

SORMITUSTEN PERUSOPAS HARMONIKALLE

Harmonikan oikean käden sormitukseen

(sopii kaikkiin diskanttipuolen näppäinjärjestelmiin)

SISÄLTÖ: 1. Johdanto

2. Miten ajatella sormituksia

3. Sormitusten peruseriaatteet

4. Yleisimmät virheet sormituksissa

5. Käytännön vinkkejä

6. Lopuksi

1. JOHDANTO

Sormitukset ovat yksi niistä asioista jotka helposti jäävät taka-alalle, kunnes vastaan tulee joku hankala kohta. Sormituksista keskustellaan kansainvälisesti ympäri harmonikkamaailmaa eri soittajien ja opettajien kesken. Kukaan meistä ei ole siis yksin tämän asian kanssa.

Aloitin harmonikansoiton viisivuotiaana eli alle kouluikäisenä lapsena. Tuolloin oppiminen oli vaivatonta eikä käsissä tuntunut miltään vaikka harjoittelin tuntikausia. Lukioikäisenä fysiikka muuttui. Aloin kärsimään ajottaisista jännetupentulehduksista, kunnes lukion jälkeen jouduin jännetupentulehduskierteeseen. Mikään ei tuntunut auttavan, että kiputilat olisivat menneet ohi. Olen aina ollut ahkera harjoittelemaan soittoa ja tuntui kuin maailmani olisi romahtanut kun en pystynytkään tulehduskierteen vuoksi harjoittelemaan niin paljon kuin halusin.

Vuonna 2005 tapasin ranskalaisen harmonikan huippopedagogin Frederic Deschampsin ja pääsin käymään hänen oppitunneillaan Ranskassa. Se mullisti koko ajattelutapani harmonikansoiton tekniikasta ja etenkin sormituksista. Aivan kuten urheilijat pyrkivät välttämään tarpeetonta ja liiallista rasitusta, myös soittajat voivat tehdä niin: välttää tarpeettomia liikkeitä, huonoja asentoja, minimoida liikeratoja, maksimoida suorituksen tehokkuutta, jne. Hänen oppinsa mullisti koko ajattelutapani ja tekniikkani ja myös jännetupentulehdukset loppuivat siihen paikkaan. Siitä hetkestä eteenpäin aloin keskittymään käden luonnollisiin liikkeisiin, rentouteen ja turhien liikeratojen välttämiseen. Tämä opas on tiivistelmä Fredericin opeista, sekä omista havainnoistani ja tekniikoistani, joita käytän joka päivä saavuttaakseni vaivattoman ja kivuttoman soittotreenin.

Tässä oppaassa keskityn harmonikan oikean käden sormituksiin käytännön näkökulmasta. En tarjoa yhtä oikeaa mallia, vaan ajatuksia ja työkaluja joiden avulla voit itse oppia löytämään toimivia ratkaisuja. Tämä ajattelutapa ja lähestymistapa perustuu vuosien varrella saamiini oppeihin, omaan kokemukseeni ja tapaan työskennellä sormitusten kanssa. Jollakin toisella pedagogilla voi olla hyvinkin erilainen näkökulma – ja se on täysin ok.

Harmonikka on sormitusten näkökulmasta poikkeuksellinen soitin. Maailmalla on käytössä useita erilaisia diskanttipuolen näppäinjärjestelmiä ja myös pianokosketin malli. Tämä opas ja sen ajattelutavat toimii kaikissa näissä järjestelmissä.

On myös hyvä muistaa, että me kaikki olemme erilaisia. Meillä on erilainen keho, erilaiset kädet ja erilainen dna-perimä. Nämä vaikuttavat muun muassa sormien notkeuteen, nopeuteen ja voimaan ja sitä kautta siihen, millaiset sormitukset tuntuvat juuri itselle yksilönä luonnollisilta ja toimivilta.

Sormitukset ovatkin se osa tekniikkatreeniä, joka on kaikkein eniten riippuvainen sinusta itsestäsi.

