

Chöömej - eller konsten att sjunga tvåstämmigt med sig själv. av Owe Ronström

Sjunga kan alla, ja åtminstone nästan alla. Men sjunga tvåstämmigt med sig själv kan inte så många. Större delen av dem som behärskar konsten bor i ett område i Asiens mitt, i Altaj, Sajanska bergen och på den mongoliska högplatån. I dessa otillgängliga och glest befolkade trakter har deras konst under århundraden varit en väl förborgad hemlighet. För hundratals år sedan, förmodligen i samband med att befolkningen övergick till lamaismen, exporterades sångsättet till de höga lamornas kloster, Lhasa i Tibet och Urga i Mongoliet. Långt senare, på 1960- och 70-talen, förde vilsekomna själar från väst som återvänt från vistelser hos buddhister i Indien och Tibet, med sig kunskapen om sångsättet till det konstnärliga avantgardet i Västeuropa och Usa. De senaste årens explosiva utveckling har gjort det möjligt för sångare från Sibirien och Mongoliet att besöka oss, och det har också blivit möjligt för oss att själva resa dit.

Så har det alltså efter många hundra år äntligen blivit möjligt för var och en av oss att lära sig den sköna konsten att sjunga tvåstämmigt med sig själv. Vill du prova? Det finns en rad olika metoder. Ett är förstås att resa till just de trakter på jorden där man av födsel och ohejdad vana sjunger tvåstämmigt, ibland till och med trestämmigt med sig själva. Väl där gäller det att bara titta, lyssna och härma, precis som små barn gör när de tillägnar sin omvärld. Det fungerar även på vuxna, det vet jag av egen erfarenhet. Med några kamrater reste jag till Tuva i Sibirien, centrum för *chöömej* som sångsättet kallas. Där fick vi övervara de första världsmästerskapen i *chöömej*. Timme efter timme sjöng de främsta sångarna från alla delar av Tuva, Mongoliet, Altaj, Chakassien, Basjkirien, Burjätien och Jakutien sina mest konstfulla nummer. I badrummet på hotellet, överväldigad av alla intryck och med övertonerna ringande i öronen lyckades efter idogt övande till slut få fram en fullt hörbar överton.

Metoden kan rekommenderas. Tuva är spännande. Naturen är enastående, människorna är varma och gästfria och deras traditionella kultur rikt utvecklad, om än mycket annorlunda. Det kan ju förstås ta lite tid, kanske flera år, och någon garanti för att man lär sig kan inte lämnas. Men man har i alla fall trevligt under tiden, garanterat! Resan är dock ett problem. Man måste ju flyga och alla flyg till Tuva mellanlandar i Moskva. Moskva är numer rena vilda östern, i stort sett laglöst land, förmodligen en av de farligaste platser en västeuropé kan resa till idag.

Sån tur då att det finns andra metoder för den som gett sig den på att lära sig *chöömej*. Ett billigare men tråkigare sätt är att göra som en kompis till mig. Han skaffade sig en skiva, lyssnade och lyssnade och stängde sedan in sig i en garderob i några veckor. När han kom ut var han tunn och bleksiktig, men sjunga tvåstämmigt med sig själv kunde han! I hans fall räckte det med envishet. Men för dig som inte har envishet av samma dignitet följer här några råd på vägen.

Skaffa till att börja med ett säkert ställe att öva på, där du kan vara fullständigt ifred. Det är ju inte alls säkert att din omgivning är lika uppmuntrande och förstående som den hotellpersonal i Tuva som utsattes för mina första försök! Leta sedan fram en potatis, stor som ett mindre ägg och koka den. När den svalnat något, försök ta den hel i munnen och hålla den där. Vad som händer är förmodligen att du bränner dig och att du instinktivt låter hakan falla ner, förstorar munhålan så mycket som möjligt, andas ut kraftigt med rundade läppar och automatiskt drar tungan bakåt så att en grop bildas i munnen. När du spottat ut potatisen och svalkat dig, försök nu att göra om alltihop utan potatis. Där har du vips själva utgångsläget!

Ett annat sätt är att vissla en stadig ton och sedan sakta få tonen att sjunka. För att lyckas med det måste du göra munhålan större och större. När du kommit så lågt att det inte längre hörs nåt, dra då tillbaks tungroten så att den bildar en grop och låt tungspetsen söka sig upp mot gommen. Det är just med hjälp av tungan som den där andra tonen ska bildas.

När du nu fått till utgångsläget gäller det att finna just den tonhöjd som passar dig bäst. Borta i Sibirien sjunger sångarna lika bra i mycket låga och i mycket höga register, men det gör förmodligen inte du. Välj därför en ton som klingar starkt och övertygande. Står du nu i ditt badrum, sök den ton som får hela badrummet att sjunga med. Det gör det inte lättare, men det låter garanterat bättre. Inta utgångsläget och sjung av hjärtans lust. Experimentera med munhållans storlek och form och framförallt med tungans placering tills du hittar din bästa och starkaste ton. Sjung olika vokaler på denna enda ton och koncentrera dig på vad som händer. Vad du hör är klangfärgsförändringar som beror på att övertonerna på den enda ton du sjunger förändras. Alla toner består av en grundton och en lång rad övertoner. Vad du nu behöver lära dig är att kontrollera vilka övertoner som hörs, helt enkelt genom att förstärka vissa och försvaga andra - därav benämningen "övertonssång".

