

EXTRACTO DE NUESTRO CATALOGO GENERAL  
PEDAGOGIA MUSICAL

**ARENOSA / OLIVER / PILDAIN**

Lenguaje Musical. Preparatorio.  
Lenguaje Musical. Preparat. (cass.).  
Lenguaje Musical, 1.  
Lenguaje Musical, 2.  
Lenguaje Musical, 3.

**BARCE, R.**  
Fronteras de la música.

**BARRIO, A.**  
Tratado de entonación, 1.  
Tratado de entonación, 2.  
Tratado de entonación, 3.

**BLANES, LUIS**  
Teoría y práctica de la Armonía Tonal, 1.  
Teoría y práctica de la Armonía Tonal, 2.

**BLANQUER, A.**  
Técnica del contrapunto.

**BLAUKOPF**  
Sociología de la Música. (Trad. R. Barce.)

**CHENOLL, JOSE**  
El trombón. (historia, técnica, etc.).

**DE PEDRO / SANCHEZ**  
Manual de Ornamentación Barroca.

**ERSHESMSKI**  
Psicología de la dirección.

**ESCUDERO, M. PILAR**  
Educación Musical, Rítmica y Psicomotriz.

Cuentos Musicales  
ABC de la música (para EGB).  
Pedagogía musical, I (para EGB).  
Pedagogía musical, II (para EGB).  
Pedagogía musical, III (para EGB).  
Educación musical, 2.

Educación de la voz, 1.  
Educación de la voz, 2.

Educación de la voz, 3.  
ABC de la flauta dulce (para EGB).

Flauta dulce, I (para EGB).  
Flauta dulce, II (para EGB).  
Flauta dulce, III (para EGB).

**HABA, ALOIS**  
Nuevo tratado de armonía. (Trad. R. Barce.)

**IBÁÑEZ / CURSA**

Cuadernos de Música, 1 A  
Cuadernos de Música, 1 B  
Cuadernos de Música, 1 C  
Cuadernos de Música, 2 A  
Cuadernos de Música, 2 B  
Cuadernos de Música, 2 C  
Cuadernos de Música, 3 A  
Cuadernos de Música, 3 B  
Cuadernos de Música, 3 C

**LLACER PLA**  
Guía analítica de formas musicales para estudiantes.

**LOPEZ DE ARENOSA, ENCARNACION**  
Ritmo y lectura, 1.  
Ritmo y lectura, 2.  
Ritmo y lectura, 3.  
Dictado Musical. (Introducción 1.º y 2.º niveles). Libro del profesor.

Dictado Musical. Cuaderno I melódico.  
Dictado Musical. Cuaderno I rítmico.  
Dictado Musical. Cuaderno II melódico.

Dictado Musical. Cuaderno II rítmico.  
Solfeo en canciones.  
**LOPEZ ARTIGA, A.**  
Escuela del bajo cifrado.

**MURCIA, MATILDE**

Formación Musical, 1.  
Formación Musical, 2.  
Didáctica de la Música.

**NEUHAUS, H.**  
El arte del piano.

**PERSICHETTI**

Armonía del siglo XX.

**PISTON, W.**  
Orquestación. (Traducción R. Barce.)

**REGER, MAX**  
Contribuciones al estudio de la modulación. (Traducción y prólogo de Ramón Barce.)

**SANDOR**  
La educación musical en Hungría. (Revisión española de Manuel Angulo.)

**SCHOENBERG, A.**  
Tratado de armonía (Ramón Barce).  
Rúst.

**SIERRA, FELIX**  
15 Lecciones de Solfeo Interválico, nivel medio.  
15 Lecciones de Solfeo Interválico, nivel superior.

Lecciones de Entonación, 1.  
Lecciones de Entonación, 2.  
Lecciones de Entonación, 3.

**SPOSOBIN, L. B.**  
Teoría de la Música.

**TIMAKIN**  
Preparación del Pianista.

**TORRES / GALLEGOS / ALVAREZ**  
Música y Sociedad (para BUP). (Encyclopédia Musical.)

**WILLIART, CAMILO**  
Tratado de Acompañamiento.

**LIBROS SOBRE EL CANTO.**

**AIZPURUA, P.**  
Teoría del conjunto coral.

**BERGANZA, TERESA**  
Flor de Soledad y Silencio (Ed. Rust.).  
Flor de Soledad y Silencio (Ed. Lujo).

**BRAVO, M.**  
Carmina Burana (Libreto Bilingüe).

**ESCUDERO, P.**  
Educación de la voz, 1.  
Educación de la voz, 2.  
Educación de la voz, 3.

**REGIDOR, R.**  
Temas del canto, I.  
Temas del canto, II.  
El holandés errante.  
El anillo del Nibelungo.  
Tristán e Isolda.

**SOPEÑA, F.**  
El nacionalismo y el lied.

**LIBROS DE INTERÉS MUSICAL**

**FERNANDEZ CID, A.**  
Cien años de teatro musical en España.  
Festivales de música en el mundo.

**BIOGRAFIAS**

**BERGANZA, TERESA**  
Flor de Soledad y Silencio (Ed. Rust.).  
Flor de Soledad y Silencio (Ed. Lujo).

**RUIZ TARAZONA, A.**  
Albéniz.  
Bach.  
Beethoven.  
Brahms.  
Chopin.  
Debussy.  
Falla.  
Granados.  
Grieg.  
Haydn.  
Liszt.  
Mahler.  
Mendelssohn.  
Mozart.  
Rachmaninoff.  
Schubert.  
Schumann.  
Tchaikovsky.  
Verdi.  
Wagner.

**VAYA PLA**  
Rodrigo, su vida y su obra.

# VIOLIN

Violín-Seis lecciones con Yehudi Menuhin

seis  
lecciones  
con



YEHUDI MENUHIN

DEAL

RM

R. M. 12-1.011



Real Musical

Teléf. 241 30 07/8/9 - 241 31 05/8  
C./ Carlos III, n.º 1 - 28013 MADRID



# VIOLIN

---

SEIS LECCIONES CON  
YEHUDI MENUHIN



*A mi querida Diana, sin la cual nunca habría conocido el descanso y la paz mental, esenciales para este libro, y que conoce el precio de compartir a su marido con esa otra Señora, el Violín*

Versión española de: **ALICIA SANTOS**

© 1987 de la versión española para todos los países by REAL MUSICAL Editores . Madrid (España)  
Editor Propietario:

©Yehudi Menuhin 1971  
First published in 1971 by Faber Music Ltd  
3 Queen Square, London WC1N 3AU  
First published in Faber Paperbacks in 1981  
Printed in Great Britain  
by Whitstable Litho Ltd  
Diagrams drawn by Betty Maxie  
All rights reserved

Imprime. Gráficas Martín  
Añafil, 5 28026 Madrid  
ISBN 84-387-0211-2  
Depósito Legal: M. 27243-1987

## INDICE

---

Nota del editor	10
Agradecimientos	11
Introducción	12
<i>Lección I</i>	Ejercicios Generales Preparatorios
<i>Lección II</i>	Ejercicios Preparatorios - Mano Derecha
<i>Lección III</i>	Ejercicios Preparatorios - Mano Izquierda
<i>Lección IV</i>	Movimientos del Arco
<i>Lección V</i>	Movimientos de la Mano Izquierda
<i>Lección VI</i>	Ambas Manos Juntas
<i>Apéndice I</i>	Práctica Diaria y Ejercicios de Calentamiento
<i>Apéndice II</i>	Cuidado del Violín y el Arco

## NOTA DEL EDITOR

---

Este libro surgió de las seis películas denominadas "Violín", realizadas por James Archibald y Asociados con Jehudi Menuhin para la Compañía Argo Record. Las películas, cada una de ellas de una duración aproximada de veinticinco minutos, fueron realizadas en la Escuela de Música Yehudi Menuhin, con un pequeño grupo de niños de diferentes niveles técnicos. Cada película representa una clase sobre un aspecto particular de la técnica del violín, y está realizada en un estilo documental de modo que la audiencia reciba el beneficio de una lección espontánea del Sr. Menuhin. Los capítulos de este libro corresponden a las seis lecciones de las películas, y las materias de cada una de ellas han sido ampliadas y explicadas con ejercicios adicionales y diagramas ilustrativos.

## AGRADECIMIENTOS

---

Los siguientes seis capítulos sobre los principios básicos de la técnica del violín deben mucho de su inspiración y evolución a mi Escuela, fundada en 1963. Allí en los últimos años la experiencia recíproca y el privilegio de aprender y enseñar ha cambiado mi modo de vida.

Obviamente no puedo mencionar aquí a cada uno —niños y profesores, lo mismo que el gran número de fuentes que hay detrás— de quienes han contribuido a mis convicciones y actitudes; pero con respecto a la publicación de este método, debo reconocer mi deuda y expresar mi gratitud a Peter y Margaret Norris. A Peter le estoy agradecido por su ayuda con los primeros capítulos. Margaret, apenas mayor que nuestros niños más mayores y una excelente violinista, con dedicación total, una meticulosa aplicación y paciencia, lápiz en mano cuando yo enseñaba, arco en mano cuando ella hacia demostraciones, reunidos y continuamente experimentando en la supervisión de los violinistas de nuestro naciente cuerpo de conocimiento y experiencia.

Estoy agradecido a mi buen compañero, Roger Raphael, por esmerarse en la lectura del manuscrito y hacer inestimables sugerencias. Ha proporcionado también amablemente las descripciones de algunos de los ejercicios de las Lecciones II y IV.

Y unas últimas palabras de gratitud para el hombre a quien a veces llamo "mi mejor profesor de violín", el Sr. B. K. S. Iyengar, mi guru de yoga. Naturalmente no es violinista, pero algunos de los principios que he desarrollado están basados en el yoga y en su enseñanza del yoga y varios ejercicios de las primeras lecciones son de su inspiración.

YEHUDI MENUHIN

A quien puede interesarle, sea profesor o principiante, estudiante avanzado o intérprete, me gustaría dirigir estas pocas palabras sobre un instrumento que he conocido intimamente durante cerca de cincuenta años, un instrumento que puede ser seguramente uno de los artefactos más hermosos creados por el hombre y uno de los más caprichosos de manejar. Esta calidad esquiva es quizás lo que le añade magia; al menos uno está dispuesto a convertirse en su esclavo, a someterse voluntariamente y con todo su corazón; el violin se vengará, ocultando sus múltiples voces, apartando su infinito campo de sutilezas, y te encontrarás sosteniendo al lado izquierdo una hermosa pieza de mobiliario musical, ofendida e inerte.

Ningún violin es igual a otro; cada uno es tan distinto y particular como lo son los humanos y tan diferentes en su respuesta al arco que toca sus cuerdas como lo serían una serie de personas ante una opinión.

En la conquista de sus caprichos e infinitas modulaciones, en la manipulación de sus voces desde el más delicado de los murmullos al más fuerte rugido, se funda la total vocación del violinista. Para el intérprete es un ente independiente: ninguna mano extraña ha fijado un altura arbitraria, ningún oído sino el suyo propio dictará la afinación. El sólo es amo y criado, y tan pronto como su arco toca el instrumento comienza la maravillosa batalla; el desafío y la réplica están enlazados y la culminación es totalmente suya.

