



LUNDS UNIVERSITET

Musikhögskolan i Malmö

Kommentardel av självständigt arbete, 15 högskolepoäng,

för uppnående av konstnärlig kandidatexamen

VT 2019

Jesse Emmoth

Musikalisk trans

Vägar mot ett accepterande lyssnande

Handledare: Kent Olofsson

Sammanfattning

Titel: Musikalisk trans - Vägar mot ett accepterande lyssnande

Varför upplever jag musik som jag gör? Kan jag lära mig att känna mer när jag spelar och hur är detta kopplat till mitt lyssnande? I syfte att lära mig mer om upplevelsen av musik har jag undersökt mitt eget kritiska sätt att lyssna, hittat verktyg för att koppla bort det analytiska sinnet och reflekterat över vilka fördelar detta har på mitt musicerande. I processen upptäckte jag en stark koppling till avslappning och insåg det stora värdet i att använda inslag i meditation i min övning. Det är min stora övertygelse att varje musiker genom detta kan förändra sitt sätt att uppleva musik.

Nyckelord: musik, improvisation, meditation, piano

Abstract

Title: *Musical Trance - Paths towards listening with acceptance*

Why do I perceive music the way I do? Can I evolve an ability to play with more emotion and how does this relate to my way of listening? To learn more about the experience of music I investigated my own critical way of listening, came up with tools to bypass the analytical mind and studied how my musicianship can benefit from this. In the process I discovered a strong linkage to relaxation and understood the value of incorporating meditation into my practice routine. I'm convinced that every musician is able to change the way they perceive music through this.

Key words: music, improvisation, meditation, piano

1. Inledning	
1.1 Bakgrund	4
1.1.2 Den musikaliska transen	6
1.2 Syfte	6
1.3 Forskningsfrågor	7
2. Metod	7
2.1 Utgångspunkter	7
2.1.2 Ramar	7
2.1.3 Meditation	8
2.2 Alternativ och kritik	10
3. Genomförande och resultat	11
3.1 Processens olika delar	11
3.1.2 Kartläggning och feedback	11
3.1.3 Övning	11
3.1.4 Analys	13
3.2 Processens resultat	13
3.2.2 Material	14
3.3 Insikter	18
4. Diskussion	19
4.1 Frågor	19
4.2 Den inre kritikern	20
4.3 Meditation som övningsmetod	21
5. Slutsatser	22
Referenser	23
Bilagor	24

1. Inledning

I den här texten ämnar jag att undersöka mitt analyserande sinne inom ramarna för improviserad musik. Jag diskuterar vikten av emotionell anknytning till musiken som spelas och vad det innebär att spela med känsla. Arbetet utgår från min egna process och är för mig ett steg i att fortsätta utvecklas som improvisationsmusiker.

1.1 Bakgrund

Som jazzmusiker befinner jag mig ofta i sammanhang där en musikers spelförmåga är i fokus. Det är inte ovanligt att jag tillsammans med mina kollegor diskuterar andra musikers spelförmåga i både positiv och negativ bemärkelse. Det kan både handla om hur häpnadsväckande skicklig en musiker är eller om hur otroligt mycket vi ogillar en viss musikers sound. Detta är ofta en helt naturlig del i den egna utvecklingen och i sökandet efter ett personligt ideal. Det är denna typ av kritiska lyssnande i allmänhet - och hur jag lyssnar på min egen musik i synnerhet - som är grund till hela detta arbete.

Mina upplevelser av spelsituationer kan grovt delas in i två läger; det känns bra att spela eller det känns inte bra att spela. De positiva upplevelserna förknippas med en känsla av trygghet, närvaro och fullständig kontroll där framställningen av musik känns som något helt naturligt. De negativa upplevelserna däremot innebär stress, osäkerhet och en obehagskänsla som konkretiseras i att jag kan misslyckas med även de enklaste av musikaliska insatser.

Ibland när jag spelar upplever jag att musiken flödar ur instrumentet obehindrat och utan ansträngning. Andra gånger upplever jag en nästan skamsen känsla över musiken jag skapar och ifrågasätter om den är tillräckligt bra. Det är anmärkningsvärt hur stor skillnaden kan vara från gång till annan, även mellan spelsituationer som sker under en och samma dag.

Den stora skillnaden mellan dessa två scenarier verkar vara hur jag själv lyssnar. Å ena sidan befinner jag mig inuti musiken och lyssnar utan att tänka på detaljer och å andra sidan befinner jag mig utanpå musiken och värdesätter ständigt min prestation. Det analytiska och ofta detaljorienterade lyssnandet innebär konkret att jag inte vågar ta risker när jag improviserar.

Ett vanligt fenomen för mig som musiker är att jag stöter på ett problem och sedan tar i itu med det genom konkreta övningar. Om jag till exempel vill lära mig improvisera i en främmande taktart övar jag enklast detta genom att just improvisera i denna främmande taktart. På samma sätt kan jag angripa problem inom områden som ergonomi, teknik eller rytmiskt vokabulär.

Det går att mäta en löpares maxfart på samma sätt som det går att mäta en fotbollsspelares passningsprocent för att visa på sidor som kan förbättras. Det må vara svårare att mäta prestationer i musik men i någon mening går det även där att mäta en musikers färdigheter indelade i olika parametrar såsom anslag, teknisk färdighet eller gehör. Jag har tidigare lagt ner ett otal timmar på att förbättra sådana parametrar, men aldrig har jag ifrågasatt min förmåga att faktiskt bli berörd av det jag spelar.

En stor del av att vara musiker handlar om att ta itu med problem som är av mer abstrakt natur och som därför också är svårare att koka ner till konkreta övningar. Ett exempel på ett sådant problem är det faktum att ett musikaliskt innehåll kan uppfattas olika från dag till dag. Om jag vid ett tillfälle spelar ett ackord som resulterar i en positiv sensation i min kropp innebär detta inte nödvändigtvis att samma positiva sensation blir resultatet varje gång jag spelar detta ackord. Däri ligger det stora dilemman, som har en enorm inverkan i en improvisatorisk situation där musik skapas av impulser och känslor.

Risken är stor att jag i ett arbete som det här blir alltför filosofisk och kommer in i allt för abstrakta tankebanor. Därför väljer jag att ständigt utgå ifrån min egen upplevelse av en spelsituation och söker aldrig efter någon universell sanning. För mig kan musik aldrig vara bra eller dålig; musiken är subjektiv och upplevelsen av musik är unik hos varje lyssnare. Det går inte heller att säga att musik är vedertaget bra endast tack vare dess specifika teoretiska innehåll. En ensam ton kan vara lika exalterande och berörande som en noga uttänkt Bach-invention. Den avgörande faktorn är alltid hur musiken upplevs och mottas av lyssnaren.

1.1.2 Den musikaliska transen

Jag vill dra en parallell till hur det är att lära ut piano till barn och unga. Det går att urskilja en brytpunkt i en ung musikers musikaliska utveckling när något strikt mekaniskt (att lära sig att trycka ner rätt tangenter vid rätt tidpunkt i ett stycke) övergår i något mycket mer känslomässigt. Jag pratar om när en musiker lär sig spela med känsla och faktiskt blir emotionellt investerad i musiken.

