontaktikurssin esiintymisissä syntyi voimakas vuorovaikutuksen kehä. Lehtosen mukaan katsojien reaktioilla ja vastaanotolla oli suuri merkitys siihen, kuinka esiintyjät kokivat esitykset. Poikkeuksellisen yleisökontaktin seurauksena kurssin opiskelijat kokivat käsityksensä esiintyjyydestä muuttuneen. (Emt., 210–211, 212.)

10 ESIINTYJYYS MUUTTUU

10.1 SANATON VIESTINTÄ VUOROVAIKUTUSTILANTEESSA

Yleisökontaktikurssi kokonaisuudessaan nousi merkittäväksi suunnannäyttäjäksi toiminnalleni jatkossa. Yli vuoden kestävällä periodilla muusikkouteeni ja esiintyjyyteeni vaikuttivat yleisöön samastumisen lisäksi: uusi toimintaympäristö (Teatterikorkeakoulu) ja innostava yhteisö, uudenlaiset toimintatavat esimerkiksi improvisaatioharjoittelu näyttelijän kanssa ja harjoitusesiintymiset harjoitusyleisöille. Tärkeimmäksi ja vaikeimmaksi asiaksi nousi kuitenkin katseen suuntaamisen opettelu ja katseen avaaminen katsomoon esiintymistilanteessa.

Koen, että esitystilanteessa suora katsekontakti oli tärkeä tekijä ja jopa edellytys vuorovaikutuksellisen kehän syntymiselle hoitolaitoksissa. Esiintyessäni huomasin, että kun joku esimerkiksi herkistyi silminnähden soitostani, vaikutuin, ja halusin tarjota soitollani hänelle vielä enemmän. Oma herkistymiseni muutti aina soivaa lopputulosta ja koin tämän tarjoavan vastaanottajalle vieläkin enemmän. Välillä koko käsite "vastaanottaja" hämärtyi. Tuntui usein siltä, että olin itse vastaanottamassa häkellyttävää määrää nonverbaaleja viestejä, joihin en voinut olla reagoimatta. Tunnelmat virittyivät monissa paikoissa jo ennen esityksen alkua. Erityisen tärkeäksi ja informatiiviseksi koin suoran katsekontaktin esimerkiksi vanhainkodeissa, joissa oli paljon henkilöitä jotka eivät pystyneet ilmaisemaan itseään sanallisesti. Ihmisten kasvoilta pystyi lukemaan erilaisia tunnetiloja hämmästyttävän paljon. Erityisen hyvin mielestäni kasvoilta välittyivät erilaiset tunnetilat kuten ihmetys, innokkuus, lannistuneisuus, suru ja epätoivo. Oliko tämä vain tulkintaa? Voiko toisen tunnetiloja aistia? Katsekontaktin välityksellä saadut vahvat kokemukset saivat minut kiinnostumaan siitä, mitä sanaton viestintä on ja kuinka se vaikuttaa vuorovaikutustilanteessa. Vastauksia etsiessäni kuljen nopean sivupolun ja esittelen muutaman aiheeseen liittyvän sosiaalipsykologian ja psykologian alan tutkimuksen.

Kinesiikkaa[26] tutkitaan mm. sosiaalipsykologian alalla. Kuuluisin ja vanhin aiheesta tehty tutkimus on Charles Darwinin vuonna 1872 ilmestynyt *Expression of Emotion in Man and Animals.* Darwinin mukaan ihmiset ja eläimet ilmaisevat sanattomasti tunnetilojansa monella tavalla esimerkiksi häntää heiluttamalla, olkia kohauttamalla tai näyttämällä tympääntyneeltä (Darwin 1872, 4). Vaikka Darwinin näkemys on saanut osakseen myös kritiikkiä, sosiaalipsykologian alan tutkijat ovat vielä 150 vuodenkin jälkeen samaa mieltä Darwinin kanssa. Kasvonilmeisiin erikoistuneet sosiaalipsykologit Dacher Kellner ja Paul Ekman esittelevät artikkelissaan *Introduction: Expression of emotion* nonverbaaliseen viestintään liittyviä tutkimussuuntia ja vallitsevia käsityksiä. Heidän mukaansa lukuisten eri tutkijoiden tekemät empiiriset tutkimukset osoittavat, että kulttuurista (ihmiset) tai lajista (eläimet) riippumatta tunteet näkyvät kasvonilmeissä. Lisäksi Kellnerin ja Ekmanin mukaan tunteita välittävät kasvonilmeet herättävät tunteita myös tarkkailijoissa. (Kellner & Ekman 2003, 311–313.)

Myös vuonna 2015 ilmestyneessä Timo Kaukomaan sosiologian alan väitöskirjassa *Facial expressions as an interactional resource in everyday face-to-face conversations* (2015) esitetään, että kasvonilmeet toimivat tärkeässä roolissa keskustelun emotionaalisen tilan rakentamisessa ja säätelyssä. Väitöstutkimuksen aineistona käytettiin toisilleen tuttujen ihmisten välisiä arkisia keskusteluja, jotka tallennettiin kolmella videokameralla: kaksi kameraa taltioi osallistujien kasvonilmeet ja ylävartaloiden liikkeet ja kolmas kamera koko tilanteen. (Kaukomaa 2015, 6.) Kuten Kaukomaa toteaa, kasvonilmeillä on ainutlaatuinen merkitys ihmisten välisissä kohtaamisissa. Jo pelkästään kadulla kulkiessa pystymme ohikulkijan kasvoihin katsomalla arvioimaan luultavasti hänen sukupuolensa, ikänsä ja mielentilansa. Täysin eri mittaluokassa saamme tietoa toisen ihmisen asenteista, tunteista ja keskittymisestä, jos päätämme lähestyä heitä ja keskustelemme kasvokkain. (Emt., 6, 9.)

Kaukomaa havaitsi tutkimuksessaan, että osallistujat luottivat toistensa kasvonilmeisiin. Kaukomaan mukaan tietyn tunteen välittäminen ja jakaminen kasvokkain vahvisti kyseistä tunnetta kaikissa osapuolissa. Kaukomaa pitääkin kasvonilmeitä erinomaisena sosiaalisesti stimuloivana keinona auttaa vastaanottajaa pääsemään vastapuolen tietoisuuden tilaan mukaan ja tätä kautta vahvistaa osapuolten välisten mielialojen yhteneväisyyttä. Tärkeänä pidän

26 Kinesiikka on yksi nonverbaalisen viestinnän osa-alue. Kinesiikassa viestitään kehoa käyttäen eleiden, liikkeiden ja kehonasennon kautta. Lisäksi sillä viitataan sellaiseen sanattomaan viestintään, joka tapahtuu kasvonilmeiden tai silmien välityksellä (kuten hymyileminen, kulmien kohottaminen, katsekontaktin ottaminen tai sen välteleminen, pupillien laajeneminen tai supistuminen). Toiminta täyttää nonverbaalisen viestinnän tunnusmerkit silloin, kun sillä on tietoinen suunta tai tarkoitus ja/tai se herättää vuorovaikutustilanteen osapuolissa tulkintoja. Nonverbaalisen viestinnän tutkimuksessa on 2000-luvulla siirrytty yksittäisten ilmeiden ja eleiden analyysin sijaan tutkimaan nonverbaalisen viestinnän funktiota vuorovaikutusprosessissa. (Kielijelppi, 2017.)

Kaukomaan havaintoa siitä, että puhujan ja kuuntelijan välisessä keskustelussa myös kuuntelijan kasvonilmeet säätelevät keskustelua ja voivat jopa muuttaa puhujan suhtautumista puheena olevaa asiaa kohtaan. (Kaukomaa 2015, 29, 36.)

