

Viulisti

Réka Szilvay

”Olen taistellut koko aikuisikäni voidakseni soittaa”

Sibelius-Akatemian vastanimittetty viulumusiikin professori Réka Szilvay kokee saaneensa soittajana jatkoaikaa. Kun Réka oli 19-vuotias, hän loukkasi olkapäänsä lasketteluonnettomuudessa. Se johti jatkuviin kipuihin, harjoitustaukoihin ja loputtomalta tuntuvaan kuntoutukseen.

TEKSTI RIITTA CASTRÉN KUVAT JUHA REUNANEN

Moni muistaa vielä 1970-luvulta *Viuluviikarit musiikkimaassa* -televisio-ohjelman, jossa unkarilainen **Géza Szilvay** opetti omaperäisellä metodillaan lahjakkaita lapsia. Yksi viuluviikareista oli hänen oma tyttärensä, silloin kuusivuotias **Réka Szilvay**.

”Olin niin villi, ettei isä antanut minulle käsikirjoituksessa lainkaan vuorosanoja, koska tiesi, että avaisin suuni joka tapauksessa. En myöskään saanut kutsua televisiossa Gézaa isäksi”, Réka Szilvay, 40, kertoo.

”Isä oli opettajana vaativa, mutta kotona hän oli rento ja hauska. Hänellä oli ihmeellinen kyky olla lasten kanssa. Hän on taitava musiikkipedagogi, vaikka onkin lisäksi koulutukseltaan oikeustieteen tohtori.”

Réka Szilvay muistelee lapsuuttaan Itä-Helsingissä lämpimästi. Itävaltalaisyntyinen äiti ja unkarilainen isä tulivat Suomeen pariiksi vuodeksi, mutta viihtyivät niin hyvin, että päättivät jäädä.

”Minulla on kolme veljeä. Yhdestä tuli biokemisti, toisesta lääkäri ja kolmas opiskelee Saksassa liikennesuunnittelijaksi. Vain minusta tuli muusikko”, Réka Szilvay toteaa kahvilan terassilla, jonne hän on porhaltanut suoraan harjoituksista.

Pitkä tie diagnoosiin

Pieni myöhästyminen sallittakoon, sillä mikään muu kuin soittaminen ei voisi olla Réka Szilvaylle tärkeämpää. Jousikäsi tottelee vihdoinkin, ja täysipainoinen harjoittelu on nyt mahdollista. Pitkä taistelu kipeän olkapään kuntouttamiseksi alkaa olla voiton puolella.

”Kaaduin Itävallan Alpeilla laskettelurinteessä oikean käteni päälle vuonna 1991. Olin 19-vuotias ja harrastanut laskettelua lapsesta asti. Olin tottunut kolhuihin, joten en aluksi oikein käsittänyt, miten vakavasta asiasta oli kysymys”, Réka Szilvay kertoo.

”Lääkäri määräsi minulle tulehduskipulääkkeitä ja fysioterapiaa sekä pehmeää laserhoitoa. Ensimmäisen kuntoutusvaiheen loputtua sain aloittaa soittoharjoitukset. Motivaationi oli korkealla, sillä olin juuri päässyt opiskelemaan Wienin musiikkikorkeakouluun.”



Réka Szilvay on
perfektionisti,
joka vammastaan
huolimatta harjoitteli
aina, kun se oli
mahdollista.

”Pahinta oli puutuminen, käsi oli kuin halvaantunut.”

Nuori viuluvirtuoosi ei voinut mitenkään aavistaa, kuinka pitkä tie tervehtymiseen olisi edessä. Alkuai-
ka Wienissä näyttikin lupaavalta. Ahkera oppilas soitti
monta tuntia päivässä itseään säästämättä.

”Pystyin soittamaan täysipainoisesti parin vuoden
sykleissä. Särky palasi aina uudelleen ja pakotti pitämään
kuukausien taukoja.”

”Vuonna 1998 pääsin varjoainemagneettikuvaukseen,
ja sain lopultakin diagnoosin. Se oli suuri helpotus. Tut-
kimus paljasti, että oikean olkapääni rustorengas oli
revennyt onnettomuudessa. Se oli ylläpitänyt jatkuvaa
tulehdusta, joka aiheutti särkyä. Edessä oli leikkaus.”



Réka Szilvay kiittää
perheensä ja samalla
alalla työskentelevän
aviomiehensä antamaa
tukea.

Réka Szilvay myöntää pelänneensä leikkausta. Olihan
kyseessä soittajalle tärkeä oikea käsi, ja pelissä oli enem-
mänkin: henkilökohtainen kutsumus.

