

**CG1009 Examensarbete, kandidat, klassisk musik, 15 hp**

2015

Konstnärlig kandidatexamen

Institutionen för klassisk musik

---

Handledare: Incca Rasmusson

Examinator: Peter Berlind Carlson

Rikard Markstedt

# Asanga

Vägen till konserten

Skriftlig reflektion inom självständigt, konstnärligt arbete

Inspelning av det självständiga, konstnärliga arbetet finns dokumenterat i det tryckta exemplaret av denna text på KMH:s bibliotek.

# Sammanfattning

Det här arbetet ger en inblick i min övning, fördjupning och instuderingsprocess inför framförandet av den sydafrikanske tonsättaren Kevin Volans slagverksstycke *Asanga*, som jag spelade på min examenskonsert den 24 maj 2015. Jag tar upp klubbval, instrumentval och uppsättning, samt övningsmetoder och mentala övningar.

*Asanga*, som betyder frihet från förbindelse på sanskrit, skrevs år 1997 av Kevin Volans. Han studerade för Stockhausen i Köln och hans tidiga verk associeras med *Neue Einfachheit* (Ny enkelhet) som var starten av postmodernism inom musik i Tyskland.

Jag valde till en början, tillsammans med min lärare att spela *Asanga* som ett sätt att närma mig multipercussionen då jag inte haft mycket erfarenhet av denna typ av soloverk tidigare. De övningsmetoder som presenteras är sådana som jag vanligtvis tillämpar på andra instrument till exempel xylofon och marimba. För att ytterligare fördjupa mig i stycket har jag gjort en formanalys som går igenom det som jag valt att kalla ”moment” – de olika delar som stycket består av.

Tack vare att jag fördjupat mig i min process och i stycket hade jag min egen version av *Asanga* på min konsert. Eftersom jag har satt ord på mina tankar och funderingar kan jag nu motivera dem bättre än tidigare då de bara existerade i mitt huvud.

Nyckelord: *Asanga*, övning, slagverk, Kevin Volans, multipercussion.

# Innehållsförteckning

<b>Inledning och bakgrund .....</b>	<b>4</b>
Kevin Volans – en kort biografi.....	4
Asanga .....	5
Formanalys .....	5
Moment A .....	6
Moment B .....	6
Moment C .....	7
Moment D .....	7
<b>Förberedelser .....</b>	<b>9</b>
Val av instrument.....	9
Uppsättning av instrument .....	10
Klubbval .....	11
<b>Övningsmetoder .....</b>	<b>12</b>
Flytta direkt.....	12
Öva bakifrån .....	13
Lappa ihop fraser .....	13
<b>Mental övning.....</b>	<b>14</b>
Skifta fokus .....	14
Simulera nervositet .....	14
<b>Slutreflektion.....</b>	<b>15</b>
<b>Referenser.....</b>	<b>16</b>

## Inledning och bakgrund

Det här arbetet är en reflektion av processen bakom mitt framförande av Kevin Volans slagverksstycke *Asanga* som jag framförde på min kandidatexamenskonsert den 24 maj 2015. Jag reflekterar över sådant som min övningsmetodik, min mentala förberedelse samt mina val angående instrument och klubbor. För att ytterligare fördjupa mig har jag skrivit en analys av stycket och en kort biografi om kompositören.

Jag har valt att fördjupa mig på detta sätt dels för min egen skull som ett sätt att närma mig stycket och reflektera över min egen övning. Men också för att dela med mig av en process som jag anser är unik för slagverk, då valen vi som slagverkare gör har stor påverkan på styckets slutgiltiga resultat. De övningsmetoder jag tar upp är de som mest har påverkat min syn på övning och är smarta sätt att öva på där jag genom enkla medel effektivt kan lära mig musiken och lösa sådant som kanske hade varit svårt annars. Det jag inte tar upp är de tekniska svårigheterna med stycket eftersom jag inte anser att det är intressant då sådana svårigheterna löser sig med tiden, men utan en metod eller tanke om övningsmetodik kanske det aldrig går.

Jag valde till en början, tillsammans med min lärare att spela *Asanga* som ett sätt att närma mig multipercussionengenren då jag inte haft mycket erfarenhet av denna typ av solo-slagverksmusik tidigare. Men under inövningsprocessen, när jag blev tvungen att ta tag i speltekniska problem, upptäckte jag att många av de här svårigheterna kunde lösas genom att applicera övningstekniker jag vanligtvis använder på xylofon eller marimba.

