

REAL ACADEMIA DE BELLAS ARTES
SANTA ISABEL DE HUNGRÍA

INTRODUCCIÓN

DISCURSOS DE RECEPCIÓN

Discurso de recepción del Excmo. Sr. D. Juan José
como Académico Numerario de la Real Academia de Bellas Artes
de Santa Isabel de Hungría: "El arte de la fotografía"

**TEMAS DE
ESTÉTICA Y ARTE
XVIII**

Discurso de recepción del Ilmo. Sr. D. Miguel Ángel Yañez Polo,
como Académico Numerario de la Real Academia de Bellas Artes
de Santa Isabel de Hungría: "La Sevilla del descubrimiento de la
fotografía"

Discurso de la Ilmo. Sr. D. Miguel Ángel Yañez Polo,
contestando al de recepción del Sr. D. Miguel Ángel Yañez Polo

ARTÍCULOS

M^{te} LOURDES CABRERA MARTÍNEZ

"Impresiones de un viaje por el interior de España"
(El país de los sueños)

M^{te} REAL MAESTRANZA DE CABALLERÍA DE SEVILLA
"La memoria musical. Apuntes sobre la memoria musical y patologías de la memoria musical"



REAL ACADEMIA DE BELLAS ARTES
SANTA ISABEL DE HUNGRÍA

TEMAS DE
ESTÉTICA Y ARTE
XVIII

Correspondencia:

Real Academia de Bellas Artes de Santa Isabel de Hungría
Casa de los Pinelo
Abades, 14
41004 - SEVILLA (España)

Impreso en: SAND, S. L.
C/ Transversal Mercedes Barri, 6 - Camas (Sevilla)

Impreso en España - Printed in Spain

Depósito Legal: SE-997-1987
ISSN: 0214-6258

Si bien es verdad que la memoria es una capacidad general, no es menos cierto que hay peculiaridades muy concretas que facilitan la retención de materias, situaciones y objetos. A pesar de ello, estas peculiaridades afectan a las personas de manera muy diferenciada.

A veces nos sorprenden músicos muy brillantes que en su conversación hacen gran uso de datos, a todas

LA MEMORIA MUSICAL. **APRENDIZAJE Y REPRODUCCIÓN EN LA EXPRESIÓN** **MUSICAL Y PATOLOGÍAS DE LA MEMORIA MUSICAL**

las cosas. Nunca han practicado la faceta de la memoria y se sienten incapaces de memorizar absolutamente nada, ni siquiera las piezas que tocan con más frecuencia. Jamás han considerado necesario memorizar el repertorio y han bloqueado por completo esa posibilidad, y, por tanto, su correspondiente capacidad.

Hay que decir, que la memoria musical no está considerada dentro de la profesión de músico como una cualidad, y sí como una parte de la técnica instrumental que todo músico práctico debe poseer, de la misma manera que está en posesión de la agilidad de dedos y de la musicalidad con todas sus expresiones. En efecto, no se aceptaría que un gran concertista accediera al concierto con la partitura. Sólo los profesionales de orquesta o los músicos que hacen música de cámara o los cantantes que cantan en coro, o solistas cuando interpretan Oratorios, o directores de orquesta con obras complejas y de ensayo son los aceptados para interpretar con la ayuda de la partitura, el resto han de interpretar su repertorio de memoria.

No obstante, hay que recordar como hasta el siglo XIX, y muy avanzado el periodo romántico, era hábito general tocar con partitura, estando mal considerado hacer los conciertos de memoria porque el músico era catalogado como no profesional y sin formación, incapaz de leer la música, circunstancia por la que se veía obligado a tocar de oído.

Si bien es verdad que la memoria es una capacidad general, no es menos cierto que hay peculiaridades muy concretas que facilitan la retención de materias, situaciones y objetos. A pesar de ello, estas peculiaridades afectan a las personas de manera muy diferenciada.

A veces nos sorprenden músicos muy brillantes que en su conversación hacen grandes relatos con fechas y todo derroche de datos, a todas luces extraordinarios, e incapaces de memorizar una pieza musical, y eso a pesar de dedicarse a la música como profesión. Este caso se suele dar con frecuencia en persona que desarrollan su arte en orquesta y/o música de cámara. Nunca han practicado la faceta de la memoria y se sienten incapaces de memorizar absolutamente nada, ni siquiera las piezas que tocan con más frecuencia. Jamás han considerado necesario memorizar el repertorio y han bloqueado por completo esa posibilidad, y, por tanto, su correspondiente capacidad.