Hyvin samansuuntaisia tuloksia nousee esiin Aki Myllynevan syyskuussa 2016 tarkastetussa psykologian alan väitöskirjassa *Psychophysiological responses to eye contact* (2016). Myllyneva tutki katsekontaktin aikaansaamia psykofysiologisia reaktioita ihmisissä mittaamalla autonomisen- ja keskushermoston reaktioita erilaisissa ihmistenvälisissä katselutilanteissa. Hänen aivotutkimuksensa keskeisimmät tulokset antoivat vahvoja viitteitä katsekontaktin erityislaatuisesta merkityksestä ihmisille. Myllynevan mukaan katsekontakti aiheuttaa voimistuneita aivovasteita ja itsearvioituja reaktioita, mutta vain mikäli ihminen uskoo toisen ihmisen kykenevän näkemään hänet. Lisäksi hän pystyi tutkimuksellaan osoittamaan, että toisen ihmisen silmien näkeminen ei sinänsä ole oleellista vaan tietoisuus nähdyksi tulemisesta. Kuitenkin pystyttiin näyttämään, että mikäli toista ihmistä ei näe, pelkästään uskomus näkemiseksi tulemisesta ei aiheuta samankaltaisia fysiologisia ja itsearvioituja reaktioita kuin toisen ihmisen kohtaaminen luonnollisessa katsekontaktitilaisuudessa. Myllynevan mukaan kahden erillisen ehdon täytyy toteutua, jotta ihmisen keho reagoisi katsekontaktiin: kokemus näkemisestä ja nähdyksi tulemisesta. (Myllyneva 2016, 19, 41, 45.)

Katsekontaktin kautta tapahtunutta samastumisilmiötä on mielestäni helppo ymmärtää, kun sitä tarkastelee rinnakkain Kaukomaan ja Myllynevan tutkimustulosten kanssa. Yhdistän Kaukomaan havainnot siitä, kuinka vastaanottajan kasvonilmeet vaikuttavat puhujaan ja saavat tätä jopa muuttamaan puhettaan tilanteessa, yleisökontaktikurssin esiintymisiin, joissa yleisön kasvonilmeet vaikuttivat soivaan lopputulokseen. Erityisen mielenkiintoisena pidän Myllynevan havaintoa juuri nähdyksi tulemisen tunteen merkityksestä vuorovaikutustilanteessa. Tämän teorian pohtiminen pimeässä salissa istuvan katsojan näkökulmasta on mielestäni erityisen kiinnostava. Haluaako yleisö istua rauhassa vai onko vuorovaikutukselle tilausta? Saako katseen kohdistaminen pimeään katsomoon aikaan nähdyksi tulemisen tunteen, vaikka yleisöä ei oikeasti näkisikään?

10.2 SAMASTUMINEN, HUOMIOPIIRIT JA KONSERTTIKULTTUURI

Näyttelijä Jussi Lehtonen huomasi *Rakkaus ei ole ajan narri* -kiertueellaan, että teatteriesityksen vieminen, pimennettyjen teatterikatsomoiden sijaan, keskelle hoitolaitosta, toi esityksestä ja esiintyjyydestä esiin yllättäviä asioita. Vaikka Lehtosen mukaan hänen vuorovaikutustaitonsa joutuivat poikkeuksellisen yleisösuhteen vuoksi koetukselle, hän koki työn merkityksellisyyden alkavan näyttäytyä suoraan sen vastaanoton kautta. Katsojien luottamuksen saavuttamiseksi oli heittäydyttävä tilanteeseen ja paljastettava jotain itsestään ja tunteistaan. Lehtonen kertoo koko maailmankuvansa muuttuneen, kun marginaalissa elävien ihmisten elämäntunto tuli osaksi hänen esityksiään. (Lehtonen 2010, 51–57.) Lehtosen mukaan yleisökontaktikurssin tavoitteena oli näyttelijän yleisösuhteeseen kohdistuva

muutosinterventio, joka toteutui viemällä teatteriesityksiä perinteisten rajojen ulkopuolelle. Teatteriopiskelijat eivät enää pystyneet piiloutumaan esiintyjän roolinsa taakse vaan yleisö oli kohdattava kanssaihmisenä ja -kansalaisena. (Lehtonen 2015, 48.) Koen oman esiintyjyyteni muuttuneen Lehtosen kuvailemalla tavalla: yleisökontaktikurssilla aloin entistä enemmän hahmottaa itseäni esiintyjänä ja ennen kaikkea ihmisenä, jolla on poikkeuksellisia vuorovaikutuksellisia välineitä käytössään. Omana itsenä toimiminen tarkoitti myös oman epävarmuutensa hyväksymistä ja sen paljastamista. Inhimillisten elementtien korostuminen sai esiintymiset tuntumaan erityisen merkityksellisiltä ja palkitsevilta.

Lehtonen toteaa, että yleisökontakti näyttelijäntyön metodina vaatii avautumista katsomon suuntaan. Tämä puolestaan tarkoittaa jatkuvaa uskoa ”ihmisten välisyyteen ja sen teatteritapahtumaa kannattelevaan voimaan” (Lehtonen 2010, 54). Olen tässä tutkielmassa puhunut mm. esiintyjän sulkeutumisesta, avautumisesta ja tilassa olemisesta. Kuinka nämä asiat suhteutuvat yleisöönsä esityshetkellä samastuvaan esiintyjään? Kirjoitin tilaan avautumisesta luvussa 7.3. Havaitsin, että tilaan avautuminen vaati aistien tietoista avaamista. Katsomoon avautuminen on kuitenkin mielestäni hieman eri asia. Se edellyttää tilaan avautumisen lisäksi ainakin viulistilta uudenlaista lähestymistapaa lavalla seisomiseen. Olen kokenut, että seisominen rintamasuunta yleisöön päin tehostaa katsomoon avautumista ja mahdollistaa katseen kohdistamisen yleisöön. Viulistin näkökulmasta tämä on tavanomaisesta poikkeava tapa olla lavalla, sillä ”normaalisti” lavalla seisotaan ainakin osittain sivuttain. Tämä sivuttain seisominen on perusteltua mm. sillä, että se mahdollistaa kontaktin mahdolliseen pianistiin, kapellimestariin tai muihin kanssasoittajiin sekä nuotteihin. Rintamasuunnan kääntäminen ja katseen avaaminen katsomoon ei ole täysin ristiriidaton lähestymistapa omankaan kokemukseni mukaan. Mielestäni aistien avaaminen tilassa on jo lähtökohtaisesti avautumista katsomoon päin rintamasuunnasta riippumatta. Nummi-Kuisma puhuu intersubjektiivisesta teoksen ja soittajan välisestä tilasta, joka laajenee ja voi ottaa kuulijankin sisäänsä. Tämä on edelleen lähestymistapa, jonka koen ensisijaiseksi ja jota pystyy mielestäni soveltamaan kaikenlaisissa esiintymistilanteissa.