Esta hermosa afinidad entre el violin y su ejecutante es lo que hace esta relación y las demás relaciones con la cuerda algo único, y el violinista debe acercarse a su tarea con el entendimiento de esta cualidad. De esta manera nunca puede estar aburrido, aunque no obstante puede desesperarse, nunca sentirse engañado, aunque como el capitán de un barco aprenderá los infinitos horizontes y conocerá la paciencia y el sufrimiento en su sentido exacto. El violin es realmente el fundamento de nuestra cultura musical y sin él no podría existir ninguna de nuestras agrupaciones de cámara o de repertorio sinfónico.

El violin es un instrumento inseparable del tiempo, habiendo necesitado cientos de años de investigación y refinamiento para evoluciones desde la aplicación del principio de montar una cuerda tensa sobre el fondo de un hueco. De hecho, el violin y el arco están derivados del arco y la flecha —del palpitio de la cuerda, sólo audible cuando es soltada, pizzicato, para lanzar la flecha—. El arco del violin fue cambiando gradualmente de forma para hacerse más maleable y fue encordado con un centenar de crines de caballo —para friccionar las cuerdas y sacarlas de su tensa e inmóvil expectación—, pero esencialmente subsiste una flexible vara de madera. El cuerpo del violin asimismo fue evolucionando a partir de una vara de madera; resonante, no más larga que el arco y tan flexible como él, pero capaz de atrapar, amplificar y prolongar las vibraciones. Encordado con cuatro cuerdas que iniciaron esas vibraciones, se transmiten por medio del puente al cuerpo del instrumento.

La universalidad del violin como instrumento musical es ilustrada por el hecho de que nuestro propio violin, perfeccionado en Italia en el siglo XVII, ha sido total y sucesivamente adoptado en culturas tan lejanas como la India, donde el ejecutante se pone en cucillas en el suelo con la base del violin presionada contra sus costillas y la cabeza del violin apuntando en diagonal hacia abajo, descansando en la punta del pie. Además, el violin está igualmente en casa entre los nómadas, los intuitivos gitanos, cumpliendo diferentes cometidos expresivos, salvajes, naturales y nostálgicos.

De los violinistas de la Meseta de Hardanger en Noruega a las Tierras Altas de Escocía, de los urbanizados judíos de la Rusia Europea a los originales violinistas de las Montañas Azules de las Carolinas, y ahora en gran escala a las gentes del Japón, el violin ha triunfado en cada estilo y ha cubierto todas las necesidades.

Vamos ahora a considerar las peculiares dificultades y exigencias del violin como instrumento a dominar con maestría.

No hay punto fijado o inamovible de soporte para el instrumento, tampoco lo hay —excepto para los pies que tocan el suelo y se balancean sobre él— para el violinista. El violin debe ser uno con el movimiento fluido de la propia persona, respondiendo visiblemente al ondulante fluir, al balanceo, pendular o circular, sin bloquear nunca este fluir en ninguna articulación del cuerpo o en ninguno de los puntos de contacto con el violin y el arco, y dirigiéndolo hasta el último músculo y articulación de los dedos, que deben ser educados para moverse en todas las direcciones y a controlarse mientras están en movimiento, como el propio violinista debe responder visiblemente a ese oleaje interno que nace de la música en sí misma y de sus pensamientos y sentimientos sobre ella.

De distinta manera a la mayor parte de los demás instrumentos y actividades en general (e incidentalmente a la manera india de tocar el violin) las manos, que deben ser extremadamente flexibles, fuertes y elásticas, son utilizadas casi continuamente sobre o alrededor del nivel del hombro, esto es, delante de la cabeza. Como deben estar continuamente abastecidas de sangre, el corazón debe estar en buenas condiciones, sin tensiones (o mínimas tensiones) a causa de ansiedad o esfuerzos. El problema de mantener la circulación por la continuación y alternancia de movimientos, esfuerzos, presiones y relajación; el problema de la educación de los reflejos correctos; el problema de regocijarse cada vez que uno sale a tocar, se convierten en algo de crucial importancia en la interpretación del violin.

La exactitud y precisión, el rapidísimo ajuste de la afinación y ataque, el control de lo más diminuto, invisible movimiento "interno" para un gesto amplio de jugador de golf, requieren un grado de maestría que casi permite cualquier cosa. Además, es necesaria una comprensión intelectual y "emocional" de la obra musical que se tiene entre manos; y finalmente, con la cualidad de la gracia o inspiración, se tiene un buen ejecutante.

¿He hecho que todo ello suene irracionalmente difícil, que el controlar un instrumento parezca tan intratable y tan infinitamente sutil como una especie de Arpia Indomable? Espero que no, porque si bien la profesión de violinista es desafiante, tocar bien el violin no es por supuesto imposible, y enseñar, aprender y superar pueden ser una continua y profunda satisfacción.

Para prepararse apropiadamente a la realización de esta tarea, creo que no es sólo necesario concentrarse en tocar el violin, sino cultivar una actitud de mente y corazón,

## *Introducción*

lo mismo que ciertos hábitos de higiene y condiciones físicas, para cargar el propio tocar lo menos posible con impedimentos de cualquier clase.

Me gustaría decir unas palabras sobre la actitud moral. Veo en ella una especie de puente entre el pasado y el futuro, y entre uno mismo y el mundo exterior. Mientras uno trabaja, está invirtiendo esfuerzos y fortaleciendo la memoria para la recompensa de una futura ejecución; cuanto mejores y más precisos sean los esfuerzos, cuanto más completos y dedicados, mayor será la recompensa. Con la ecuación entre uno mismo y el mundo en general, recibimos tanta inspiración de ambos, la música que tocamos y la audiencia para la que tocamos, como damos de nosotros mismos. Esta concepción de un presupuesto personal es válida para la vida en general, y subraya la importancia de la conciencia, del ejemplo y de la integridad y honestidad; cuando trabajamos con el violín estamos solos y lo que ocurría durante esas horas de aislamiento es crucial para lo que vaya a ocurrir ante una audiencia.

También ese frío y pegajoso mundo de la higiene tiene su lugar en la aproximación al violín; para la salud es un factor muy necesario, y la limpieza, la estimulación de la circulación por el contraste de temperaturas tales como agua caliente y fría, la fricción de la piel con un guante áspero, lo mismo que cierto esfuerzo en el deporte y otras actividades alternadas con descanso, todo colabora al tono muscular general y a la circulación. Estas son buenas máximas para llevar en la mente. Aunque quizás tocar el violín demande infinita sutileza, también demanda una gran fuerza y resistencia. Es útil nadar, jugar al tenis, ya que uno puede relajarse completamente y retomar las más refinadas sensaciones al tocar el violín; proporcionado esto —y es ésta una reacción tan personal e individual que no puede ser hecha ley de manera arbitraria— de ningún modo se desvirtúa uno mismo siendo un violinista bien sea mental o físicamente.

Por otra parte, la dieta es obviamente un elemento muy importante y que debe ser dejado a cada individuo en su infinita variedad de metabolismo y química corporal, pero yo recomendaría una dieta equilibrada, con abundancia de fruta y vegetales crudos, y un mínimo de fritos. Está bien evitar comidas hechas con harina y azúcar refinados, especialmente edulcorantes artificiales, y esos engañosos vigorizantes que junto con el tabaco y el alcohol dan con una mano y nos quitan con un descuento adicional con la otra. (Como soporte médico de este principio puede verse "Nutrition and Physical Degeneration", de Walter D. Price. También, como lectura adicional, recomiendo "The Saccharine Diseases", de T. Cleave.) Es igualmente importante no comer demasiado a cualquier hora, especialmente antes de tocar.

Idealmente el estudio del violín debería iniciarse a los tres o cuatro años, como en Rusia, y más recientemente en Japón. Dos clases semanales —los instrumentos permanecen con el profesor— son suficientes. En esta etapa el niño aprende, como lo hace todo novel, por el ejemplo y el desafío. En mi experiencia, sin embargo, cuando el niño o niña tiene ocho o nueve años puede comprender los análisis mecánicos y las explicaciones con bastante claridad.

Los siguientes textos, que complementan las seis películas (ver nota del Editor), están pensados sobre todo para que el profesor los utilice guiando a sus alumnos, así como para los estudiantes más mayores. Las películas ayudarán al profesor a estimular hasta a los más jóvenes, lo mismo que a ilustrar toda mi técnica básica. Las palabras y diagramas impresos aquí tienden a proveer un firme apuntalamiento de la teoría, método y aplicación; mi propósito es surtir de ejercicios adicionales y mostrarnos

## *Introducción*

los en detalle, lo cual no puede incluirse en el restringido tiempo de las películas. Han tenido lugar también algunos refinamientos y concreciones desde que se terminaron las películas que no he querido excluir.

Aunque este libro está organizado en seis lecciones, no recomiendo que el estudiante o el profesor trabajen con él página a página. Los ejercicios de la Lección I deben preceder diariamente a todos los demás. Aquellos de las Lecciones II y III deben irse practicando poco a poco todos los días hasta dominar los elementos básicos. Los ejercicios más avanzados en las Lecciones IV y V deberán ser practicados también de manera sucesiva, con un retorno frecuente a las Lecciones II y III para refrescar los pasos elementales o básicos. La Lección VI puede solamente hacerse incorporando, como debe ser, todas las demás. Finalmente el Apéndice I ofrece algunas indicaciones sobre los ensayos, y una serie de ejercicios diarios para los violinistas aventajados.

A veces el análisis y los ejercicios pueden parecer didácticos y demasiados específicos para aplicarlos a movimientos pequeños, al sentimiento interno de las partes de los dedos, que se convierten, por decirlo así, en antenas. Mi propósito es desarrollar al máximo la sensibilidad a los movimientos más sutiles, y ayudar al profesor a despertar en el alumno estas sensaciones.

En la práctica del violín, sin embargo, sería un error parar en este punto; porque la técnica es solamente el medio sin el cual se está desvalido, incapaz de transferir la concepción musical, que puede sin embargo ser clara, en todo su color y espontaneidad. Aquellos movimientos que he clasificado tan cuidadosamente emergerán por fin dentro de todos los demás y se superpondrán de tal manera que no sólo desafiarán el análisis (que en ese punto no es útil sin embargo) sino que también contradirán uno u otro de nuestros enunciados. Este proceso, semejante al de la digestión, depende en gran parte de las características físicas de cada violinista; por esto el profesor, como el médico de talento, debe saber cómo atemperar y ajustar estos ejercicios a los atributos físicos, psicológicos y emocionales de cada alumno.

El trabajo de un violinista no termina nunca; pero habiendo trabajado cincuenta años con el instrumento, siento que es el momento, para bien o para mal, de escribir mis experiencias. En estas páginas he tratado de abarcar los medios materiales que creo esenciales para tocar el violín. Espero que este libro sea útil, que estimule el estudio del violín y que ayude a otros a experimentar las alegrías y satisfacciones que el violín me ha dado a mí.

**LECCION I****Ejercicios Generales Preparatorios**

He desarrollado una técnica para tocar el violín basada en un movimiento de onda o pulsación que reconcilia los impulsos y direcciones que chocan en cualquier actividad continua. Los movimientos están descritos en términos de elipses, círculos y arcos, todos los cuales participan de esta acción básica. La conservación de la energía como impulso es también esencial para mi técnica. En su concepción el método es realmente bastante sencillo. Espero que esta sencillez no sea olvidada nunca, ni en el trabajo detallado de alguno de los más intrincados movimientos.

