

Voz y Corporalidad

Una propuesta pedagógica holística para el estudio del canto

Susana Caligaris¹ y Philip Salmon²

1 Instituto Superior de Música (FHuC-UNL). Argentina

2 Royal College of Music. Londres, UK

En este trabajo de Comunicación, proponemos el desarrollo de una metodología para la enseñanza del Canto, a partir de principios de integración de procesos cognitivos, basada en la interacción creativa entre maestro y estudiante, en lo que denominamos una *propuesta pedagógica holística*. En ella, consideramos el ser en su totalidad, y promovemos un trabajo integrador de los múltiples aspectos que conforman la individualidad. Sostenemos que el reconocimiento y desarrollo de la propia voz, asumiendo la propia identidad vocal, es el punto de partida que conduce a la verdadera vocalidad. A partir de estas ideas, proponemos una serie de objetivos y recursos basados en la interacción entre los distintos aspectos corporales, vocales y psicológicos, tendientes a trascender la percepción fragmentada de los mismos, con miras a contribuir al desarrollo de recursos técnicos e interpretativos integrados entre sí, propiciando una actitud proactiva en el estudiante y el maestro. Incluimos en este trabajo los resultados de nuestra investigación Hacia el concepto de *voz incorporada*, en base a los cuales aportamos algunas conclusiones en relación a la implementación de esta metodología. Nuestra propuesta nos permite fomentar el desarrollo de la creatividad inherente a la actividad de todo intérprete.

PALABRAS CLAVE

Voz, corporalidad, cognición, proactividad, interacción creativa.

~

Caligaris, S. y Salmon, P. (2019). Voz y Corporalidad. Una propuesta pedagógica holística para el estudio del canto. En M. A. Ordás, M. Tanco e I. C. Martínez (Eds.), *Investigando la experiencia, la producción y el pensamiento acerca de la música. Actas de las Jornadas de Investigación en Música* (pp. 11-16). La Plata: Laboratorio para el Estudio de la Experiencia Musical (LEEM), Facultad de Bellas Artes, Universidad Nacional de La Plata.

TRABAJO DE COMUNICACION

presentado en las Jornadas de Investigación en Música: Experiencia, producción y pensamiento. La Plata, 15 y 16 de noviembre de 2018.

Editado por:

M. Alejandro Ordás,
Matías Tanco e
Isabel C. Martínez
LEEM-FBA-UNLP

Correspondencia:

Susana Caligaris
susanacaligaris@yahoo.com.ar
Philip Salmon
pstenor@gmail.com

Sesión temática:

Experiencia musical: Cognición Corporeizada

La interacción creativa entre maestro y estudiante como base de un proceso pedagógico en el Canto, que definimos como holístico, implica trabajar con la totalidad del ser: Los aspectos fisiológicos, emocionales, psicológicos, somáticos, sensitivos, propioceptivos y cognitivos son materiales a partir de los cuales ambos modelan artísticamente una vocalidad. La adopción de un punto de vista pedagógico holístico como base para el desarrollo de una metodología, nos conducirá al equilibrio de esa interacción (Beltramone, 2016; Chapman, 2014; Porges 2017). El maestro deberá facilitar el acto de cantar evitando la entropía conceptual (Alessandroni 2014). Nuestra experiencia como profesores de canto demuestra que la aplicación de técnicas pedagógicas integradoras de los distintos procesos cognitivos, optimiza la actitud física, psicológica y el rendimiento vocal, materializando poco a poco el objetivo fundamental de todo cantante: La expresión artística (Salmon y Caligaris, en prensa). Hemos determinado un lineamiento de trabajo a partir de determinadas premisas, acciones y recursos propuestos:

PREMISAS DE TRABAJO

Concientización

La naturaleza vocal de cada ser humano es única irrepetible; sin embargo, las influencias externas y las propias búsquedas (muchas veces inconscientes) de lograr sonoridades y formas de emisión preconcebidas, hacen necesario un proceso de liberación vocal que debe darse progresivamente a medida que, incorporando nuevos recursos, el estudiante logra percibir y reconocer su propia naturaleza, características y posibilidades vocales.