Kokemukseni mukaan katseen kohdistaminen yleisöön on tekniikka, jota täytyy säädellä ja annostella esiintymistilan, valaistuksen, kanssasoittajien, yleisön koon ja soitettavan ohjelmiston mukaan. Tällä hetkellä olen sitä mieltä, että yleisön kohtaaminen edes hetkellisesti katseen välityksellä tuo esitykseen jotain lisää ja saa aikaan, Myllynevaa myötäillen, molemminpuolisen nähdyksi tulemisen tunteen. Palaan tässä yhteydessä vielä Stanislavskiin ja hänen huomiopiiriteoriaansa. Kuten Lehtonenkin toteaa, Stanislavskin huomiopiiriteoriassa katsojien näkyväksi tuleminen tuhoaa tai vähintään uhkaa koko esityksen onnistumista. Tämä on ristiriidassa omien kokemusteni ja Myllynevan tutkimustuloksen kanssa. Syvennyin Stanislavskin ajatuksiin hieman tarkemmin ymmärtääkseni, miksi yleisön pitää pysyä näkymättömänä. Stanislavskin opetuksissa pienintä huomiopiiriä havainnollistetaan sytyttämällä pieni pöytälamppu pimeydessä. Tämän valokeilan sisällä sijaitsee tila, jossa voi tuntea olevansa täysin yksin. Stanislavskin opeissa tämä nähdään kuitenkin positiivisena asiana: valossa pimeyden keskellä voi tuntea olevansa turvassa –

enemmän kotonaan kuin omassa kodissaan. Stanislavski nimittää ilmiötä julkiseksi yksinäisyydeksi. Tuhatpäisellekin yleisölle esiintyessä esiintyjällä on Stanislavskin mukaan aina mahdollisuus sulkeutua pieneen huomiopiiriinsä kuten etana koteloonsa. Ymmärrän Stanislavskin ajattelevan, että pienessä huomiopiirissä huomio kohdistuu tekemiseen ilman ulkopuolisia häiriötekijöitä. Mitä suuremmaksi huomiopiiri kasvaa, sitä laajemmalle alueelle huomio levittäytyy. Huomiopiirin kasvattamisessa suurin uhka on kontrollin menetys ja keskeiseen rooliin nousee esiintyjän kyky liikkua huomiopiiristä toiseen esityksen aikana. Tämä myös selittää, miksi suurin, yleisöön asti ulottuva, huomiopiiri koetaan Stanislavskin opeissa erityisen vaaralliseksi. (Stanislavski 2013, 71–76.)

Pidän mielenkiintoisena ja havainnollisena Stanislavskin tapaa hahmottaa esiintymistä ja esiintymisen tilaa huomiopiirien avulla. Olen teoriaan tutustuttuani hahmottanut paremmin ja tietoisesti hyödyntänyt huomiopiiriajattelua myös omissa esiintymisissäni. Stanislavski puhuu pienimmän huomiopiirin yhteydessä sisäisestä luovasta tilasta, joka syntyäkseen vaatii julkisen yksinäisyyden tunteen (Stanislavski 2013, 228). Ajattelin ensin asian olevan täydellisessä ristiriidassa havaintojeni ja tässä työssä esitettyjen teorioiden kanssa. Muutin kuitenkin käsitystäni huomatessani, että Stanislavskin kuvailema julkinen yksinäisyys on juuri se impulssi, joka toimii sytykkeenä sisäiselle luovalle tilalle. Samaa asiaa kuvaili mm. Tiina Karakorpi (ks. 7.4) kertoessaan, kuinka yleisön keskittymisen synnyttämä energia ja tilanteen lopullisuuden tuntu konsertissa tekevät siitä jännitteisen (Karakorpi 2015, 24–25). Kuten jo aikaisemmin totesin, esiintymistilanne toimii myös oman kokemukseni mukaan ärsykkeenä, joka saa energiat virtaamaan ja valmiustilan syntymään. Täytyykö pienimpään huomiopiiriin kuitenkaan jäädä? Pääseekö energia vapaasti virtaamaan yleisöön asti, jos sen sulkee pienempiin huomiopiireihin?

Henkilökohtaisesti koen pienimmän huomiopiirin sulkevaksi ja pahimmillaan luovuutta rajoittavaksi tilaksi, jossa mahdolliset sisäiset äänet saavat helposti vallan. Tämänhetkisen käsitykseni mukaan esityksessä vapautuvan energian sulkeminen ja tukahduttaminen saa sen näyttäytymään negatiivisessa valossa (”jännityksenä”), kun taas energian kanavointi ulospäin liittyy enemmän positiiviseen virittäytymisen tilaan. Mielestäni Stanislavskin oma vertaus kuoreensa vetäytyvästä etanasta on hyvin osuva enkä näe tilannetta positiivisena vaan ennemminkin vaarallisena ja sulkevana. Tästä huolimatta tunnistan, Stanislavskin tavoin, myös pienempien huomiopiirien tarpeellisuuden ja potentiaalin. Huomiopiiriin piiloutuminen, etanan tavoin, on eri asia kuin se, että tietynlaisen ohjelmiston tai tilanteen vuoksi tietoisesti valitsee pienimmän huomiopiirin. Yleisökontaktikurssilla sain kokemuksia vahvasta vuorovaikutuksen kehästä, jossa yleisöön samastuminen vaikutti esitystapahtumaan ja teki siitä erityislaatuisen vuorovaikutuksellisen kohtaamisen. Vuorovaikutuksellisen kehän syntyminen vaatii yleisön kohtaamista esityshetkellä eli työskentelyä suurimmassa huomiopiirissä. Seuraavaksi pohdin, onko tehostetulle katsomoon avautumiselle, vuorovaikutuksen korostamiselle ja yleisöön samastumiselle tilaa tai edes tarvetta länsimaisen konserttikonvention viitekehyksessä. Onko se mahdollisuus vai uhka?

10.3 MAHDOLLISUUS VAI UHKA?

Siirtymä teatterimaailmasta länsimaisen taidemusiikin konserttikulttuuriin on molemmilla lavoilla työskennelleen esiintyjän näkökulmasta yllättävän pieni: samankaltaiset teoskeskeisyyteen, esiintyjän rooliin ja pimennettyyn katsomoon liittyvät lainalaisuudet määrittävät lavakäyttäytymistämme. Samastumisen mahdollisuus konserttitilanteessa, jossa soitetaan teosta teosuskollisuusihanteen mukaisesti, on kiinnostanut minua yleisökontaktikurssin jälkeen. Toteutin vuonna 2015–2016 Taideyliopiston Sibelius-Akatemian kehittämiskeskuksen tuella projektin *Kohti uudenlaista esiintyjyyttä,* jossa vein musiikkiesityksen kymmeneen erilaiseen hoitolaitokseen ja lopuksi kaikille ihmisille avoimeen päätöskonserttiin. Projektin ideana oli selvittää, voiko yleisökontaktikurssilla oppimaani kolmevaiheista esiintymismetodia [27] ja suoraa katsekontaktia hyödyntää musiikkiesityksessä. Esityspaikat ja yleisöt olivat erilaisia ja erikokoisia. Projektin lopuksi esityksen toimivuutta testattiin julkisessa konsertissa.

Esitys oli rakennettu improvisatoriseksi ja se juonnettiin. Projekti sai erinomaisen vastaanoton ja esiintyjänkin näkökulmasta esitykset olivat erityisen lämminhenkisiä ja inspiroivia. Suoran katsekontaktin ottaminen konserttitilanteessa oli haastavaa, mutta onnistui valaistuissa tiloissa, pienten yleisöjen kanssa hyvin. Uudenlainen lähestymistapa sai paljon positiivista palautetta, hyvin samantapaista kuin yleisökontaktikurssilla. Yleisö koki olevansa osa esitystä. Tämän projektin myötä saadut kokemukset kulkivat käsi kädessä myös esittelemieni psykologiaan, sosiaalipsykologiaan ja sosiologiaan liittyvien tutkimustulosten kanssa: esiintyjä ja yleisö reagoivat ja inspiroituivat toistensa kasvonilmeistä. Lisäksi yleisön mahdollisuus tuntea itsensä näkyväksi esiintymistilanteessa (suoran katsekontaktin ansiosta) voimisti yhteenkuuluvuuden ja yhdessä tekemisen tunnetta. Romani- ja virtuoosiohjelmistoon lähestymistapa sopi hyvin. Olisiko tilanne ollut täysin toinen, jos ohjelmistomme olisi rakentunut vain kanonisoiduista mestariteoksista? Olisiko vuorovaikutuksellinen elementti häirinnyt näiden teosten vastaanottoa?