”Irronnut rustorengas ommeltiin kiinni titaniumista
tehdyllä ankkureilla, jotka jätettiin pysyvästi olkapää-
hän. Seurasi rankka kuntoutus. Onneksi läheiseni osasi-
vat tukea minua oikealla tavalla.”

Réka oli saanut opinnot Wienissä valmiiksi, ja oli aika
palata Suomeen. Toipilaana ollessaan hän päätti saattaa
loppuun maisteriopintonsa Sibelius-Akatemiassa.

Kipuja ja kunniaa

Kun Réka Szilvay kertoo kätensä paranemisesta, kuulija
tuntee olevansa mukana jännitysnäytelmässä, jossa kaik-
ki käänteet ovat mahdollisia.

”Kuntoutus epäonnistui, koska harjoitteet olivat liian
rajuja. Oli pakko vaihtaa fysioterapeuttia. Onneksi sain
kuulla ortopedisistä manuaaliterapiasta, OMT-fysio-
terapiasta.”

”Aivan aluksi OMT-fysioterapeutti totesi, että mi-
nulle oli kehittynyt leikkauksen jälkiseurauksena niin
sanottu jäätynyt olkapää, jota liian raju kuntoutus oli vain
pahentanut. Hän sanoi suoraan, että edessä olisi pitkä ja
malttia vaativa hoito.”

Oli vain yksi mutta. Kuntoutuspotilas oli juuri saa-
nut kutsun tulla konsertoimaan Wienin Musikverein-
saliin, siihen samaan, josta televisioidaan uudenvuoden
Strauss-konsertti. Eihän siitä voinut kieltäytyä!

”Leikkauksen jälkeinen kuntoutusjakso kesti pitkään,
enkä saanut soittaa puoleen vuoteen. Aloitin mentaali-
työskentelyn tähtäimessäni debyyttikonsertti. Tein pääs-
säni samat liikkeet, jotka normaalisti olisin tehnyt soit-
taessani.”

”Minulla oli vaikeuksia päästä g-kielen tasolle, joka
on viulussa ylimpänä ja vaatii olkavarren kohottamis-
ta. Soittaessani jouduin tekemään korvaavia liikkeitä”,
Réka Szilvay sanoo.

Vihdoin koitti suuri hetki. 28-vuotias Réka Szilvay
astui lavalle ja asetti kaulaansa vasten vuonna 1702
rakennetun Stradivariuksen.

”Kun konsertti päättyi, ja yleisö osoitti suosiotaan,
tiesin onnistuneeni. Menestys poiki kutsuja ympäri maa-
ilman. Vastasin niihin tietenkin myöntävästi.”

Réka myöntää ottaneensa riskin.

”Olin rohkea. Nuorelle ihmiselle menestys on tärkeää.
Nykyään en uskaltaisi ryhtyä samaan”, hän tunnustaa.

Réka Szilvayn elämässä alkoi erikoinen vaihe. Hän
konserttoi ympäri maailmaa kansainväliselle yleisölle,
ja soittaessaan tiedostamattaan suojasi oireilevaa olka-
päättään.

Yksin maailmalla

Nuori muusikko sai maistaa ripauksen luksusta.

”Asuin hienoissa hotelleissa, joissa aamiainen tarjoil-
tiin sänkyyn. Tuoksuvat kylpytakit odottivat huonees-
sa, ja käytössäni oli oma autonkuljettaja. Kapellimes-



Réka Szilvayn olkapään kuntoutus on kestänyt yli kaksikymmentä vuotta.

Särky palasi aina uudelleen, ja välillä soittamisessa oli kuukausien taukoja.

Kun soittaminen on intohimo, käden vammautuminen tuntui välillä toivottomalta.

tarit veivät illallisille ja tarjosivat talon parasta”, Réka hymähtää.

Mutta ei maapallon kiertäminen vain autuutta ollut.

”Varsinkin Aasiassa oli niin kosteaa, että soittaminen oli kirjaimellisesti nihkeää. Koti-ikävä vaivasi. Onneksi minulla oli tärkeitä tukihenkilöitä, kuten silloinen poikaystäväni ja nykyinen aviomieheni **Kurt Kopecky**, johon olin tutustunut opiskellessani Wienissä.”

”Kurtin oli helppo ymmärtää minua, sillä hän on samalla alalla: kapellimestari ja harjoituspianisti. Myös perheeni kannusti minua kaikin tavoin. Isällä oli aina aikaa kuunnella minua.”