Hay que decir, que la memoria musical no está considerada dentro de la profesión de músico como una cualidad, y sí como una parte de la técnica instrumental que todo músico práctico debe poseer, de la misma manera que está en posesión de la agilidad de dedos y de la musicalidad con todas sus expresiones. En efecto, no se aceptaría que un gran concertista accediera al concierto con la partitura. Sólo los profesionales de orquesta o los músicos que hacen música de cámara o los cantantes que cantan en coro, o solistas cuando interpretan Oratorios, o directores de orquesta con obras complejas y de estreno son los aceptados para interpretar con la ayuda de la partitura, el resto han de interpretar su repertorio de memoria.

No obstante, hay que relatar como hasta el siglo XIX, y muy avanzado el período romántico, era hábito general tocar con partitura, estando mal considerado hacer los conciertos de memoria porque el músico era catalogado como no profesional y sin formación, incapaz de leer la música, circunstancia por la que se veía obligado a tocar de oído.

Durante el Romanticismo, época de las exuberancias y del desarrollo del concertismo hacia el gran lucimiento instrumental y personal del concertista, empezó a ponerse de moda interpretar la memoria. A propósito de la costumbre anterior de salir al concierto con la partitura, se cuenta una preciosa anécdota de Liszt. Estaba sometido a una gran presión de vida activa, dando numerosos conciertos que le obligaban a viajar constantemente de un lugar a otro. Un día llegó a un concierto, y a la hora de salir al escenario se dio cuenta de que no traía la partitura. A pesa de ser él mismo el autor del repertorio a interpretar, pero ante el temor de ser duramente criticado, pidió cualquier partitura para colocar en el atril y simular que era la música que tocaba pasando las horas de forma periódicamente convincente.

La música que se empieza normalmente, a una edad muy temprana, crea un hábito de memorizar que es como una técnica más de las que hay que aprender en la práctica instrumental.

A pesar de ello, hay grandes profesionales con muchos años de profesión pero incapaces de memorizar, es decir, incapaces de interpretar su repertorio sin papel. A veces se da un fenómeno muy curioso en este tipo de personas, y es que pueden relatar de memoria infinidad de detalles indicando el lugar exacto donde se encuentran en cada pieza (compás número tal, en el arranque del desarrollo, cambios de tonalidades puntuales con expresión exacta de cadencias y enlaces de acordes...), que no parece tener una relación directa con el hecho de no poder memorizar la partitura para su reproducción en la interpretación.

Por el contrario, existen personas con una memoria muy concreta para la música e incapaces de memorizar otras materias, aunque hayan tenido un vida rica de viajes y conocimientos.

La memoria artística, en general, está apoyada por los estímulos sensoriales que son un factor auxiliar de valor incalculable, para activar la curiosidad, la concentración y la retención. La pintura entra por el sentido de la vista, la lectura, igualmente, por ese sentido, como el teatro, pero éste además tiene como añadido todo el orden plástico de la decoración y el vestuario, que añaden un placer estético, sin olvidar que en este caso, también el oído percibe placer con el sonido y timbres de las diferentes voces. Los estímulos aumentan si la voz es cantada, porque al colorido de los timbres de las distintas voces, está el estímulo sublime de la belleza de la melodía. En la música, el placer entra por el oído (también por la vista, en

el caso del músico práctico, que lee la partitura y reconoce inmediatamente la relación interválica de los sonidos) y va directamente al cerebro para ser procesado y enviado al corazón como órgano receptor de sentimientos. El corazón siente, por eso se acelera con las emociones y altera su pulso rítmico. En el caso de la música pura, el mundo abstracto de los sonidos, sin ningún elemento añadido que distraiga o descontrole la atención, supone el arte excelso para motivar el espíritu. Ese placer sin paliativos ni desvíos es un gran aliado para la memorización. Por eso, en general, el músico práctico joven despierta pronto su capacidad de memorizar si es que, claro está, siente verdadero entusiasmo. El entusiasmo es la clave para entrar en el camino de la facilidad. Es fácil lo que nos gusta, es difícil e insoportable lo que no nos gusta.

No es ningún disparate diferenciar la memoria artística, en general, del resto de las memorias, si bien la memoria musical tiene ciertas peculiaridades, como vamos a ver enseguida.

No obstante, no es desdeñable defender que, además de la diferenciación de la memoria artística de otro tipo de memoria, hay memorias muy concretas: memoria intelectual, memoria científica, memoria para los números o las matemáticas, memoria práctica...

La memoria musical, que entra por el oído con un sentimiento afectivo o de aceptación, hecho que se da incluso en el músico práctico, retiene la información en el cerebro con ese aditamento de afectividad, que es una ayuda auxiliar para la memorización.

