

Ejercicios de Piano

Ejercicios de piano para curar los trastornos relacionados con la interpretación y para adquirir una aproximación funcional y natural de tocar el piano

© 1998 Peter Feuchtwanger, Londres

A lo largo de mi dilatada carrera como profesor de piano, me he cruzado con un creciente número de pianistas con tendinitis, ganglios o problemas incluso peores como la distonía focal. Estas dolencias les impiden llevar a cabo sus intenciones musicales, lo que a menudo se traduce en una pérdida de audición interna. Al observar trabajar a los pianistas, rápidamente, uno se da cuenta de que la mayoría hacen movimientos poco funcionales que pueden provocar graves daños físicos. Mis ejercicios ayudan a corregir estos problemas. Incluso entre los pianistas de renombre hay muchos que buscan constantemente atención médica, y algunos han perdido por completo el uso de su mano derecha. Naturalmente, también hay quienes, quizá por su constitución más robusta, tienen la suerte de no sufrir las consecuencias de movimientos poco funcionales. El objetivo de mis ejercicios, en primer lugar, es facilitar que cada pianista elimine sus malos hábitos y redescubra un enfoque natural de tocar, así como asegurar que los niños no desarrollen malos hábitos. Harold Taylor escribe lo siguiente en su ejemplar estudio (*The Pianist's Talent*. Londres: Kahn & Averill, 1979, edición revisada de 1994):

El cuerpo humano es una unidad indivisible en la que el comportamiento de cualquier parte individual depende de la relación existente entre todas las partes. La postura es, por tanto, una totalidad que debe tener en cuenta tanto la posición como el estado de sus componentes, ya que el estado de una parte modifica la posición de sus partes, y viceversa, en toda la estructura.

Si los pianistas prestaran más atención a estos consejos, se podrían tratar o prevenir muchas afecciones incapacitantes. Por ejemplo, Glenn Gould, a pesar de utilizar perfectamente las manos y los brazos, se sentaba tan bajo ante el teclado que levantaba los hombros de forma antinatural, lo cual le provocaba dolor de espalda, entumecimiento de los dedos y una inmensa tensión en el cuello. La tensión provocada por esa postura errónea puede incluso haber sido en parte responsable de su prematura desaparición. Por el contrario, Louis Kentner, que se sentaba casi tan bajo como Gould pero utilizaba su cuerpo correctamente, no sufrió ningún efecto negativo y tocó magníficamente hasta una edad avanzada. Desgraciadamente, en lo que respecta a aspectos físicos al tocar el piano, algunos profesores no ayudan a sus alumnos. En cierta ocasión estaba sentado junto a un respetado pianista y profesor francés en el jurado de un concurso internacional de piano. Mientras tocaba una de las candidatas, él se dirigió a mí y se quejó de sus movimientos exagerados y poco funcionales. Sorprendido, le hice notar que se trataba de una de sus alumnas y le pregunté por qué no le había dicho nada a ella sobre sus malos hábitos. Sin embargo, él insistió en que no era su deber corregir tales defectos.

Permítanme poner otro ejemplo. Un colega, profesor en una prestigiosa escuela de música, me pidió que cuidara de una alumna extremadamente dotada mientras se marchaba de gira

de conciertos. Durante uno de esos periodos no supe nada de la estudiante. Cuando finalmente me llamó y le pregunté cuál era el motivo de su prolongado silencio, me confesó que había desarrollado tendinitis. Al preguntar qué le había sugerido su profesor, respondió: «Me dijo que dejara de tocar, que me pusiera una inyección de cortisona, o que aprendiera la Chacona de Bach/Brams o el concierto de Ravel para la mano izquierda». (Dicho consejo, tristemente no es tan infrecuente) Le dije que si practicaba esas piezas podría desarrollar tendinitis también en la mano izquierda. Le sugerí que me viera de inmediato y, tras una semana practicando mis ejercicios, ise curó por completo!