Pikkuhiljaa kipu kädessä muutti muotoaan ja paheni, eivätkä särkylääkkeet enää tehonneet.

”Kätteni väsyi, tuli hitaaksi ja kömpelöksi. Ilmaantuivat ensimmäiset puutumisoireet. Veitsenterävä kipu vaihtui jomottavaan hermosärkyyn.”

”Kaiken kukkuraksi sairastuin esiintymismatkalla Salzburgissa sydänlihastulehdukseen. Konserttia edeltävänä iltana minulle nousi korkea kuume. Kapellimestari totesi, että toki voin jäädä vuoteeseen, mutta takanani on kolmekymmentä nuorta lahjakkuutta, jotka palavat halusta soittaa **Tšaikovskin** viulukonserton.”

Niinpä Réka nousi lavalle ja soitti.

”Seuraavana aamuna olin niin heikossa kunnossa, etten pystynyt liikkumaan enkä puhumaan. Jouduin paikalliseen sairaalaan kolmeksi viikoksi.”

Syksyllä 2006 käden oireet pahenivat.

”En kyennyt nostamaan vesilasia huulilleni. Hampaiden pesu kävi mahdottomaksi. Mutta pahinta oli puutuminen, käsi oli kuin halvaantunut. Minut valtasi paniikki.”

Oli saavutettu pohja. Oltiin nollapisteessä. Näillä sanoin Réka Szilvay kuvailee kuuden vuoden takaisia tunnelmiaan.

”Koska en voinut soittaa, palautin lainassa olleen Stradivariuksen. Olin saanut soittaa kolmea eri Stradivariusta elämäni aikana. Tämä viimeinen oli ’iiriläinen’, Réka summaa äänenkään värähtämättä.

Paluu potilaaksi oli vaikeaa

Tuolloin Suomessa vierailut saksalaisspesialisti tutki Rékan ja päätteli, että rustorengas oli leikkauksessa

vedetty liian tiukalle, niin että käden hermot olivat jääneet pinteeseen.

”Itkin lohduttomasti. Kaikki tuntui toivottomalta. Tulenko koskaan terveeksi? Voinko enää ikinä soittaa?”, Réka muistelee miettineensä.

Muusikoiden vaivoihin erikoistuneet lääkärit ja fysioterapeutit pohtivat uutta leikkausta, mutta tulivat siihen tulokseen, että siinä olisi riskinsä. Sen sijaan Rékalle määrättiin säännöllinen hermokipulääkitys. Vuosien varrella tutuiksi tulivat myös lihasrelaksantit ja kortisonipiikit.

”Lääkkeiden käyttäminen ei tuntunut hyvältä, mutta se oli siinä tilanteessa pakko. Teimme fysioterapeutini kanssa päätöksen, että etenimme kuntoutuksessa hitaasti, vaikka paraneminen veisi vuosia.”

Réka kertoo, ettei hänen tarvinnut turvautua kriisiensä aikana psykologin apuun, koska fysioterapia oli kokonaisvaltaista, ja tukiverkosto kantoi.

”Kurt oli usein mukana kuntoutuksessa. Hän on uskomaton mies, ja niin kärsivällinen”, Réka kiittää.

Opetusta ilman eleitä

Réka Szilvay kertoo, ettei olisi millään uskonut, miten moneen asiaan vamma voi vaikuttaa.

”Kun innostun, minun on hillittävä liikkeitäni. Se on ollut vaikeaa temperamenttiselle luonteelleni.”

”Opetustilanteissa jouduin pohtimaan, miten ilmaisen musiikillisia tunteita ilman eleitä ja välitän niiden sanoman oppilaille. Se on keskeinen asia, kun tuleville taiteilijoille opetetaan tulkintaa.”

Asia tuli ajankohtaiseksi vuonna 2006, kun Réka Szilvay nimitettiin määräajaksi Sibelius-Akatemian viulumusiikin professoriksi. Opetustyö toi paljon iloa, mutta sisälsi myös haasteita.

”Olen opiskellut Alexander-tekniikkaa virolaisen näyttelijän **Maret Mursa-Tormisin** johdolla. Hän neuvoi käyttämään kehoa oikealla tavalla ja pohtimaan, miten voisin vapautua kehon ja mielen tottumuksista. Johtavana ajatuksena on pään oikea asento.”

Opetustyö vaati Réka Szilvaylta paljon kekseliäisyyttä.

”Koska en pystynyt seisomaan enkä istumaan paikallani pitkiä aikoja, opetin pöydällä maaten niskatuen varassa. Vaikeinta oli opettaa ilman instrumenttia, kun ei pystynyt näyttämään esimerkkiä oppilaille.”