De ahí se deduce que el placer, que es una vertiente del amor apasionado, facilita un tipo de memoria. Memorizamos aquello que nos gusta más, que amamos más.

Sin entrar en disertaciones especulativas o científicas, lo que se va a tratar aquí es la Memoria Musical desde los postulados de una larga experiencia personal, y, sobre todo, desde una observación de innumerables comportamientos de los discentes en el aula, personas, todas ellas, de diferentes edades y circunstancias.

La memoria musical, en general, salvo casos muy específicos, está muy relacionada con la facilidad concreta por el arte de los sonidos.

El amor por las cosas facilita la curiosidad por las mismas, y, al propio tiempo, activa la concentración, que es la clave para una primera retención: Deseo de saber-excitación de la Curiosidad-Observación-Concentración-Retención-Reproducción.

Así es la cadena: el deseo de saber excita la curiosidad, ésta, a su vez, excita la observación, cuando se siente que no se observa lo suficiente, se agudiza la concentración, ésta ayuda a la retención o memorización, y una vez memorizado el dato es fácil reproducirlo, a no ser que se tenga dificultad de comunicación, lo que ya entra dentro de otro tipo de problemas.

En música, no obstante, hay que diferenciar dos memorias: las del instrumentista y la del cantante. El instrumentista tiene una serie de problemas, el más complejo es el de la coordinación de lo que memoriza con la pasmación de movimientos mecánicos en el desarrollo de la técnica instrumental. El cantante, por el contrario, su forma de memorizar es de la mente a la palabra, aunque también tenga que poner en juego la compleja técnica de la voz.

En el caso de los cantantes, la primera cuestión para memorizar con corrección es la comprensión total de la expresión del texto, sea en la lengua del cantante o en una lengua extranjera, para lo que es aconsejable la lectura amorosa del texto sin la melodía. Una recreación visual del sentido del texto ayudará a memorizar de manera inapreciable, por cuanto al reproducir el texto archivado en su cerebro, tendrá como guía la visualización de la imagen inventada.

La segunda cuestión será una exhaustiva lectura bien solfeada, haciendo hincapié en las partes, incluso subdividiendo cada parte, si ello fuera necesario, con la ayuda auxiliar de marcar el compás como se hace en una clase de solfeo.

La tercera cuestión es la comprensión de la métrica de la palabra y su relación con la música, para lo que puede ser de gran ayuda pasear con movimientos rítmicos que tengan la misma división métrica y acentual que el texto a estudiar. No cabe duda que en la memoria que desarrolla el instrumentista hay una ayuda con el reparto de dedos (sobre todo si en la decisión de la digitación se emplea una lógica de reparto de dedos coincidentes con los acentos naturales y el de las frases) y los movimientos corporales de las extremidades periféricas superiores en contacto directo con el instrumento a través de los pulpejos (p.e. cruce de manos en instrumento polifónicos en caso necesario coincidiendo con acentos naturales).

No cabe duda que si el cantante es llevado por un director de coros, u orquesta en el caso del teatro, la métrica será marcada por dicho director, pero en caso de cantar en solitario, tendrá que memorizar previamente unos parámetros rítmicos que nadie le va a aportar.

La capacidad de la memoria es muy superior a lo que creemos. A veces descartamos la posibilidad de memorizar en general por el miedo a desgastar la memoria, o, mejor dicho, por temor a saturarla con una ocupación de datos innecesarios. O simplemente, no ponemos atención en la memorización de ciertos datos porque nos parecen innecesarios al carecer de un interés personal específico.

Sin embargo, está demostrado que el ejercicio de la memoria amplía las posibilidades de la misma, dado que ejercita sistemas mnemotécnicos que sirven de experiencia genérica para extrapolar a otras materias, objetos o necesidades que requieren ser memorizadas.

En música, hay personas que, en los comienzos de su carrera, demuestran cierta facilidad digital y, sin embargo, son incapaces de memorizar ninguna pieza musical, a pesar de lo expresado más arriba. Esta aparente contradicción tiene diversas raíces anómalas que hay que tratar con mucha delicadeza.

Hay un tipo de memoria auditiva, es decir, la que se podría calificar como que el oído ayuda a memorizar denominada vulgarmente “toca de oído”. Este tipo de memoria suele ser frecuente en algunos estudiantes cuando inician sus estudios. Es curioso observar como estas personas, conforme van teniendo más formación musical, su memoria se hace más racional, y pierden aparentes facultades, porque ya no les sirve la auditiva-intuitiva. Así es, empiezan a someter todo a un análisis racional y suelen pasar una temporada difícil hasta que vuelven a la normalidad de memorizar por la razón y no por el oído, aunque luego se verá como la memoria musical es un conjunto de memorias, pero equilibradas.