## Kevin Volans – en kort biografi

Kevin Volans är en av de mest kända sydafrikanska kompositörerna. Han föddes i Pietermaritzburg år 1949. Kevin Volans började spela piano när han var tio. Han hade till en början en lärare som inte var särskilt duktig men Volans hade trots det fastnat för instrumentet och övade själv på familjens piano hemma. Det var inte förrän gymnasiet som han hade en seriös lärare som gav honom ett nytt verk varje vecka. Volans började komponera musik ungefär samtidigt som han började spela piano, tolv år gammal. Ett av de första projekt han gav sig på var en pianokonsert men den skrev han aldrig klart. Volans introducerades till modern konst genom sin konstlärare och fastnade för abstrakt expressionism så när han för första gången hörde modern musik som den av Stockhausen tog han till sig den direkt. År 1971 skrev Volans en avhandling om Stockhausens pianoverk. Han skickade avhandlingen till Stockhausen vilket ledde till att Volans blev inbjuden av Stockhausen att studera för honom i Köln. Stockhausen var Volans huvudlärare men han studerade samtidigt musikalisk teater för Mauricio Kagel och piano för Aloys Kontarsky. Efter att ha avslutat sina studier fick han äran att vara Stockhausens lärarassistent. (Grimes, 2007)

Under mitten av 70-talet associerades Volans verk med *Neue Einfachheit* (Ny enkelhet) som var starten av postmodernismen inom musik i Tyskland (Musical

Sales Classical, 2015) och efter flera fältinspelningsresor till Sydafrika 1979 påbörjade han arbetet med en serie stycken baserade på afrikanska kompositionstekniker, ett projekt som kom att ägna de följande tio åren åt (Volans, Biography of Kevin Volans, 2015). Under den här perioden var Volans också en flitig konsertpianist och gjorde resor till framförallt Irland dit han till slut flyttade år 1986 och där han blev irländsk medborgare år 1994. Sen dess har Volans utforskat olika stilar och genrer inom musiken, allt från orkestermusik, solo- och ensemblemusik till musik för dans och visuella medier. (Musical Sales Classical, 2015)

Volans musik har framförts på många kända platser såsom Concertgebouw i Amsterdam, Royal Albert Hall i London, och Lincoln Center i New York. Han har också samarbetat med musiker och ensembler exempelvis Kronos Quartet, KammarensembleN, BBC Symphony Orchestra, Michael Tilson Thomas, Jonny Axelsson, SISU Percussion Ensemble och San Francisco Symphony. Samarbetet med Kronos Quartet ledde till de bästsäljande stråkmusikskivorna *White man Sleeps* (1987) och *Pieces of Africa* (1992). (Musical Sales Classical, 2015)

Kevin Volans har fått många utmärkelser och erkännanden. Bland annat av *BBC Music Magazine* som 1997 utnämnde honom som en av de 50 viktigaste nu levande kompositörerna. Han räknas också som en av de mest originella och oförutsägbara rösterna på planeten enligt den New York baserade tidskriften *Village Voice*. (Volans, Biography of Kevin Volans, 2015)

## Asanga

Namnet *Asanga* kommer från det indoariska språket sanskrit och betyder ”frihet från förbindelse”. Volans skrev stycket 1997, som en gåva tillägnat den amerikanska slagverkaren Robin Schulkowsky då hennes far gått bort. Det var också hon som uruppförde verket på Fylkingen i Stockholm 1998. (Volans, Programme Note – *Asanga*, u.å.)

## Formanalys

Volans har använt sig av en slags momentteknik i komponerandet av stycket. Det betyder att stycket är uppbyggt av olika moment eller delar som skiljer sig väldigt mycket från varandra och de har inget tydligt samband.

Momenten kallar jag för **A**, **B**, **C** och **D** och storformen är som följer:  
**A – B – C – D – B – D – B – D – C – B – A.**

Det förekommer emellanåt korta passager bestående av fragment från delarna **A** och **B**. Jag vill påstå att de här delarna fungerar som förhandsvisningar av de kommande **A** och **B**-delar och som broar mellan storformsdelarna. Därmed har de inte inkluderats i storformsanalysen. Med de korta passagera, här urskilda med parentes, ser formen ut på det här viset:

**A – B – (A) – (B) – C – D – B (A) – D (A) – B (A) – D – C – B – A.**

Användandet av momentteknik blir här mer tydligt.

Momenten kan delas upp grovt i grupper om passiva och aktiva, där moment **A** och **C** är passiva medan moment **B** och **D** är aktiva. Övergången mellan momenten sker många gånger plötsligt och ger stycket en känsla av överraskning och förnyelse.

Ytterligare ett verktyg kompositören använder sig av är accenter som han använder för att förnya eller förändra tidigare presenterade rytmer.