På liknande sätt upplever jag min egen inläring av nytt material där mina känslor till en början är fränkopplade när jag rent mekaniskt lär mig utföra musiken på pianot. Då lyssnar jag rationellt på ljudet och analyserar om jag spelar rätt eller om jag spelar fel.

Ofta förändras sedan min upplevelse av ljudet och den analytiska delen tystas ned.

Ljudet från instrumentet kategoriseras inte längre i bra eller dåligt utan snarare kategoriseras det inte alls. Ljudet övergår i något jag upplever än snarare än ett resultat på om jag spelar rätt eller fel.

Detta tillstånd kan liknas vid en slags musikalisk trans, där min kreativitet ges möjlighet att blomma ut. Oberoende av vilket tempo eller vilken låt jag spelar känns musicerandet enkelt och naturligt. Jag upplever att alla idéer som kommer fram, hur banala de än må vara, accepteras och har betydelse. Då är mitt lyssnande kalibrerat för improvisation; då upplever jag musiken som starkast.

1.2 Syfte

Det blir det tydligt för mig vilken aspekt av mitt musikerskap som jag egentligen är ute efter att förbättra. Jag vill hitta verktyg för att kunna koppla bort det analyserande och bedömande lyssnandet och släppa fram det mer intuitiva och direkta lyssnandet, som jag använder när jag befinner mig i musikalisk trans. Med andra ord vill jag alltså förbättra min förmåga att ta mig in i transen.

Precis som att utveckling av teknisk färdighet går att koppla till konkreta övningar vill jag koppla förmågan att lyssna accepterande till något konkret, som går att skriva ner i text.

Min förhoppning är, förutom att generellt förädla min förmåga att improvisera, att förbättra mitt sätt att knyta an till all musik jag hör. Jag ser detta som en evig process där jag genom detta arbete påbörjar något som kan resultera i ett ännu större känslomässigt djup.

1.3 Forskningsfrågor

- Hur kan jag spela utan att bedöma mina egna prestationer?
- Hur kan jag öva på att inte lyssna kritiskt?
- Vilka fördelar medföljer när jag kopplar bort mitt analyserande sinne?

2. Metod

Jag har länge funderat på varför jag inte arbetat med mitt eget lyssnande på samma sätt som jag arbetat med till exempel min tekniska förmåga eller mitt gehör. Mitt eget lyssnande är trots allt den enda upplevelse jag har av det jag spelar. Med andra ord är de fysiska och emotionella sensationer som musik resulterar i ett resultat av endast det jag hör, snarare än ett resultat av hur bra jag lyckas producera en specifik ton vid en specifik tidpunkt.

2.1 Utgångspunkter

Med vetskapen om att det är mitt eget lyssnande som jag vill förändra tittar jag nu på olika vägar att gå. Eftersom syftet är att hitta konkreta verktyg i form av övningar, börjar jag med att bestämma premisser för hur en övning kan vara uppbyggd.

2.1.2 Ramar

Mitt sätt att öva kan beskrivas som otåligt och systematiskt. Till skillnad från vissa musiker som gillar att gå in i övningsrummet med ett tomt papper vill jag alltid jobba utefter en förbestämd plan. De fåtal gånger som jag provat att inte planera mina övningspass har resultatet blivit att jag lämnat övningsrummet utan att ha spelat alls. Min övningsrutin bygger på ett modulärt system där varje konkret övning jag utför har ett ursprung och en slutdestination. Det första ledet i systemet handlar om att hitta svagheter som jag vill förbättra. En sådan svaghet får inte vara för bred eller abstrakt såsom: *“Jag behöver förbättra min teknik”* utan den måste ta upp ett konkret problem i mitt spel som tydligt går att åtgärda. När väl svagheten är identifierad skapar jag genom det andra ledet en övning som angriper denna svaghet. Denna övning kan innefatta flera olika steg som stiger i svårighetsgrad men

det första steget ska kunna utföras direkt när jag går och sätter mig vid pianot. Efter detta påbörjas ledet då jag faktiskt utvecklas genom att utföra övningarna på instrumentet. Endast när det ursprungliga problemet inte längre avspeglas i mitt spel slutar jag med dessa övningar och genom detta bekräftar jag att processen har ett värde och faktiskt förbättrar någon aspekt av mitt musikskap.

Mitt övningssystem

1. Problem - svaghet identifieras

“Jag kan inte spela femstämiga kvartsstaplade voicings i mitt komp”

2. Övningar skapas

“För att lära mig detta behöver jag: hitta bra voicings över alla modus, använda dessa voicings över några låtar”

3. Övning utförs

4. Övning färdigställs - svaghet förbättras

“Nu kan jag det!”

Denna struktur blir alltså ramarna inom vilka min övningsprocess ska rymmas. Uppgiften blir att skapa övningar som går att köra genom systemet och som i slutändan förbättrar min förmåga att inte lyssna kritiskt när jag improviserar.

2.1.2 Meditation

Det tillstånd som jag egentligen vill komma till när jag spelar har jag valt att kalla musikalisk trans. Jag har inga färdiga verktyg som kan utveckla min förmåga att ta mig in i transen, och väljer därför att bredda min vy när jag finner inspiration.

Jag ser en tydlig likhet mellan musikalisk trans och det meditativa tillstånd som uppnås genom den meditation och mental träning. En stor inspiration för mig in i detta ämne är musikern och pedagogen är Kenny Werner, som berör sambandet mellan meditation och övning i sin undervisning. I boken *Effortless Mastery - Liberating the Master Musician Within (1996)* beskriver han utförligt hur en musiker kan koppla an till en plats i sitt inre, där den kan komma i djupare kontakt med sin musik. Werner lägger stor vikt vid betydelsen att spela utan att tänka och menar att detta är synonymt med musikalisk virtuositet. I boken återfinns fyra meditationer i både textform och som inspelade guideade avslappningsövningar där det sistnämnda kan vara ett relevant verktyg för min egen process.

“The jazz master unconsciously calls upon a wealth of information, from which he improvises his solos. The classical master performs all aspects of the piece - fingering, dynamics and all the correct notes - without thought. At performance time the music plays itself while the musician observes”

Werner (1996, 99)

När jag tänker på ett positivt minne av en spelsituation, där jag kände mig trygg och där det kändes naturligt att spela, stämmer detta ganska bra överens med citatet ovan. Att prata rationellt om det konkreta innehållet i musiken som jag framförde är svårt, eftersom den delen av mitt sinne inte deltog när musiken skapades. Musiken spelade sig själv ungefär som varje ord i en konversation uttalar sig själv utan att min logiska hjärnhalva behöver rationalisera sig fram till hur jag ska forma läpparna för att producera rätt stavelser. Andreas Burzik, en tysk violinist, psykoterapeut och pedagog, använder begreppet “flow” för att beskriva en liknande upplevelse:

“Every musician knows that blissful feeling of being totally lost to the world, absorbed and effortlessly involved with one’s instrument. All steps of the activity run seamlessly into each other and any sensation of time disappears. There is no room for day-to-day worries; everything is replaced by a deep feeling of well-being and harmony. Action and consciousness have become one and you have achieved 'flow'.”