Pensamiento proactivo

Es necesario favorecer una actitud mental en relación al trabajo vocal que se caracterice por el control de la conducta de un modo activo, con capacidad de anticipación, de toma de decisiones y desarrollo de acciones enriquecedoras, lo cual ayudará a superar vulnerabilidades y actitudes refractarias.

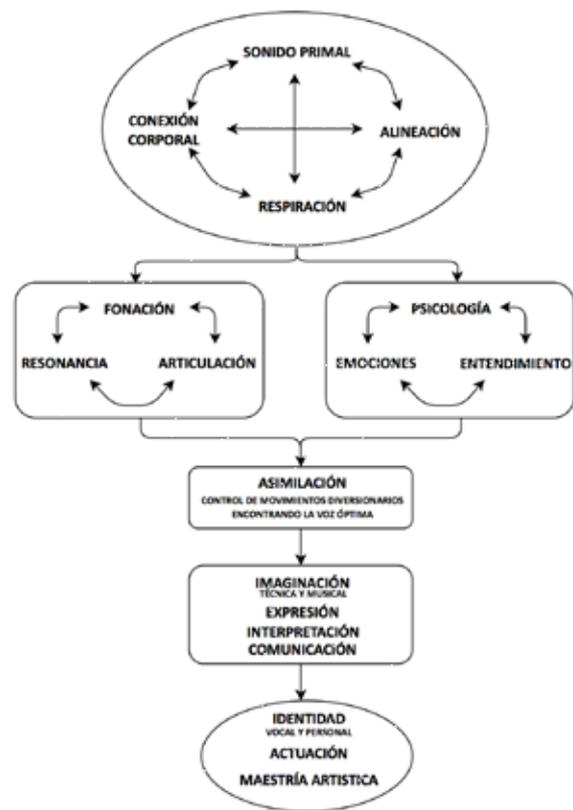
Concentración y determinación

A partir del desarrollo de una profunda autopercepción, propender a una sólida conexión entre cuerpo y mente, concientizando el bienestar físico y psíquico que conlleva la sana y correcta emisión vocal.

Unificación de recursos

Promover la comprensión de los elementos técnicos como codificación de ideas expresadas en forma de herramientas, estableciendo estrategias de trabajo que permitan la unificación de recursos técnicos e interpretativos (Salmon y Caligaris, en prensa).

Tal como se expresa en la Figura 1, partimos de elementos constituyentes como lo son la respiración, el sonido primal, basal o fundamental, la alineación (utilizamos este término en lugar de *postura*), y la conexión corporal (utilizamos este término en lugar de *apoyo*).



Philip Salmon, Susana Caligaris 2018

Figura 1. Hacia la Voz Incorporada: un modelo del proceso de cantar. © Philip Salmon, Susana Caligaris, 2018. Desarrollado a partir de Janice Chapman, 2014.

La interacción entre estos aspectos, forma un círculo de realimentación continua. El desarrollo progresivo de la respiración, la articulación y la resonancia, repercuten en el desarrollo de la fonación, conformando un nuevo círculo de realimentación. Paralelamente, el entendimiento de los propios procesos, impacta en el mundo

psicológico y emocional, en un nuevo círculo de realidad. Estos dos círculos se influyen permanentemente en la evolución de capacidades, desembocando en un estadio de asimilación de conductas. En este punto, liberado el sistema de movimientos diversionarios innecesarios (que surgen de inhibiciones corporales y psicológicas), logramos el encuentro con la voz óptima, es decir, la voz verdadera.

La imaginación (tanto para entender y aplicar la técnica como para dar vida a la música), y la vivencia de la propia corporalidad, permiten acceder a un acervo de recursos que determinan una cada vez mayor capacidad expresiva, interpretativa y comunicacional. En la evolución de estos procesos, van apareciendo tanto la identidad vocal (con implicancias en la identidad personal), como la capacidad de actuación y maestría artística como intérpretes.

Siendo cada clase un *laboratorio vocal* en el cual trabajamos para encontrar nuestro propio sonido, es fundamental que, a través de la compenetración con la propia emisión y el cuerpo en su totalidad, podamos entender nuestra voz.