Uudenlaiset, perinteisestä poikkeavat tavat olla lavalla voidaan kokea, kokemukseni mukaan, myös uhkina. Hyvän muistutuksen sain asiasta osallistuttuani pitkästä aikaa mestarikurssille. Maineikas professori häiriintyi auki olevasta katseestani ja pyysi minua pitämään silmiäni kiinni tai kohdistamaan katseeni lattiaan yhteen pisteeseen. On turvallista olettaa, että päinvastaisia näkökulmia lavalla olemiseen löytyy. Katseen avaaminen katsomoon esityksen aikana on monissa tilanteissa ja useilla soittimilla (esimerkiksi pianolla) lähes mahdotonta. Jo pelkkä katseen avaaminen tilassa tuntuu herättävän ristiriitaisia reaktioita muusikoiden keskuudessa (vrt. luku 7.3 Koistinen-Armfelt). Aihe on kuitenkin mielestäni kiinnostava ja ansaitsee oman keskustelunsa länsimaisen taidemusiikkitradition sisällä toimivien kanssa. Katseen avaamisen yhdistän vapautumiseen, avautumiseen ja keholähtöisempään tapaan olla

[27] Kolmevaiheiseen esiintymismetodiin kuuluivat: esitystä edeltävä tutustuminen, esitys ja esitystä seurannut keskustelutilaisuus.

lavalla (ks. 7.3). En ole kokenut, että se häiritsisi mahdollista esitettävää teosta, yleisöä tai omaa keskittymistäni. Tekniikka vaatii harjoittelua, mutta koen sen lisäävän merkittävästi keskittymistä, valppautta ja tilaa. Katseen kohdistaminen katsomoon ja yleisön yksittäisiin jäseniin on sen sijaan monimutkaisempi kysymys.

Silmät kiinni vai auki -keskustelua on Outi Pulkkisen mukaan käyty ahkerasti kansanmusiikin osastolla erityisesti laulamisen yhteydessä. Pulkkinen itse yhdistää yleisöön katsomisen näyttelemiseen ja toteaa, ettei koe kyseistä lähestymistapaa sopivana runolauluja laulaessaan. Pulkkinen kokee, että silmät kiinni hänen on helpompi seurata omaa mielenliikettään. Lisäksi hän haluaa jättää yleisön rauhaan ja antaa myös heille mahdollisuuden kääntyä sisäänpäin. Täysin yksiselitteinen asia ei Pulkkisenkaan mukaan ole ja hän jää miettimään, kuinka esiintyjän kasvonilmeiden näkeminen vaikuttaa yleisöön. (Pulkkinen 2014, 78–79.)

Asia on ristiriitainen eikä tämän tutkimuksen tarkoituksena ole ehdottaa konserttikulttuuriimme uudistusta suoran katsekontaktin integroinnin muodossa. Tämän uudenlaisen mahdollisen lähestymistavan olemassaolo on mielestäni kiinnostavaa ja ainakin itse jatkan tulevaisuudessa tekniikan soveltuvuuden testaamista erilaisissa esiintymistilanteissa. Sen hyöty tietynlaisissa esiintymistilanteissa mm. yleisökontaktikurssilla on jo todettu sekä esiintyjän että yleisön näkökulmasta ja uskon, että suoran katsekontaktin ja koko kolmivaiheisen esiintymismetodin oppiminen ja testaaminen hyväksi todetuissa ympäristöissä voi rikastuttaa kenen tahansa esiintyjyyttä.

Tämän poikkeuksellisen lähestymistavan toimivuutta klassisen kantaohjelmiston parissa ei ollut mahdollista tutkia tarkemmin tämän työn rajauksen puitteissa. Tarkempi analyysi olisi vaatinut tutkimuksen laajentamista yleisötutkimuksen puolelle. Haluaako yleisö olla aktiivinen osa esitystä vai kenties omassa rauhassaan, vastaanottamassa ja jakamassa soittajan ja teoksen välille rakentuvaa suhdetta? Ovatko nämä toisensa poissulkevia lähestymistapoja? Asetelma on ristiriitaisuudessaan mielenkiintoinen ja vaatii lisätutkimuksia.

11 YHTEENVETO

Tämän tutkielman tulokset perustuvat omien kokemusteni pohjalta kirjotettujen kuvausten analysointiin. Tutkielmani alkuasetelma syntyi yrittäessäni ymmärtää, miksi kosketus omaan esiintyjyyteeni häiriintyi ja käytännössä katosi kokonaan päämäärätietoisten musiikkiopintojeni aikana. Mestari–kisälli-asetelman merkitys soittotaitoni ja muusikkouteni kehittymisen kannalta on ollut ensiarvoisen tärkeää. Tämän tutkielman tulokset viittaavat kuitenkin vahvasti siihen, että jo aikaisessa vaiheessa aloitettu opintoja tukeva esiintymis- ja oppimisvalmennus olisi voinut ehkäistä esiintymiseen ja oppimiseen liittyviä haitallisia käyttäytymismalleja. Suurimmiksi ongelmakohdiksi opinpolulla paljastuivat huono kehomielen tuntemus, suorituskeskeisyys ja automatisoituminen.

Tutkielman edetessä heräsi kysymyksiä esiintyjän roolista ja oman esiintyjän roolin hahmottamisen tärkeydestä. Esiintyjän, yleisön ja säveltäjän rooleja määrittävät länsimaisen

taidemusiikin teos-käsitteen ja teosuskollisuusihanteen myötä syntyneet käyttäytymismallit ja konventiot. Länsimaisen taidemusiikin esiintyjää koskettavan läpinäkyvyysajattelun – varsinkin tiedostamaton – omaksuminen saattaa tämän tutkielman tulosten perusteella edesauttaa sulkeutumista esiintymistilanteessa. Läpinäkyvän sanansaattajan roolin liian kirjaimellinen tai tiedostamaton omaksuminen saattaa myös vaikeuttaa oman kehollisuuden hahmottamista esiintymistilanteessa. Sen sijaan esiintyjän, yleisön ja säveltäjän välisten suhteiden rakentuminen vuorovaikutusajattelun pohjalle näyttäisi edesauttavan avautumista ja lisäävän liikkumavaraa länsimaiseen taidemusiikkiin liittyvien konventioiden ja käyttäytymismallien sisällä. Myös uusien, teosuskollisuusihanteen vaikutuspiirin ulkopuolisten, esiintyjän roolien omaksuminen voi auttaa hahmottamaan länsimaisen musiikkitradition historiallisia esiintyjän rooleja paremmin ja löytämään lisää vapautta näiden roolien sisällä.

Tutkielman tarkoituksena oli selvittää esiintyjyyteni muutokseen vaikuttaneita tekijöitä. Keskeinen muutos oli romaniyhtyeeseen liittyminen ja sen kautta uudenlaiseen musiikkikulttuuriin tutustuminen. Romanimusiikkiyhtyeeseen liittyminen johti muusikontaitojen kuten improvisaatiotaidon, korvakuulolta soittamisen, sovittamisen ja uudenlaisen esiintyjän roolin omaksumiseen. Tutkimustulokset viittaavat siihen, että useamman kuin yhden musiikkiperinteen omaksuminen voi kehittää käytännön muusikon taitoja. Lisäksi tutustuminen musiikkikulttuuriin, jossa esiintyminen nähdään yhteisöllisenä ja vuorovaikutuksellisena tapahtumana voi tämän tutkielman perusteella monipuolistaa ja vahvistaa esiintyjyyttä ja esiintyjän suhdetta yleisöön.