Mi método tiene varias etapas. Primero, análisis y entrenamiento de las tensiones de los dedos y miembros en todas las direcciones, ya que cada una tiene sus exigencias particulares. Así, en dirección vertical, tenemos que contrarrestar la gravedad; en la horizontal tenemos que mantener la fluidez y continuidad; y en la lateral tenemos que mantener el balanceo o acción de péndulo —bien como en el metrónomo donde el eje está en la parte baja de la barra, o como en un reloj, donde el eje está en la parte superior de la barra.

Después de desarrollar las sensaciones asociadas con esos movimientos en los tres planos descritos, entonces compaginamos los tres como si estuvieran compenetrados unos con otros. No puede haber nunca en la práctica del violín un movimiento que no implique alguna pequeña parte de los otros, aunque sólo sea una disposición pasiva a moverse en cualquiera de las otras direcciones.

El movimiento de onda no sólo reconcilia las fuerzas opuestas por su reflujo y fluidez, sino que también lleva dentro la alternancia del momento activo y pasivo, de la tensión y la relajación. Dentro de cada ciclo de movimiento hay un momento de mínimo esfuerzo y un punto de perfecto equilibrio —podría denominarlo punto cero.

En el desarrollo de la técnica, bien sea en la mano izquierda o en la derecha, hay tres etapas. La primera etapa es una completa blandura de las articulaciones, como en un bebé, comprobada cada una por separado. La segunda etapa es la coordinación de movimientos suaves y el desarrollo de la elasticidad y el rebote, ambos en las acciones de extensión y compresión. La tercera y última etapa es el desarrollo de la fuerza, firmeza e independencia. Estas etapas no pueden producirse en otro orden. Si, por ejemplo, la firmeza precede a la elasticidad, hay un espantoso resultado en términos de rigidez. Si la elasticidad precede al sentimiento de completa blandura y pasividad, se está expuesto a un residuo de tensión. Un violinista debe estar siempre preparado a seguir las tres etapas en su orden correcto en cuanto coge su instrumento.

El interés de los ejercicios de resistencia que he desarrollado se basa en su efecto acumulativo. Cada parte contrapuesta a otra se ve forzada por esta gran oposición. Sin ningún gran movimiento visible puede desarrollarse una gran fuerza. La medida de vuestro sentido de comodidad puede graduarse por medio de la energía de las fuerzas opuestas que se contrarrestan y equilibran una a otra dentro de vosotros.

En la misma primera posición de pie podéis ejercitáis prácticamente cada músculo

de vuestro cuerpo, permaneciendo no obstante quietos todo el tiempo. Esta forma de ejercicio es uno de los secretos de la elasticidad y la fuerza.

Un fundamento esencial de la técnica del violín es una buena postura, y lo primero de todo es descubrir la posición más natural que absorberá y facilitará los diversos movimientos del cuerpo asociados con la acción de tocar el violín.

La postura considerada en sí misma da la impresión de una situación estática. Esto no es cierto de ninguna manera. No sólo es el resultado de un continuo equilibrio de fuerzas opuestas, sino que al mismo tiempo está imbuida de pulso y ritmo, el pulso de nuestro corazón y el ritmo de nuestra respiración. Me gustaría comenzar esta exposición de la técnica violinística con unas palabras sobre la respiración.

**Respiración**

La vida comienza con la respiración, y es algo tan básico en toda actividad y todo el arte musical que es esencial tenerla en cuenta mientras practicamos. La respiración debe ser suave y no forzada, e incluso durante los movimientos más intrincados que implica la práctica del violín debe continuar tranquila. Para conseguir esto se necesita bastante entrenamiento y un alto grado de coordinación. Aprenderemos sobre la coordinación en las siguientes lecciones. En este momento me gustaría definir una buena respiración y dar unos cuantos ejercicios básicos.

La buena respiración requiere la habilidad de inhalar y exhalar con suavidad, es decir, que debería tomar el mismo tiempo la inhalación que la exhalación. El tiempo para cada una (inhalación y exhalación) debe ser tan largo como sea posible. Algunos hindúes han desarrollado ésto de tal manera que les lleva cuatro minutos una inhalación y cuatro minutos una exhalación. Creo que algunos pescadores de perlas han conseguido mantener sus respiraciones al menos lo mismo, pero no es esto lo que nosotros buscamos. Para tocar el violín necesitamos una respiración continua, y nunca debemos retenerla (aunque como ejercicio cuidadosamente hecho, sin esfuerzo, la retención de la respiración es beneficiosa).

Quizás el mejor ejercicio inicial sea sentarse en el suelo con las piernas cruzadas una sobre otra, las manos (con las palmas hacia arriba) descansando sobre las rodillas, la columna vertebral derecha, el cuello y los hombros relajados, el tórax libre y alto, y empezar a respirar suavemente. Es útil tener un reloj para contar los segundos de cada inhalación y exhalación. Tratad de prolongar la duración de cada una sin dejar de respirar.

Un ulterior ejercicio que incrementa grandemente el control de la capacidad pulmonar consiste en colocar la mano derecha contra la nariz, tapando la ventana derecha con la punta del pulgar, y la izquierda con la punta o la uña del tercer dedo (ver el Diagrama 1). Aflójese la ventana izquierda lo suficiente para dejar entrar una deigada columna de aire. (a) Inhálese por la ventana izquierda; (b) exhálese por la ventana derecha aflojando el pulgar siempre suavemente, mientras se cierra la ventana izquierda con el tercer dedo —exhálese completamente; (c) inhálese a través de la ventana derecha; (d) exhálese a través de la izquierda.



Diagrama 1

La destreza de este ejercicio se mide por la duración de cada inhalación y exhalación, por la estrechez de la apertura a través de la cual pasa el aire en la ventana nasal, y por el silencio con que este aire pasa. Si se puede inhalar durante cuarenta y cinco segundos, exhalar durante otros cuarenta y cinco segundos y hacer el ciclo completo diez veces, se habrá conseguido un buen control de la respiración.

### Posición y ejercicios de estiramiento

Una de las mayores dificultades del violín es que simplemente el hecho de mantenerlo en posición de tocar puede inhibir fácilmente la libertad de movimientos y favorecer una postura aníntatural. Todos los instrumentistas fuerzan entonces demasiado a menudo un camino a través del cual estas dificultades simulan una libertad aparente, ya que no real. El violín no está destinado meramente a ser sostenido, sino a ser llevado encima y a tocar con él. La habilidad para ajustar continuamente los movimientos es el secreto para tocar el violín.

Los ejercicios preparatorios de esta lección están hechos sin el instrumento, así que cuando se coge el violín o el arco por primera vez, ya se ha experimentado en alguna medida la libertad de movimientos que serán la meta a conseguir en la práctica. Estos ejercicios deben hacerse descalzos.

La base de una buena posición es un estiramiento hacia arriba desde los dedos de los pies, a través de la columna, hasta la coronilla, en el que nuestros músculos contrarrestan la tendencia natural de las articulaciones a venirse abajo, abandonándose a la fuerza de la gravedad. Esta posición erguida es un signo de buena salud en la práctica del violín, así como lo es de vitalidad y buena salud en la vida.

Para describir el máximo estiramiento vertical, vamos a comenzar con los pies (ver el Diagrama 2).

El peso del violinista debe caer más ligeramente en la parte anterior de la planta del pie que en los talones.

Esta compensación delantera permite una gran movilidad y ligereza, y realza la posición apropiada para tocar. Los puentes de los pies deben elevarse girando ligeramente sobre el borde externo de los pies, manteniendo relajados los dedos (1). Esta posición elevada de los puentes se mantendrá cuando los pies vuelvan a su posición normal mediante una presión hacia dentro de los tobillos (2). Las rodillas se echan hacia atrás (3), manteniendo la separación de los muslos, mientras que se tensionan los glúteos y se empujan hacia delante (4). Se mete el estómago y se echan hacia atrás los riñones (5). El pecho se impulsa hacia delante y hacia arriba diagonalmente (6) y la cabeza se mantiene hacia arriba y hacia atrás, estirando el cuello (7). Sólo los hombros que se mantienen en su posición horizontal, están completamente relajados y cayendo, los brazos, manos y dedos penden flojos casi paralelos a la columna; el resto del cuerpo se estira como si la cabeza quisiera tocar el techo, y los pies atraviesan el suelo (8). Estos ajustes, en desafío



Diagrama 2

de la gravedad, deben hacerse en una inhalación, o, si la respiración no está entrenada y los ajustes llevan demasiado tiempo al principio, en varias inhalaciones.

En esta inhalación el pecho alcanza la máxima expansión, pero no debe permitirse que el nivel del pecho descienda exhalando, ya que contra esta plenitud pulmonar dejamos que la espalda y los hombros se relajen, permitiéndolos moverse fácilmente hacia delante (como en ciertos arcos-abajo) y hacia atrás (como en ciertos arcos-arriba).

Después de mantener esta tensión unos momentos, se va al otro extremo, permitiendo que el cuerpo se afloje y se hunda. Se alternarán varias veces la postura recta y la relajada. Esto ayudará a coger el sentido de las distintas direcciones opuestas de la actividad muscular como muestra el Diagrama 2. Cuando finalmente se consiga la posición eructa se pueden relajar los músculos hasta cierto punto sin perder la postura correcta. El tono muscular correcto nos permitirá mantener esta posición sin tensión.



Diagrama 3

### Posiciones básicas preparatorias para la acción

La primera posición es la que podríamos llamar posición de la oración musulmana. Las piernas están plegadas bajo el tronco, con los glúteos descansando en los talones; los antebrazos con los codos tocando las rodillas, y la frente en el suelo (ver Diagrama 3). En esta posición el cuerpo está preparado para la acción como un resorte —lo contrario a la “posición de cadáver”, sobre la espalda, extendido y desmadejado tras la acción. Empujad los hombros hacia abajo y hacia delante, arquead la espalda y entonces, sin levantar las espinillas del suelo girad la cabeza hacia delante, estirando la parte posterior del cuello.

Elevarse a una posición derecha, de rodillas, con la espalda recta y los brazos colgando a los lados. Estirad la cabeza y los hombros hacia atrás, ahuecando la espalda y echando el pecho hacia delante mientras se agarran las rodillas con las manos.

Después de estos dos básicos y complementarios ejercicios, estamos preparados para comenzar las siguientes posiciones, soportados por nuestros pies.

### Serie continua de ejercicios de estiramiento

Comenzad en una posición de cuclillas con el cuerpo relajado, la cabeza colgando hacia delante y el dorso de las manos apoyado en el suelo. Tomarse tiempo para sentir todo el cuerpo, tensad desde el interior cada músculo: tensad los hombros y las paletillas por separado; tensad la columna; sentid el puente de los pies; sentid vuestros dedos. Intentad invertir las manos de tal manera que las palmas y los dedos tensos se apoyen planos en el suelo. De cuando en cuando agarrad las plantas de vuestros pies con las manos y tirad, tensando más la espalda. Haced unas cuantas respiraciones profundas y, en una exhalación, estirad rigidamente las piernas, pero manteniendo la cabeza colgando y las manos tocando el suelo. Entrelazad vuestros dedos y colocad las manos enlazadas tras la cabeza, donde se junta con el cuello. Empujad la cabeza hacia abajo. Soltad las manos, haced unas cuantas respiraciones más, y entonces, en una inhalación, alcanzad una posición de pie, derechos.