Burzik (2003, 714)

En intressant iakttagelse från citatet är hur Burzik beskriver att all uppfattning om tid är borta när man befinner sig i transen. Jag utgår ifrån att han inte refererar till den musikaliska termen “time”, eftersom att musicera utan någon uppfattning av sådan är omöjligt. Däremot kopplar jag detta till att en musiker låter den mer kreativa och känslosamma högra hjärnhalvan aktiveras när den spelar sitt instrument. Vänstra hjärnhalvan, som förknippas med mer analytiska och logiska uppgifter, hamnar i bakgrunden, något som Burzik också skriver. (2003, 714).

Det går tydligt att dra paralleller till yoga, mindfulness och den meditation som förekommer inom exempelvis buddhismen. Werner bekräftar sambandet: *“A true master is not a master of technique or language. He can sit serenely in the center of that space while performing his actions to perfection. This state of selflessness and absolute concentration is called samadhi by Hindus and Buddhists.”* (1996, 79).

Likheterna mellan min beskrivning av musikalisk trans och Werners citat är slående. Även Burziks ord om “flow” stämmer bra överens med min egen uppfattning och därav kan både Werners och Burziks metoder vara inspiration när jag själv utformar övningar. Jag ser också inspelade vägleda meditationer som användbart verktyg i min egen övning.

2.2 Alternativ och kritik

De metoder jag kommer att använda baseras alltså på mitt redan existerande övningssystem. Anledningen till detta är dels att konceptet med ett strukturerat system är bekant för mig men även att det sedan tidigare visat sig vara effektivt för min inlärning.

Det finns emellertid andra sätt att närma sig övning på detta område, som skulle kunna visa sig lika effektiva. Ett exempel på ett annat angreppssätt skulle kunna vara att jag helt släpper ramar och regler och istället skapar friare övningstillfällen där jag utforskar och testar snarare än utstuderat förbättrar min förmåga. Anledningen till att jag väljer att inte förändra mitt sätt att öva i det här arbetet är den överhängande risken att för stort fokus läggs på just övningsmetoden. Andra arbetsätt än mitt eget skulle också kunna leda till långa startsträckor där jag till en början inte vet hur ett specifikt arbetsätt fungerar.

Vad gäller den inspiration jag hämtar från meditation, “flow” och mental träning känns denna inspiration väldigt relevant. Andra källor där inspiration skulle kunna hittas är exempelvis från andra genrer där kopplingen till musikalisk trans är tänkbar. Ett sådant exempel skulle kunna vara från folkmusiken där jag upplever att stor vikt läggs vid hur musiken känns och att fokus ofta inte ligger på vad musiken innehåller.

3. Genomförande och resultat

Som grund för hela arbetet ligger frågorna: *Hur kan jag spela utan att bedöma min egna prestationer?* och *Hur övar jag på att inte lyssna kritiskt?*. I förspelet till den här processen, det som ägde rum innan detta arbete, formulerades problematiken med att lyssna kritiskt på mitt eget spel. Efter att ha analyserat mina upplevelser från spelsituationer kom jag fram till att detta var ett område som jag ville förbättra.

3.1 Processens olika delar

För att hitta relevanta verktyg och tillvägagångssätt skapade jag en mall för hur arbetet skulle gå till. I denna mall, som jag presenterar här, hämtar jag inspiration utifrån och argumenterar för processens olika nödvändiga steg.

3.1.2 Kartläggning och feedback

Som utgångspunkt i detta arbete har jag hävdad att min förmåga att improvisera hämningslöst beror på vilket sätt jag i stunden lyssnar och upplever musiken. För att bekräfta denna teori ska jag till en början skapa ett material i vilket min förmåga avspeglas i inspelningar och kommentarer. Materialet baseras alltid på standardlåten *Lullaby of Birdland* av George Shearing, men har i övrigt inga tydligare ramar än så.

Jag ska också att visa upp detta material för några kollegor som får göra iakttagelser om hur de upplever musiken. Målet är att samla in konkreta upplevelser av den musik jag spelar, som inte bara är mina egna. Hanken (2016, 368-370) beskriver hur en process som involverar andra studenter (eller i mitt fall musikerkollegor) kan resultera i meningsfull respons. Jag är i det här fallet inte ute efter den mästare-lärling-respons som jag vanligtvis får från mina lärare, och därför väljer jag att använda mig av respons från mina kollegor.

3.1.3 Övning

När jag utformar min egen övningsprocess ska jag utgå ifrån mitt eget övningssystem vilket jag sedan tidigare vet hur det fungerar. Första ledet i systemet, som handlar om att formulera ett problem, är sedan tidigare redan gjort. Utmaningen är att i det andra ledet skapa en konkret övning i vilken olika steg i utvecklingen ingår.

Jag ska att inkorporera meditation i övningen, eftersom både Burzik (2003) och Werner (1996) drar paralleller mellan detta och deras enskilda tolkning av musikalisk trans. För att hitta ett konkret exempel på hur en meditation kan gå till, kan jag inspireras av Jon Kabat-Zinn som är en pionjär inom mindfulness. I en video från Minds Unlimited (2013) pratar Kabat-Zinn specifikt om det bedömande sinnet och hur intryck oftast bedöms genom ett slags filter bestående av ens egna idéer och tankebanor. Han hävdar att vi genom meditation kan lära oss att acceptera det faktum att vi ständigt bedömer och att vi genom bara notera hur olika intryck filtreras kan ta oss ur detta ohälsosamma beteende. Detta ger mig än mer fog att inkorporera meditation i min övning.

Med hjälp detta utomstående verktyg bestäms övningens första steg, vilket ska gå ut på att jag lär mig meditera. Precis som med alla övningar som körs genom mitt system, ska denna övning dock bestå av flera steg.

Kenny Werner (1996, 136-138) beskriver en övning där en pianist sitter vid pianot och mediterar, för att sedan spela enstaka toner med varje finger. Werner lägger stor vikt vid att fokusera och slappna av innan tonerna spelas och beskriver hur det ska kännas som att tonerna spelar sig själv. Han menar att detta utvecklar ett fokus och ett sätt att spela utan ansträngning och att detta sen kan användas som bas för all vidare övning av musikaliska färdigheter.

Vidare sneglar jag även på en konkret metod som Burzik beskriver i hans pedagogik angående begreppet "flow" (2003, 717). Däri uppmanas musiker att öva på sin tonbildning på instrumentet och att detta i förlängningen innebär en djupare anknytning till musiken. Genom att öva detta, menar han, skapas en personlig och trygg plats vid instrumentet där en musiker har möjlighet att bli upplyft av musiken.