Länsimaiseen taidemusiikkiin ja erityisesti 1800-luvulla kukoistaneeseen virtuoosikulttuuriin liittyi kiinteästi improvisointi. Esiintyjä saattoi olla kaksoisagentti: teosuskollinen esiintyjä ja improvisoiva virtuoosi. Virtuoosikulttuurin näivettymisen myötä improvisaatio-osaamisen arvostus länsimaisen taidemusiikin piirissä kärsi. Tutkielmassani improvisaatiotaito nousi keskeiseen rooliin: sen yhteys avautumiseen, oman äänen löytämiseen, vapautumiseen, virittäytymiseen ja vuorovaikutuksellisen tilan syntymiseen tuli esille monissa yhteyksissä. Heräsi myös vahva epäilys improvisaatiotaidon merkityksestä, kun tavoitellaan improvisatorista asennetta esiintymisessä. Improvisatorinen lähestymistapa näyttäytyi tämän tutkielman valossa ihanteellisena lähestymistapana – ohjelmistosta riippumatta –, joka voi vahvistaa esiintyjän kehotuntoa, virettä sekä yleisökontaktia.

Tutkimuskohde tarkentui tutkielman edetessä esiintyjän avautumiseen ja sulkeutumiseen esiintymistilanteessa vaikuttaviin tekijöihin. Yksi tutkimuksen keskeisimmistä havainnoista oli oman esiintyjyyteni avautumisprosessin yhteys Katarina Nummi-Kuisman väitöskirjassa esiteltyyn virittäytymisen tilaan. Nummi-Kuisman avulla ymmärsin, että esiintyjyydessäni tapahtunut positiivinen muutos oli yhdistettävissä esiintymisissä syntyneeseen virittäytymisen tilaan. Omissa esiintymisissäni tapahtunutta avautumista ja soittajan keskeytyksetöntä virittäytymisen tilaa yhdistivät samanlaiset asennoitumisen tavat, kuten irti päästäminen, riskinotto, leikkimielisyys, improvisatorinen potentiaali ja elävässä kokonaisuudessa toimiminen. Vireen uhkia ja omalla kohdallani sulkeutumiseen johtaneita asennoitumisen

tapoja olivat esiintymistilanteessa automatisoituminen, luja tahtominen, liiallinen kontrolli ja kritiikki sekä arvottaminen. Ympäristön vaikutus edellä mainittujen asennoitumisen tapojen syntymiseen nousi tässä tutkielmassa keskeiseen rooliin: esiintyjyyden muutos ja avautuminen esiintymistilanteessa olivat yhdistettävissä ympäristönmuutokseen eli toimintaani romanimusiikkiyhtyeessä. Samalla tavalla sulkeutumiseen johtaneet asennoitumisen tavat olivat yhdistettävissä opintoihini musiikkioppilaitoksissa.

Nummi-Kuisman keskeytyksettömän vireen ja Alexander-tekniikan tarkastelu rinnakkain auttoi minua ymmärtämään, kuinka avautuvaa ja vapautta kohti suuntautuvaa tilaa on mahdollista ylläpitää ja laajentaa esiintymistilanteen luonteesta ja ympäristöstä huolimatta. Yhteys fokusoimattoman aistimisen ja Alexander-tekniikassa oppimani havaintokentän aukipitämisen välillä osoittautui ilmiselväksi. Tilassa avautumisen ja laajentumisen kannalta fokusoimaton kuuleminen ja näkeminen sai aistit avautumaan sen sijaan, että huomio olisi kohdistettu johonkin yksittäiseen asiaan. Tämä esti sulkeutumisen ja sai mahdolliset negatiiviset itsereflektiiviset äänet hiljenemään, kokonaisvaltainen aistiminen ei jättänyt niille tilaa. Aistien tietoinen avaaminen sai huomion suuntautumaan pois suorituksen tarkkailusta. Keskeinen havainto oli, että sulkeutuminen todennäköisesti alkaa jo harjoitushuoneessa. Fokusoimattoman aistimisen, keskeytyksettömän läpisoittamisen, erilaisten mielikuvakonstellaatioiden ja mentaaliharjoittelun merkitys harjoitusprosessin yhteydessä korostui erityisesti avautuvan esiintymisen näkökulmasta.

Huomion kohdistaminen yleisöön ja yleisön elämäntunnon ottaminen osaksi esiintymistapahtumaa voi vaikuttaa merkittävästi oman esiintyjyyden kehitykseen ja luoda uusia motiiveja ja merkityksiä tekemiselle. Taideyliopiston Teatterikorkeakoulussa oppimani kolmivaiheisen esiintymismetodin ansiosta esiintymisen ihmistenvälinen ulottuvuus alkoi hahmottua esiintymisissä täysin uudella tavalla. Hoitolaitosympäristöissä ja vankiloissa ihmisten elämäntunto sai tulla osaksi esitystä ja oli tämän lisäksi esitettävän materiaalin alkulähde. Yleisöön samastuminen ja yleisön ottaminen osaksi esitystapahtumaa muutti voimakkaasti käsitystä omasta esiintyjyydestä, yleisöstä ja esiintymisen tarkoituksesta. Työvälineenä käytetty suora katsekontakti voimisti vuorovaikutuksen kehää, jossa yleisöstä vaikuttuminen muutti soittotapahtumaa ja jälleen kerran yleisön reaktioita. Vuorovaikutuksen kehä toi esitykseen myös improvisatorisen elementin. Tämän tutkielman perusteella esiintymisen vuorovaikutuksellista ulottuvuutta on mahdollista korostaa ja parhaimmillaan se voi saada oman työn tuntumaan entistä merkityksellisemmältä. Tutkimus antoi vahvoja viitteitä siitä, että yleisöön tutustuminen ja korostuneesti vuorovaikutukselliset kohtaamiset voivat muuttaa esiintyjän esiintyjyyttä ja sitä kautta suhtautumista yleisöön esiintymisfoorumista riippumatta – jopa pimeissä saleissa.

Huomion kohdistamisen ja fokusoimattoman aistimisen välillä oli havaittavissa ristiriita. Tässä tutkielmassa esitettyjen asioiden perusteella huomion kohdistaminen ja fokusoimaton aistiminen eivät todennäköisesti ole toisiaan poissulkevia asioita. Tietoinen hetkellinen katseen kohdistaminen yleisöön, kanssasoittajaan tai instrumenttiin fokusoimattoman aistimisen tilassa ei välttämättä riko fokusoimattoman aistimisen tilaa. Olennaiseksi

havainnoksi nousi se, kuinka fokusoimattoman aistimisen avulla ja sen laajuutta tietoisesti säätelemällä voi olla mahdollista liikkua esityksen aikana erikokoisissa huomiopiireissä.

Koska tutkielmaa ei ollut mahdollista laajentaa yleisötutkimuksen puolelle, osittain avoimeksi jäi, kuinka avautuva, vuorovaikutuksellisuusajattelun pohjalle rakentuva, lähestymistapa koetaan yleisön puolella erilaisissa esiintymistilanteissa. Omia havaintojani tukivat viime vuosina tarkastetut tutkimukset psykologian ja sosiologian alueelta, joissa kasvonilmeet ja yleisön kokemus näkyväksi tulemisesta voimistivat kohtaamisen vuorovaikutuksellisuutta. Toteutuuko tämä kuitenkaan konserttisalissa, jossa ihmistenväliset roolit rakentuvat eri tavalla kuin arkisemmassa vuorovaikutustilanteessa? Konserttisaleissa yleisö voi halutakin olla näkymättömissä ja esimerkiksi suoran katsekontaktin ottaminen yleisöön voi kyseisessä tilanteessa myös häiritä yleisöä. Kokemukseni mukaan suoran katsekontaktin käyttö on hyvin tilannesidonnaista ja vaatii tekniikan hyvän hallinnan lisäksi erityistä hienotunteisuutta. Esiintymistilanteen vuorovaikutuksellisten elementtien ja mahdollisuuksien tutkiminen vaatii jatkotyöskentelyä ja on yksi mahdollinen ja todennäköinen tutkimussuunta tämän tutkielman jälkeen.