Es importante considerar que muchos de los aparentes problemas deben ser tratados sencillamente como trabajo a realizar, y objetivos a lograr, promoviendo internamente la liberación de ideas limitantes (Salmon y Caligaris, en prensa).

Por lo tanto, cada clase debe constituir un microcosmos, representando en las acciones de cada encuentro de trabajo, el proceso integral planificado en mayor medida a mediano o largo plazo.

RECURSOS PROPUESTOS

Ejercitación multifuncional

Vivenciando que sonido, respiración y postura constituyen una unidad indivisible, propiciar distintas formas de trabajos corporales en los cuales se integran estos tres aspectos, reconociendo la conexión existente entre ellos (Porges, 2017), al mismo tiempo que desarrollándolos en forma integrada. Acercarnos a nuestro sonido a través de trabajos liberadores de la respiración y postura. Partiendo de la forma en que se conectan las distintas partes del cuerpo en relación a la voz, generar modificaciones posturales permitiendo la optimización de recursos.

Organización del cuerpo a partir de la inspiración

Considerando la inspiración como el momento de preparación del instrumento, desarrollar la capacidad de alineación del mismo en sus distintas partes, estableciendo el eje corporal a partir de la estabilización progresiva del propio centro de gravedad corporal. Simultáneamente, el ingreso de aire se trabajará en relación a la preparación y ubicación que necesitan las distintas partes del cuerpo involucradas en la producción del sonido.

Percepción de la exhalación controlada (o activa), durante la fonación

Es fundamental comprender que, durante la fonación, el comportamiento del aire funciona de un modo distinto que cuando se produce la exhalación sin sonido. Este mecanismo, que se produce naturalmente durante el habla o el canto espontáneos, debe ser reconocido para poder profundizarlo posteriormente en función de las demandas propias de la voz cantada, lo cual implica una elaboración y un desarrollo a nivel de impulso respiratorio asociado a la producción del sonido vocal.

Identificación de la interacción entre el impulso respiratorio y la base articulatoria

Entendiendo que el desarrollo de la vocalidad se basa en mecanismos naturales, los cuales deben adaptarse, ampliarse y transformarse en función de exigencias vocales que trascienden los parámetros básicos de tesitura, volumen, intensidad, etc., es necesario desarrollar paralelamente un sistema de impulso respiratorio en conexión y equilibrio con una base articulatoria que permita la estabilidad vocal en términos de libertad laríngea, resonancia y proyección plena.

Aplicación a la obra musical

Trabajar los distintos recursos mencionados en función de la obra musical es lo que determinará la asimilación integrada de los mismos. Por eso es importante trabajar desde el comienzo sobre las obras musicales, siempre adecuadas al nivel de cada estudiante, aún si en un primer momento éste no se encuentra en condiciones de encararlas en su totalidad, ya que es necesario que en el momento en que los recursos comienzan a ser comprendidos, puedan traducirse inmediatamente en ideas musicales. En los comienzos se tratará de ideas sencillas,

pero la sensibilización ante los recursos obtenidos progresivamente determinará una mayor capacidad de interpretación musical. También es posible tomar frases o motivos fuera del contexto musical para ubicarlas en un contexto de trabajo personal, en el cual, seguramente la musicalidad aparecerá. Este proceso implica una compenetración cada vez más fuerte entre técnica e interpretación, en un estadio superador e incluyente de ambos conceptos.

Como podemos apreciar en la Figura 2, partimos de la idea de que cada individuo cuenta en sí mismo con una serie de habilidades, recursos y capacidades que consti-

tuyen su aspecto intrínseco. A esto se va adicionando a lo largo de la vida, un cúmulo de condicionamientos que lo hacen asumir algunas características ajenas, con las que se siente identificado, adoptando conductas introyectadas, y dando lugar a un acervo extrínseco conformado por conocimientos y recursos aprendidos, prejuicios adquiridos, límites impuestos desde el exterior, etc.

El trabajo vocal deberá basarse principalmente en la percepción y desarrollo de los aspectos intrínsecos, comprendiendo su mundo interno, promoviendo su reconocimiento y aceptación (Macintyre, Schnare, y Ross, 2018).