Tärkeintä ei ole täydellinen sormitus, vaan sellainen, joka tuntuu hyvältä ja toimii juuri sinulle.

Tämän oppaan lähtökohtana on löytää rentous sormituksiin – sekä tekemiseen että ajattelutapaan.

Ystävällisin terveisin:
Anne-Mari Kanniainen

2. MITEN AJATELLA SORMITUKSIA

Sormituksia miettiessä yksi tärkeimmistä asioista on tämä:

Ei ole olemassa yhtä oikeaa sormitusta.

Sama kohta voidaan soittaa monella eri tavalla.

Osa erilaisista sormituksista tuntuu luontevilta, osa ei. Siksi tärkeämpää on ajatella ja löytää juuri itsellesi sopiva ja luonteva sormitus, kuin miettiä mikä on jonkun mielestä ”oikein”.

Hyvä sormitus on sellainen, joka toimii.

Se tuntuu kädessä luontevalta, antaa soiton kulkea eteenpäin ja mahdollistaa sen, että voit keskittyä musiikkiin – et selviytymiseen.

Toimivuus ennen oikeellisuutta

Moni jää etsimään ja pohtimaan ”oikeaa” sormitusta. Todellisuudessa kannattaa kysyä:

- Tuntuuko tämä minusta hyvältä?
- Pystynkö soittamaan tämän rennosti?
- Jatkuuko liike luontevasti tästä eteenpäin?

Jos vastaus on kyllä, olet jo hyvin lähellä toimivaa ratkaisua.

Ajattele eteenpäin

Sormitus ei ole yksittäinen valinta, vaan se on osa liikettä ja sormien liikkeiden sarjaa. Kun valitset sormitusta, älä mieti vain sitä hetkeä, jossa olet nyt. Mieti, mihin olet menossa seuraavaksi, mitä sormia sinulla on käytössäsi, jotta käden asento pysyy kokoajan luonnollisena ja rentona.

Hyvä sormitus antaa soiton virrata eteenpäin ilman pysähdyksiä tai ylimääräistä korjailua.

Jos joudut ”pelastamaan” seuraavan kohdan, sormitus ei todennäköisesti ole optimaalinen.

Kehon viestiä kannattaa kuunnella

Soittaminen ei saa sattua.

Jos jokin sormitus tuntuu jatkuvasti kireältä, hankalalta tai aiheuttaa kipua, se ei ole hyvä ratkaisu. Jatka rohkeasti etsimistä ja kokeilemista, kunnes löydät itsellesi toimivan sormituksen. Pitkällä tähtäimellä epä mukavat sormitukset voivat kuormittaa kättä ja hidastaa oppimista.

Hyvä sormitus tuntuu rennolta ja kestää toistoja.

Käytä koko näppäimistöä

Näppäinharmonikassa kaikki rivit ovat käytössä. Myös apurivit. Niitä ei ole laitettu soittimeen turhaan – päinvastoin. Ne mahdollistavat sen, että voit välttää hankalia venytyksiä, epämukavia käden asentoja ja turhia hyppyjä. Moni vierastaa apurivejä aluksi, mutta usein juuri niiden kautta löytyy kaikkein luontevimmat ja sujuvimmat ratkaisut.

Anna itsellesi lupa käyttää koko soitinta.

Aksentit tehdään palkeen avulla, ei sormien

Niin sormituksia etsiessä, harjoitellessa, kuin soittaessa on hyvä muistaa, että aksentit ja painotukset äänen väreihin tehdään palkeen avulla – ei näppäinten. Näin ollen voit luottaa siihen, että sormitus voi olla sellainen, jossa on mukana myös heikompia sormia, kuten nimetön (4) ja pikkusormi (5), jos ne tuntuvat sinusta luontevalta käyttää.

Opettele sormitekniikan lisäksi hyvä ja monipuolinen paljetekniikka.

Yhteenveto

Sormitusten ei tarvitse olla oppikirjasta opittuja kaavoja. Niiden pitää toimia.