Koko jatkotutkintoprojektissani konsertit mukaan lukien sain mielestäni hyvän kuvan siitä, kuinka muiden musiikin lajien parissa opittuja vaikutteita voi hyödyntää kansanmusiikkivaikutteisen taidemusiikkiohjelmiston parissa ja esiintymisissä. Jatkotutkimusta vaatii se, kuinka ohjelmistosidonnaista esimerkiksi improvisatorisen lähestymistavan käyttäminen on. Kansanmusiikkivaikutteisen taidemusiikin esittämisessä improvisatorinen lähestymistapa osoittautui konserttisarjani edetessä erittäin hedelmälliseksi lähestymistavaksi. Onko sen käyttö tarkoituksenmukaista kanonisoitujen mestariteosten kuten esimerkiksi Beethovenin viulusonaattien parissa? Kuinka pitkälle rajoja voi venyttää teosuskollisen esiintyjän roolissa? Mitä tämä rajojen venyttäminen tekee itse teokselle? Ja mitä mahdollisesta rajojen ylittämisestä seuraa?

Luonnollinen seuraava askel tälle tutkielmalle on (osin aloitettukin) esiintyjyyden hahmottamista tukevan esiintymisvalmennuksen menetelmän kehittäminen, jossa hyvät kokemukseni improvisaation, Alexander-tekniikan ja kolmivaiheisen esiintymismetodin parista yhdistyisivät mahdollisimman tarkoituksenmukaisella tavalla. Kyseisenlaisen menetelmän vaikutusta esimerkiksi musiikinopiskelijoiden esiintyjyyteen olisi mielenkiintoista tutkia. Tutkimuksen kohderyhmän laajentaminen oman kokemukseni ulkopuolelle antaisi vielä varmempaa ja laajempaa kuvaa improvisaation, Alexander-tekniikan ja kolmivaiheisen esiintymismetodin mahdollisista positiivisista vaikutuksista muusikon esiintyjyyteen.

Näkemykseni mukaan suorituskeskeisyyden kulttuuri ei ole katoamassa länsimaisesta yhteiskunnasta minnekään. Myös länsimainen taidemusiikkimaailma pyörii osittain kilpailuiden, koesoittojen ja ranking-ajattelun ympärillä. Jatkuvassa kilpailemisessa on mielestäni suuri itsensä kadottamisen riski. Vain pieni joukko palkitaan ja nostetaan jalustalle. Vaikka erilaisten roolien omaksuminen länsimaisen taidemusiikin kentällä on elinehto, voi

erilaisiin muotteihin ahtautuminen toimeentulon ja hyväksynnän toivossa kostautua erityisesti, jos oma ääni ja esiintyjyys eivät ole päässeet muotoutumaan. Vahva esiintyjyys on ollut tekijä, jonka ansiosta ja avulla olen löytänyt täysin uudenlaista iloa, luovuutta, merkityksellisyyttä ja ihmistenvälisyyttä tekemiseeni. Polun kuoppaisemmilla ja mäkisemmillä osuuksilla tämä omasta esiintyjyydestä kumpuava varmuus on toiminut kantavana ja rohkeutta antavana voimana.

Tämä tutkielma on laajuudessaan osoittanut mielestäni sen, kuinka monisyinen ja ihmistä kokonaisvaltaisesti koskettava asia muusikon esiintyjyys on. Tämä työ ei ehdota radikaaleja muutoksia suhteessa koulutukseen tai länsimaiseen taidemusiikkikulttuuriin. Jos tämä oman kokemuksen näkyväksi tekeminen kuitenkin rohkaisee yhdenkin ihmisen uuden musiikkikulttuurin pariin, ennakkoluulottomampiin kokeiluihin, improvisaatiokurssille, Taideyliopiston sisäisiin liikkuvuusopintoihin, esiintymisvalmennuksen kurssille, omien ajatusmallien uudelleenarviointiin tai esiintymään uudenlaisissa esiintymisympäristöissä, olen mielestäni onnistunut.

Matka oman muusikkouden ja esiintyjyyden ytimeen kestää varmasti läpi elämän. Irtiotot oppimistani käyttäytymis- ja ajatusmalleista ovat avanneet silmiäni ja antaneet rohkeutta jatkaa omalla polullani. Erilaiset esiintymistilanteet ovat antaneet mahdollisuuksia oman ilmaisun äärirajojen etsimiseen ilman arvostelun ja naurunalaiseksi tulemisen pelkoa. Aika, paikka, musiikillinen tyylilaji, sosiaalinen asema, esiintymisohjeet ja etiketit ovat kaikki mielestäni esiintymisissä toissijaisia asioita, jos ensisijaisena päämääränä on sisimpänsä paljastaminen ja toisen ihmisen aito tavoittaminen.

LÄHTEET

Anderson, Leon 2006. Analytic autoethnography. *Journal of Contemporary Ethnography*. Volume 35/ Number 4, 373–395.

Aho, Marko 2007. Populaarimusiikki ja kehon nautinnot. *Populaarimusiikin tutkimus.* Tampere: Kustannusosakeyhtiö Vastapaino, 242–267.

Allen, Robert 2013. Free improvisation and performance anxiety among piano students. *Psychology of music.* Volume 2013/Number 1, 75–88.

Anttila, Eeva 2003. *A Dream Journey to the Unknown. Searching for Dialogue in Dance Education.* Theatre Academy, Department of Dance and Theatre Pedagogy. Helsinki: Theatre Academy.

Arjas, Päivi 2002: *Muusikoiden esiintymisjännitys.* Väitöskirja. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Arjas, Päivi 2014. *Varmasti lavalle*. Jyväskylä: Atena.

Darwin, Charles 1872. *Expression of Emotion in Man and Animals.* Lontoo: John Murray.

De Alcantara, Pedro 1997. *Indirect procedures – A Musician's Guide to the Alexander Technique*. New York: Oxford University Press.

Driskell, James E. & Copper, Carolyn & Moran, Aidan 1994. Does Mental Practice Enhance Performance? *Journal of applied psychology.* Volume 79/Number 4, 481–492.
Internetlähde, katsottu 1.8.2016.
https://www.researchgate.net/publication/228118007_Does_Mental_Practice_Enhance_Performance

Dolan, David 2005. Back to the future: towards the revival of extemporization in classical music performance. *The reflective conservatoire: Studies in music education*. Aldershot: Ashgate Publishing, 97–136.

Dolan David & Sloboda John & Jensen Henrik Jeldtoft & Crüts Björn & Feygelson Eugene 2013. The improvisatory approach to classical music performance: an empirical investigation into its characteristics and impact, online journal *Music Performance Research*. Volume 6, 1–38.

Ellis, Carolyn & Bochner, Arthur P. 2000. Autoethnography, Personal, Narrative, Reflexivity – Researcher as Subject. *Handbook of Qualitative Research.* Second edition. Edited by Norman Denzin & Yvonna Lincoln. Thousand Oaks, California: Sage Publications, 733–768.

