



## EL DIÁLOGO CON NUESTRO CUERPO

- ⇒ El lenguaje semántico que empleamos para comunicarnos entre personas no es el mejor medio de entendimiento con nuestro propio cuerpo. En ocasiones reacciona contrariamente a lo que se le pide que haga con palabras. Es necesario desarrollar un lenguaje interno personal, que conecte la idea con la correcta respuesta que necesitamos del propio cuerpo.
- ⇒ El lenguaje del cuerpo es el de los sentidos y las sensaciones que acompañan a cada vivencia, acción y resultado. Es necesario acotar qué sensaciones pretendemos evocar para alcanzar un resultado asegurado. Dicho de otro modo, el reto es encontrar estrategias que permitan imaginar o preestablecer la sensación a percibir con cada efecto sonoro controlado.
- ⇒ La finalidad última del instrumentista, y posteriormente del intérprete artista, es la de moldear el sonido que es capaz de imaginar y producir con la colaboración de su cuerpo e instrumento.
- ⇒ Los dedos son el verdadero generador de las melodías y los labios las cuerdas vocales que generan el sonido emulando al aparato de fonación. Si intentamos ayudar a interpretar una melodía con el apoyo del aparato de fonación al tiempo que se toca un instrumento, es como trabajar con dos instrumentos distintos simultáneamente que pueden entorpecerse.
- ⇒ La principal caja de resonancia de los instrumentos de viento es el cuerpo del individuo –mismos resonadores del canto–.

### Creando patrones rítmicos y sonoros

- ⇒ Desde que nacemos el cerebro humano capta patrones de todo tipo e indolente que memoriza en su subconsciente. Estos patrones son los que utilizará a lo largo de su vida para valorar, comprender o aprobar/reprobar lo nuevo que percibimos. Tras una confrontación de lo percibido con los patrones preestablecidos en el individuo se definen los gustos y las preferencias. Esta idea explica muchas animadversiones hacia lo novedoso basadas en la ausencia de experiencias a confrontar en una valoración. Este planteamiento también afecta al docente. Debe afrontar la reflexión sobre qué parámetros de comparación se deben instalar en la mente del alumnado desde el principio de su formación para alcanzar las mejores expectativas de evolución del futuro intérprete.
- ⇒ La recogida de patrones reutilizables requiere la concreción de las sensaciones propioceptivas que se produce con cada acción y resultado –actividad motora manifiesta o exteroceptiva y actividad motora encubierta o interoceptiva–. Acotar y definir cada una de ellas permite saber lo que se debe evocar para obtener un resultado concreto. Cada sonido o ritmo, por leve que sea su variación, produce una sensación distinta en el ser humano.



## Ejemplos

- Un mismo pasaje que se repite a distintas velocidades propicia la memorización de varias sensaciones en referencia a un mismo elemento. Cabe preguntarse, ¿cuál será la versión que saldrá en el momento de su exposición en concierto?
- Un mismo sonido emitido a distintas alturas (afinación), dinámicas o tímbrica, permite memorizar varios patrones sensoriales para la misma nota. Es necesario saber previamente, qué sonido exacto necesitamos emitir en el momento de cada interpretación. La indefinición puede llevar a la incertidumbre y propiciar los miedos en escena por no saber qué debe ocurrir concretamente.

© A. Veintimilla Bonet

## Técnica de estudio de ayuda a la concreción de sensaciones propioceptivas adheridas a resultados

- *Chunking*. Proceso de agrupar cosas en 'trozos' significativos de pequeños a más grandes para que sean más fáciles de recordar en el proceso de memorización. El concepto permite acotar la forma de dominio y sensaciones a reproducir en cada punto y sección de un pasaje musical.
- *Lip slur*. Lenguaje de los labios en el que se aplica el Principio de Bernoulli –utilizar la aceleración del aire para no tener que incrementar la presión exponencialmente–. Pretende trasladar a los labios la responsabilidad de la acción de emisión emulando la función de fonación de las cuerdas vocales (en el caso de instrumentos de cuerda esta acción es extrapolable al cometido del arco).

## Ampliación de información

- Veintimilla Bonet, Alberto. “Investigación en el aula de instrumento: evolución de las herramientas didácticas para la optimización de resultados. Método conciencia sonora –CONSSO–”. *Jornadas de Pedagogía y Musicología 2022-2023*. Libro de actas. Valencia, 2025. Ed. Publicaciones JJPM (pp. 143-167).  
[https://iseacv.gva.es/documents/162972573/394063409/JornadasPedagogia\\_CSMV\\_ACTASJORNADAS\\_2022\\_2023+.pdf/08d56aa8-9ad7-ad63-20b4-906217c73e00?t=1751440390669](https://iseacv.gva.es/documents/162972573/394063409/JornadasPedagogia_CSMV_ACTASJORNADAS_2022_2023+.pdf/08d56aa8-9ad7-ad63-20b4-906217c73e00?t=1751440390669) [última consulta 11/VII/2025]  
 “La concreción, debate y revisión de elementos técnicos lleva a plantear afirmaciones interesantes de distinto sesgo, ocasionalmente controvertidas, como:
  - Tocar un mismo pasaje a distintas velocidades supone memorizar varias formas de realizarlo. Fomenta la incertidumbre o miedos al abordar su exposición.
  - Basar exclusivamente el control de la interpretación en la lectura y audición del texto limita las capacidades de ejecución, sobre todo a velocidad alta.
  - Trabajar sin conciencia temporal clara y constante –pulso–, complica la capacidad de memorización y el control del mensaje a transmitir con sensación de seguridad.
  - Estructurar la enseñanza de un instrumento sobre un único sistema de composición durante mucho tiempo –tonalidad–, dificulta el acceso a códigos de otros sistemas de componer.
- Peñalba Acitores, Alicia. “Cuerpo, Música, Propiocepciones y Experiencia”. AP Acitores, 2009. <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/3243077.pdf> [última consulta 11/VII/2025]  
 “La gestualidad encubierta hace referencia a todas las formas de participación corporales en las actividades musicales que no producen ningún resultado visible o consecuencia observable para el estudioso. Son sensaciones corporales internas que vivencia el sujeto.  
 [...] La información corporal de los instrumentistas cuando tocan procede de los estímulos visuales, por supuesto auditivos, pero en gran medida propioceptivos: sensaciones de tensión, distensión, equilibrio, fuerza, velocidad, presión, tacto, etc”.
- Einstein, Albert. “**Locura es hacer lo mismo una y otra vez de nuevo y esperar resultados diferentes**”, frase atribuida a Einstein, aunque se encuentra en el texto de la novela *Sudden Death* de Rita Mae Brown–.