La memoria “de oído” la poseen incluso personas que no saben nada de música, personas que no leen la nomenclatura musical y que no tienen ni idea de lo que están tocando (relación de sonidos, situación de intervalos, relaciones métricas, tonalidades, enlaces de acordes, cadencias...) y, sin embargo, son capaces de interpretar un buen número de piezas o melodías que tienen archivadas en su memoria, reproduciéndolas, en general, con bastante seguridad y fidelidad al original.

Hay otra curiosidad muy importante en la memoria musical: la memorización de la melodía y la incapacidad para asociarla con el título y el autor. Incluso se puede reconocer el estilo o la época, pero sin relación con lo que es la pieza concreta.

Esta anomalía se da hasta en músicos profesionales, músicos que

cantan y cantan una melodía sin saber quién es el autor. ¿Se trata de una patología? Quizá no, es una simple disociación de interés: se da prioridad al interés artístico y no se le concede interés al intelectual.

Las personas que calificamos de despistadas, cuya concentración es muy escasa en la cotidianidad de sus actos (no saben dónde dejan las cosas, ni si han cerrado la puerta al salir de casa, se olvidan de las citas...) reaccionan ante la memoria musical de dos formas bien distintas:

- Acusan el mismo despiste al memorizar la música, leen mal, y reproducen con errores, que son casi incapaces de corregir. Son personas que pasan sus dedos infinidad de veces por el mismo pasaje, creyendo transcribir lo que leen, pero la mente no retiene ni una sola nota de lo que tocan.
- El caso de maravillosos intérpretes con una memoria prodigiosa, que memorizan todo a la primera, y sin embargo en ciertas personas se da el caso de ser incapaces de memorizar otros temas.

En el primer caso, la falta de memoria es una amnesia total, pero en el segundo es una clara disociación de temas. Intuyen la música y casi no tienen que memorizarla ¿Puede achacarse esta diferencia de memoria a un exceso de polarización en su arte y su profesión? Queda en el aire la pregunta: ¿Es una patología esta aptitud excepcional para memorizar la música y un despiste general para todo lo demás? Se dice que el genio artista está ausente, porque su cerebro está tan polarizado en su arte que el resto no existe para su interés y observación. Canta sus melodías, repite interiormente lo que está estudiando... está totalmente absorto en su arte.

Las personas inseguras tienen miedo a memorizar ante el temor de perder la memoria en los momentos críticos que más la tengan que necesitar. Ya estamos ante un tipo de patología.

Las personas nerviosas también sufren algún tipo de amnesia musical. Este tipo de patología podría tener alguna relación psicológica, pero en realidad tiene un origen fisiológico. En estos casos hay una reacción biológica natural: los ciclos cerebrales se activan de forma acelerada, y, a su vez, producen una reacción anómala metabólica y del tiroides, con el perjuicio añadido de la reducción de la capacidad respiratoria. Aquí tenemos un claro exponente de los grandes beneficios de la buena respiración.

PATOLOGÍA DE LA MEMORIA

- Inseguridad.
- Nervios.
- Exceso de responsabilidad.

El exceso de responsabilidad es una patología que el profesor tiene que corregir con mucha habilidad. Las personas excesivamente responsables pueden ser muy desgraciadas, porque su insatisfacción no siempre responde a una realidad de imperfección.

PROBLEMAS PSICOLÓGICOS DE LA MEMORIA

- Cuando la inseguridad se convierte en obsesión.
- Si los nervios no son corregidos a tiempo y derivan en una dificultad para la comunicación.

OTRO TIPO DE PATOLOGÍA DE LA MEMORIA

- Desinterés por memorizar.
- Falta de voluntad para estudiar.
- Fragilidad de carácter (creyendo que la partitura arropa).
- Salud enfermiza.
- Mala alimentación (insuficientes defensas).

El tercer punto del último cuadro es un fenómeno que se da en personas inseguras que merecen analizarse despacio. Son personas con miedo a la soledad de la actuación porque se sienten desprotegidas, y creen protegerse tocando con partitura, que en sí mismo es como un pequeño biombo de protección contra el auditor, y, a su vez necesitan de una persona a su lado que les pase las hojas, lo que para ellos es una manera de protección de un compañero o amigo que les ayuda a paliar la soledad. Por otra parte, el hecho de fijar la mirada en el papel, supone una concentración positiva en la partitura, desviando pensamientos de angustia, tales como “se me ha olvidado y voy a tener que parar”.