Gallwey, Timothy W. 2005 (1974, 1977). *Voita vastustajasi, voita itsesi!* Käänt. Anna-Riikka Carlson & Terhi Kivikoski-Hannula. Helsinki: Avain.

Gelb, Michael 2013. *Vapaana oppimaan. Kehon kautta tietoiseen oppimiseen. Johdatus Alexander-tekniikkaan.* Käänt. Päivi Saraste & Aapo Halme. Kuopio: Kuopion Alexander-tekniikka.

Goehr, Lydia 1998. *The Quest for Voice. On Music, Politics and the Limits of Philosophy.* The 1997 Ernest Bloch Lectures. Berkley, Los Angeles, London: University of California Press.

Goehr, Lydia 2007 (1992). *The Imaginary Museum of Musical Works.* New York: Oxford University Press.

Herrigel, Eugen 1992 (1948). *Zen ja Jousella ampumisen taito*. Käänt. Margareta Sipola. Hämeenlinna: Esoterica Publishing.

Hämeenniemi, Eero 2007. *Tulevaisuuden musiikin historia.* Helsinki: Basam Books.

Ilmonen, Kristiina 2014. *Musiikkia vanhoilta ja uusilta laitumilta.* Taiteellisen tohtorintutkinnon kirjallinen työ. Helsinki: Kristiina Ilmonen & Sibelius-Akatemia.

Jansson, Laura 1990. *Urheilijan psyykkinen valmennus.* Helsinki: Otava.

Junttu, Kristiina 2010. *Vauhdin hurmaa ja liikkeen hiljaisuutta koskettimilla Gyorgy Kurtagin Jatekok-kokoelman inspiroima pedagoginen näkökulma pianonsoiton alkeisopetukseen.* Musiikin tohtorin tutkinnon (kehittäjäkoulutus) raportti. Helsinki: Sibelius-Akatemia.

Järviö, Päivi 2011. *Laulajan sprezzatura: Fenomenologinen tutkimus italialaisen varhaisbarokin musiikin laulaen puhumisesta*. Väitöskirja, Sibelius-Akatemia. Turku: Suomen musiikkitieteellinen seura. Acta Musicologica Fennica 29.

Karakorpi, Tiina 2015. *Pohdintoja soivilta kehiltä. Soittajan emansipaatio.* Musiikin tohtorin tutkinnon (taiteilijakoulutus) kirjallinen työ. Helsinki: Taideyliopiston Sibelius-Akatemia.

Kaukomaa, Timo 2015. *Facial expressions as an interactional resource in everyday face-to-face conversation.* Helsinki: University of Helsinki.

Keltner, Dacher & Ekman, Paul 2003. Introduction: Expression of emotion. Richard J. Davidson, Klaus R. Scherer & H. Hill Goldsmith (toim.). *Handbook of Affective Sciences.* New York: Oxford University Press, 411–414.

Kide, Teemu 2014. *Kelluntamusiikki – Improvisoinnin opetusmenetelmä*. Musiikin tohtorin tutkinnon (kehittäjäkoulutus) kirjallinen työ. Helsinki: Taideyliopiston Sibelius-Akatemia.

Kingsbury, Henry 2001 (1988). *Music, Talent & Performance. A Conservatory Cultural System.* Philadelphia: Temple University Press.

Koistinen-Armfelt, Ritva 2016. *Kehollisuus ja kosketus kanteleensoitossa*. Musiikin tohtorintutkinnon (kehittäjäkoulutus) opinnäyte. Helsinki: Taideyliopiston Sibelius-Akatemia.

Kurkela, Kari 1993. *Mielen maisemat ja musiikki*. *Musiikin esittämisen ja luovan asenteen psykodynamiikka.* Helsinki: Sibelius-Akatemia, Musiikin tutkimuslaitos.

Laitinen, Juho 2015. *Soivuuden manifesti.* Musiikin tohtorin tutkinnon (taiteilijakoulutus) kirjallinen työ. Helsinki: Taideyliopiston Sibelius-Akatemia.

Lebowitz, Shana 2016. World famous Swedish psychologist reveals how to become the best in your field. *Business Insider Nordic*.
Internetlähde, katsottu 21.1.2017.
http://nordic.businessinsider.com/anders-ericsson-how-to-become-an-expert-at-anything-2016-6/

Lehtonen, Jussi 2010. *Samassa valossa – Näyttelijäntyö hoitolaitoskiertueella*. Helsinki: Avain.

Lehtonen, Jussi 2015. *Elämäntunto – Näyttelijä kohtaa hoitolaitosyleisön.* Helsinki: Taideyliopiston Teatterikorkeakoulu, esittävien taiteiden tutkimuskeskus.

Lehtonen, Kimmo 2004. *Maan korvessa kulkevi… Johdatus postmoderniin musiikkipedagogiikkaan*. Turku: Turun yliopiston kasvatustieteiden laitos.

Mali, Tuomas 2004. *Pianon sisältä – Kokemuksia George Crumbin pianomusiikin soittamisesta.* Musiikin tohtorin tutkinnon (taiteilijakoulutus) kirjallinen työ. Helsinki: Sibelius-Akatemia.

Mäkirintala Eija 2008. *Feeling Better, Performing Better? Holistically-Oriented Top Performance and Well-Being (HOPE): Performance Enhancement and Its Perceived Impacts on Musicians*. Helsinki: Helsingin yliopisto.

Myllyneva, Aki 2016. *Psychophysiological Responses to Eye Contact.* Tampere: Tampere University Press.

Nummi-Kuisma, Katarina 2010. *Pianistin vire. Intersubjektiivinen, systeeminen ja psykoanalyyttinen näkökulma virtuoosietydin soittamiseen.* Väitöskirja. Helsinki: Sibelius-Akatemia.

Oksala, Eeva 2009. *Harjoittelevan taiteen koulutusohjelma?* Proseminaarityö. Helsinki: Sibelius-Akatemia.

Papageorghi, Ioulia & Creech, Andrea & Welch, Graham 2013: Perceived performance anxiety in advanced musicians specializing in different musical genres. *Psychology of music*. Volume 41/ Number 1, 18–41.

Pulkkinen, Outi 2014. *Runolaulusta kokonaisvaltaiseen improvisointiin.* Musiikin tohtorintutkinnon (taiteilijakoulutus) kirjallinen työ. Helsinki: Outi Pulkkinen & Sibelius-Akatemia.

Renard, Stanislas & Fellman, Phillip Vos., 2011. *What is Romani Music? An emerging definition learned from social network analysis.*
Internetlähde, katsottu 5.8.2016.
http://necsi.edu/events/iccs2011/papers/202.pdf

Stanislavski, Constantin 2013 (1936). *An Actor Prepairs.* Engl. Käänt. Elizabeth Reynolds Hapgood. UK, USA: Bloomsbury.

Uotinen, Johanna 2010. Aistimuksellisuus, autoetnografia ja ruumiillinen tietäminen. *Elore*. Vuosikerta 17 / Numero 1.
Internetlähde, katsottu 29.9.2016: http://www.elore.fi/arkisto/1_10/katsart_uotinen_1_10.pdf

Vainio Matti & Fredrikson Maija (toim.) 1994. *Unkarilaisuus musiikissa*. Vuosikirja 1993. Jyväskylä: Jyväskylän yliopisto.

Vehviläinen, Anu 2008. *Heittäydy – kuusi kirjoitusta muusikkoudesta*. Musiikin tohtorin tutkinnon (taiteilijakoulutus) kirjallinen työ. Helsinki: Sibelius-Akatemia.

Zarrilli, Phillip B. 2002 *(1995). Acting (Re) Considered: A Theoretical and Practical Guide.* London, New York: Routledge.