I den följande texten presenteras varje del var för sig, i den ordning de först presenterats i stycket. De notexempel som visas är hämtade direkt från notbilden och är exempel på de olika moment, variationer och byggstenar som stycket består av. (Volans, 2001)

## Moment A

takt 1-32, 166-205. Tempo 4/4 = 116 bpm.

Moment A ramar in hela stycket med en del i början och en del i slutet.

Den första delen bygger till stor del på synkoprika rytmer (fig.1) som varieras i olika skeden genom att struktureras om, töjas ut och förminskas vilket oftast sker med tillägg och avdrag av ojämna antal sextondelar (fig. 2, fig. 3).



Ännu en byggsten i första delen är kvintolerna i den lägsta trumman (fig.4). Kvintolerna återkommer flera gånger i momentet och är alltid till samma synkoperade grundrytm. De upprepas med stigande dynamik.



*figur 4. takt 3*



*Figur 5. takt 25*

I figur 5 ser vi exempel på den sista utmärkande komponenten i första delen nämligen de här *signalerna*. De upprepas en, två eller tre gånger, på olika trummor och erbjuder en statisk kontrast till de synkoperade rytmerna.

När moment A återkommer i slutet av stycket, takt 166-205, är det i något starkare dynamik och i ett förtunnat format där samma rytmer återkommer fast med dubblerat notvärde. Jämför tidigare figur 1 med figur 6 till höger.



*figur 6. takt 179,180.*

Kvintolerna och signalerna från bild 5 återkommer i oförändrat format och fyller samma funktion som tidigare. Mot slutet av stycket, från och med takt 192 träder kvintolfiguren fram mer och mer samtidigt som de övriga stämmorna tynar bort i en slags coda.

## Moment B

takt 33-35, 59-66, 85-130, 161-165. Tempo 4/4=116 bpm.

Moment Bs kännetecken är i kontrast till moment A, de stadiga sextondelarna som rör sig mellan trummorna med accenter som formar en rad olika rytmer.

Första gången moment B presenteras i takt 33 är den i ett relativt enkelt format med accenter på taktslagen (se fig. 7). I takt 35 (fig. 8) förtätas detta med accenter på varje åttondel och den nya rytmiseringen med trettio tvåndelar.



figur 7. takt 33.

figur 8. takt 35

I takt 59 återkommer ett liknande B-moment i ett längre avsnitt och med fler variationer där förtätningen uteblir.

Väl framme i takt 85, moment Bs längsta del, presenteras den i sin slutgiltiga form. Accenterna är mer komplicerade (se fig. 9) och det tillkommer nya variationer, totalt elva stycken. De kontinuerliga sextondelarna avbryts endast två gånger med en punkterad åttondel (se fig. 10).



Figur 9. takt 85

figur 10. takt 96 och 111.

Fortfarande i samma del, takt 124, presenteras metallplattorna/höga skinnen för första gången i samband med en variation och utslätning av den tidigare förtätningen som bygger på sextondelstrioler (se fig. 11). Den här variationen är en av styckets ljudstarkaste delar med nyansen *fff*. Samma form av förtätning återkommer i takt 161, då lite längre och med nya figurer.



figur 11. takt 124.

## Moment C

takt 46-50, 151-160. Tempo 4/4 = 160 bpm.

Det finns två stämmor i det här momentet: förslagen och huvudslagen. De rör sig oberoende av varandra och möts aldrig på samma trumma. I takt 46, första



figur 12. takt 46.

gången moment C presenteras, sker också styckets första tempobyte. Det utskrivna tempot 160 bpm låter mer som 106 bpm eftersom man bara spelar var tredje sextondel (se fig. 12).

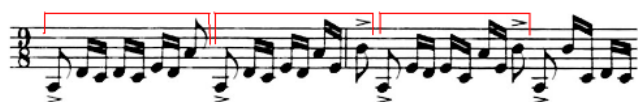
När C återkommer i takt 151 är det utökad med fler takter och nya figurer men tempot är högre på 200 bpm.

## Moment D

takt 51-58, 73-77, 137-144, 145-150. Tempo 4/4 = 160 bpm.

Moment D är uppdelat i fyra delar där mittendelarna som börjar i takt 73 och 137 är varianter på de yttre delarna, de som börjar i takt 51 och 145.

De yttre delarnas mest framträdande drag är ett mönster med uppåtgående riktning som börjar med ett accentuerat slag i nedre trumman, snirklandes upp till den högsta. Det här mönstret är indelat i en grupp om fem åttondelar, markerat med röd klammer och kan ses både i taktarterna 9/8 och 5/4. Se figur 13 och 14.



figur 13. takt 51.



figur 14. takt 53.