FÓRMULAS PARA CORREGIR LAS PATOLOGÍAS Y LOS PROBLEMAS PSICOLÓGICOS DE LA MEMORIA

- Ejercicios de respiración.
- Ejercicios de relajación.
- Ejercicios de previvencia de las actuaciones públicas.
- Experimentar la actuación pública con mucho tacto y sin agobios.
- Buscar la comunicación espiritual por encima de todo, disfrutando plenamente la actuación.
- El complemento de todo ello, se centra en el estudio de la memorización intelectual y racional, evitar la rutinaria.

El quinto punto del último párrafo es un largo trabajo en el que debe influir mucho el buen profesor, para aconsejar empezar a memorizar obras cortas y fáciles que no requieran mucho esfuerzo y empezar a ensayar con este mismo repertorio las actuaciones públicas. Conforme el alumno toma confianza en sí mismo, es más fácil empezar a preparar un repertorio más complejo y poco a poco vencer el miedo a interpretarlo en público, pero en todo caso, ejercitando una forma de memorizar analítica y racional, jamás abandonarse en la rutina de memorizar a base de repetir sin saber lo que se toca.

Parte de este consejo se puede aprovechar para los profesionales, en cuanto a empezar los conciertos con obras lentas y de poco esfuerzo de memoria para dar tiempo a calmarse y serenarse que, además, encontrará el estímulo de comprobar que todo va bien. Generalmente el repertorio renacentista no requiere mucho esfuerzo mental, así, además, se puede seguir la interpretación por orden cronológico de los autores, que es una programación lógica.

ESTÍMULOS PARA LA MEMORIA

- Deseo de comunicación.
- Personas que se crecen en público (el público como estímulo).
- Afán de lucimiento.
- Sentido equilibrado de la responsabilidad.

El público es y debe ser el exponente máximo de estímulo para el artista músico, como lo es para el actor o el narrador o el conferenciante.

Pero el público es, o supone, estímulo para la persona que desea

ardientemente esa comunicación espiritual, por cuanto el deseo palia el sentido de responsabilidad. Sin embargo, deja de ser estímulo para la persona que ese mismo público le supone un sentimiento de miedo, puesto que el miedo activa la inseguridad, la inseguridad activa, a su vez el nerviosismo, y la primera facultad que se afecta con la alteración nerviosa es la pérdida de memoria.

Aquí entramos en un cuadro de fenomenologías: un mismo público es estímulo para la persona segura, y, sin embargo, produce una sensación de angustia a la insegura.

Por eso el papel del profesor psicólogo es muy importante, para dar todas las técnicas que necesite el estudiante inseguro y corregir con delicadeza esta deficiencia.

Se da el caso curioso de personas tímidas, que necesitan la comunicación desde al ámbito espiritual, y encuentran una vía ideal de comunicación en la actuación, puesto que para ellas, a pesar de su timidez, el público es un gran estímulo.

No obstante, algunos de los elementos estimulantes para desarrollar la memoria pueden desencadenar en patologías. Una persona excesivamente engreída por el afán de lucimiento y de gustar, puede terminar siendo muy desgraciada si no consigue sus metas, pues el orgullo y la soberbia desmedidas son enfermedades del alma y su gravedad puede ser extrema.

De nuevo el profesor tiene que tener mucho tacto para guiar ese afán de lucimiento sin dejar que el aprendiz de artista caiga en el engreimiento. La satisfacción es legítima, pero el orgullo y la soberbia son patológicas. De ahí que lo que en principio puede ser positivo para ayudar a salir al escenario con seguridad y como un triunfador, puede derivar en una patología.

Nuevamente nos hallamos ante la necesidad de que el profesor sea un buen psicólogo, dado que en arte no sólo se transmite enseñanza técnica, si no que estando tan unida la personalidad artística de la humana, hay que cuidar ambas a la par en el período de formación.

PROCESO DE APRENDIZAJE

Si el profesor observa en el estudiante novel que no tiene memoria, debe trabajar esta parcela aconsejando al estudiante su ejercitación constante. Un niño con dificultad para memorizar, por ejemplo, hacerle memo-

rizar sólo un pentagrama de clase a clase, o un renglón, y con las manos separadas en los instrumentos polifónicos, depende de la capacidad que el aprendiz tenga para memorizar, pero que el discente entienda, por pequeño que sea, que tiene que hacer una práctica continua y diaria de esa parte del estudio como practicar la técnica o el repertorio. La memoria es una potencia del alma, hermosa porque da una impresión de lucimiento, pero es una cualidad, que si no se posee como condición natural, se puede mejorar. Con la práctica mejora. Sin ella se anula.