Det andra steget i övningen ska alltså baseras på båda dessa källor. Detta steg, som är en vidareutveckling av det första steget, ska innebära att jag börjar röra vid instrumentet. Fokus ska ligga på min egen lyssning när jag spelar en ensam ton vid pianot. Jag ska notera tonens klang och hur denna ger upphov till sensationer i min kropp. Istället för att kritisera och bedöma tonens kvaliteter, ska jag notera hur det känns när tonen bildas. I detta steg

undersöker jag känslan av att musiken spelar sig själv, alltså dess förmåga att bildas utan ansträngning från mig.

I det tredje steget av övningen ska jag försöka mig på att spela mer än bara en ton från ett meditativt tillstånd. Utmaningen blir här att inte bli distraherad av musikaliskt innehåll, utan att fortsatt lägga fokus på min egen lyssning. Det sista steget i övningen, som går ut på att återigen spela versioner på *Lullaby of Birdland*, ska ses som ett avslutande prov där jag dokumenterar vad som förändrats i mitt spel. För att kunna experimentera och utmana mig själv i förebyggande syfte blir därför det tredje steget av övningen mer anpassningsbart och fritt. Jag ska inte lämna detta tredje steg förrän jag är övertygad om att det kommer kännas annorlunda att spela *Lullaby of Birdland*. För att på ett enkelt sätt dokumentera min upplevelse av det fjärde och sista steget av övningsprocessen, ska jag omedelbart efter varje inspelningstillfälle skriva några korta kommentarer om min upplevelse. Jag ser detta främst som ett sätt att kategorisera in tillfällena under bra upplevelser och dåliga upplevelser.

3.1.4 Analys

Den avslutande delen av min utveckling blir att belysa vilka sätt övningen förändrat min upplevelse av en spelsituation. Jag ska i denna del inte fokusera på att jämföra konkreta saker såsom musikaliskt innehåll i de olika inspelningarna utan fokus ska fortsatt ligga på min egen upplevelse av en spelsituation. I denna del ska därför mina egna kommentarer från både de inledande och avslutande inspelningarna vara ledande i analysen.

Jag ska även titta på mitt utövande från ett bredare perspektiv för att se värdet av övningsprocessen. Här ska jag ge konkreta exempel på hur processen förändrat min upplevelse av att både spela och lyssna på musik. Det är också denna del som visar på något slags resultat av min undersökning.

3.2 Processens resultat

Detta projekt började egentligen som en inre tankeprocess. Under en längre period brottades jag med inslag av negativa upplevelser av musik, där jag ofta var kritisk till mina idéer. Den enklaste förklaringen till detta tänkte jag då var att mina idéer var för dåliga eller bristfälliga vad gäller konstnärlig höjd. Genom att börja fundera på huruvida en idé verkligen kan vara dålig eller ha ett visst värde kom jag fram till att den avgörande faktorn är min egen upplevelse av en idé. Jag befäste min filosofiska inställning att det inte går att mäta musikaliskt innehåll på en skala från dåligt till bra, och insåg därmed att det var förmågan att lyssna på ett accepterande sätt som behövde jobba med. Tack vare denna insikt gick jag in i arbetet med stor övertygelse om att övningen skulle bli meningsfull.

3.2.1 Material

Första steget i processen gick ut på att bygga upp ett material som reflekterar spelsituationer från olika tidpunkter. Under en period spelade jag in sju exempel på när jag improviserar över låten *Lullaby of birdland*. Efter varje inspelning dokumenterades kommentarer som svarade på följande frågor:

- Hur kändes det att spela?
- Blev det ett bra resultat?
- Övriga iakttagelser

Här tar jag upp några exempel på mina kommentarer.

Improvisation #1: "Kul att spela. Nöjd med resultatet. Även när det blev dåligt tog inte kritikern över. Kände mig lite klumpig rent tekniskt".

Improvisation #5: "Kändes jättedåligt. Dömde mig själv efter bara några toner. Stundtals lyckades färdiga tekniska skills dra mig in i musiken. Rycktes ur musiken enkelt. Stel i vänsterhanden pga mycket spelande "

Improvisation #7: Hade svårt med det tekniska. Det blev många fel, men jag brydde mig inte. Blev inte riktigt som jag tänkte mig. Jag var verkligen inne i musiken och rycktes inte ur den av felspel

Dessa sju inspelningar spelades sedan upp för tre kollegor inom improvisationsmusik vars uppgift var att kommentera upplevelsen av musiken. Jag ställde inga konkreta frågor utan lät kollegorna anteckna sina egna iakttagelser.

Improvisation #1:

Person 1: Fint flytande tempo, fint anslag, utnyttjar hela registret, lite upprepande med alla arpeggion på slutet

Person 2: Bra riktning i introt, lite för sökande i början, går vidare till nästa idé för snabbt, bra med snabbare tema, fet kontrapunkt i slutet, ett outro för mycket?, lite för lite skillnad mellan delarna

Person 3: Fint anslag, snygg stämföring, bra flöde med dragningar i tempo, VH tappar riktning ibland, snygg harmonisk blandning mellan "in" och "out", det blir lite spretigt med penta, medvetet spel med förhållningar, lite plötsligt slut

Improvisation #5:

Person 1: Otåligt, fina melodier stundtals, grötig stämföring

Person 2: Introt är för otåligt, "känns som sista 4 takterna på ett jam", bra övertygelse i solofraserna, åttondelsimpro som slutar lite för snabbt

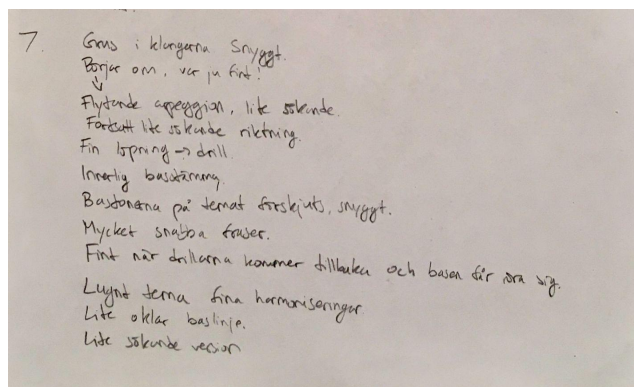
Person 3: Börjar bra med snygg tempoökning, några fraser blir lite fel, tveksam vänsterhand, det tog slut mitt i, hann aldrig komma någonstans

Improvisation #7:

Person 1: Bra kluster, bra flyt i spelet, låter "lätt", fin klang, bra dynamik, bra variation, abrupt slut

Person 2: Tydligt, pondus, bra solo som växer hela vägen, tappar lite riktning på slutet

Person 3: Bra grus i klangerna, börjar om?, flytande arpeggion, lite sökande, innerlig basstämma, bra förskjuten basstämma på tema, lite oklar basstämma i slutet, sökande version



Exempel på kommentarer

När jag tittade på alla kommentarer som framgår i bilaga 1, var det till en början svårt att dra några tydliga slutsatser. Överlag korrelerade mina egna kommentarer ganska bra med de från mina kollegor, men deras upplevelse sinsemellan skiljde sig ibland väsentligt åt. Ett tydligt exempelvis är emellertid den femte improvisationen, där jag själv kommenterade att jag rycktes ur musiken och där responsen från kollegorna blev att versionen kändes otålig och att den aldrig hann komma någon vart. I den första och sista improvisationen däremot, där jag själv kände att jag spelade utan att kritisera mina idéer, går det inte tydligt att se en positivare upplevelse av musiker från lyssnarna.