Nästa steg är att följa de råd vi fick av en *chöömej*-sångare i Tuva. "Det är inte alls svårt", sa han, "man sätter bara tungspetsen mot gommen, ungefär mitt på den. Ha läpparna lätt åtskiljda och dra ut dem som i ett spänt leende. Tonen ska du bilda så långt ner i svalget som möjligt. Du kan ändra och justera tonen genom att föra strupröret lite uppåt-framåt och övertonerna kontrollerar du med hjälp av övre delen av strupväggarna." Lätt som en plätt, eller hur?

För den som inte är övertygad att det är just så här det går till finns mer handfasta bevis. Ett forskarteam i Moskva lät för några tiotal år sedan filma en sångare med röntgenfilm. På den kan man se precis hur sångarna får till olika övertoner, men om det blir så mycket lättare att sjunga efter att sett filmen vet jag just inte. En musiketnolog i Paris, själv duktig övertonssångare, har publicerat flera arbeten om *chöömej*. I dem finns också röntgenbilder av struphuvuden och dessutom spektralanalyser, där det tydligt framgår hur övertonerna bildas och kontrolleras. Inte heller de lär dock vara till mycken hjälp för den som vill lära sig utöva konsten.

Nej, den enda vägen är nog trots allt att lyssna på de skivor med övertonssång som finns i handeln, och så öva, öva och öva igen. Men tro mig, vår vän i Tuva har rätt! Det är faktiskt inte så svårt och tar inte så lång tid att lära sig. Men till de konstsycken vi hörde på världsmästerskapet i *chöömej* i Tuva är vägen förstås lång. I en paus träffade vi en man som ansåg sig för gammal att delta i tävlingen, men som i sin ungdom hade varit Tuvas bäste sångare. Han demonsterade sin skicklighet i alla de fem stilar man använder i Tuva, från *kargyraa* i det allra lägsta registret, till *sygyt* i det allra högsta. Han tyckte att de flesta tävlande var skickliga, men hade synpunkter på bredden av deras kunnande. Sin egen färdighet visade han genom att sjunga i en stil som få idag behärskar: övertonssång genom näsan, med munnen helt stängd!

Men varför, frågar nu säkert många av er, varför ska man ödsla sin tid på något så konstigt som att sjunga tvåstämmigt med sig själv? Det finns ju så mycket nyttigare saker att ta sig för! Helt visst, det är mitt svar, helt visst finns det en massa andra och förmodligen nyttigare saker man kan göra. Men det finns ändå flera skäl att försöka. Ett är glädjen att lära sig nåt nytt, samma glädje som att lära sig cykla, köra bil eller tala ett nytt språk. Ett annat är att förnöja sina vänner. De flesta människor gillar ju akrobater, eldslukare, jönglörer, clowner, folk som kan utföra häpnadsväckande eller skrattretande tricks. Så varför inte inhösta dina vänners beundran och uppskattning genom

lite övertonssång? Det är ju inte precis så de flesta av oss får för mycket av beundran och uppskattning på vår väg genom livet!

Ett tredje och starkare skäl är mer filosofiskt. Under sin tid på jorden har människan ägnat mycket tid och möda åt att övervinna olika slags hinder, inre och yttre, verkliga och uppfattade, mänskliga och naturliga. All denna möda sammantagen har givit oss möjligheter som inga andra haft. Den tekniska utvecklingen har gjort de mest häpnadsväckande konsttycken till vardagsmat för många av oss. Också en otrolig mängd andliga och sinnliga konsttrycken har ansamlats genom årtusenden, och givit oss tillgång till en palett av uttrycksmedel som aldrig varit större. Med palettens alla miljoner färger kan vi ställa samman och kommunicera mer nyanserade budskap om oss själva och vår tillvaro än någonsin tillförne. Men i detta tidevarv är alltför många av oss alltför upptagna med att offra på teknikens, rationalitetens och effektivitetens altare, för att överhuvudtaget upptäcka skönheten i och värdet av alla dessa färger. Resultatet är att vi blir ekonomiskt och tekniskt rikare, men samtidigt konstnärligt fattigare och andligt vilsnare. Det tycks mig nu viktigare än någonsin att hylla också andra gudar än penningens och den iskalla rationalitetens. Så varför inte ge dig ut på upptäcktsfärd bland allt det förunderliga och sköna? I denna stora örtagård finns många rara växter, en av dem är just konsten att sjunga tvåstämmigt med sig själv. Prova kostar inget! Det finns inte mycket att förlora, men desto mer att vinna!