Exhalad y adoptad vuestra postura (referida al Diagrama 2). Los pies deben estar paralelos, con los puentes sentidos activamente, las rodillas rectas, el estómago metido, la espalda derecha (es corriente en los violinistas dejar huecos los riñones) y la cabeza alta. Es importante que los hombros no estén forzados ni hacia atrás, ni hacia abajo, sino que se dejen caer libremente.

Mientras se inhala otra vez, elevad los brazos de los lados a una posición horizontal delante de vosotros. Exhalad, y estirad los brazos hacia delante. Durante la siguiente inhalación, llevad los brazos a una posición por encima de la cabeza mientras os eleváis sobre las puntas de los pies. Exhalad y juntad las palmas (Diagrama 6). Presionad fuertemente las palmas, entonces echad la cabeza hacia atrás y tratad de juntar la parte interna de los codos. Inhalad y tensad los brazos hacia fuera, formando un ángulo de 45°. Exhalad y llevad los brazos hacia atrás, hacia las paletillas. Repetid este movimiento de estiramiento hacia las paletillas, en este ángulo de 45°.

A continuación, con los brazos horizontales a cada lado, girad los codos. En este movimiento las manos se mantienen con las palmas hacia el suelo, mientras que los brazos rotan; tensad las palmas y los dedos (Diagrama 7 a y b). Este movimiento se combina entonces con el estiramiento y giro de los hombros hacia delante con cada brazo alternadamente, volviendo la



Diagrama 6



Diagrama 4



Diagrama 5

cabeza en la dirección del brazo tensado (mientras el otro brazo se mantiene horizontalmente relajado); entonces haced un movimiento complementario, volviendo la cabeza hacia fuera del brazo que está tenso y girando (Diagrama 8 a y b). A continuación, girad ambos brazos y hombros hacia delante al mismo tiempo, formando círculos. Tirad hacia atrás de la cabeza mientras los hombros van hacia delante y hacia delante cuando los hombros van hacia atrás.

Diagrama 7



(a)

(b)

Diagrama 8



(a)

(b)

### Ejercicios adicionales para la cabeza

1. Girad la cabeza de un lado al otro y tensad el cuello. Podeis ayudaros tirando de la parte posterior de la cabeza diagonalmente con la mano derecha cuando la cabeza gira a la derecha y viceversa.
2. Inclinad la cabeza hacia atrás y hacia delante.
3. Mantened la cabeza y la barbilla al mismo nivel y empujad la cabeza hacia atrás y hacia delante con el cuello (como un pollo).
4. Girad la cabeza en círculos completos en el sentido de las agujas del reloj y en sentido contrario.

### Ejercicios de equilibrio (la cigüeña)

De pie sobre el pie izquierdo, sostened el tobillo derecho con la mano derecha, tirando de la pierna hacia una posición inclinada, como en el Diagrama 9. Tensad el

## Lección I

brazo mediante un tirón del tobillo y extended el brazo izquierdo horizontalmente. Adoptada la postura, elevaos sobre la punta del pie izquierdo y manteneos así mientras se realizan dos o tres ciclos de respiración. Notareis que para mantener el equilibrio, el cuerpo se inclina a la izquierda. Haced el mismo ejercicio sobre el pie derecho. De pie sobre el pie derecho, sostened el empeine del pie izquierdo con la mano izquierda (Diagrama 10). Extended el brazo derecho horizontalmente, y tirad de la pierna izquierda hacia atrás. Esto hace que los hombros tiren hacia atrás en vez de hacia abajo solamente. Haced el mismo ejercicio de pie sobre el pie izquierdo.

De pie sobre el pie derecho, sostened la punta del pie izquierdo con los dedos de la mano izquierda; tirad y doblad la pierna izquierda hacia arriba, la rodilla contra el estómago, y tensad el brazo derecho alternativamente a cada lado de la pierna dobrada. Haced lo mismo sobre el pie izquierdo.

Intentad hacer el mismo ejercicio de pie sobre el pie izquierdo, pero sosteniendo la punta del pie derecho con la mano izquierda, de tal modo que el pie derecho se sitúe en frente de la pierna izquierda. Realizad el mismo ejercicio de nuevo, sobre el pie derecho; y entonces intentad realizar los primeros ejercicios de la misma manera, el pie derecho sostenido por la mano izquierda y viceversa. Con la práctica seréis capaces de hacer estos ejercicios en un movimiento continuo, pasando suavemente de uno a otro.

### Ejercicios de balanceo básicos para tocar el violín

Desde el principio debéis sentir que todo vuestro cuerpo está preparado para participar en el acto de tocar, bien iniciando un movimiento, o respondiendo a él por simpatía, incluso a los más sutiles e invisibles movimientos debidos a las propias vibraciones del violín y el arco. La siguiente serie de ejercicios os permitirán acercaros a la sensación de tocar, aun cuando su aplicación plena al violín sólo se hará en una etapa posterior, en las Lecciones IV, V y VI.

Debe cultivarse el hábito de la prontitud en todo el cuerpo; obviamente cuando toquéis no vais a realizar movimientos tan exagerados como en estos ejercicios, aunque hay ciertos ataques que demandan un balanceo del cuerpo bastante amplio.

Hasta ahora vuestros pies se han mantenido juntos pero mientras se toca el violín deben mantenerse lo suficientemente separados con el fin de formar una base sólida pero flexible para el equilibrio, aunque lo bastante juntos como para permitiros transferir vuestro peso fácilmente de una pierna a la otra. Aproximadamente deberían estar separados unas 12 pulgadas (unos 30 centímetros), y vueltos muy ligeramente hacia fuera —la distancia exacta dependerá de la constitución corporal y el peso de las piernas de cada uno.

Sobre esta amplia base, mientras se mantiene aún el peso sobre ambas piernas, practicad la transferencia de este peso de una pierna a la otra. Entonces rotad el cuerpo primero a un lado y después al otro en un plano horizontal —los brazos colgando y después volando hacia fuera durante cada rotación— moviéndose cada vez en una posición extrema al pie opuesto. El impulso así alcanzado os empuja en la dirección contraria.

Vamos ahora a los círculos coordinados de los brazos que espero os conducirán a tocar bien el violín. Los comenzaremos en su posición más sencilla y natural, es decir, colgando libremente.

Dejad colgar la parte superior del cuerpo de la cintura, de tal manera que las puntas de los dedos toquen el suelo, las piernas se mantendrán tensas, la cabeza

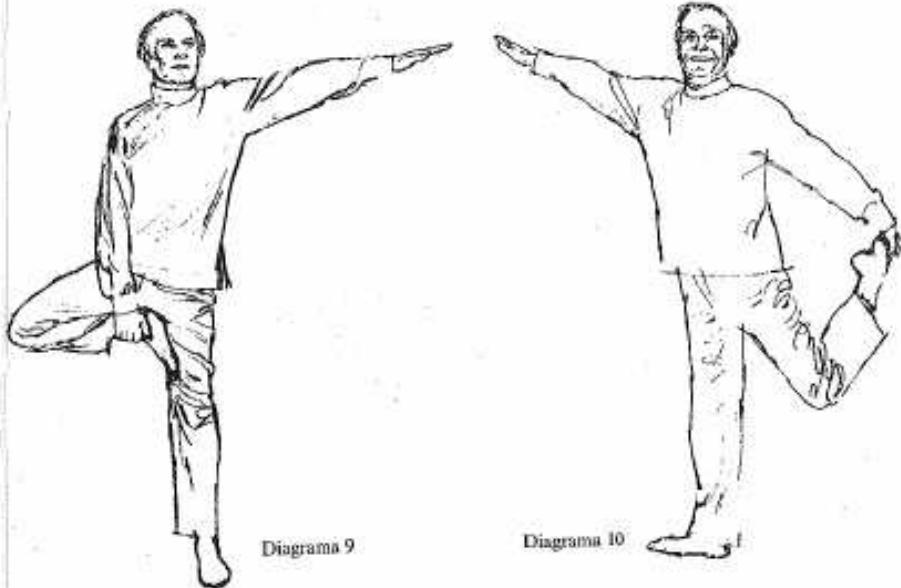


Diagrama 9

Diagrama 10



Diagrama 11

## Lección I

colgando. Pasando suavemente vuestro peso de un pie al otro, se inicia un suave vaivén del cuerpo que pone los brazos en movimiento de tal manera que las puntas de los dedos describen círculos en el suelo. (Nótese que los círculos se producen en direcciones opuestas y se alternan.) Llevad el movimiento de balanceo a todo el cuerpo y elevaos gradualmente a una posición de pie derecho, llevando los brazos a la posición de tocar el violín. Las muñecas y los dedos deben permanecer lo bastante blandos como para participar en el movimiento de oleaje de los miembros superiores. El cuello debe estar también relajado, permitiendo girar la cabeza con el balanceo del cuerpo.



Diagrama 12



Diagrama 13

El siguiente ejercicio es para los hombros y los músculos de la espalda y no está conectado con los ejercicios previos. Extended los brazos hacia fuera, a los lados, paralelos al suelo, manteniendo los hombros bajos. Dejad caer los antebrazos desde el codo. Para que los antebrazos cuelguen realmente de modo vertical, los hombros deben girar hacia delante. Mantened este ángulo recto entre el brazo y el antebrazo y balancead el antebrazo desde su posición vertical hacia abajo a una posición vertical hacia arriba. Repetid este movimiento varias veces.

## Ejercicios Generales Preparatorios

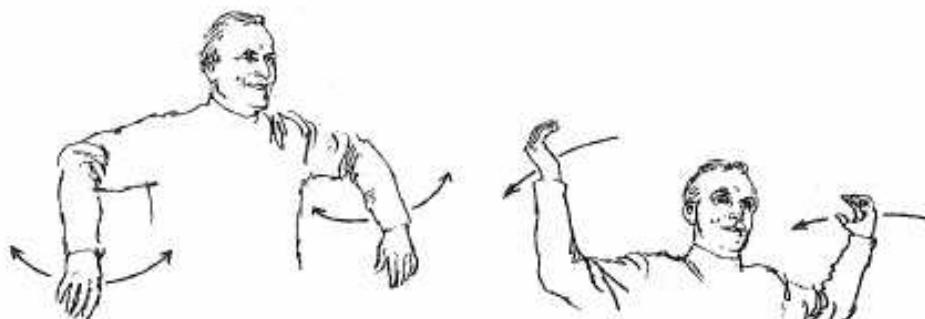


Diagrama 14



Diagrama 15

Colocad el brazo izquierdo en la posición de tocar el violín, el antebrazo en ángulo aproximado de 45° con el cuerpo, la muñeca libre. Permitiendo que el codo se balancee de un lado a otro y el antebrazo se mueva hacia atrás y hacia delante, haced un movimiento circular con la mano izquierda en un plano horizontal. Colocad el brazo derecho en la misma posición, y describid círculos con ambas manos simultáneamente, primero en el sentido de las agujas del reloj, después en sentido contrario. Moved el brazo derecho hacia su posición de tocar, con la palma de la mano hacia abajo, y haced movimientos circulares con cada mano en direcciones opuestas. En esta posición la mano derecha describirá elipses en el sentido contrario a las agujas del reloj en un plano casi horizontal, y la mano izquierda describirá círculos en el sentido de las agujas del reloj, el antebrazo girando y balanceándose sobre el codo.