Efter att ha sett detta resultat insåg jag att även lyssnarna tillämpade ett slags analyserande lyssnande när de upplevde musiken. Jag kunde alltså inte koppla ett visst musikaliskt innehåll till en starkare upplevelse och heller inte redogöra för hur starkt kollegorna blev emotionellt

involverade i det de hörde. Det enda jag egentligen kunde ta med mig från responsen var det faktum att lyssnarna uppfattade de tillfällena då jag började lyssna kritiskt och därmed kastades ut ur den musikaliska transen. Deras övriga kommentarer valde jag att tolka som individuella sätt att filtrera musiken enligt personliga ideal.

Hypotesen att den musik jag skapar ur ett meditativt tillstånd skiljer sig från den jag skapar i samband med analytiskt lyssnande, visade sig därmed vara korrekt i någon mening.

3.2.2 Övningsprocessen

Med denna grundläggande insikt tog jag mig an utmaningen att försöka koppla bort det kritiska lyssnandet i en spelsituation. Jag valde att stoppa in problemet: *“Jag lyssnar för kritiskt när jag spelar vilket gör att jag inte kan ta mig in i musiken”* i mitt övningsystem.

Den konkreta övningen som skapades i fysisk form innehöll fyra steg. I det första steget, som var att slappna av vid instrumentet, tog jag hjälp av O'Briens intervju med Kabat-Zinn (2015) och den första meditationen från Kenny Werners bok (1996, 93-97). Jag satt avslappnat i en ergonomiskt god position vid pianot och följde instruktionerna jag fick. Förutom att jag upplevde en varm känsla av välmående i hela kroppen, noterade jag en otroligt stark attraktion till instrumentet. Det var helt enkelt svårt att låta bli att spela.

Denna övning upprepades dagligen och redan efter några få dagar upplevde jag att det gick snabbare att komma in i ett avslappnat tillstånd. Jag valde då att gå vidare och spela en ton på instrumentet. Här kopierade jag Werners övning för pianister (1996, 136-138) vilken går ut på att systematiskt spela in en ton med varje finger. Jag lade här fokus på de tonala kvaliteterna, och observerade hur det kändes i kroppen när jag hörde tonen.

Noterbart i detta stadiet var hur stor inverkan till och med en ensam ton kunde ha på mig. Jag upplevde ett riktat fokus när jag spelade, som jag kunde känna igen mig i från tidigare spelsituationer. Återigen upplevde jag även en otålighet att kasta mig över pianot och vräka ur mig musik.

Nästa steg i övningen var att spela mer än en ton på pianot, med fokus på att acceptera vilka klanger som än bildades. Jag inledde fortsatt med att meditera och väntade sedan på en impuls att spela ett antal slumpmässigt valda toner. Dessa toner tilläts leda vidare till andra

toner och klanger som i praktiken blev en sparsmakad fri improvisation. Jag upptäckte en stor risk i att råka spela något som påminde om en redan befintlig komposition eller musikalisk fras. När jag råkade känna igen musiken rycktes jag lätt ur meditationen och mitt lyssnande blev av mer analytisk karaktär.

Det tredje steget krävde därför långt mycket mer tid än vad jag hade räknat med. Jag försökte testa mig själv genom att medvetet bädda in bekant musikaliskt innehåll som jag annars skulle avfärda som icke önskvärt. Tanken var att träna förmågan att stanna i fokus och inte ryckas ut ur den musikaliska transen.

Jag valde till slut att spela in sju nya versioner av låten *Lullaby of birdland* där jag noggrant först tog mig till det meditativa tillståndet. Vid vissa tillfällen krävdes en stunds slumpmässigt pianospel och vid andra tillfällen räckte det med att jag satte mig på pianopallen och tog några djupa andetag.

Till en början upplevde jag detta moment som ganska svårt eftersom jag i det meditativa tillståndet inte lade fokus på att hålla form eller time, som jag annars vanligtvis lade stor vikt vid. Med ordet acceptans i baktanke gick jag ändå igenom alla sju versioner och intalade mig själv att just denna specifika övning fick vara ett litet steg i en längre utvecklingsresa.

Mitt övningssystem

1. Problem - svaghet identifieras

“Jag lyssnar för kritiskt när jag spelar vilket gör att jag inte kan ta mig in i musiken”

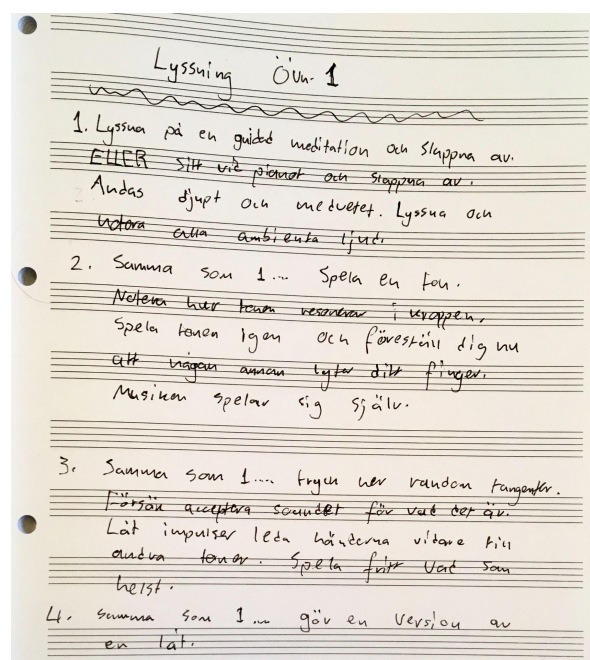
2. Övningar skapas

“För att lära mig detta behöver jag: träna meditation, mängdträna pianospel i ett meditativt tillstånd, improvisera över en låt ur ett meditativt tillstånd”

3. Övning utförs

4. Övning färdigställs - svaghet förbättras

“Nu lyssnar jag inte lika kritiskt och tar mig in i musiken enklare!”



Övningen som skapades i steg 2.

3.3 Insikter

I den avslutande delen av min process analyserade jag skillnader mellan det första materialet och de sista improvisationerna. Jag lade inte fokus på musikens innehåll eller huruvida resultaten blev bättre eller sämre, utan tittade på mina egna kommentarer om upplevelsen vid instrumentet.

Improvisation #1: "Kändes kul att spela. En penna trillade men jag rycktes ändå inte ur musiken. Jag tror inte att versionen blev något mästerverk, men det gör inget."

Improvisation #2: "Jag kände starkt en koppling till musiken. Jag minns inte vad jag spelade men jag minns att det var härligt."