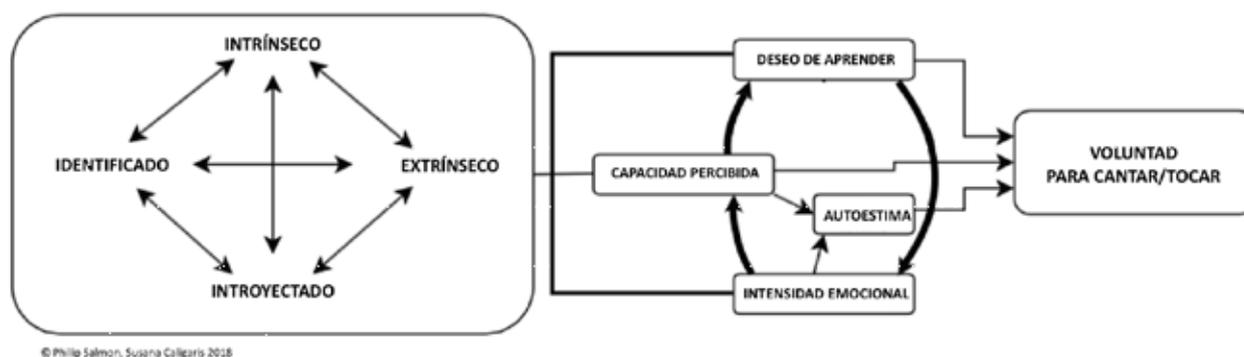


Figura 2. Autodeterminación y consecuencias: Un modelo © Philip Salmon, Susana Caligaris, 2018. Desarrollado a partir de Macintyre, Schnare, y Ross, 2018.

Este primer paso, dará lugar a la percepción de las capacidades propias, lo cual producirá una mayor motivación y deseos de aprender, fortaleciendo la autoestima y desembocando en una mayor determinación en el ejercicio de la voluntad para cantar.

RESULTADOS DE NUESTRA PROPUESTA

Hemos demostrado en nuestro trabajo *Hacia el concepto de Voz Incorporada* (Salmon y Caligaris, 2018), resultados positivos de nuestro enfoque, los cuales pueden observarse en la Figura 3.

Uno de los objetivos fue evaluar el grado de asociación entre la percepción de los cambios que el maestro y los estudiantes experimentan en el contexto de las clases de canto. El otro fue establecer un método sencillo para cuantificar nuestras percepciones cualitativas, evitando subjetividades.

Método

Se ubicó a treinta y seis estudiantes en una clase magistral, como participantes activos y observadores a la vez.



Figura 3. Hacia el concepto de Voz Incorporada: Promedios de percepción de cambio durante una clase magistral.

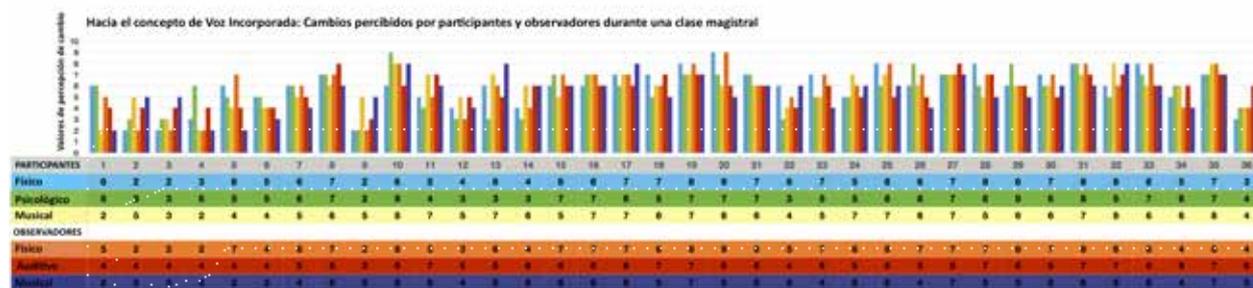


Figura 4. Hacia el concepto de Voz Incorporada: Cambios percibidos durante una clase magistral.