Kun valitset itsellesi sormituksia, pyri löytämään ratkaisuja, jotka:

- tuntuvat luonnollisilta
- auttavat pitämään soiton ja käden liikkeen jatkuvana
- eivät aiheuta kipua
- hyödyntävät soitinta kokonaisuutena

Tämä ajattelutapa vie sinua pitkälle ja tekee soittamisesta rennompaa.

3. SORMITUSTEN PERUSPERIAATTEET

Tässä luvussa käydään läpi sormitusten keskeisiä peruseriaatteita. Nämä eivät ole sääntöjä, vaan työkaluja, joiden avulla voit tehdä parempia ja toimivampia valintoja.

Käden fyysiset ominaisuudet

Käden rakenne vaikuttaa suoraan siihen, millaiset sormitukset ovat yksilölle luontevia.

On hyvä tiedostaa muutamia perusasioita käden rakenteesta:

- Peukalo on erillään muista sormista ja liikkuu eri kulmassa mutta yltää usein pisimmälle ja on voimakas sormi.
- Etusormi ja keskisormi ovat nopeita, vahvoja ja hallittavia.
- Keskisormi ja nimetön toimivat osittain saman jänteen kautta, joten ne liikkuvat usein luontevimmin yhdessä.
- Pikkusormi on heikoin sormi ja väsyy helpoimmin.

Näitä ominaisuuksia ei tarvitse "korjata", vaan ne kannattaa hyödyntää. Hyvä sormitus ottaa huomioon käden luonnollisen toiminnan.

Luonnollinen käden asento

Hyvä sormitus lähtee hyvästä käden asennosta.

Kun käsi on rennossa ja luonnollisessa asennossa:

- ranne ei ole taittunut mihinkään suuntaan
- sormet ovat kevyesti kaarella, ikään kuin pitäisit tennispalloa kämmenesi sisällä
- käsi on luontevasti näppäimistön päällä
- sormet pysyvät lähellä toisiaan
- missään ei tunnu jännitystä

Tämä on lähtökohta, johon kannattaa aina pyrkiä. Jos sormitus pakottaa käden pois tästä asennosta, se ei todennäköisesti ole toimivin ratkaisu.

On tärkeää muistaa, että käden nopeuden vipuvarsi ei ole ranne, vaan kyynärvarsi.

Kyynärvarren liikkeen avulla voit liikuttaa kättä nopeasti koko harmonikan diskanttikahvan alueella. Ranne täytyy pysyä suorana ja rentona.

Sormitusten numerointi

Sormituksia merkitään numeroilla:

- 1 = peukalo
- 2 = etusormi
- 3 = keskisormi
- 4 = nimetön
- 5 = pikkusormi



Tämä numerointi on kansainvälinen ja auttaa hahmottamaan sormituksia selkeästi.

Rentous ennen kaikkea

Rentoutta ei voi korostaa liikaa. Hyvä sormitus tuntuu kevyeltä ja vaivattomalta. Se ei kiristä, pakota tai jännitä. Jos huomaat jännittäväsi kättä, pysähdy hetkeksi ja etsi vaihtoehtoinen ratkaisu.

Rentous ei ole vain mukavuustekijä: se on edellytys sujuvalle ja kestäväälle soittamiselle.

Liikeradat ja lihasmuisti

Toistot rakentavat lihasmuistia.

Kun käytät samaa toimivaa sormitusta riittävän monta kertaa, liike automatisoituu. Tällöin sinun ei tarvitse enää ajatella jokaista sormeaa ja sen liikettä erikseen. Siksi kannattaa panostaa siihen, että valitsemasi sormitus on toimiva alusta asti. Jos toteat jonkun sormituksen itsellesi epäsovivaksi ja päätät vaihtaa sitä, huomioithan että vain hitaiden toistojen avulla uuden sormituksen uusi liikerata jää lihasmuistiin pysyväksi työkaluksi.

Yksilöllisyys

Sormitukset ovat aina henkilökohtaisia.

Se mikä toimii yhdelle, ei välttämättä toimi toiselle.