Improvisation #4: "Tror den blev riktigt ful! Kändes lite otåligt. Jag var aldrig riktigt inne i det."

Improvisation #7: "Oj, vad det kändes bra! Jag hade verkligen ingen aning om vart det skulle ta vägen, jag åkte bara med. Kändes inte som jag spelade alls."

I analysen bekräftade jag stora skillnader i spelupplevelse mellan de första och sista improvisationerna. Majoriteten av de avslutande sju improvisationerna kan kategoriseras som tillfällen då det kändes bra att spela och står i kontrast mot de första inspelningarna där jag stundom antecknade negativa kommentarer. I improvisation nummer ett noterade jag ett djup i den musikaliska transen som inte ens bröts av att en penna oväntat trillade ner på golvet, vilket framgår i bilaga 2. I den fjärde improvisationen återfanns en situation då jag hade svårigheter att komma in i musiken och då blev resultatet en ful och otålig version, enligt kommentarerna i bilaga 2.

Jag analyserade även skillnader i upplevelse ur ett lite bredare perspektiv. När jag tänkte tillbaka på argumentet att jag som jazzmusiker alltid tar med mig det kritiska lyssnandet i all konsumtion av musik, insåg jag att detta lyssnande förändrats i vissa aspekter. Den tydligaste förändringen kunde jag urskilja i min övergripande inställning till musik som förändrats i positiv bemärkelse. Jag hade börjat ta med mig en känsla av acceptans in i alla situationer som involverade lyssning av något slag.

Jag noterade även att jag börjat bygga upp en ny typ av självförtroende inför varje spelsituation. Jag gick nu inte längre in i ett solo eller en improvisation med ett ideal i åtanke där jag i utförandet kunde antingen lyckas eller misslyckas. Den vanligaste känslan inför varje ny spelsituation var nu istället en nyfikenhet och en glädje inför utmaningen.

Med dessa positiva resultat följde även en känsla av att jag inte var färdig i min utveckling och att jag ville göra om hela processen igen för att uppnå ännu bättre resultat. Min förmåga att bemöta min egen förmåga med acceptans hade visserligen förbättrats, men jag kunde ännu föreställa mig tillfällen då musicerande riskerade att förknippas med prestationsångest och stress.

4. Diskussion

I detta kapitel reflekterar jag över vilken inverkan min process har haft på mig. Jag diskuterar i allmänhet olika användningsområden för mina arbetsmetoder och i synnerhet vilka konsekvenser dessa metoder lett till hos mig.

4.1 Frågor

Under min övningsprocess dök följande fråga upp: *“Varför ska jag utvecklas på mitt instrument om även den mest banala musikaliska gest kan innebära omvälvande sensationer inom mig?”*. Jag började med andra ord ifrågasätta den ständiga ambitionen att utvecklas; att ta sig an nya utmaningar på instrumentet. Frågan dök upp när jag från ett meditativt tillstånd spelade en väldigt sparsmakad fri improvisation. Jag blev så oerhört mycket mer emotionellt berörd av detta än jag tidigare blivit av upplevelser där jag kanske spelat långt mycket mer avancerad improvisatorisk musik. Om jag kan känna så starkt för något så banalt, varför ska jag då öva på svåra koncept och ständigt utmana mig vid instrumentet? En annorlunda syn på musik vore att inte koppla den till ett värde utan snarare se musik som valmöjligheter. Den specifika volym och klang som en musiker väljer att använda är inte mer värd än en annan kombination av volym och klang utan snarare bara ett val som en musiker har makten att göra.

En stor svårighet, som jag tidigt upplevde i processen, är att inte ryckas ur den musikaliska transen. Denna svårighet tror jag blir extra tydlig i en situation där musiken är improviserad och därav kan ta oväntade riktningar. En vanlig orsak till att transen bryts är när en

musikalisk idé misslyckas att omsättas på instrumentet. Det kan exempelvis handla om att man missar en tangent eller slinter i rytmiken, och är ofta en direkt länk till den analytiska och kritiska delen av sinnet.

Övning och vidare utveckling på instrumentet kan därmed rimligen motiveras av att den fungerar i förebyggande syfte. Kenny Werner poängterar i kapitlet *Effortless Mastery* (1996, 99) att musikalisk virtuositet är att skapa musik genom sitt instrument helt utan ansträngning, ett påstående som jag tycker är riktigt. För att som musiker kunna omsätta en specifik musikalisk idé, måste den rimligen först lära sig att bemästra allt som krävs för att spela denna idé på instrumentet. Genom detta faktum kan man, vill jag hävda, förkasta alla tvivel om att övning inte är meningsfullt.

4.2 Den inre kritikern

En lyssnare kommer alltid tolka en musikalisk fras utifrån sina egna preferenser. Kabat-Zinn pratar i Minds Unlimiteds video (2013) om hur detta faktum ej går att kringgå och föreslår att man som övning kan försöka att notera hur ens preferenser och åsikter har betydelse för ens upplevelse. Just att observera hur intryck filtreras genom ens egna åsikter, tror jag kan vara ett bra verktyg för en musiker. Jag upplever också, precis som Kabat-Zinn säger, att den kritiska delen av sinnet alltid är närvarande och ej går att koppla bort helt.

Man ställer sig då frågan vad detta har för betydelse för en specifik musiker. Till att börja med vill jag understryka att mina upplevelser grundar sig i en improvisatorisk kontext och jag vill hävda att det kritiska lyssnandet ger extra stora konsekvenser i just en sådan kontext. I mitt fall innebär ett kritiskt lyssnande att jag ständigt riskerar att alienera mig från musiken jag spelar, om jag sedan tidigare har ett ideal som måste uppnås. På samma sätt tror jag exempelvis en klassisk musiker kritiserar sin egen tolkning av skriven musik utifrån tidigare idealiserande inspelningar av samma musik. I fallet med en klassisk musiker kan exemplet om möjligt vara ännu tydligare, eftersom det i någon mening redan finns ett facit på vad musikens innehåll ska vara.

Med föreställningen om att det kritiska sinnet alltid är närvarande innebär detta att all musik som skapats har skapats under uppsikt av detta kritiska sinne. Det går emellertid aldrig att påvisa att musik blir bättre eller sämre beroende av den grad det kritiska sinnet är närvarande

i skapandet (eftersom all musik är subjektiv) men däremot går det att se på upplevelsen som en musiker har när den skapar musik. I detta avseende kan den inre kritikerns roll i processen vara avgörande för hur positiv en musikupplevelse blir, tror jag. Istället för att ständigt värdera huruvida musikaliskt innehåll är häftigt, intressant eller enligt ett förutbestämt ideal kan en musiker notera hur ett musikaliskt innehåll ger upphov till kroppsliga sensationer som involverar den på ett emotionellt plan. Om exempelvis en popmusiker spelar en låt som redan existerar och har ett tydligt obligatoriskt innehåll kan den välja att inte kritisera sin tolkning av detta innehåll. Om denne musiker istället observerar hur det känns att spela det obligatoriska innehållet kan den också få en annorlunda upplevelse av musiken.