Turvot- taako?



Ruuansulatusongelmia?

Turvotus, kipistely, ilmavaivat... Tuttuja merkkejä huonosta ruuansulatuksesta. Meillä kaikilla on jokin vastustamaton herkkuruoka, jonka tiedämme aina aiheuttavan vatsaongelmia. Ja kukapa ei olisi ulkomailla syönyt jotain sopimatonta, liian eksoottista? Ongelmia voi aiheuttaa myös yksipuolinen ruokavalio tai stressi.

EnzyLact ennen ruokailua – auttaa ruuansulatusta

Valioravinnon EnzyLact sisältää neljää eri ruuansulatussyntymää sekä kolmea maitohappobakteerikantaa samassa kapselissa! Entsyymit pilkkovat ruokaa ohutsuolessa ja maitohappobakteerit hoitavat homman loppuun paksusuolessa. – Mikä ihana rauha vatsassa.

Luontaistuotekaupioista ja apteekeista.

Apteeikkari Bertil Pomoell perusti Valioravinnon v. 1960 edistämään hyvinvointia luontoperäisin ainein. Valioravinto on edelleen perheyrittys, joka suunnittelee, valmistaa ja myy laadukkaita luontotuotteita. Valioravinnolla on oma lääketehdas ja lääketukkuoikeudet.

EnzyLact

”En kestäisi enää uusia

”Toisaalta nuorista viulisteista tulee itsenäisempiä, kun he oppivat tulkitsemaan musiikillisia tunteita ilman opettajansa soivaa esimerkkiä ja siirtämään ne soittoon. Ehkä tunnelmaisusta tulee syvällisempää, kun sitä ei voi havainnollistaa”, professori pohtii.

Réka Szilvay sanoo olevansa kiitollinen neljästä rikkaasta vuodesta, jotka hän sai opettaa Sibelius-Akatemiassa, ja on nyt onnellinen, kun saa palata sinne terveenä vakiutuisen professorin virkaan.

”Olisin yhtä hyvin voinut joutua työkyvyttömyyseläkkeelle.”

Elämän ihme

Kolme vuotta sitten Réka Szilvayn elämässä kääntyi lehti. Hyviä asioita tapahtui monella rintamalla.

”Hermokipulääkkeitä saatettiin vähentää pikkuhiljaa, ja sain aloittaa soittoharjoitukset. Aluksi soitin vain kaksi minuuttia päivässä.”

Mutta vielä suurempi yllätys oli edessä.

”Olin käyttänyt vahvoja särkylääkkeitä vuosia enkä uskonut voivani tulla raskaaksi. Sitten tapahtui ihme. Meille syntyi kaksi vuotta sitten poika, jolle annoimme unkarilaisen nimen **Atilla**”, Réka innostuu ja näyttää kuvaa hymyilevästä pellavapäästään.

Äitiys on antanut perspektiiviä elämään, Réka sanoo muuttuneensa. Katse on siirtynyt omasta itsestä lapseen.

”Lapsi on minulle peili, josta on hyvä tutkailla elämää. Itsekeskeisyys karisee melkein huomaamatta, kun on koko ajan siirrettävä arjen kapuloita uuteen järjestykseen.”

”Haluan kasvattaa poikani samalla tavalla kuin vanhempani kasvattivat minut. He ovat esikuviani.”

Vuosi sitten heinäkuussa Réka Szilvayn käsi oli jo niin hyvässä kunnossa, että hänellä oli ensimmäinen julkinen esiintyminen viiteen vuoteen. Tänä kesänä hän esiintyi muun muassa Salzburgin musiikkijuhlilla entisen opettajansa, viulisti **Gerhard Schulzin** kanssa, ohjelmassa oli **Mozartin** musiikkia. Uusia konserteja on tulossa.

Tasapainoilua perheen ja työn välillä

Tulevassa opetustyössään Réka Szilvay aikoo korostaa ergonomiaa.

”Ergonomia ja soitin kulkevat käsi kädessä. Ilman toista ei ole toista. Viulun soitto on fyysisesti vaativa ammatti.”

Réka sanoo tuntevansa vahvaa johdatusta. Hän on löytänyt tapahtuneille asioille tarkoituksensa, myös nuoruuden tapaturmalle.

”Kun on puolet elämästään taistellut voidakseen soittaa, ihminen väistämättä nöyrytyy. Luopuminen vaatii kärsivällisyyttä.”