Mittendelarna (de som börjar i takt 73 och 137) är varianter av ovanstående figurer eftersom de har liknande rörelser och riktning, se figur 15. De här



figur 15. takt 73.

delarna kommer som sagt två gånger, den första gången i nyansen *p*, vilket också är styckets svagaste nyans och åter i takt 137 fast i nyansen *ff*.



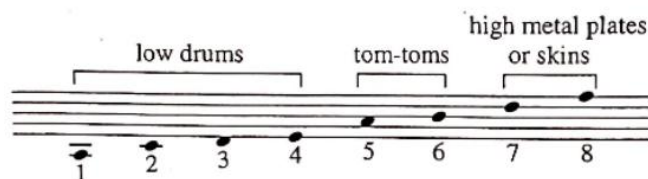
## Förberedelser

Detta avsnitt fokuserar på de val av material jag gjort för att få en unik och personlig version av stycket. Titeln Förberedelser kan vara lite missvisande eftersom det låter som att alla de här valen skedde innan jag börjat spela och öva på verket. I själva verket var det en process som pågick parallellt med övningsprocessen.

### Val av instrument

Instrumentationen angiven av kompositören är enligt mig motsägelsefull (se fig. 16). Kompositören skriver att instrumentationen ska bestå av fyra låga trummor, varav en basdrumma längst ner, sedan två tomtomar och allra högst upp två höga metalljud eller högt stämmda trummor. Det här kommenterade han med: ”*The drums should be played with mallets or sticks that give an articulate and centered sound.*” (Volans, 2001) Det motsägelsefulla med detta är att låga trummor av naturen inte har ett speciellt artikulerat ljud, samtidigt som han bitt om att stycket ska spelas med klubbor som *ändå* ger ett artikulerat ljud. Man kan argumentera att termen låga trummor kan tolkas på många sätt men troligen är tanken att de ska ha lägre tonhöjd än tomtomarna och eftersom tomtomen, även om man stämmer den högt, inte har en särskilt hög tonhöjd, är det svårt att få plats med fyra trummor (eller tre om man räknar bort basdrumman) under dem som fortfarande har en artikulerad klang. På grund av det här valde jag att följa den angivna instrumenteringen mer som en riktlinje och prioritera kompositörens önskemål om ett artikulerat och centrerat ljud.

Four low drums (including bass drum) and two higher tom-toms, plus two high metal plates or extremely high skins.



The drums should be played with mallets or sticks that give an articulate and centred sound.

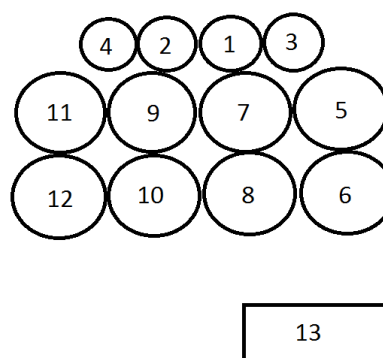
figur 16.

Plastskinn producerar fler övertoner jämfört med naturskinn som har en mer centrerad ton. Valet att endast spela på trummor med naturskinn var därför självklart. Det enklaste och det jag först tänkte på var att bara ha en serie congas och bongos. Visserligen har congas och bongos en artikulerad och eftertraktad klang men om uppsättningen bara haft två olika slags trummor hade klangvariationen blivit begränsad och ointressant. Det tyckte jag var tråkigt så jag la till trummor med lite annorlunda klangfärg i uppsättningen. Jag lekte lite med

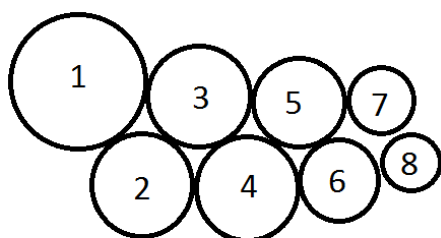
tanken att använda trummor från olika världsdelar, kanske blev jag inspirerad av klangvariationen i en trumcirkel och jag hittade två japanska taiko-trummor. De här trummorna inkorporerade jag i en mer traditionell uppsättning av congas och bongos vilka har afrikanskt och latinamerikanskt ursprung. Min slutgiltiga uppsättning hade i tonhöjdsordning en basdrumma i botten, sedan en lågt stämd conga, två japanska trummor, två högt stämda mini-congas och sist två bongos allra högst upp istället för metall. Anledningen till att jag valde att inte ha metall högst upp var för att jag inte tyckte de metallföremål jag lyckades hitta lät så bra och jag tyckte de påminde för mycket om signalerna vid en järnvägs korsnings bomöppning. Dessutom hade de ett väldigt skarpt och starkt ljud vilket kan bli lite väl överväldigande i en liten konsertsal som den jag skulle framföra stycket i.