Me gustaría dedicar algo de tiempo en describir cómo concebí estos ejercicios. Para ello, he de remontarme a mis primeros años, ya que tuvieron una influencia directa en la elaboración de estos ejercicios. Debido a mis malos resultados en la escuela no me permitieron recibir clases de piano cuando era niño. En cualquier caso, habíamos emigrado y no teníamos piano en casa. A menudo hacía novillos y me iba a visitar a una vecina –una anciana dama de Munich– en cuyo piano yo trataba de tocar todo lo que había escuchado en discos en un gramófono. Yo no era capaz de leer música en aquella etapa. Toqué todos los estudios de Chopin a partir de las grabaciones de Cortot y Backhaus, casi todas las sonatas de Beethoven interpretadas por Schnabel, y muchas otras piezas de piano. Como yo tenía un oído perfecto y tanto el gramófono de mi casa como el de mi vecina giraban demasiado rápido, yo tocaba todas estas obras un semitono más alto de lo que estaban escritas. Cuando posteriormente las escuché en el tono correcto en conciertos, corregí de forma inmediata y sin dificultad alguna mi interpretación. Así aprendí a transportar de forma natural (y creo que es muy importante que mis propios alumnos desarrollen la misma habilidad si pueden hacerlo). Cuando tenía 13 años mis padres finalmente me permitieron ir a clases de piano. Mi primer encuentro con un profesor de piano, uno de los más respetados de la ciudad, se fue algo así: «¿Has recibido clases antes?» «No». «Entonces, ¿puedes tocar algo para mí?» «Sí». «Bueno, entonces enséñame qué sabes tocar». Toqué *La leggerezza* de Liszt, con el final alternativo que interpretaba Simon Barere en mis grabaciones. Al parecer, mi interpretación entusiasmó al profesor, que llamó a su mujer desde otra habitación y dijo: «¡Escucha! El chico nunca ha recibido una lección y toca mejor que mis alumnos más avanzados». Tuve que volver a tocar la pieza para su mujer. «¿Puedes leer música?» «Sí», mentí avergonzado de ser incapaz de leer una sola nota a primera vista. Abrió un volumen de Beethoven en un Adagio. Pensé que podría tratarse del primer movimiento de la Sonata Claro de Luna, y toqué tal y como me la sabía de la grabación de Schnabel. Abrió otro volumen, de nuevo en un movimiento lento. ¿el segundo movimiento de la *Patética*? Cuando me hizo una tercera prueba, de nuevo con un tiempo lento, toqué el segundo movimiento de la *Appassionata*. Al terminar, me dijo: «Peter, ¿por qué no admites que no sabes leer música? Por un lado, tocaste la sonata equivocada todas las veces, por otro, todo estaba un semitono más alto, y además no miraste la música ni una sola vez. Y por cierto *La leggerezza* está en fa menor, no en fa sostenido menor». Me tocó el inicio en el tono correcto. Avergonzado, admití que nunca había aprendido a leer música. Me pidió que volviera a tocar *La leggerezza*, y lo hice, esta vez un semitono más bajo y, como siempre, con la mano plana. Me dijo: «Debes tocar con los dedos redondeados, como si fueran pequeños martillos. Imagina que tienes una manzana en la mano». (¡Cuántas veces he escuchado estas palabras de otros profesores mucho más tarde!) Como no tocaba ni de lejos tan bien cuando seguía su consejo, nunca volví a este profesor. Poco después empecé a estudiar con un antiguo alumno de Emil van Sauer y acudí a una anciana que había tocado para Clara Schumann en su época. Ambos reconocieron enseguida que tenía una técnica completamente natural y no interfirieron en ella.

Lo que enseño hoy, incluidos los ejercicios que he ideado, se basa en estas primeras experiencias y en la observación de otros pianistas con una técnica natural. El mejor ejemplo es Clara Haskil, que a pesar de su grave escoliosis (curvatura de la columna vertebral) tenía la aproximación más natural al teclado de todos los pianistas que recuerdo. Me dijo que había tocado el piano desde su más tierna infancia y que nadie había necesitado enseñarle técnica. Se podría recordar también a Rachmaninov o a Horowitz, que incluso durante las hazañas más espeluznantes de bravura permanecían muy tranquilos. Beethoven parece haber tenido un enfoque similar: Czerny dijo que

"su postura durante la interpretación era ejemplar, tranquila, digna y hermosa, sin la más mínima mueca (sólo la creciente sordera le hizo ir agachándose sobre el teclado)".