4.3 Meditation som övningsmetod

Kenny Werner (1996, 132) uppmanar musiker att skapa sin personliga plats vid instrumentet via verktyget meditation. Detta, menar han, hjälper en musiker att slappna av från all press som den kan känna inför att spela. Han påstår att de flesta musiker inte upplever musik genom ett meditativt tillstånd. Detta påstående håller jag inte nödvändigtvis med om.

Det är lätt att tänka på den musikaliska transen (det meditativa tillståndet) som ett binärt fenomen; att antingen befinner man sig i eller utanför den. Jag vill istället tänka mig att den musikaliska transen är oändligt djup och att den alltid infinner sig när man lyssnar på musik, på något plan. Även en person med ett helt otränat gehör hamnar i någon slags trans när den lyssnar på musik, tror jag.

I detta avseende ser jag tydliga fördelar med meditation som ett hjälpmedel i att fördjupa denna trans. Genom meditation och övrig mental träning kan vem som helst förändra upplevelsen av rum och tid, oavsett vilken situation personen befinner sig i. En annars stressig och icke avslappnad situation i en kontorsstol på en arbetsplats kan exempelvis förändras till en djup emotionell upplevelse genom meditation. På liknande sätt kan upplevelsen av klingande musik gå från att vara en ljudbild som är icke berörande i bakgrunden till att bli en djup upplevelse som anspelar på ens känsloliv.

Meditation blir en träning i att fokusera och i förlängningen en träning i att bibehålla fokus. Fördelarna med mental träning tror jag överlag är stora men att som musiker konkret jobba med detta område tror jag verkligen kan leda till ännu rikare musikupplevelser. Inte nog med

att du som musiker kan känna mer när du spelar; meditation skulle potentiellt även kunna förändra hur du upplever allt du hör.

5. Slutsatser

Det går att argumentera för att det analytiska sinnet är ett hinder i en spelsituation, men det går inte att se dess påverkan på det musikaliska innehållet. Att utöva musik utan att analysera sin prestation leder inte till att en särskild musik skapas, men kan drastiskt förändra ens upplevelse av musik.

Ett verktyg för att koppla bort det analyserande lyssnandet är att spela från ett meditativt tillstånd, eftersom detta tillstånd innebär ett mer intuitivt lyssnande. I detta tillstånd kategoriserar en musiker inte längre musik som specifika rytmer eller toner och kan därmed inte värdera musikens innehåll som bra eller dåligt. Varje musiker kan därmed använda detta tillstånd som ett verktyg för att komma närmre sina musikaliska känslor och impulser. Jag ser även detta som ett relevant hjälpmedel för musiker som upplever prestationsångest och stress i samband med spelsituationer.

Det går också att argumentera för att förmågan att ta sig in i detta meditativa tillstånd är verklig och relevant för varje musiker. Genom hjälpmedlet meditation kan en musiker träna denna förmåga samt hitta en väg mot ett mer emotionellt sätt att spela. Denna träning är dock inget en musiker lär sig och sedan för alltid kan; det är inte som att lära sig cykla. Förmågan att komma djupare in i musiken går att förädla i all evighet och med den följer en acceptans till alla musikaliska fragment, hur underliga, obskyra eller tråkiga de än må vara.

Upplevelsen av musik är likställd med upplevelsen av musikalisk trans. Varje musiker kan genom djupare musikalisk trans koppla bort sitt kritiska sätt att lyssna och jag ser stora fördelar i att som musiker utforska hur musik upplevs från denna typ av mentala tillstånd.

Referenser

Burzik, A. (2003). How to use 'flow' to make the most of your practice. *The Strad*. Available at:

<https://www.thestrad.com/how-to-use-flow-to-make-the-most-of-your-practice/2948.article>

(hämtad 2022-01-04)

Hanken, I.M. (2016). Peer Learning in specialist higher education. *Arts and humanities in higher education*. 15(3-4): 364-375. DOI: 10.1177/1474022216647389

Minds Unlimited (2013). *Jon Kabat-Zinn Mindfulness 9 attitudes - non judging* [Video].

Available at:

https://www.youtube.com/watch?v=yNICQ-x_Gek&list=PLHYUdUSlvXxWEJwvStb7MatRErFGPKIAC

Werner, K. (1996). *Effortless Mastery: Liberating the Master Musician Within*.

New Albany: Jamey Aebersold Jazz

O'Brien, M. (2015). *Melli O'Brien interviews Jon Kabat-Zinn*. [Video] Available at:

https://www.youtube.com/watch?v=_yJ7adrOj9s (8/1-2022)

Bilagor

Bilaga 1: *Kommentarer från kollegor*

Bilaga 2: *Slutkommenterar*

1. Fint, flytande tempo. Generellt fint anslag, några lite "ivriga" peaks. Snoggt utnyttjande av dett fulla registret halvvägs in. Några slarviga pedalbåstoner mot sista tredjedelen. Gillar de dramatiska ackorden. Lite mycket arpeggion upp och ner på slutet, uppskattar dock den dynamiska effekten. Humör: lite otålig/frustrerad?
2. Fina inledningsackord. Melodierna ovanpå har bra flow. Gillar djupa voicings. Bra dialog höger/vänster hand. Busiga linjer som är kul. Kluster i mitten - less? Mysiga block-grejer mot slutet. Chopsigt slut. Fett solospel i höger. Nästan lite väl "jammigt".
3. Dramatik. Go tema gante. Solomelodi med tydliga harmoniska idéer. Fint när vänster hand kommer in. Lite halvhjärtat slut.

4. Vilket ljusst och fint intro. De ackorden kunde fått ringa ~~länge!~~ Lite för mycket sustainpedal när melodierna börjar. Stressigt till nästa idé. Bättre blend mellan rösterna mot mitten! Fint med melodiantydning i lägre registret. Mycket gud på slutet, härligt ju. Sen känns det allra sista lite slafsigt.

5. Känns som lite ont om tålamod. Fina melodier dock stundvis grötig stämföring. Hastigt genomförande.

6. Mmmmm. Supergud i intro ackorden. Fin dialog med svar i vänster hand, uttrycksfullt mittenparti. Kändes stabilt.

7. Gillar klustren. Bra flyt, låter lätt. stabila baslinjer. Fin klang i helheten. Dynamiskt och varierat. Abrupt slut.

1 Mote Inga 0 glab

Bra Riktning : Intro

-> Lite ~~ut~~ sökande i början

Skönt Inga

idén slutar för snabb tycker jag

-> Skönt med snabbare tempo

-> Feet med kontaktpunkten : slutet!

slutar för snabbt

-> Vackert intro

-> Ett öhto för mycket? gillar dock det

Sista med mer Solo feet bättre

Generellt:

för hoppigt, hade varit kall om
man stannade längre i varje del och
gjorde större skillnad på delarna

luta by of bitland

2. Skiftet tension i det långsamma inböl

→ Magiskt "tema"

↓
→ Fina dim-grejer

↓
→ solo; skönt flow

↓
→ mäktigt med låga register : miffen

↓ soloaktigt skiftett lit

↓ snygga dim-~~stök~~ grejer

↓ snabb impro - slutar för snabbt

↓ långsamma blockackord

→ tema

↓ kontrapunkt / walking del slutar i värd.