Internetlähteet:

Jyväskylän yliopisto, Viestintätieteiden laitos. Nonverbaalinen viestintä.
Internetlähde, katsottu13.11.2013.
http://www.jyu.fi/viesti/verkkotuotanto/ryhmaviesti/vuorovaikutus/viestinta/nonverbaalinen.html

Kielijelppi, 2017. Puheviestintä. Nonverbaalinen viestintä.
Internetlähde, katsottu 10.5.2017.
http://kielijelppi.virtamieli.fi/puheviestinta/nonverbaalinen-viestinta

1900-luvun musiikki, 2016. Termit. Helsinki: Sibelius-Akatemia.
Internetlähde, katsottu 1.4.2014.
http://www2.siba.fi/historia/1900/termit.html

Opetushallitus, 2018. Opetussuunnitelmien ja tutkintojen perusteet. Taiteen perusopetus.
Internetlähde, katsottu 29.1.2018.
http://www.oph.fi/saadokset_ja_ohjeet/opetussuunnitelmien_ja_tutkintojen_perusteet/taiteen_perusopetus

Suomen musiikkitiede 100-vuotta, 2011. Symposiumin teemat. Esittävän säveltaiteen tutkimus. Internetlähde, katsottu 1.12.2017.
http://www.helsinki.fi/musiikkitiede/sata/yhteystiedot.html

Tieteen termipankki, 2017.
Internetlähde, katsottu 30.2.2017.
http://tieteentermipankki.fi/wiki/Estetiikka:apolloninen
http://tieteentermipankki.fi/wiki/Estetiikka:dionyysinen

Muut lähteet:

Keskustelu Päivi Arjaksen kanssa 30.9.2016.

LIITE A

Konserttiohjelmat

Kansanmusiikkivaikutteet viulu- ja kamarimusiikissa

SLAAVILAINEN KAIHO

Kansanmusiikkivaikutteet tšekkiläisessä taidemusiikissa

Eeva Oksalan 1. jatkotutkintokonsertti

Eeva Oksala, viulu

Kiril Kozlovsky, piano
Atte Kilpeläinen, alttoviulu
Pinja Laine, sello

keskiviikkona 2.5.2012 klo 19
Camerata-sali, Musiikkitalo

Leoš Janáček (1854–1928): Sonaatti viululle ja pianolle JW VII/7

Con moto
Balada
Allegretto
Adagio

Erwin Schulhoff (1894–1942): Sonaatti sooloviululle (1927)

Allegro con fuoco
Adagio cantabile
Scherzo. Allegretto grazioso
Finale. Allegro risoluto

Bohuslav Martinů (1890–1959): Kolme madrigaalia viululle ja alttoviululle

Poco allegro
Poco andante
Allegro

-väliaika-

Antonin Dvořák (1841–1904)*:* Pianotrio nro 4 e-molli op. 90 "Dumky"

Lento Maestoso
Poco Adagio
Andante
Andante Moderato (Quasi Tempo di Marcia)
Allegro
Lento Maestoso

JUUTALAISEN KANSANMUSIIKIN SEURA

Eeva Oksalan 2. jatkotutkintokonsertti

Eeva Oksala, viulu

Kiril Kozlovsky, piano
Markus Kaarto, klarinetti
Kaisa Koivula, klarinetti
Jukka Ojala, harmonikka
Ilkka Heinonen, kontrabasso

Torstaina 21.3.2013 klo 19
Camerata-sali, Musiikkitalo

Joseph Achron (1886−1943): Neljä kappaletta viululle ja pianolle

Heprealainen melodia (op. 33)
Scher (Heprealainen tanssi)(op. 42)
Heprealainen kehtolaulu (op. 35 nro 2)
Tanssi-improvisaatio (op. 37)

Paul Ben-Haim (1897−1984): Sonaatti sooloviululle G-duuri (1951)

Allegro energico
Lento e sotto voce
Molto allegro

Ernest Bloch (1880−1959): Baal Shem -sarja

Vidui
Nigun
Simchas Torah

-väliaika-

Paul Schoenfield (s. 1947): Trio klarinetille, viululle ja pianolle (1990)

Freylach
March
Nigun
Kozatzke

Klezmermusiikkinumero

KANSANMUSIIKKIVAIKUTTEET VENÄLÄISESSÄ TAIDEMUSIIKISSA

Eeva Oksalan 3. jatkotutkintokonsertti

Eeva Oksala, viulu

Kiril Kozlovsky, piano

Markus Kaarto, klarinetti

Perjantaina 7.3.2014 klo 19
Camerata-sali, Musiikkitalo

Nikolai Medtner (1880–1951): Sonaatti viululle ja pianolle nro 3 op. 57 ”Eeppinen”

Introduzione–Allegro
Scherzo: Allegro molto vivace et leggiero
Andante con moto
Finale: Allegro molto

-väliaika-

Nikolai Rimsky-Korsakov (1844–1908): Fantasia viululle ja pianolle (sov. Eeva Oksala & Kiril Kozlovsky)

Rodion Shchedrin (s.1932): Mustalaismelodia (2006)

Igor Stravinsky (1882–1971): Sotilaan tarina klarinetille, viululle ja pianolle

Sotilaan marssi
Sotilaan viulu
Pieni konsertto
Tango, valssi ja ragtime
Paholaisen tanssi

UNKARILAISEN PERINNEMUSIIKIN JÄLJILLÄ

Eeva Oksalan 4. jatkotutkintokonsertti

Eeva Oksala, viulu

Atte Kilpeläinen, alttoviulu

Tomas Nuñez-Garcés, sello

Markus Kaarto, klarinetti

Kiril Kozlovsky, piano

Krishna Nagaraja, kontra

Ilkka Lehtonen, kontrabasso

Perjantaina 8.5.2015 klo 19

Camerata-sali, Musiikkitalo

Ernő Dohnányi (1877–1960): Serenadi jousitriolle C-duuri op.10

Marssi: Allegro
Romanssi: Adagio non troppo, quasi andante
Scherzo: Vivace
Tema con variazioni: Andante con moto
Rondo: Allegro vivace

Sándor Veress (1907–1992): Sonaatti sooloviululle (1935)

Allegro
Adagio
Allegro molto

-väliaika-

Béla Bartók (1881–1945): Kontrastit Sz.111, BB 116

Verbunkos - Recruiting Dance
Pihenő - "Relaxation"
Sebes - Fast Dance

Unkarilaisen kansanmusiikin numero

VIULISTIN MATKA ROMANIAAN

Eeva Oksalan 5. jatkotutkintokonsertti

Eeva Oksala, viulu

Kirill Kozlovski, piano

Ilkka Heinonen, kontrabasso

Daniel Shaul, cimbalom

Sami Varvio, harmonikka

Tiistaina 19.9.2017 klo 19

Camerata-sali, Musiikkitalo

George Enescu (1881–1955): Airs dans le genre roumain sooloviululle (1926)

Pădure dragă pădure (kansanlaulu Aradista)
Moderato
Allegro giusto
Andante
Allegro giocoso

George Enescu (1881–1955): Sonaatti A-molli " Dans le caractere populaire roumain" op.25

Moderato malinconico
Andante sostenuto e misterioso
Allegro con brio, ma non troppo mosso

-väliaika-

György Kurtag (1926–): Selections from Signs, games and messages (Jelek, játékok és üzenetek) for solo violin

Mensáros László emlékére (In memoriam László Mensáros)
Perpetuum mobile
Népdalféle – Im Volkston
The Carenza Jig
In Nomine – all'ongherese

Maurice Ravel (1875–1937): Tzigane viululle ja pianolle

Romanialaista kansanmusiikkia viululle/torviviululle, harmonikalle, kontrabassolle ja cimbalomille