Hän opettelee suojelemaan itseään liikarasitukselta, jotta ei olisi taas umpikujassa.

”Se on vaikeaa, koska innostun niin helposti. Mutta haluan löytää tasapainon perheen ja työn välillä. Haluan pysyä terveenä. Minulla on tunne, etten kestäisi enää

vastoinikäymisiä.”

uusia vastoinikäymisiä, ei myöskään mieheni. Hän aloitti kolme vuotta sitten harjoituskapellimestarina Suomen Kansallisoopperassa. Kotimme on nyt pysyvästi Helsingissä, ja tunnemme itsemme suomalaisiksi.”

Lapsiperheen arki on samanlaista kuin kenellä tahansa, vain sillä erotuksella, että perheenäidillä on luovuttamaton intohimo.

”Tarvitsen soittamista kuin ruokaa. Se on kuin magneetti, joka vetää puoleensa. Se on aika pelottavaakin. Kun persoonallisuus on niin lujasti kiinni soittamisesta, pitää olla varovainen. Minun on opittava olemaan aiempaa lempeämpi itseäni kohtaan.”

Réka Szilvayn mielestä pelkkä lahjakkuus ei taiteilijalle riitä.

”Kun olin lapsi, isäni ei sanonut minulle koskaan, että olen lahjakas. En edes tiennyt, mitä lahjakkuus tarkoittaa. Uskon sen olleen minulle hyväksi. Minulle on kuitenkin nuoresta asti ollut selvää, että rakastan esiintymistä. Minulla on myös hyvä liiketaju, joka on peruja lapsuuden liikuntaharrastuksista. Näitäkin ominaisuuksia tarvitaan soittamisessa.”

”Musiikki on upeimmillaan täydellistä kommunikatiota yleisön ja soittajan välillä. Kun kaikki virtaa, syntyy ’flow’, ja elämän totuudet alkavat avautua”, Réka Szilvay sanoo ja tarttuu viulukoteloonsa.



Sen sisällä on moderni viulu, joka on valmistettu vuonna 2004.

”Jokainen ääni, jonka saan irti viulustani, merkitsee minulle soittajana jatkoaikaa. Se, että pystyn taas soittamaan, on minulle loputtoman kiittollisuuden aihe”, Réka Szilvay sanoo. ●

Kirjoita meille!

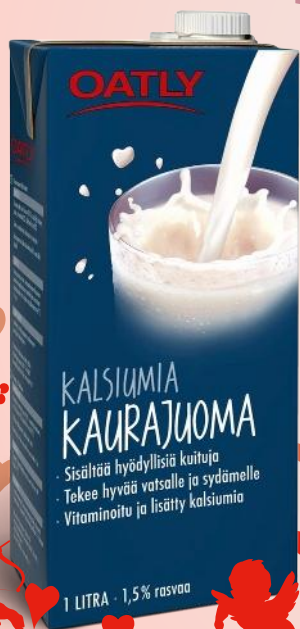
■ Millaisia ajatuksia lukemasi herätti?

Onko sinulla kokemuksia tai ajatuksia, jotka haluaisit jakaa lukijoihimme kanssa?

■ Kirjoita sähköpostiosoitteeseen paivi.ahonen@a-lehdet.fi tai postiosoitteeseen Eeva, Kirje lukijalta, 00081 A-lehdet.

■ Voit käyttää nimimerkkiä, mutta kerro myös nimesi ja osoitteesi: ne jäävät toimituksen tietoon.

JUO KAURAA MAISTA RAKKAUTTA



KEHOSI RAKASTAA KAURAA.

Kaura on superruokaa aivan niin kuin mustikat ja granaattiomenat. Se sisältää tärkeitä vitamiineja ja suojaavia antioksidantteja. Saat kuitua, joka tekee hyvää sydämelle ja on hellävaraista vatsalle. Hiilihydraatit, proteiinit ja terveelliset tyydyttymättömät rasvat ovat luontaisessa tasapainossa. Kaura auttaa siis pitämään kehon huippukunnossa.

Kaura on siis superterveellistä, mutta onko se myös superhyvää? Ainoa vastaus on: Kokeile itse! Vaikka väitämmekin kaikkien kauratuotteidemme olevan huippuhyviä, ihanan maistuvia ja todella virkistäviä, makuelämykset eivät ole tiedettä vaan jokaisen oma asia. Vähän niin kuin rakkaus, vai mitä? Jokaisella erilainen, mutta silti joka päivä yhtä nautittava.

**HEMMOTTELE ITSEÄSI
JUOMALLA RAKKAUTTA.**

OATLY