Poncos de puntillas, estirad los brazos por encima de la cabeza, con las palmas hacia fuera, y balancead ambos brazos hacia atrás y hacia delante. En cada balanceo de las manos hacia atrás estirad las rodillas y hundirse hacia la espalda, con los homóplatos y la cabeza hacia atrás.

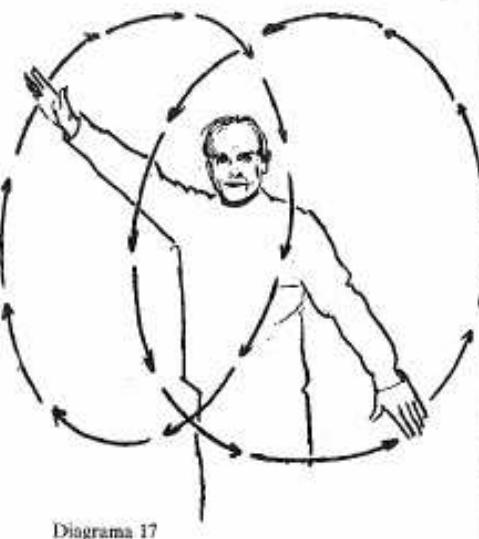
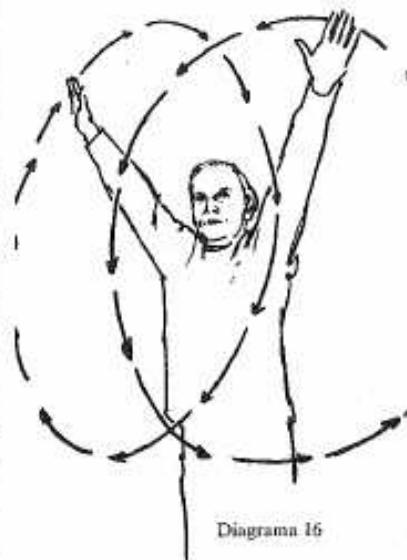
Intentad sentir las distintas velocidades de estos balanceos naturales de los brazos, según que la distancia del brazo al hombro sea mayor o menor. Notaréis que si cada uno de los balanceos descritos está completamente relajado, tiene su propia velocidad natural. Hasta que sepáis esto, habrá alguna tensión residual en el brazo y el hombro, o los estaréis moviendo deliberadamente.

Ahora me gustaría explicar los principios del "empuje" y el "impulso" (o momento).

En todas las clases de elipses y balanceos circulares con un componente vertical, hay siempre un punto de velocidad máxima —el momento de mayor empuje—. Esto ocurre naturalmente al aproximarse el punto más bajo, pero puede aplicarse artificialmente a cualquier punto del trayecto.

## Lección 1

Tocando el violín debemos estar bien seguros de cuál es el instante de máximo empuje en cada movimiento repetido —puede preceder al momento de máxima velocidad si se aplica deliberadamente—. Después de ese momento el resto del movimiento continúa en una relajación pasiva, utilizando el impulso acumulado.

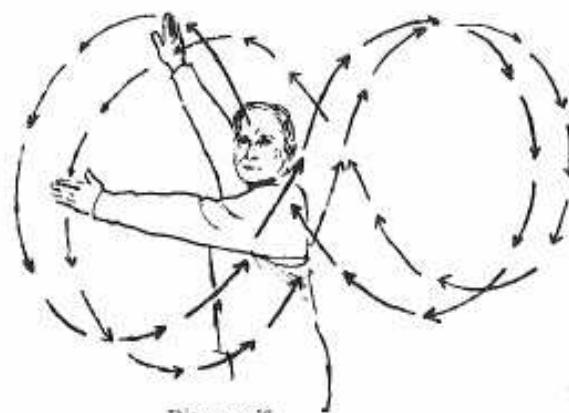


En el ejercicio siguiente los brazos están tensos. Con una rotación total del brazo, haced círculos derechos desde el hombro, dejando cruzar los brazos frente a vosotros, uno detrás de otro. Debe hacerse esto varias veces, primero con un impulso de los brazos hacia fuera, luego con un impulso hacia dentro, vigilando los principios del empuje y el impulso. Intentad hacer el ejercicio en dos direcciones.

Los movimientos anteriores deben hacerse otra vez, pero esta vez con los impulsos uno tras otro, no simultáneamente. No desatendades el pulso rítmico en las articulaciones del codo, muñecas y dedos; los últimos alcanzan su máxima extensión en el momento en que el brazo está totalmente extendido.

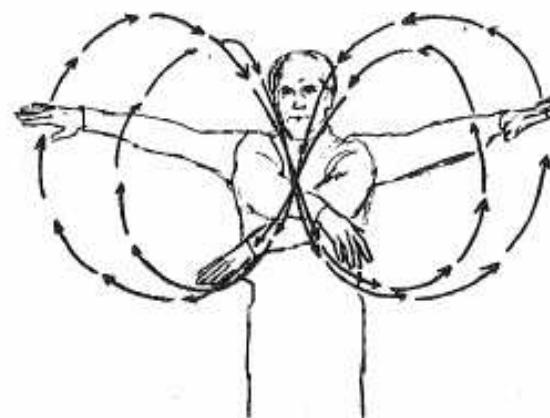
Balancead ambos brazos simultáneamente en la misma dirección circular, primero en el sentido de las agujas del reloj y luego en sentido contrario (Diagrama 18).

## Ejercicios Generales Preparatorios



Habeis visto cómo este movimiento puede ser coordinado en dos direcciones paralelas y en dos direcciones opuestas, dando de este modo cuatro opciones en total.

Finalmente, balancead los brazos en frente de vosotros, formando cada uno un 8 tumbado (œ), permitiéndoles inclinarse, moviéndose las articulaciones más libremente. Esto combina un arco abajo y un arco arriba en cada 8. En el arco abajo, los dedos deben estar abiertos y desplegados. En el punto extremo del arco abajo y del arco arriba debéis sentir el movimiento en los homóplatos.



## Lección 1

Para no olvidar las piernas, apoyaos en una, los brazos sostenidos horizontalmente y balancead la otra vigorosamente como un péndulo y en un arco tan amplio como sea posible, acomodando este movimiento con un balanceo del cuerpo y los brazos. El cuerpo y los brazos deben balancearse en el sentido de las agujas del reloj mientras la pierna derecha es lanzada hacia delante, y en sentido opuesto mientras la pierna izquierda es lanzada hacia atrás.



Diagrama 20

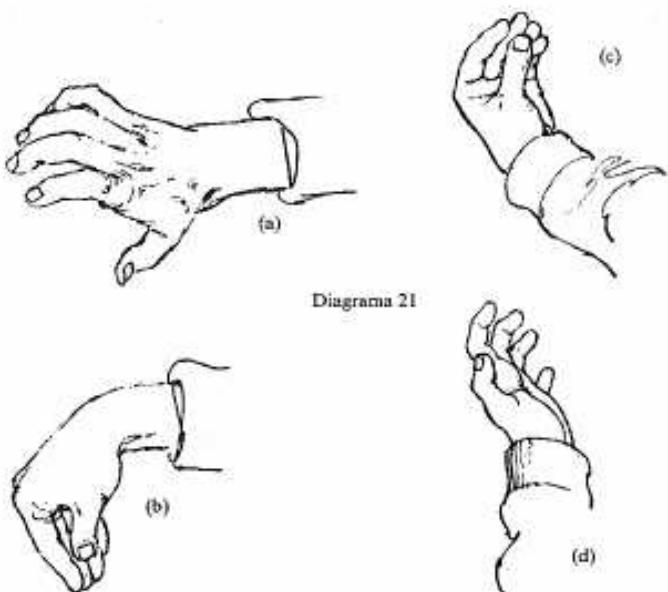


Diagrama 21

## Ejercicios Generales Preparatorios

Para terminar con nuestros ejercicios de balanceo haremos el que más se aproxima a la manera actual de tocar el violín. Levantad el antebrazo izquierdo, a la posición que muestra el Diagrama 20; los dedos y la muñeca deben estar libres y el codo preparado para balancearse. La palma derecha debe mirar hacia abajo como cuando se toca, y también con los dedos y la muñeca completamente relajados y libres. Con el brazo derecho ligeramente curvado, comenzad vuestra acción de balanceo que pondrá ambos brazos, incluidas las muñecas y los dedos, en movimiento. Para simular más exactamente que tocáis el violín y acercarse más a la actual sensación, guiaros por las indicaciones siguientes, ilustradas en el Diagrama 21:

- a) Cuando el brazo derecho se estira hacia fuera, los dedos se extienden.
  - b) Cuando el brazo derecho se dobla, los dedos se juntan y doblan mientras el movimiento continúa.
  - c) Cuando la mano izquierda se aparta del cuero (en posición de tocar), los dedos se juntan.
  - d) Cuando la mano izquierda se acerca al cuerpo, los dedos se extienden.
- a) y c) pueden darse simultáneamente en balanceos concurrentes de ambos brazos. Por lo tanto también b) y d) pueden darse a la vez. Además, a) y d) se pueden dar simultáneamente, lo mismo que b) y c).

### Cinco ejercicios de yoga

Para terminar esta lección he aquí algunos ejercicios de yoga, de los cuales los cuatro primeros deben mantenerse al menos durante tres ciclos de respiración.

1. Presionar las palmas juntas contra la columna, primero como el Diagrama 22 y después como en el Diagrama 23. Los homóplatos se echan hacia atrás, y los brazos y manos se empujan juntos hacia arriba.



Diagrama 22



Diagrama 23



Diagrama 24



Diagrama 25



Diagrama 26

2. "Posición sobre los hombros o equilibrio del cuello". El cuerpo está vertical, las manos apoyadas firmemente contra la espalda (ver el Diagrama 24). El pecho debe empujarse hacia fuera presionándole con la barbilla. Esta posición debe practicarse primero contra una pared.
3. "Posición del arado". Si deseáis mantener esta posición un largo tiempo (que es extremadamente beneficiosa), es más sencillo apoyar los pies en una silla. La "posición del arado" (ver el Diagrama 25) contiene en sí misma un número de variaciones por lo cual las manos pueden sostener los pies de diferentes maneras. Las palmas pueden tocar los pies y tratar de separarlos. Pueden también empujar los pies desde fuera intentando juntarlos. Pueden intentar levantar las piernas o tirar de ellas hacia abajo. Todas son variaciones útiles.
4. Una vez hechos los ejercicios del "arado", que curvan la espalda de una forma convexa, es una buena idea curvar la espalda de una manera opuesta —cóncaava—. Esto puede hacerse sobre el suelo, yaciendo sobre la espalda, curvando las piernas y sosteniendo las nalgas con las manos mientras eleváis la espalda del suelo en una posición arqueada (ver el Diagrama 26). La máxima curvatura de la espalda se

consigue colocando las manos, con las palmas en el suelo, detrás de la cabeza, los dedos apuntando hacia los pies, y elevando la cabeza y el cuerpo completamente del suelo, excepto los pies y las manos.