Käden koko, sormien pituus, liikkuvuus ja tottumukset vaikuttavat kaikki siihen, mikä tuntuu itsellesi luontevalta. Siksi on tärkeää oppia kuuntelemaan omaa kehoa ja löytämään itselle sopivat ratkaisut.

Jatkuvuus

Hyvä sormitus ei ole yksittäinen valinta – se on osa liikettä.

Kun valitset sormitusta, ajattele aina eteenpäin:

- mihin liike jatkuu seuraavaksi
- pysyykö käden asento luonnollisena
- voiko liike jatkua ilman keskeytystä

Hyvä sormitus pitää soiton jatkuvana ja virtaavana.

Yhteenveto

Hyvä sormitus:

- ottaa huomioon käden rakenteen
- tukee luonnollista käden asentoa (muista tarkkailla että ranne pysyy kokoajan suorassa)
- tuntuu rennolta
- kestää toistoa
- toimii juuri sinulle
- mahdollistaa jatkuvan liikkeen

Kun nämä periaatteet ovat mukana ajattelussa, sormitusten kokeileminen, etsiminen ja valitseminen muuttuu huomattavasti helpommaksi.

4. YLEISIMMÄT VIRHEET SORMITUKSISSA

Sormitukseen liittyvät haasteet eivät useimmiten johdu siitä, mitä sorminumeroita käytät. Usein ongelmat syntyvät jostain aivan muualta.

Virheasennot

Yksi yleisimmistä haasteista liittyy käden asentoon.

Jos ranne on taittunut, sormet ojentuvat liikaa tai käsi kiristyy, sormitus alkaa tuntua vaikealta riippumatta siitä, mitä sormia käytät.

Hyvä sormitus ei voi toimia, jos käden perusasento ei ole kunnossa.



Liian vaikeat ja itselle sopimattomat sormitukset

Toinen hyvin yleinen virhe on yrittää käyttää sormituksia, jotka eivät oikeasti sovi omalle kädelle.

Se mikä toimii jollekin toiselle, ei välttämättä toimi sinulle.

Jos sormitus tuntuu jatkuvasti hankalalta tai epäluonnolliselta, sitä ei kannata väkisin opetella. Itsellesi ja omalle fysiikallesi luontevampi ratkaisu on aina parempi.

Fraseerausta ei huomioida

Sormitus ei ole vain tekninen ratkaisu – se vaikuttaa suoraan musiikkiin.

Jos sormitusta ei mietitä fraseerauksen kannalta, lopputulos voi kuulostaa katkonaiselta tai jäykältä.

Hyvä sormitus tukee musiikin muotoa.

Se auttaa fraasia hengittämään ja antaa mahdollisuuden painottaa, muotoilla ja jatkaa musiikillista ajatusta luontevasti.

Sama sormi ”hyppää”

Yksi yleinen tapa, joka hidastaa soittoa, on käyttää samaa sormeja peräkkäisiin eri säveliin. Toisin sanoen: sormi ”hyppää” sävelestä toiseen. Tämä tekee liikkeestä raskaan ja usein myös epätarkan.

Yleisesti ottaen: sormen olisi aina hyvä vaihtua, kun sävel vaihtuu.

Näin liike ja sormitus pysyy kevyempänä, tarkempana ja helpommin hallittavana.

Yhteenveto

Yleisimmät virheet eivät liity siihen, ”käytävätkö oikeita sormia”, vaan siihen, miten käytät kättäsi.

Kun huomioit:

- käden asennon (rentous ennen kaikkea)
- oman yksilöllisyytesi
- musiikin fraseerauksen
- liikkeen luonnollisuuden

pääset jo pitkälle kohti sujuvampaa soittoa.

Virheiden tunnistaminen ei ole merkki epäonnistumisesta, vaan se on osa oppimista.

5. KÄYTÄNNÖN VINKKEJÄ

Ennen kuin siirryt varsinaisiin harjoituksiin, tässä kolme yksinkertaista mutta erittäin tehokasta tapaa tarkkailla ja kehittää sormitusten toimivuutta.

Nauhoita omaa soittoa

Oman soiton nauhoittaminen on yksi parhaista tavoista havainnoida sormituksia.