## Uppsättning av instrument

Till en början, enligt mig, finns det två vägar att gå när man ställer upp ett stycke. Den första vägen är att man anpassar uppsättningen efter styckets svårare passager. Till exempel om man har trummor som ofta spelas i följd eller som spelas på mer än de andra kan man placera dem nära varandra. Exempel på sådana här lösningar kan ses i uppsättningen av stycket *13 Drums* av Makii Ishii (se fig. 17).



figur 17.



figur 18.

Den andra vägen, vilket var den jag tog, är att placera trummorna i ett mer strömlinjeformat och logiskt format (se fig. 18). Den här lösningen passade bättre eftersom alla trummorna spelas lika mycket och det finns passager i stycket där jag spelar figurer som rör sig snabbt genom hela uppsättningen. Ytterligare motiv att ställa trummorna på det här viset, jämfört med

exemplet ovan (se fig. 17) där de ligger staplade ovanför varandra, är att avståndet mellan varje trumma är mindre och den lägsta trumman kan placeras där jag når den bäst, precis under min arm om jag sträcker ut den snett framåt åt sidan. Samma sak gäller trummorna 7 och 8. Från min huvudspelposition vid trumma 4 bildar uppsättningen en bred båge utåt där jag har alla trummor jag spelar på *framför* kroppen och inte åt sidan där det är svårt att komma åt dem utan att behöva vrida på överkroppen.

Taiko-trummorna har inga specialstativ så jag ställde upp dem på virvelstativ. Eftersom de har skinn på både översidan och undersidan som båda behöver vibrera fritt för att få optimal klang, klämde jag in lite skumgummi mellan klamparmarna på stativen och trummorna.

## Klubbval

Slagverkare har en myriad av klubbor och stockar att välja mellan och ofta är klubborna ämnade åt att spelas på ett särskilt instrument, till exempel en marimba eller timpani. När det kommer till att välja klubbor till ett multipercussions-stycke så finns det dock sällan klubbor ämnade åt just det stycket. Så det jag gjorde var att experimentera med en rad olika klubbor, från trumstockar i olika storlekar och träslag, till ett sortiment av malletklubbor. Mitt mål var att hitta en klubb som gav en varm och tydlig klang.

Mitt letande började med vanliga trumstockar. Det övergav jag ganska snabbt eftersom det behövdes något med mer tyngd och massa för att få igång de tjocka naturskinnen på trummorna.

Mitt nästa experiment var en väldigt hård marimbakklubb som visserligen lät bättre än trumstocken, med större klang, men eftersom den var lindad fick jag inget tydligt anslag. En annan effekt av lindningen var att klangen dämpades på grund av den, som när man pratar med handen över munnen.

Malletformen kändes bra att spela med så jag fortsatte på samma spår men valde istället att prova xylofonklubbor som i princip är olindade marimbakklubbor. Xylofonklubborna jag provade först hade huvud i hårdplast men visade sig vara för lätta vilket resulterade i en tunn klang utan mycket botten. De hade fungerat bättre på trummor som var mindre och med tunnare skinn.

Efter det provade jag den direkta motsatsen med de största och tyngsta xylofonklubbor jag äger, också med ett huvud av hårdplast. Det tog ett tag att vänja sig vid tyngden men när jag hade gjort det fick jag en stor och varm klang ur trummorna.

Med de här tunga klubborna spelade jag en stor del av instuderingen. Jag var så pass nöjd med dem att jag köpte ett till likadant par för slutet av stycket då jag behövde spela med tre klubbor och tänkte inte mer på det. När jag vid ett senare tillfälle mot slutet av instuderingen stod och övade xylofonutdrag med ett par lättare klubbor gick jag över till min uppsättning av *Asanga* för att spela av mig lite. Jag bytte inte klubbor vid övergången och upptäckte då hur förvånansvärt bra trummorna lät med dessa klubbor. När jag sedan gick tillbaka för att spela med de tunga klubborna och jämförde de två paren sida vid sida lät de tunga klubborna som jag varit nöjd med så länge inte alls bra längre. Klangen med dessa var alldeles för stor, ljudvolymen likaså och det var svårare att spela dynamiskt med dem, det var som om det bara gick att spela nyanser från forte och uppåt. De här tunga klubborna kanske hade passat om jag spelade i en symfoniorkester där man ibland behöver mycket volym för att komma igenom den tjocka orkesterklangen eller om jag hade spelat solo utomhus eller liknande. Men eftersom jag vid det här laget visste att konserten skulle hållas i en mindre konsertsal insåg jag att det skulle bli för mycket volym och outhärdligt för publiken att lyssna till.