Es muy importante enseñar a estudiar a los niños, con guías y pauta que sirvan para memorizar por relación o referencias (por ejemplo: células temáticas, tono superior, progresiones ascendentes, repetición de un fragmento a la tercera inferior, cambio de tonalidad...). Es muy importante evitar la rutina.

En la época de estudiante es el profesor el que tiene que guiar el tipo y número actuaciones, ejercitando la memoria sin agobios. Empezar siempre por las de poca responsabilidad para ir aumentando progresivamente, y a la vista de los progresos, el grado de dificultad y responsabilidad, con el fin de que su práctica vaya generando confianza en la persona y placer en la comunicación.

No obstante, la persona nerviosa puede caer además, en crisis de pánico, para lo que es aconsejable, en la época de formación, que el profesor no le agobie y quite valor a esta incapacidad, que es factible de corregir. Si el alumno tiene alguna pérdida de memoria en alguna actuación, el profesor debe quitarle importancia para que entienda el problema como un accidente temporal, en lugar de que pueda desembocar en una obsesión.

Los problemas suelen ser mayores cuando se convierten en obsesiones o fobias. En el caso del músico práctico adulto y profesional, también tiene que aprender por si mismo a quitarle importancia a los accidentes circunstanciales de memoria, y buscar sus motivos en causas concretas: cansancio, falta de sueño, exceso de trabajo o de responsabilidad, alimentación inadecuada o insuficiente. Un problema temporal pequeño se puede convertir en un problema psicológico si no se aborta a tiempo.

Cuando la respiración es afectada por los nervios, la primera reacción es entrecortar su cadencia rítmica, y su fórmula respiratoria es clavicular, impidiendo que el aire llene la parte baja del tórax, el diafragma y los intercostales, es decir, toda la capacidad respiratoria pulmonar con los beneficios inmediatos que de ellos se obtiene.

La falta de aire adecuado se hace sentir no sólo en el cuerpo físico y si también en la mente. Llega menos oxígeno al cerebro y éste se frena en sus capacidades intelectivas: comprensión, concentración, expresión verbal y actoral, memorización...

El aire es tan importante para oxigenar el sistema nervioso, que hay que cuidar siempre las posturas del cuerpo. Un cuerpo mal colocado dificulta la buena respiración, y concatena la rigidez corporal con la mental, bloqueando los sistemas de concentración que son indispensables para la memoria.

El primer síntoma externo de esta patología se manifiesta en la palabra, que es acelerada y torpe. El resto de manifestaciones corporales son bien conocidas de todos: sudoración, taquicardia, sequedad de boca, lengua y garganta, temblor en dedos y piernas, aumento de la micción... es decir, la persona que lo sufre se siente acongojada y, de hecho, está afectada por una ligera intoxicación al no eliminar de forma equilibrada las toxinas de su organismo, es una intoxicación que por pequeña y circunstancial no deja de ser una enfermedad cuyos males restan lucidez a la persona y así es imposible concentrarse ni rendir con calidad.

Esta enfermedad temporal que sufre la persona nerviosa, si su profesión es la música, cuando se presenta en público tiene fatales consecuencias, pues la primera potencia que se resiente drásticamente es la memoria.

La musculatura también es afectada por los nervios, pues recibe menos oxígeno y empieza a gastar más glucosa y potasio, resistiéndose en una pérdida de fuerza y sensibilidad que se concreta en las extremidades periféricas, especialmente, superiores. Vulgarmente se definen los nervios como una descarga incontrolada de adrenalina, pero las reacciones internas son múltiples.

El pánico mayor que tiene el músico a fallar en la memoria es cuando actúa de solista con orquesta. En esos casos si que tienen que ser muy hábil, porque de lo contrario es una catástrofe, los demás siguen, el director oye que algo falla, y no sabe si parar o tratar de continuar hasta que el solista consiga agarrarse. Cuando se toca en recital, el problema es menor, porque el buen profesional siempre tiene recursos para seguir aunque sea improvisando, pero con orquesta hay que tocar todos conjuntamente.

La anomalía de pérdida de memoria que afecta a cualquier persona, cuando el hecho de presentarse en público pueda producir sensaciones de angustia, ansiedad, nerviosismo, inseguridad, timidez, observando, por

ejemplo, como el orador se queda en blanco y su verbo es torpe e impreciso, en el caso del músico práctico se convierte en una situación trágica.

La situación trágica del intérprete músico se centra en palpar el fracaso de que todo el trabajo llevado a cabo minuciosamente durante horas, días, semanas, meses y años se viene abajo en un momento, imposibilitado de controlar sus dedos en la práctica del ejercicio al que los había preparado, y, además, sentir que hay una absoluta falta de coordinación entre el pensamiento, la memoria y la reproducción a través de los dedos.