Tengo muchos recuerdos de la magnífica Youra Guller. Sentada regiamente al piano, para el mundo entero era una diosa vestida con un traje de noche rojo de Lanvin, produciendo asombrosos fortísimos sin aparente esfuerzo físico. Y qué feo es el comportamiento de muchos pianistas de jazz modernos en comparación con Fats Waller, que se sentaba tan tranquilo y, sin embargo, daba saltos asombrosos con la mano izquierda.

Los movimientos y manierismos absurdos en el teclado parecen haber estado presentes durante cientos de años: ya en el siglo XVI fueron motivo de comentario por parte de Girolamo Diruta. Asimismo, Couperin sintió la necesidad de escribir sobre la importancia de la belleza en el teclado en su *L'art de toucher le Clavecin* de 1716 (aunque su consejo de volverse hacia el público con una sonrisa mientras se toca no debería tomarse demasiado en serio hoy en día. ¡Es una opción que debería reservarse al maravilloso David Helfgott!) La descripción más contundente de la indulgencia física innecesaria en el teclado se encuentra en la *Clavierschule* de Daniel Gottlob Türk de 1789:

"Toda clase de comportamientos inaceptables, expresiones de placer y muecas faciales; marcar el compás con los pies mediante un antiestético movimiento del cuerpo; las sacudidas y las inclinaciones de la cabeza de un lado a otro; los resoplidos durante un trino o un pasaje difícil: todo esto y más no puede, bajo ninguna circunstancia, ser consentido o excusado, independientemente del género. La cortesía o la indulgencia tampoco deben permitir ninguna consideración hacia el sexo débil. La música puede percibirse únicamente a través de los oídos, pero no puede haber excusa para ofender a los ojos. Muchos músicos que se deleitan con su actuación debilitan una impresión por lo demás buena cuando su comportamiento caricaturesco induce a la risa, o cuando sus aparentes convulsiones infunden miedo y horror a los presentes."

El joven Liszt tocaba con excesivos gestos y movimientos exhibicionistas, aunque no en sus últimos años, entonces se quedaba sentado absolutamente quieto. Al final de uno de los recitales del joven prodigio, John Field se dirigió a la persona que estaba a su lado y le preguntó con fingido horror: «¿Muerde también?». Volviendo a nuestros tiempos, ¿ha visto alguna vez a un pianista (o a cualquier instrumentista) en la televisión sin sonido? Puede ser una experiencia memorable, ¡por todas las razones erróneas!

A menudo me han preguntado si estudié la técnica Alexander o el método Feldenkrais, o incluso artes marciales. Pero he llegado a conocer a todos ellos mucho después de descubrir la forma más natural de tocar el piano, y no hicieron sino confirmar que mi enfoque es

correcto y que debemos esforzarnos por conseguir lo máximo posible con el uso del mínimo de energía. Mis ejercicios ayudan al pianista a alcanzar este objetivo. Cuando se hace una demostración, los ejercicios parecen fáciles, como si cualquiera pudiera hacerlos de inmediato. Sorprendentemente, nunca ha sido así. Sin embargo, una vez que se dominan, uno no entiende que no haya podido realizarlos de inmediato.

Los ejercicios sólo pueden enseñarse mostrándolos, no escribiendo sobre ellos, pero intentaré hacer un esfuerzo para esbozar algunos de los principios fundamentales. Su efecto inicial más importante es permitir que el músico descubra que, en lugar de tocar el piano, debe considerar la tecla como una extensión del dedo (lo cual significa que la posición básica de los dedos es plana y no curvada). Los dedos no golpean las teclas, sino que las manipulan: no hay que levantar los dedos, sólo soltarlos para permitir que la tecla los suba. Los dedos o la mano saltan de las teclas como una piedra plana que se desliza rebotando sobre el agua. La mano vuelve a la posición neutra tan rápido y tan a menudo como es posible sin interferir con el peso natural de los brazos.