De nya klubborna kan lättast beskrivas som ett mellanting mellan de tunga klubborna och de första xylofonklubborna jag provade. Klubbhuvudet var mindre än de föregående men det var av en tyngre sorts plast. Därför var de inte lättare trots det mindre huvudet. Nu kunde jag njuta av en välbalanserad klang som inte var för påträngande men som ändå behöll ett varmt och kärnfullt ljud.

Något som jag märkte efter att ha spelat med de nya klubborna var att klubbytet inte bara ändrade klangen från instrumenten men också karaktären av musiken. Jag

hade omedvetet associerat tunga klubbor med en spelstil som var aggressiv och lätta klubbor med en spelstil som var svängigare och mer levande.

## Övningsmetoder

Som slagverkare behöver jag både utveckla min spelskicklighet på många olika instrument och bibehålla en hög spelnivå på samtliga. Därför har det varit viktigt att hitta effektiva övningsmetoder och det är något som jag arbetat mycket med under min utbildning. Följande övningsmetoder är sådana som jag använt mest på xylofon och marimba men har i samband med instuderingen av *Asanga* upptäckt sätt att applicera dem även här. Gemensamt för övningsmetoderna i följande avsnitt är att de har förändrat min syn på övning mest och lett till många ”aha-upplevelser”. De är också lätta att tillämpa och väldigt effektiva.

### Flytta direkt

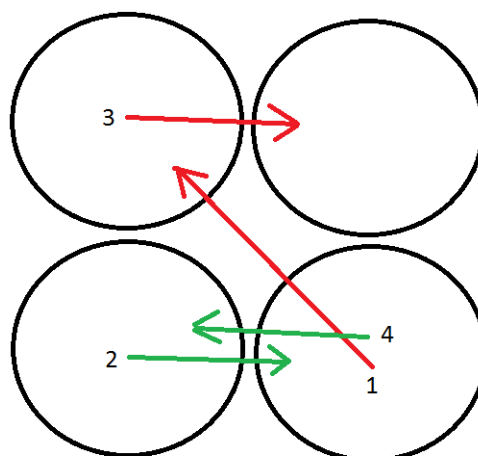
Inspirationen till den här tekniken har jag fått från Leigh Howard Stevens bok *Method of movement for marimba with 590 exercises* (1993) i avsnittet Stroke Efficiency and Accuracy där han analyserar anslag och kommer fram till att hemligheten med att träffa rätt toner är att fokusera på det man gör *mellan* slagen, inte bara *hur* man gör slagen.

Det här inspirerade mig till att skapa en övning som jag använder mycket på xylofon när jag övar passager med snabba och långa tonsprång eller som är komplicerade rent handsättningsmässigt.

Ringarna (se fig. 19) symboliserar trummor och pilarna (röd färg – höger hand, grön färg – vänster hand) visar rörelserna och är numrerade efter den ordning man utför dem. I början av varje rörelse spelar man ett slag på den trumman som man går från men inte på trumman man går till.

Den här metoden använde jag mycket under övandet av styckets B-del som består av en stor mängd olika mönster och rytmer i ett dessutom högt tempo där det inte finns utrymme för onödiga rörelser.

När jag börjar öva på en figur ser jag till att spela i ett väldigt långsamt tempo men gör rörelserna mellan trummorna väldigt snabbt, som om jag hade spelat i ett högt tempo. På det här viset lär jag mig tonerna lugnt och metodiskt samtidigt som jag sparar övningstid när jag ökar tempot, eftersom det enda jag behöver tänka på då är att korta ner tiden mellan slagen.



figur 19.

## Öva bakifrån

Följande övningsteknik kommer från Johan Bridger, en svensk slagverkssolist och pedagog. Under ett seminarium han höll på en slagverksfestival 2013 i Helsingfors presenterade han en övningsteknik man kan använda för att öva in snabba, invecklade figurer och slingor samt när man övar in musik att spelas utantill. Idén bakom övningen är lika enkel som genial: att öva bakifrån istället för framifrån. Det som är så fantastiskt när man övar så här är att man kan det man *kommer att* spela bättre än det man spelar *nu* och bygger därför in ett automatisk framåttänkande i sitt spel.

Den här metoden kom mest till nytta i följande passage (se fig. 20). Här var svårigheten det höga tempot (116 bpm) och att kunna spela det som rinnande vatten, eftersom minsta lilla felsteg eller miss kunde leda till att jag kom av mig.