El organismo tiene siempre mecanismos de defensa, bien para seguir como se pueda, o en caso de llegar a situaciones límites y no querer sufrir más de abandono justificado, parece que se presenta una amnesia total: "no me acuerdo de nada, luego abandono la actuación y dejo de sufrir".

Cuántas veces las tendinitis que se justifican como un exceso de estudio, que abocan a una fatiga muscular, una gripe inoportuna, o una indisposición intestinal, no son más que autodefensas para evitar la actuación, y al día siguiente del concierto la enfermedad está superada.

Pero la realidad es que hay una interrelación entre el agarrotamiento muscular, por la falta de oxígeno y bajada de glucosa, y el cerebro que se afecta con una atrofia temporal, también ocasionada, claro está, por la pérdida de oxígeno, pero aún más, por el aumento de tensión nerviosa generado por el exceso de tensión, o agarrotamiento muscular, perdiendo la sensibilidad del tacto. Así pues, se dan dos patologías juntas: una de atrofia cerebral y otra de forma de pérdida de sensibilidad en el tacto por exceso de tensión.

La tensión muscular comunica tensión al cerebro. Pero, a su vez, la tensión emocional provoca un aumento de la tensión muscular, si no se sabe controlar la emoción. De ahí la extrema importancia de saber jugar laxitud y tonicidad. Hay una relación tan estrecha cerebro-cuerpo que el primero es el motor que manda órdenes a todo el organismo físico y cuando su capacidad de control es deficiente, la alteración es drástica porque falta el equilibrio que rige todo el campo simpático y parasimpático, es decir los miembros que actúan de forma autónoma y los que actúan regidos por el dominio de la voluntad.

A pesar de estas drásticas exposiciones de la patologías que pueden abocar a la pérdida de la memoria musical en general, no hay que asustarse. Todo tiene solución.

La memoria musical termina siendo un código más de los que emplea, y por tanto, con los que trabaja el artista músico práctico.

El músico práctico trabaja generalmente con varios códigos: uno para la mano derecha, que en los instrumentos polifónicos está escrito en una clave y es a la que le está encomendada la parte melódica, generalmente, la expresiva; siempre en los instrumentos polifónicos hay otro código para la mano izquierda que resuelve el sistema del bajo y el de la armonía, y por lo tanto se podría calificar de más racional, y está escrito, por lo común, en otra clave, y todavía hay instrumentos que emplean pedales con distintas funciones, como una nomenclatura que se anota en la partitura y que también hay que controlar, y, por tanto, memorizar.

Otro tipo de instrumentos, los de arco, tienen que sincronizar el paso del arco con la digitación de la otra mano sobre el diapasón, lo mismo que los guitarristas, que deben sincronizar la mano que afina sobre los trastes y la que tañe las cuerdas, y de igual manera los instrumentistas de viento, sincronizan la emisión del aire, la presión de los labios y la técnica de los dedos sobre las llaves. Todo un mundo de sincronizaciones de infinita precisión.

Resumiendo, casi todos los músicos trabajan con dos o tres códigos que hay que sincronizar perfectamente en una memorización que tiene que ser controlada con toda precisión para que el sonido se produzca en el espacio y tiempo precisos y con intervalos y procesos rítmicos puntuales.

Pero de la misma manera que se va controlando el desarrollo técnico con precisión, agilidad, expresión y otras calidades y cualidades, la memoria también se practica hacia una mejora de sus peculiaridades, es decir, en su totalidad. Y todo ello se consigue de la misma manera que hay fórmulas para controlar los nervios, que son su mayor enemigo.

Ahí es muy importante la labor del profesor en la época de formación, porque debe guiar el proceso de la memoria como una práctica más que tiene sus técnicas de estudio y desarrollo, y sobre todo, tiene que cuidar las patologías producidas por afecciones psicológicas.

AFECTACIONES TEMPORALES DE LA MEMORIA DE LAS QUE NO HAY QUE ASUSTARSE:

- Por respiración incorrecta.
- Por falta de concentración.
- Por falta de control mental y físico, trasladando tensiones de la mente al cuerpo y viceversa.

- Por exceso de cansancio.
- Por falta de descanso y sueño.
- Por exceso de responsabilidad temporal.
- Por patologías de hiperresponsabilidad.
- Por alimentación inadecuada o insuficiente.
- Por estar bajo de defensas.