5. Finalmente, la deliciosa despedida; tras estas variaciones de estiramiento y resistencia, etc., tumbaos en el suelo completamente estirados en completa relajación. Cuanto mayor haya sido el esfuerzo precedente, más agradable será esta fase. De hecho se llama la "posición de cadáver". Cuando esta posición está completamente relajada, podéis sentir el pulso de la circulación de la sangre en los brazos (particularmente en los antebrazos), y a veces si estáis totalmente relajados, incluso en las piernas.

Respirad suavemente, concentrados en desprender toda la tensión miembro por miembro y articulación por articulación, sintiendo el peso de cada uno como si se hundiesen en el suelo. Podéis permanecer así veinte minutos o más si tenéis tiempo.

Diagrama 27



## LECCION II

### Ejercicios Preparatorios - Mano Derecha

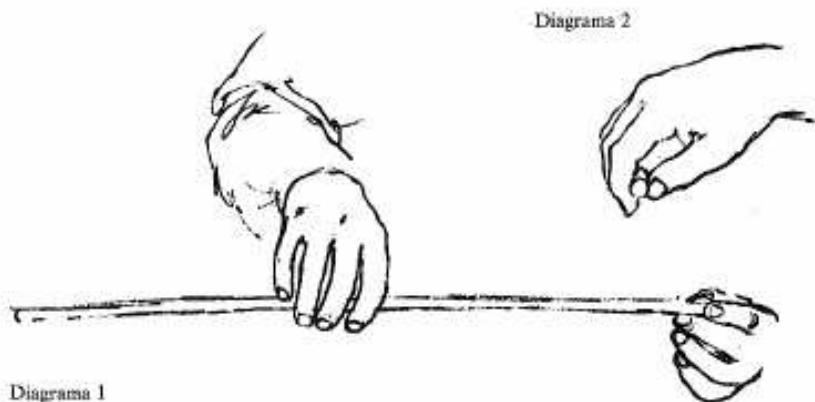
Pienso que en estos ejercicios es más fácil utilizar al principio una vara redonda de madera (ligera y sin barniz, de 1 a 2 pies —entre 54 y 72 cm.— de longitud y del diámetro aproximado al del arco). Cuando las sensaciones se hayan hecho más familiares y se hayan realizado los Ejercicios Preliminares con el arco (p. 40), entonces se repetirán los primeros ejercicios sustituyendo el propio arco por la vara.

#### Equilibrio de la vara en su punto medio y colocación de los dedos

Sujetad el final de la vara con la mano izquierda. Con el brazo derecho flexionado por el codo y con el antebrazo aproximadamente paralelo al suelo, sostened la vara en su punto medio de equilibrio utilizando el pulgar y el segundo dedo únicamente. Ambos deben estar blandos y redondeados de tal manera que la esquina superior y la uña del pulgar de la mano derecha toquen la vara, y se complete un círculo con el segundo dedo tocando la vara diagonalmente con su primera falange. Añadid los otros dedos ligeramente —primero el cuarto dedo, con su punta reposando no totalmente en la parte superior de la vara pero justo en el interior, entonces el primer dedo se coloca descansando algo sobre el lado justo entre la primera y segunda falange, y finalmente el tercer dedo apoyado entre la yema y la primera articulación.

Los dedos deben estar redondeados y suficientemente espaciados (no tocándose unos a otros). La mano debe colgar suavemente de la muñeca y estar relajada.

Notaréis que la distancia entre el punto donde los dedos tocan la vara y el punto de articulación con la mano es mayor en el cuarto dedo que en el primero. Esto



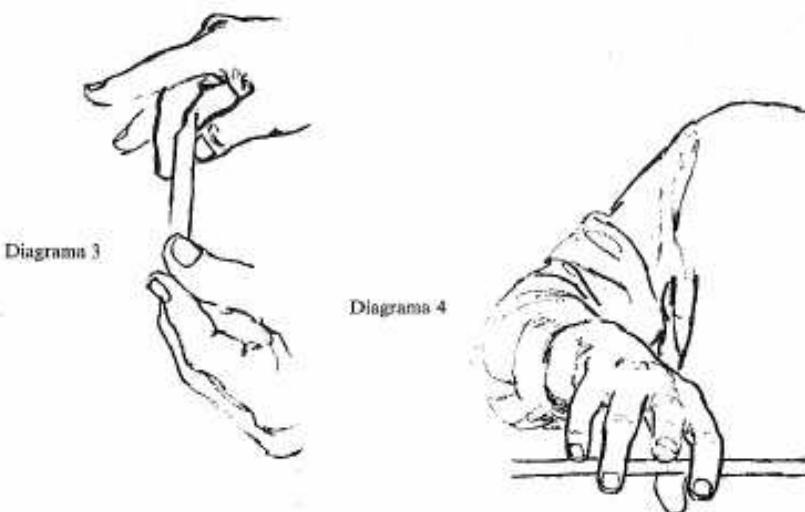
significa que los nudillos forman un ligero ángulo con la vara y no están exactamente paralelos a ella. Este ángulo es buscado y ajustado continuamente mediante la rotación y la elevación suave de la mano derecha.

#### Equilibrio de la vara en la posición de tocar

Con la mano izquierda tirad gradualmente de la vara poco a poco hacia la izquierda entre vuestros dedos, lo suficiente para que los cuatro dedos se vuelvan sensibles a su creciente responsabilidad en el sostenimiento extra, necesario para equilibrar la vara. El tirar de la vara con la mano izquierda es una sustitución de la resistencia de las cuerdas del violín, y el dejarla ir provoca un estado que corresponde al de llevar el arco en el aire cuando se toca, fuera de las cuerdas, o al equilibrio del arco cuando se toca con su mitad superior. Mantened los dedos totalmente relajados, asegurándose de que no se utiliza ni un rasgo de agarrotamiento para soportar el peso de la vara, incluso cuando está sujetada por la mano izquierda.

#### Movimientos coordinados del pulgar, dedos y nudillos

Estos serán más sencillos de aprender si manteneis en la mente la idea de que la sujeción del arco se hace por medio de dos "figuras" —un anillo o "círculo" y un arco o "puente" (a los que se hacía referencia en las películas como dos arcos). El primero es el círculo formado por el pulgar y el segundo dedo cuando primeramente equilibrais y manteneis la vara en su punto medio (Diagrama 3). La segunda figura es el puente que consiste en los nudillos soportados por "dos pilares": uno que es el primer dedo capaz de aplicar peso desde cada lado de la vara; el otro, de dos piernas, comprende el tercero y cuarto dedos que ejercen presión a cada lado de la vara (Diagrama 4). (La aplicación específica de todo esto se tratará más adelante.)



## Lección II

Puesto que el peso del brazo está dirigido principalmente al primer dedo, la importancia particular de este puente radica en un movimiento propagador que distribuye algo del peso al tercer y cuarto dedos y los involucra en una activa participación en el toque.

### EL CÍRCULO

Manteniendo aún la vara con la mano izquierda, deslizad el pulgar derecho hacia delante y hacia atrás a lo largo de ella, sin mover el resto de la mano y asegurándolo de que la esquina superior del pulgar permanece en contacto con la vara. De este modo el pulgar debe doblarse cuando se desliza a lo largo de la vara a la izquierda (hacia la punta) y estirarse un poco cuando se desliza hacia la derecha (hacia el talón), aunque nunca tanto como para perder una ligera curva hacia fuera. (El estiramiento del pulgar cuando se desliza hacia la punta del arco coincide con un giro de éste en el sentido de las agujas del reloj, y cuando se desliza hacia el talón con un giro en sentido contrario. Así cada movimiento está en cierto modo afectado, y a veces contradicho, por movimientos asociados.) Los demás dedos deben mantener también sus puntos de contacto con la vara y la mano debe colgar ligeramente de la muñeca.



Diagrama 5



Diagrama 6

Ahora apartad el primero, tercero y cuarto dedos de la vara y deslizad el pulgar una vez más. Esta vez, deslizad el segundo dedo en dirección contraria al pulgar, hacia el talón cuando el pulgar se desliza hacia la punta y viceversa. Notareis que la vara se inclina alternativamente a la izquierda y a la derecha (ver los Diagramas 5 y 6). Una vez más, y por cierto en todos los ejercicios con el arco, aseguraos de que ninguno de los puntos de contacto cambian.

### Ejercicios Preparatorios - Mano Derecha

Cuando la combinación de los dos movimientos empieza a sentirse natural, parad el pulgar y el segundo dedo, pero retened sus presiones opuestas, cuyo resultado es un balanceo ligero de la vara, ligero como es, mientras el encogimiento y estiramiento del pulgar es aún claramente visible.

En esta posición básica, el pulgar está bien doblado en una dirección horizontal y el músculo en su base permanece blando. Esta posición se asocia con lo siguiente:

- a) La parte inicial de un arcada hacia abajo;
- b) Paso a una cuerda superior, por ejemplo;
- c) La anticipación inmediata de una arcada hacia abajo al final de un arco arriba;
- d) Arcadas muy cortas hacia arriba tales como "re-takes", staccato o spiccato (en las que la anticipación del siguiente toque es al menos tan larga como el mismo toque).

En su segunda posición el pulgar está ligeramente menos doblado y el músculo de su base se vuelve activo. Esta posición está asociada con lo siguiente:

- a) Dirección general del arco hacia arriba;
- b) Paso a una cuerda inferior;
- c) Anticipación inmediata de un arco arriba al final de un arco abajo;
- d) Toques muy cortos hacia abajo (en los que el siguiente arco arriba es anticipado).

Modificando la doblez y el estiramiento del pulgar en dirección vertical, también podéis girar la vara (ver los Diagramas 5 y 6). Este movimiento, utilizado en combinación con toques de arco arriba y abajo, altera el ángulo que forman las cerdas del arco con la cuerda, en el sentido contrario a las agujas del reloj al aproximarse al talón en los arcos arriba (elevaciones de muñeca), y en el sentido de las agujas del reloj al aproximarse a la punta en los arcos abajo (descenso de muñeca). También se asocia con las variaciones de la distancia del arco con respecto al puente para efectuar cambios de sonido, color y dinámicos.

(Al describir giros del arco en el sentido de las agujas del reloj y en sentido contrario, se supone que el observador está viendo el arco desde el final del talón, mirando en escuadra desde detrás del talón la total longitud de la vara hasta la punta.)

### EL PUENTE

Sosteniendo el final de la vara con la mano izquierda, colocad el primero, tercero y cuarto dedos sobre ella y entonces moved el pulgar y el segundo dedo. En ambos arcos, abajo y arriba, los pilares tienden a separarse uno de otro. Este sentimiento puede desarrollarse mejor si al principio permitís que los pilares se deslicen sobre la vara, aunque con el tiempo permanecerán aferrados al arco. En el arco abajo cuando los pilares se separan, los nudillos y la muñeca están bajos y el codo se eleva ligeramente. En el arco arriba cuando los pilares se separan, los nudillos y la muñeca están elevados y el codo baja muy ligeramente. (Véanse los Diagramas 7 y 8, respectivamente.)

En ambos casos es de la mayor importancia sentir la separación de los dedos y nudillos, incluso mientras los dedos se "amontonan" ligeramente en el arco arriba. Es esencial que haya un instante de completa relajación entre esas dos "firmes" y sucesivas sensaciones.