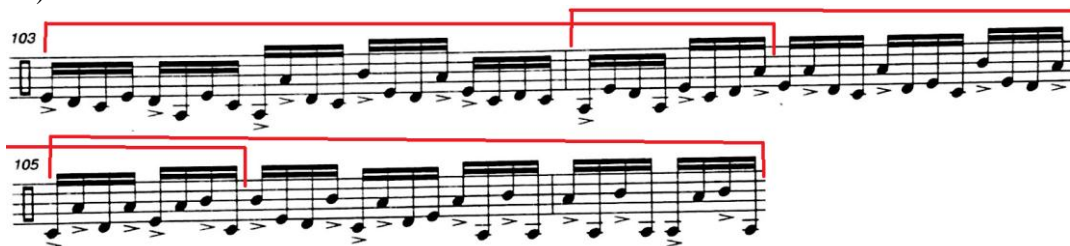
figur 20. takt 125.

Vid instudering av passager som det här ser jag först till att alltid underdela rytmen och räkna takten. Det gör jag för att kunna placera tonerna på rätt ställe sen. Jag börjar med att spela sista tonen och gör det några gånger tills det känns bekvämt. Sedan fortsätter jag och lägger till tonen innan, och spelar båda, i tempo så klart, tills båda två känns bekväma. Jag fortsätter så, väldigt metodiskt och ser till att inte spela några fel och endast gå vidare när det känns bekvämt tills hela passagen är inlärd. Visserligen tar det ganska lång tid att öva på det här sättet och det krävs mycket tålamod men när jag gör det kan jag öva närmare konserttempo och behöver i motsats till vanlig övning inte lägga ner mycket tid på att öva långsamt för att succesivt öka tempot. Eftersom metoden är så metodisk och noggrann övar jag inte heller in slarvfel eller feltoner.

## Lappa ihop fraser

Följande övningsmetod kommer också från Johan Bridgers seminarium 2013 och går ut på att minimera risken att få tankeluckor genom att lappa ihop fraser eller delar i musiken. Han berättade att när man spelar fras för fras uppstår det ett ögonblick mellan fraserna där tanken stannar i en millisekund för att komma på vad nästa fras är. Det kan lätt skapa osäkerhet och att man i värsta fall kommer av sig. För att undvika det här berättade Johan att när man övar fraser så borde man spela lite av *nästa* fras också och på ett sådant sätt lappa ihop fraserna och undvika skarven emellan dem.

Jag använde mig av metoden i övandet av B-delen i *Asanga* som jag hade svårt att ta mig igenom utan att komma av mig. Den röda markeringen visar hur jag övade det (se fig 21).



figur 21. takt 103-105.

Det fungerade bra för att när jag började närma mig slutet på en fras, eller i det här fallet en takt, så hade jag redan börjat tänka på hur nästa takt ser ut och kom därför inte av mig lika lätt. Även om jag inte lärde mig den här passagen utantill hjälpte den här tekniken mig att läsa framåt i notbilden på ett mer naturligt sätt.

## Mental övning

I en konsertsituation uppstår oftast känslor och negativa tankar som inte visar sig när man står själv i övningsrummet. Det bästa sättet att jobba på sin nervositet är för många att helt enkelt vara nervös så många gånger som möjligt. Ett vanligt sätt är att spela många konserter. En liknelse kan dras till tyngdlyftning där man i princip gör samma sak fast med vikter: man lyfter vikter, tränar sina muskler, blir starkare och efter ett tag känns vikterna inte lika tunga längre. Det negativa med att jobba med nervositet på det här sättet är den stora tidsåtgången. Det är som att bara gå till gymmet en gång i månaden – väldigt ineffektivt.

För att öva och bli bättre på att vara nervösa måste vi därför också öva på det i övningsrummet. Följande övningar använde jag inför min examenskonsert och är ett bra sätt att i övningsrummet öva på att vara nervös.

## Skifta fokus

Något som för mig är typiskt på konserter är att jag lätt tappar fokus. Jag minns en konsert där jag tillsammans med några andra spelade en kort version av Steve Reich stycke *Music for Pieces of Wood*. Det stycket kräver enormt mycket koncentration och när vi kom till mitt ”solo” gick det till en början bra men mitt fokus skiftade till en skruv som höll ihop golvplattorna på scenen. Mitt fokus försvann från stycket i en millisekund men det räckte för att komma av mig.