Kun katsot videolta omaa soittoasi, näet asioita, joita et välttämättä huomaa soittaessa:

- käden asento
- ranteen liike
- sormien jännitys tai turha liike

Voit myös verrata sitä, miltä soitto tuntuu ja miltä se näyttää.

Vastaavatko tunne ja todellisuus toisiaan?

Legato paljastaa kaiken

Legatossa soittaminen on erinomainen tapa testata sormituksia.

Kun pyrit soittamaan mahdollisimman sidotusti ja tasaisesti, hyvät sormitukset tukevat liikettä – huonot taas paljastuvat nopeasti.

Jos legato ei onnistu ilman ponnistelua, sormitus ei todennäköisesti ole toimivin.

Rytmi variaatiot

Yksinkertainen mutta tehokas tapa testata ja harjoitella tietyn kohdan sormituksia on käyttää rytmivariaatioharjoitusta.

Rytmiharjoitus koostuu viidestä eri rytmivariaatiosta.

Tämä harjoitus paljastaa nopeasti:

- missä liike takertelee
- missä sormitus on heikko
- missä kohtaa tarvitaan muutosta tai sujuvampaa liikettä

Tässä harjoitukseen käytettävät rytmit:



Harjoittele ensin taputtamaan tai lukemaan ääneen näitä rytmejä ilman soitinta.

Kun alat tehdä sormitusharjoituksia näillä rytmeillä sävelkulkujen ja instrumentin kanssa, muista harjoitella rauhallisella tempolla. Metronomi on hyvä apuväline tähän harjoitukseen, jotta rytmi pysyy paremmin hallinnassa ja voit keskittyä enemmän sormitukseen.

Tässä rytmiharjoituksen esimerkit sävelkuviolla, miten näitä kannattaa hyödyntää:

norm.

The image displays five musical staves, each representing a different rhythmic exercise. The first staff is in 4/4 time and is labeled 'norm.'. The second and third staves are also in 4/4 time and are numbered 1 and 2 respectively. The fourth and fifth staves are in 6/8 time and are numbered 3 and 4 respectively. Each staff contains a melodic line with various rhythmic values (quarter, eighth, and sixteenth notes) and rests. Above each staff, the following chords are indicated: Dm, Am, Bb7, E7, and Am. The exercises show how these chords can be used in different rhythmic contexts, such as eighth-note patterns, dotted rhythms, and sixteenth-note runs.

(Tässä yläpuolella olevassa harjoituksessa käytettävä sävelkulku/fraasi esiintyy säveltämässäni kappaleessa *Säpinäsamba*.)

Kokeile rohkeasti soittaa harjoituksen kuvioita vaihtelevilla sormituksilla, jotta löydät juuri sinulle sopivimmat sormitusratkaisut.

6. LOPUKSI

Sormitukset eivät aina ole asia, joka "ratkeaa kerralla".

Ne kehittyvät ajan kanssa: kokeilemalla, kuuntelemalla ja ennen kaikkea tekemällä.

Tärkeintä ei ole löytää täydellisiä ratkaisuja, vaan oppia tunnistamaan, mikä toimii juuri sinulle.

Kun uskallat kokeilla erilaisia vaihtoehtoja, kuunnella omaa kehoasi ja antaa itsellesi aikaa, sormitukset alkavat vähitellen tuntua luonnollisilta.

Muista:

- hyvä sormitus tuntuu rennolta
- se antaa soiton virrata eteenpäin
- eikä aiheuta turhaa jännitystä tai kipua

Ja ehkä kaikkein tärkeimpänä:

sinun ei tarvitse tehdä asioita samalla tavalla kuin joku muu.

Sinulla on lupa löytää oma tapasi soittaa.

Toivon, että tämä opas on antanut sinulle selkeyttä ja luontevia näkökulmia sormitusten ajatteluun ja ennen kaikkea rohkeutta luottaa omaan tekemiseesi.

Mukavia ja rentoja harjoitteluhetkiä!

Lämpimin terveisin:

Anne-Mari Kanniainen