A pesar del cuadro anterior, la respiración es la clave que remedia casi todos los males cuando el resto de la vida es sana y ordenada, pues mantiene el equilibrio psicosomático, evitando tensiones musculares que abocan el agarrotamiento, que, a vez, trasladan preocupación a la mente.

Pero, además, el control mental y físico supone, sobre todo, el dominio de la mente para memorizar todo puntualmente y, al mismo tiempo, mandar y regir rigurosamente los movimientos que la mente memoriza y coordina con rigurosa sincronización con la transcripción musical, es decir controla los movimientos psicomotrices.

Las Técnicas ARLU dedican la necesaria atención al *Control Mental y Físico, así como a la Respiración, fórmulas inapreciables para la vida sana del músico.*

LA MEMORIA PUEDE MEJORAR

- Aprendiendo a respirar.
- Aprendiendo sistemas de autocontrol físico y psíquico.
- Aprendiendo técnicas de concentración.
- Aprendiendo a gozar con la práctica del arte.
- Aprendiendo a controlar el deseo de la comunicación de sentimientos.
- Viviendo de forma sana y ordenada.

IMPORTANTE

- Analizar las causas que han provocado la pérdida de memoria.
- Olvidar el incidente para no obsesionarse.
- Aprender ejercicios de previvencia de actuaciones críticas.

El último punto merece analizarse de forma independiente, por cuando la sorpresa, ni siempre es grata, y sus efectos más inmediatos son

la angustia o ansiedad, cortando la respiración, con todos los inconvenientes añadidos que ello acarrea.

En efecto, en cuanto a una situación se le quita la carga negativa de novedad, el ser se siente más cómodo ante lo conocido, y las probabilidades de éxito son mayores porque no hay ningún nerviosismo que le altere la capacidad de recordar. Es decir, la memoria fluye con toda normalidad. No cabe duda que hay personas a las que la novedad supone un gran estímulo y ello hace que mejoren su conducta general, pero estas personas son casos especiales.

La Memoria Musical tiene tantas capacidades que si se trabaja de una forma correcta, empleando la reflexión y el análisis, casi es imposible que pueda fallar, y sólo fallará de forma accidental, pero eso es tan infrecuente, que el joven músico tiene que llenarse de seguridad, seguridad, claro está, que tiene que partir de la buena pedagogía.

CAPACIDADES DE LA MEMORIA MUSICAL

- AFECTIVA
- MELÓDICA
- ARMÓNICA
- ESTRUCTURAL
- VISUAL
- PSICOMOTRIZ
- DIGITAL
- En algunos instrumentos, además, memoria de pedales, es decir, con los pies.

Por eso es tan importante el estudio de mesa analizando minuciosamente la partitura previo trabajo con el instrumento para hacer un aprendizaje racional desde el principio, puesto que ayuda a montar mejor la obra y a memorizarla con seguridad.

Claro que hay personas con tanta facilidad de memoria que no piensan para memorizar ni para reproducir. Esta facilidad no es más importante que las distintas facilidades y disposiciones para la música: facilidad de dedos, musicalidad, sensibilidad, temperamento... por lo general, las personas con facilidad para la música (dedos hábiles y sentido musical) tienen también facilidad de memoria. El placer que sienten al comprobar cómo

fluye de normal el proceso de aprendizaje musical acelera, igualmente, la actividad de la memoria. Hemos mencionado el verbo clave que facilita la profesión musical del intérprete: gozar. Gozar al estudiar y gozar a interpretar en público. De ahí que siendo la melodía instrumental un canto, haya la necesidad de cantar. Cantar para aprender con el fraseo justo, respirando de forma fisiológica en coordinación con la música. Cantar interiormente, mientras se interpreta (primero en casa, como disciplina, y luego en público para recrearse en la belleza de la melodía y desviar cualquier otro pensamiento, porque el canto interno ayuda a mantener el ritmo justo, pues uno de los males peores ante el público, es que los nervios aceleran todo el organismo y con esa aceleración se toca más deprisa, pero como se han codificado durante el estudio movimientos físicos más lentos (notas, expresiones, respiraciones...) el cerebro no responde a la mayor velocidad impuesta por el nerviosismo y el no responder los dedos y respirar peor por la sensación de angustia, aboca a la catástrofe.

En las *Técnicas ARLU*, tratado ya publicado y del que soy autora, ofrezco muchos y pormenorizados consejos sobre técnicas de estudio y memorización, así como técnicas para activar la concentración y conseguir el autodomínio suficiente para controlar de forma eficaz el proceso de aprendizaje, y el talante ante el público.

Una persona normal no puede fallar todas esas formas de memoria al mismo tiempo, lo que tiene que infundir una gran seguridad.

M^a Rosa Calvo-Manzano