En övning som min lärare Mika Takehara visade mig är menad att motverka just sådana här ögonblick av fokusförlust. Övningen är ganska abstrakt men det man gör är att medan man spelar, i ett ögonblick fokusera på något annat till exempel den där fågeln utanför fönstret eller vad man åt till frukost, för att sedan rikta tillbaka fokus på spelandet igen och försöka att inte komma av sig när man gör det.

Den här övningen har inte bara påverkat mig i stunder av förlorad fokus. Jag har också rent allmänt mer självförtroende på scen eftersom jag har ett bra verktyg som kan användas när fokusen börjar dala. Det hade till exempel varit ett bra verktyg att ha när jag spelade *Music for Pieces of Wood*.

## Simulera nervositet

John Kapenekas, pukslagare i Hovkapellet på Operan i Stockholm, berättade en historia om hur en klasskamrat till honom inför en provspelning brukade springa genom skolans korridorer och dricka massor med kaffe innan han spelade igenom provspelningsmaterialet inför sina klasskamrater. Anledningen till att han gjorde det här var för att få upp pulsen och simulera nervositetskänslan för att vänja sig med att spela under dåliga och verkliga förhållanden. Hans klasskamrater tyckte förstas det var knäppt men det visade löna sig eftersom han vann provspelningen!

Efter att ha hört Johns berättelse har jag börjat att göra något liknande. Jag springer inte runt i korridorerna men simulerar en provspelning genom att gå ut ur övningsrummet, stå där några minuter och sedan gå in, gå direkt till instrumentet och spela igenom stycket eller utdragen. Även fast ingen annan är i rummet känner jag pressen av att prestera vilket gör mig mer nervös än vanligt.

Den här övningen har hjälpt mig att inte lika lätt bli nervös inför uppträdanden. Även om den fysiska delen där mina händer darrar och mina leder stelnar inte minskat lika mycket som de psykiska menen, kan jag tack vare ett starkare psyke känna mig säkrare och behålla kontrollen. Det här är för att jag lärt mig känna igen min nervositet och undvika den onda cirkeln där man blir mer nervös bara för att man känner att man är nervös. Jag förstår bättre nu att det är en naturlig känsla och att jag ändå kan prestera trots den.

## Slutreflektion

Efter att ha skrivit ett arbete på det här sättet och verkligen försöka förklara min process har jag lärt mig mycket om mig själv. Jag har blivit tvungen att sätta ord på tankar som endast har funnits i mitt huvud tidigare. Genom att göra det har jag upptäckt nya saker med dem och det känns som jag bättre kan motivera dem nu och att jag har en stark grundstruktur och ett bra tillvägagångssätt som kan användas i framtida projekt. Eftersom jag jobbat så pass detaljerat med *Asanga* är det nu en stabil del av min repertoarsamling som jag kan plocka fram och snabbt putsa upp för framtida konserter

Tack vare fördjupningen i min process och i stycket kände jag på min konsert att jag hade en egen version och hade överfört min personlighet på stycket genom de olika valen angående klubbor och instrument. Om jag inte hade gått igenom hela den experimentfasen och gjort andra konstnärliga val hade det slutgiltiga resultatet – det färdiga stycket – varit helt annorlunda.

De övningsmetoder jag använde samt den kunskap jag samlat på mig hjälpte mig verkligen att cementera stycket inom mig. Jag kunde därför slappna av, njuta av stunden och när jag spelade upp det på min examenskonsert kände jag mig inte lika nervös som jag brukar. Till stor hjälp var förstås de mentala övningarna också. Att utforska och förstå min egen nervositet ledde till en behagligare konsertupplevelse inte minst för mig själv utan också för min publik då jag tack vare övningarna gav ett lugnt och samlat intryck.

## Referenser

- Grimes, J. (2007). *An Interview with Kevin Volans*. Retrieved from The contemporary music centre ireland:  
<http://www.cmc.ie/articles/article1120.html>
- Musical Sales Classical. (2015). *Composers - Kevin Volans*. Retrieved from Musical Sales Classical:  
<http://www.musicalsclassical.com/composer/long-bio/Kevin-Volans>
- Stevens, L. H. (1993). *Method of movement for marimba with 590 exercises*. Asbury Park, N.J: Keyboard Percussion Publ.
- Volans, K. (2001). Asanga. *Asanga: for solo percussion*. London: Chester Music.
- Volans, K. (2015). *Biography of Kevin Volans*. Retrieved from Kevin Volans :  
[www.kevinvolans.com/sample-page/](http://www.kevinvolans.com/sample-page/)
- Volans, K. (u.å.). *Programme Note - Asanga*. Retrieved from Musical Sales Classical :  
<http://www.musicalsclassical.com/composer/work/1651/11903>