### Ejercicios Preparatorios - Mano Derecha

Diagrama 7



Diagrama 8



Diagrama 9



Diagrama 10



Ahora alternad entre las sensaciones del arco abajo y arriba, pasando cada vez a través de un punto "cero" en el que el esfuerzo de extensión de la mano se relaja. Es importante que se haga un esfuerzo idéntico con ambos pilares. Siempre que permitamos que uno esté más perezoso o más energético, estamos en peligro de establecer un mal hábito.

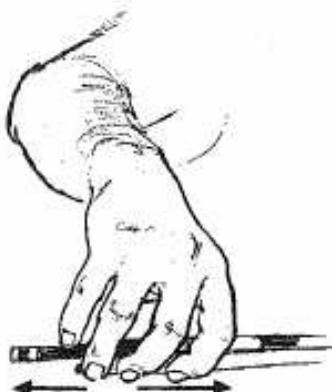


Diagrama 11



Diagrama 12



### COMBINACION DE CIRCULO Y PUENTE

Continuando con los anteriores movimientos alternativos de extensión, añadireis ahora los movimientos del pulgar y el segundo dedo. Al principio estos movimientos deben practicarse con la vara y más tarde con el arco, como muestran los Diagramas 9 y 10. En el arco abajo cuando los nudillos están bajos, el pulgar se dobla, presionando hacia la punta del arco como el primer dedo, mientras que el segundo dedo se une al tercero y el cuarto presionando hacia el talón. En el arco arriba, cuando los nudillos están elevados, el pulgar se une esta vez al tercero y cuarto dedos presionando hacia el talón, mientras el segundo dedo se alia ahora con el primero, presionando hacia la punta (Diagramas 11 y 12). Cuidad de que ninguno de los movimientos precedentes altere el punto de contacto entre la vara y cada uno de los dedos.

La combinación de los movimientos puede practicarse también sin la vara. Cuidad de que vuestra atención no esté tan exclusivamente puesta en vuestras manos que no percibáis una posible y no deseada tensión en el brazo y el hombro.

Diagrama 13.

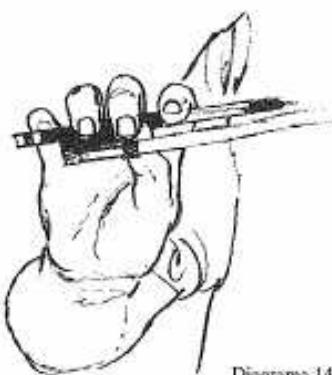


Diagrama 14

**Flexibilidad y blandura de los dedos y del pulgar cuando sostienen la varia sin sujetarla con la mano izquierda**

#### MOVIMIENTO VERTICAL DE LOS DEDOS

Volvamos a nuestra primera sujeción de la varia en su punto medio, donde está automáticamente en equilibrio en la mano derecha sola, manteniendo tranquilos la mano y el brazo, elevad la varia lo más posible doblando los dedos y el pulgar; entonces, estirándolos, bajad la varia. Cuando la varia es elevada, gira en el sentido de las agujas del reloj; cuando baja, gira en sentido contrario. Como ya es habitual, cuidad de no variar los puntos de contacto. En cuanto hayáis alcanzado el máximo movimiento de los dedos (y claro está de la varia) podéis añadir el movimiento de la mano, subiendo y bajando desde la muñeca para incrementar el trayecto de la varia.

Repetid estos movimientos, moviendo gradualmente la mano desde la parte superior de la varia hacia el talón de tal manera que tengáis seguridad del papel que cumple el cuarto dedo en el equilibrio de la varia sin perder su flexibilidad (Diagramas 13 y 14).

Para incrementar vuestra flexibilidad y adaptabilidad, intentad —como mera curiosidad— balancead la varia con vuestra mano y relajad el tercero y cuarto dedo en cada oscilación de la mano hacia arriba, permitiendo que los dedos toquen la varia según se acerque a su punto más bajo.

#### MOVIMIENTO HORIZONTAL DE LOS DEDOS

Como en la práctica del violín es muy importante el continuo movimiento horizontal, nuestros dedos deben aprender a ser flexibles en esta dirección.

Tomad la varia por el talón en una posición neutral, sostenida lo más suavemente posible con los dedos y el pulgar. Ahora empujad y tirad del arco con la mano

izquierda incrementando la presión de la sujeción lo justo para asegurarse de que la varia no se deslice entre los dedos. Estos, sin embargo, deben permanecer lo bastante flexibles como para responder pasivamente al empuje y el tirón, simulando el estiramiento que se produce en la ejecución de los arcos arriba y abajo, doblándose en el último (Diagramas 15 y 16).

Diagrama 15

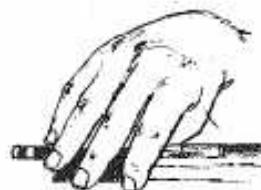


Diagrama 16

Ahora sostened la varia verticalmente sólo con la mano derecha, y tirad de ella hacia arriba mediante una simultánea doblez de los dedos y elevación de la muñeca. Dejad entonces que la mano y los dedos sean lo bastante sensibles a la gravedad como para dejar caer la varia, tirando de la mano hacia abajo y estirando los dedos. Aquí, el cuarto se separa gradualmente de la varia y el tercero apenas la toca (Diagramas 17 y 18).

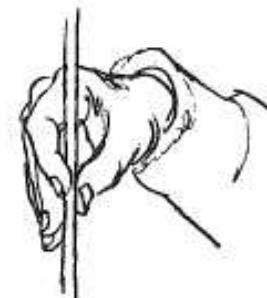


Diagrama 18

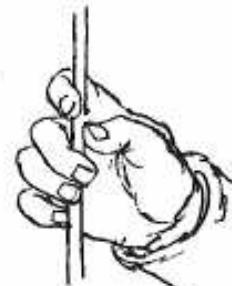


Diagrama 17

Para sentir la misma sensación en dirección opuesta, invertid la varia y repetid los ejercicios anteriores, sólo que esta vez la elevación vendrá como consecuencia del estiramiento de los dedos hacia arriba y la caída pasiva como consecuencia de doblarlos.

## Lección II

Los ejercicios precedentes son una preparación para alcanzar la misma flexibilidad tanto cuando el arco está horizontal y los dedos doblados a la izquierda y estirados a la derecha como en los movimientos que vamos ahora a realizar.

### CÍRCULOS. (Combinación de los movimientos verticales y horizontales)

Cuando hayais dominado ambos movimientos de los dedos, los verticales y los horizontales (con la vara horizontal), debéis estar listos para combinarlos en un círculo en cada dirección. Este movimiento circular debe practicarse con la vara en diversos ángulos entre lo vertical y lo horizontal. Todos los dedos deben trabajar igual, de tal manera que ambos extremos de la vara describan círculos del mismo tamaño. El impulso para este movimiento debe venir del brazo.

Aún en esta temprana etapa, experimentad haciendo los ejercicios previos mientras sosteneis la vara en equilibrio sólo con el primero y cuarto dedos contra el pulgar. Encontraréis que el segundo dedo asume algunas de las obligaciones del tercero y el cuarto, pero mantenedlo lo más próximo al pulgar como sea posible. Puede que tenga que rodar un poco arriba y abajo de la vara. Para mantener el primero y segundo dedos realmente sueltos mientras hacen ésto, debe girarse el brazo bien hacia dentro, para que el primer dedo se apoye en la vara sobre la articulación entre la base y la falange.

### Ejercicios preliminares con el arco

Vamos ahora a cambiar la vara por el propio arco. El siguiente ejercicio es útil para dar una idea del tipo de movimiento que requiere el actual movimiento del arco, sin tener que soportar todo su peso.

El talón del arco se coloca sobre un atril, como muestra el Diagrama 19. La punta se sostiene con la mano izquierda. Entonces la mano derecha se coloca ligeramente sobre el arco, en el talón. El único elemento de sujeción en esta colocación de la mano es el sentimiento de contacto en el "círculo" entre el segundo dedo y el pulgar, que debe ser formado cuidadosamente antes de colocar la mano sobre el arco. La mano cae entonces naturalmente en una confortable posición. Este sentimiento de contacto en el "círculo" debe mantenerse todo el tiempo mientras la mano se desliza hacia la punta del arco y de nuevo hacia abajo. El brazo debe estar tan ligero y equilibrado que no exista sentimiento de tirón contra esta sujeción. Uno debe recordar que el hombro y la paletilla siguen a la mano y los dedos en un arco-abajo e inversamente hacen sitio para el recorrido de la mano en un arco-arriba. Como apenas hay momento en este suave deslizamiento, habrá difícilmente algún movimiento visible de los dedos excepto la ligera diferencia de inclinación entre arco-arriba y abajo, una diferencia que, dada una mano realmente relajada, se producirá a través de la fricción entre los dedos y la vara del arco.

Un movimiento reactivo que debe aparecer posteriormente en este ejercicio es el ajuste compensatorio de ángulo entre el brazo, antebrazo, muñecas y dedos, que mantiene el arco paralelo al puente. Este ajuste, que consideraremos después más en detalle, comienza en el momento que el brazo empieza a moverse y continúa mientras dura el movimiento. Como muestran los Diagramas 20 y 21, los variados planos en los que el brazo tiene que moverse para tocar con el arco las diferentes cuerdas puede ser simulado alterando la altura a la que es soportado el talón y ladeando la punta.

Diagrama 19

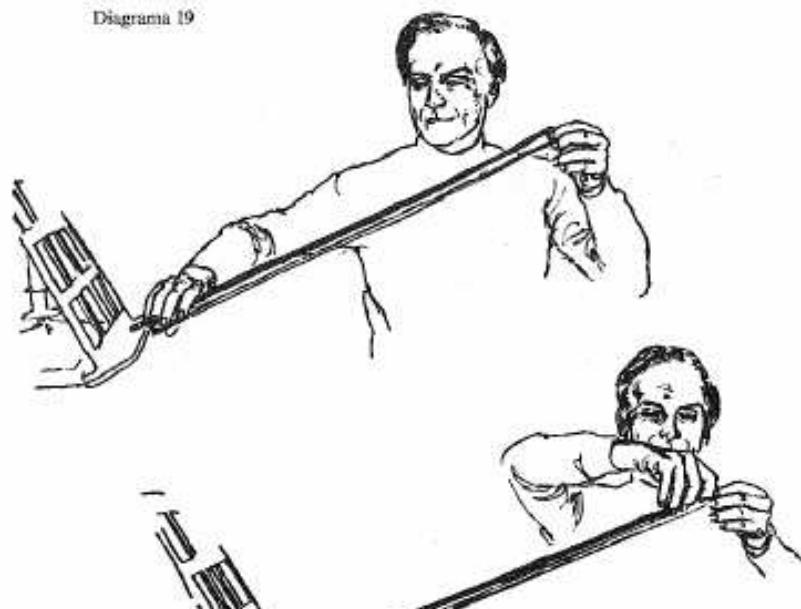


Diagrama 20

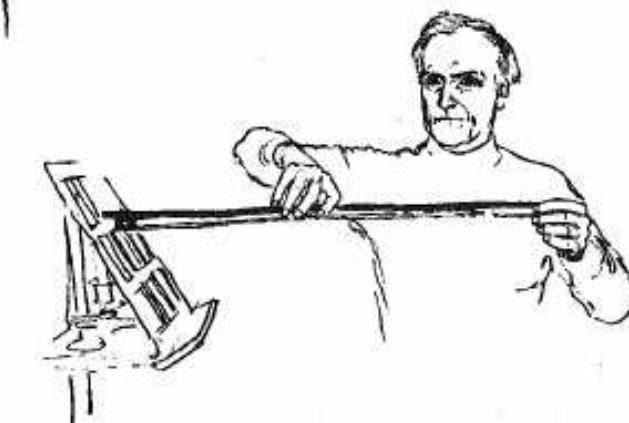


Diagrama 21

### Ejercicios Preparatorios - Mano Derecha



Diagrama 22



Diagrama 23

#### Balanceo del arco

Cuando el arco es actualmente sostenido y llevado, estos ajustes naturales pueden ser bloqueados por exceso de tensión en la muñeca, dedos y pulgar, que se transmite por el brazo al hombro, poniendo duro todo el miembro. Los siguientes ejercicios están especialmente diseñados para conseguir desde muy al principio una posición básica de arco que permita a estos y otros movimientos reactivos dar amplitud al toque. Al mismo tiempo acostumbran la mano, particularmente el dedo pequeño y el

pulgar, a los muy diferentes grados de tono muscular apropiados a las distintas funciones del arco. Una mira posterior de estos ejercicios, que continuarán de forma más elaborada en la Lección IV, es la promoción de un sentimiento para la elasticidad del arco y el efecto en éste de los variables grados de elasticidad en las articulaciones.