↓ solobränn mer trad. ouellt

skiftett flow efter ett tag.

här först under solo va det är för lätt.

fett slut!!

3.)

Inkot

inte lika övertygande

↓

kun; mycket bra men lite för övertydligt.

↓
fett enhändig Solo impo med 8-delar
Vadert assä!

båg när vänster kommer in (vare ännu mer
båg med mer intressant vänsterhand, mer kanta-
Pauk)

↓ $\frac{6}{8}$ delar; lite orealiserad, tacksamt slut.

Generellt

Jag gillar tydligheten mellan iderna
men genomförandet är svagare än

lex 2:an

4.)

Info: Dynamiskt 2-vadekt!

↓ Naturlig sin utveckling till
tröstämning

Något haltande ibland men mest lång!

↓ ackord → bach → skriffelt sdo, känns
som du har fett bra kontroll

tema; lite gooligt; slutet på 2:1 [A]

↓ blockackord, Registerpridning: fett

↓ solo; stark öppning

↓ tappa lite flow efter en drill
men blir fett igen när du

bryter upp det solistiskt stark efter

+ samstämmigt slut.

Gowell) Fett!

5) intro för skatmt; kännas som
sista 4 takterna på ett jazzlikson

↓ enhändig impro

→ övertygande klarhet : solo faserna : början

↓ blockackord

↓ allrounders-impro som slutar lite för skatmt

6.)

trivande intro; intressant för att
det känns true.

↓
blockad tema Jazzy

B-del lämnar lite riktning

Solo-inside vore fett med lite friare
approach, tar sig mot slutet

↓
enkeltämning impro i ins. te...:

↓
jazzy slut

7)

~~Pang på tarna~~ hee
into klanger

↓
ten stämning impro

↓
Tra stämning impro

feta drillar → snygg vänstehand bakom

↓
farna tydligt, Pankus

↓
skitsnyggt solo med me cog licket
intressant och växer för mig hela vägen

↓
farna riktigt; Jappar lite riktning

1. Mjukt fint anslag Snygg stämning

(Gisser: Taggad m. feeling avslappnad)

Bra dragningar i tempo → bra flöde

Basstämman tuppar lite riktning (en takt typ)

Snyggt med out toner → rent dur.

Tillför mycket när basen gör korta tydliga meler

Pentafaser, lite annan stämning/riktning → lite spretigt

Tydligt ackordförlopp → snyggt Bachigt

Snygg öppning, avslappnad

Medvetet, förhållningar

↳ Låter out ton → mjukt snyggt.

↳ Fragmentariska apeggion - oväntat på ett bra sätt

Slutar lite på något apeggio

Lite plötsligt avslut.

Genast medvetet avslappnad snyggt

2. Bra start, tydligt, lugnt.

Basstämman bestämt snyggt.

Motiviskt med oväntat avslut → Bach

Lite dresam riktning

Bli bättre med längre faser och driv sen

Snygg fas!

Låter lite

Snygg fas, ganska jazzig!

Frustrerad i spelet, stannar upp.

En massa toner, långa faser utan tydligt start och slut.

↳ Lite taget ur kontext.

Block i apeggion, låter lite forcerat.

Lugnar ner sig med swingfasering, lite skönt

Snygga faser med bra flöde

Bluesig' fas, lite utöver sammanhanget.

Väldigt jazzigt solo, inte Bach. Låter fin början.

Bra slut, tydligt.

Överlag ganska spretig version men med snygga partier

Men snyggt för sig

3. Tydlig ide
Låter väldigt klassiskt, snyggt
Fin temapresentation
Snygg kompletterande basstämma.
Till snygga variationer på temat där stämmorna svarar varandra.
Attundels basstämma lite stöpig. Blir snygg sen!
Fint att det är bara en stämma.
Sjukt snyggt när det kommer in korta basbaser
Håller i det länge, bra.
Snyggt när det går över i något nytt
men känns lite inkomplett.
Lite konstigt att det slutar direkt efter den nya idén
introducerats.

4. Snygga ackord.
Tydliga fraser som svarar varandra.
Lite spänd högerhand. Alla toner starka,
kvartar lite på några ton.
Snygg fras med bra riktning. Våg.
Lite debussy, snyggt.
Fin melodi.
Fin variant av temat, passar in.
Lite out dur ackord.
Tappar lite riktning.
Fint lugnt parti.
Solo låter lite platt, lite oinspirerad.
Borjar kända roliga saker.
Många olika idéer i omlopp på samma gång.
Bortader medvetet och fint men låt ofta lite spänd.

5. Börjar lugnt → snygg tempoökning.
Fras blev lite fel?
Fin harmonik i frasen.
Vänsterhanden låter lite drevsam.
Snygg parallell stämning.
Tog slut mitt i? Plötsligt.
Har aldrig riktigt kommit någonstans.

6. Ren mollharmonik → durackord. Bachigt - snyggt
Block ned lite skit i. Snyggt när de löses upp.
Fallande basstämma, ger det en skjuts.
Tydligt tema.
Snygg öppningsfras efter tema.
Snyggt grus i baslinjen.
Väldig flytande, målade.
Händerna flyter ihop, väldigt fint.
Låter som en invention
Länder i jazzigt väldigt färgad dominant, lite orelaterat
till det precis innan men binder ändå ihop helheten.
Fint!

7. Grus i klangerna. Snyggt.
Börjar om, var ju fint!
↓
Flytande appoggion, lite sökande.
Fortsatt lite sökande riktning.
Fin öppning → drill.
Innertlig basstämning.
Basstämning på temat förskjuts, snyggt.
Mycket snabba fraser.
Fint när drillarna kommer tillbaka och basen får dra sig.
Lugnt tema fina harmoniseringar.
Lite oklar baslinje.
Lite sökande version

Improvisationer - resultat

#1

- Kändes "kut" att spela
- En penna trillade men jag rycktes ändå inte ur musiken.
- Jag tror inte att versionen blev något mästarett, men "det gör inget".

#2

- Jag kände starkt en koppling till musiken.
- Jag minns inte vad jag spelade, men jag minns att det var härligt.

#3

- WOW, vilket flöde!
- Det kändes svängigt, men det var nog inte meningen.
- I mittan gofode jag nog, men det kvittr

#4

- Tror den blev riktigt ful!
- Kändes lite otäligt, jag var aldrig riktigt inne i det.

#5

- Det var en konstig version!
- Men! Jag kände allt fram till sista delen. Då var jag ute.

#6

- Denna var svår. Eftersom den var så svår ibland ville jag kastas ur musiken.
- Det häydes dock nul att spela!

#7

- Oj, vad det kändes bra!
- Jag hade verkligen ingen aning om vart det skulle ta vägen, jag "änkte bara ned".
- Kändes inte som jag spelade alls.