La muñeca está siempre suelta; los brazos y los codos siguen los movimientos que inician las yemas de los dedos, sin interferir en ellos. Cuando los dedos tocan, el pulgar permanece libre. La mano derecha realiza generalmente movimientos elípticos en sentido contrario a las agujas del reloj, la izquierda en el sentido de las agujas del reloj. Es muy importante que todo sea el resultado de un impulso y que nada esté preparado. Al tocar una octava, por ejemplo, la mano se abre en el último momento; no debe fijarse la posición de antemano. (¡Después de todo, no dejes que mi boca se abra antes de saludar!) Esto, por supuesto, se refiere a las octavas individuales, ya que cuando un pianista toca una cascada de octavas después de la primera octava no preparada, no habrá tiempo para cerrar la mano en las siguientes. Hay que procurar no mantener nunca el brazo rígido. Se podría comparar el paso de una posición a otra con el salto de un bailarín: incluso Nijinsky era incapaz de permanecer en el aire, pero volvía con elegancia y suavidad al suelo, aterrizando sobre las puntas de los pies y no sobre las plantas. Del mismo modo, un pianista debe llegar con las puntas de los dedos primero, sin tensar la muñeca (trate de imitar el aterrizaje en paracaídas). Poco a poco, se aprende a pensar de modo que, en un movimiento, se puedan abarcar las teclas en un gesto más amplio. En las artes marciales se aprovecha la energía interior del adversario para vencerlo, y un principio similar debería aplicarse a la interpretación del piano (¡aunque sería imprudente considerar el piano literalmente un adversario!)

Los ejercicios están diseñados para liberar al músico de los malos hábitos adquiridos durante muchos años. Dan lugar a un sistema de digitación completamente nuevo y libre, y reavivan la importantísima elasticidad de la mano que en muchos casos se ha perdido. Como observaron tanto Alexander como Feldenkrais, a menudo nos sentimos a gusto con los malos hábitos; algunas personas no tienen idea, ni en la vida cotidiana ni en el piano, de qué gestos son funcionales y cuáles no. Pero nadie da la mano con los dedos curvados o como si sostuviera una manzana en la mano, y sólo hay una forma natural de coger un objeto como un vaso de agua. Hay muchas formas de tocar el piano, pero sólo una que sea funcional, sólo una forma ideal de sentarse ante el instrumento: los codos deben estar en línea con las teclas y, sobre todo, el cuello debe mantenerse siempre libre. Muchos libros se ocupan de cuestiones de libertad de movimiento, y recomiendo a todo el mundo que lea tanto *Zen in the Art of Archery* de Eugen Herrigel (Londres: Penguin, 1985) como el ya citado *The Pianist's Talent* de Harold Taylor. Los escritos de Alexander y Feldenkrais también son de gran importancia.

Mis ejercicios ayudan a quienes sufren dolores (generalmente curan por completo), pero también sirven a los pianistas sanos. Son útiles tanto para los intérpretes de éxito como para los principiantes, ya que están diseñados no sólo para desarrollar la técnica pianística, sino también para perfeccionar nuestro importantísimo sentido del oído: nadie puede tocar mejor de lo que puede oír. La capacidad de imaginar y realizar un sonido bello está íntimamente ligada a la sensibilidad auditiva (lo cual es cada vez más difícil en una época ruidosa y dominada por una música ambiental que parece decidida a apagar nuestra sensibilidad). Muchos pianistas de hoy parecen estar obsesionados con tocar fuerte (lo que a menudo lleva a una tensión física), pero parecen incapaces de producir un *forte* hermoso, claro y redondo. Mis alumnos encuentran que la práctica de los ejercicios les permite descubrir cómo mantener la belleza del sonido en todo el espectro dinámico sin un esfuerzo físico aparente, aprendiendo a escucharse a sí mismos y a imaginar de antemano el sonido que desean producir. Por último, me gustaría afirmar que la función de mis ejercicios es tanto psicológica como fisiológica (en la medida en que puedan separarse estos aspectos). La liberación de la tensión física es un paso importante en el camino hacia la resolución de problemas psicológicos y, por lo tanto, mis ejercicios pueden llevar al individuo al autodescubrimiento y a una mayor paz interior.

[Versión para imprimir](#)

(C) 2011 – Reservados todos los derechos