Se les solicitó que calificaran en una escala partiendo de 0 (cero) a +/- 10 (diez), la percepción de los cambios experimentados en sí mismos, y observados en los demás estudiantes. Las respuestas fueron analizadas buscando una asociación entre las dos categorías.

Resultados

Además, una notable correlación entre los cambios percibidos y observados, coincidentes con nuestras propias observaciones como docentes y un rango de variación menor a lo esperado. No se registraron resultados negativos.

Conclusiones

El establecimiento de un enfoque integral y coordinado para la enseñanza del canto, adecuado a cada individuo, tiene un efecto consistentemente beneficioso sobre el resultado. Los estudiantes se sintieron y cantaron mejor.

Síntesis y reflexiones

En el estudio del Canto es esencial establecer el equilibrio de los elementos involucrados que hemos mencionado, facilitando procesos, en un contexto adecuado y con especificidades propias para cada estudiante.

Los recursos técnicos constituyen un sistema de racionalización y organización físico y psíquico que se establece paulatinamente de un modo integrado a través de una labor continua. Los logros se dan en forma progresiva, pero una mirada integradora, unificando conceptos aparentemente fragmentados, permite obtener resultados en forma instantánea. Es importante tener en mente la totalidad de los aspectos a trabajar: respiración, impulso, sonido, línea, fraseo, ligado, dinámica, articulación, pronunciación, discurso. La compenetración con un enfoque técnico integrador, promueve el desarrollo de la estabilidad psicológica. A lo largo del trabajo aparecen momentos de luz: Son aque-

llos en los cuales el propio instrumento nos da cuenta de determinados logros en forma de reacciones positivas. Son llaves de acceso a destrezas adquiridas. Es importante capitalizar conscientemente esos momentos. Los elementos técnicos deberán trabajarse de un modo superador de conflictos conceptuales. Surgirán nuevas sensaciones como producto de una elección personal. Esto se relaciona con las diferentes formas de interpretación en la medida en que vayamos eligiendo liberar nuestra voz despojándonos de movimientos y gestos inadecuados.

A partir de estas ideas, nos resulta inconsistente el conflicto entre canto clásico y popular, considerando que el mismo tiene su origen en miradas deformantes de la verdadera naturaleza vocal.

Ubicarse proactivamente permite la percepción integradora del cuerpo como instrumento. Esto supone desarrollar la capacidad mental de anticipación, para ejercer la propia voluntad de acción. Relacionar voz y cuerpo, controlando vulnerabilidades y limitaciones, permite contactar con nuestro mundo interior.

El estudio del canto a partir de estas premisas, nos lleva a descubrirnos a través de la música generada por nuestra voz, canalizando a través de ella distintos aspectos de nuestra personalidad, convirtiéndonos en creadores a través de nuestra propia interpretación.

REFERENCIAS

- Alessandrini, N. (2014). *Las expresiones metafóricas en pedagogía vocal*. La Plata: GITEV.
- Beltramone, C. (2016). *Aportes para repensar el rol del movimiento y la corporalidad en técnica vocal*. La Plata: GITEV.
- Chapman, J. (2014). *Singing and teaching singing: a holistic approach to classical voice*. London: Plural Publishing Inc.
- MacIntyre, P. D., Schnare, B., y Ross, J. (2018). Self-determination theory and motivation for music. *Psychology of Mu-*

- sic*, 46(5), 699–715. doi: 10.1177/0305735617721637
- Porges, S. W. (2017). *The polyvagal theory*. N.Y. and London: W.W. Norton and Co.
- Salmon, P. y Caligaris, S. (2018) Towards the concept of the embodied voice. En R. Parncutt y S. Sattmann (Eds.), ICMPC15/ ESCOM10: *Abstract book (electronic)*, (p. 438). Graz, Austria: Centre for Systematic Musicology, University of Graz.
- Salmon, P. y Caligaris, S. (en prensa). La voz incorporada. En N. Alessandrini, C. Beltramone, y B. Torres Gallardo (Eds.) *Vocalidades. Debates interdisciplinarios en la contemporaneidad*. La Plata: GITEV.