Para estos ejercicios es necesario sostener el violin en una simulada posición de tocar como muestran los Diagramas 22 y 23, que capacita al brazo izquierdo para experimentar desde el comienzo la sensación de libertad que debe mantener siempre mientras toca, y a los dedos de la mano izquierda a desarrollar fuerza.

Comencemos con la mitad del arco soportado por una de las cuerdas. Separemos el segundo y tercer dedo, sosteniendo el arco tan ligeramente como sea posible con los dedos restantes, primero, cuarto y pulgar. Presionemos entonces con el cuarto dedo hasta que el arco abandone la cuerda. (Este ejercicio pierde totalmente su propósito si el arco es elevado por cualquier otro medio que no sea la presión del cuarto dedo.) Según se eleva el arco, esta presión generará un posterior giro del pulgar y un doblamiento hacia arriba del primer dedo, que no debe sin embargo afectar a la vara.

El arco está así posado sobre la cuerda por breves momentos; entonces la presión del cuarto dedo se relaja, el arco se repliega hacia la cuerda y se le deja rebotar, con la mano absolutamente relajada, hasta que por propio acuerdo se para. Si la mano ha estado verdaderamente relajada, entonces los rebotes se sentirán como un "eco" en la mano y en todo el brazo.

En la segunda etapa del ejercicio, que produce un efecto real de rebote, en el momento de relajar la presión del arco es arrastrado bastante despacio hacia la punta hasta que alcanza un punto en el que los rebotes desaparecen. (Los ejecutantes con brazos de una longitud normal no deben llegar demasiado cerca de la punta porque es una posición incómoda.) Entonces, por medio de la presión del dedo pequeño, el arco es elevado de nuevo, llevado al punto de partida y soltado una vez más. Como variante, en vez de devolver el arco a su punto de partida, puede soltarse desde el punto alcanzado después de bajarlo, y arrastrar el arco hacia el talón, produciendo un rebote del arco hacia arriba. La duración de los rebotes en el arco depende de la ligereza de brazo y hombro que es una pre-condición esencial para este ejercicio.

Esta segunda etapa del ejercicio debe ser repetida con todos los dedos en el arco. Debe sentirse que, en la etapa de sujeción, el segundo y tercer dedos ayudan activamente, particularmente el segundo, debido a que el "círculo" está otra vez en acción. En la relajación, etapa de rebote, sin embargo, el segundo y tercer dedos deben participar en el sentimiento de rebote sin impedirlo de ninguna manera. El rebote debe sonar igual esté o no el dedo medio sobre la vara.

Si tras varios días de practicar estos ejercicios de rebote se nota que el dedo pequeño tiene la tendencia común a presionar hacia abajo, a menudo resultan útiles los siguientes ejercicios vigorizantes. Como en la preparación para el ejercicio de rebote, el arco es elevado de la cuerda por la presión del cuarto dedo, pero en vez de soltarlo sobre la cuerda relajando la presión, se descende lo más suave y lentamente posible, hasta reposar silenciosamente sin un temblor.

#### Movimientos de cambio de cuerda

Un ejercicio posterior para practicar con el violin sujetado como en los Diagramas 22 y 23 se desarrolla apoyando la punta del arco en la cuerda Sol durante unos momentos y permitiendo entonces que el brazo entero en una pieza caiga de tal

## Lección II

manera que la punta repose sobre la cuerda Mi. El arco entonces se eleva ligeramente al nivel de la cuerda Sol otra vez. Este ejercicio debe repetirse en la mitad del arco y en el talón, donde un dedo pequeño relativamente inentrenado se volverá profundamente enterado de esta función de balanceo. (En esta etapa temprana, es importante que el cruce en el talón se haga con el brazo moviéndose en una sola pieza, sin ningún movimiento independiente de la muñeca y/o los dedos. En la Lección IV sin embargo, se describirán las ventajas de alternar los movimientos de las manos y el brazo en los cambios de cuerda en el talón.)

### Arcadas completas con libre balanceo del brazo

Ahora estamos en posición para combinar el libre balanceo del brazo, como se experimentó en los ejercicios ilustrados en los Diagramas 18 y 19 en la sección I (pág. 27), con nuestra habilidad para llevar el arco sin tensión.

Primero, sin violín ni arco, modificaremos las curvas producidas, en los ejercicios de la Lección I, según nuestros sentimientos para los planos en los que se mueve el brazo en el actual movimiento del arco. Imaginemos que estamos produciendo un recto y rápido arco arriba seguido por un lento retorno por el aire. Comenzando con el brazo derecho totalmente extendido lo balancearemos vigorosamente hacia la izquierda y la derecha como si arrastrásemos el arco hacia el talón. El movimiento es seguido sin embargo más allá del talón, hasta que los nudillos de la mano derecha están al nivel de la oreja izquierda. Si la muñeca y los dedos están relajados se doblarán ahora hacia la izquierda y la derecha en una extensión del movimiento del brazo. Cambiemos entonces la dirección y volvamos el brazo atrás en una suave curva como si se preparase a colocar la punta del arco sobre la cuerda. Sin interrupción el movimiento se repite unas cinco veces. Este ejercicio se repite entonces en imaginarios arcos abajo, comenzando la curva cuando el brazo está totalmente extendido y trayendo el brazo de vuelta a un punto bien detrás del imaginario talón.

Sostened entonces el violín como muestran los diagramas 22 y 23 en esta Lección, tomad el arco y repetid los ejercicios anteriores varias veces sobre cada cuerda de la siguiente manera:



En la versión arco-arriba de este ejercicio debemos asegurarnos de que todo el brazo está relajado, lo que significa que cuando el arco abandona la cuerda en el talón, simplemente se eleva como un avión y no se quita nerviosamente. Aunque con el arco en la mano el brazo derecho no se mueve hacia la izquierda y la derecha tan rápido como cuando hicimos este ejercicio sin él, el camino de regreso no debe empezar hasta que el dorso de la mano esté al nivel de la nariz.

En el aire, en el punto de regreso, cuando la mano dobrada toma el peso total de arco, debemos asegurarnos de un leve incremento en la tensión, particularmente en el dedo pequeño, un sentimiento similar al que experimentamos durante la presión de elevación del ejercicio de rebotes. Este estado de "elástica-doblez" de la mano se necesita para almohadillar la sacudida del toque en la versión arco-abajo de este

## Ejercicios Preparatorios - Mano Derecha

ejercicio. Será probablemente necesario experimentar con diversos grados de tensión antes de alcanzar la etapa en la que el arco aterrice suavemente en el talón, dando un claro comienzo al sonido, sin rasgar (exceso de tensión) o emborronar (tensión insuficiente).

### Dos clases de esfuerzo

Hay dos tipos de esfuerzo involucrados en el movimiento del arco. Uno, que llamo el "rebote-golpeado", es un ataque rápido en una dirección seguido de una reacción en sentido opuesto (como una pelota rebotando en una pared). El otro es un esfuerzo más continuo y prolongado en un único sentido (como empujando o tirando de una carga pesada cuesta arriba).

El primero es esencial para cambiar de sentido (arco-arriba a arco-abajo y viceversa); el segundo se da entre cambios de sentido y corresponde al propio mantenimiento del toque.

Ninguno de los ejercicios subsiguientes requieren el violín, que puede por tanto dejarse al lado. Cuando posteriormente los movimientos hayan sido dominados, deben ser practicados de nuevo con el instrumento, como muestran los diagramas. La cabeza del violín debe sujetarse sin embargo como en los Ejercicios Preliminares con el Arco.

### Ejercicios de "rebote golpeado"

Los siguientes ejercicios, practicados al principio sin el arco, pueden hacerse en dos sentidos, correspondiendo al cambio de arco-abajo a arco-arriba y de arco-arriba a arco-abajo. Deben practicarse con la mano en la posición apropiada, como se llegase a ambos extremos, del arco, y en los dos planos extremos de la cuerda Mi y la cuerda Sol.

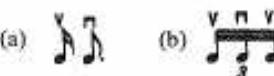
Lo más natural es preceder cualquier acción de cruce por un movimiento preparatorio en sentido contrario. En el ejercicio siguiente comenzareis con la mano en una posición neutral entre la de arco-abajo y arriba y os preparareis para el salto con un rápido y pequeño movimiento en sentido contrario.

### RÁPIDO ARCO-ARRIBA, LARGO ARCO-ABAJO

Haced un rápido movimiento de la muñeca hacia arriba, junto con un movimiento deliberado de los dedos en su posición dobrada que lleve la mano y los dedos de la posición de arco-arriba a una posición de arco-abajo. Esto es contradicho inmediatamente por el tirón principal del brazo en un toque de arco-abajo, junto con el movimiento acompañante de la muñeca.

Cuando el antebrazo cambia de sentido entre dos toques, los dedos y mano pueden continuar el primer toque mientras el brazo ha comenzado ya su movimiento en sentido opuesto. Imaginad que habeis golpeado vuestro hombro con el dorso de vuestra mano.

Este debe ser practicado bastante de prisa en dos ritmos:



## Lección II

El segundo rebote o tercer sonido en (b) es una reacción al primero, sólo más pequeño y que se da naturalmente cuando se le permite. En ambas versiones todas las articulaciones deben estar tan blandas y flexibles como sea posible, de tal manera que el movimiento completo parezca un latigazo.

### RAPIDO ARCO-ABAJO, LARGO ARCO-ARRIBA



Aquí el cruce está fuera del hombro, todas las acciones descritas arriba están invertidas y el golpe se produce como si fuera hecho con la palma de la mano.

Cuando los ejercicios anteriores se han hecho las veces necesarias para captar la sensación, deben intentarse con el arco, con los dedos lo más relajados posible, hasta que un sentimiento de seguridad creciente reemplace cualquier temor que pudierais tener a caer el arco.

Hasta ahora los "rebotes-golpeados" se han hecho sólo en linea recta, pero pueden asociarse también con círculos o elipses. El principio es el impulso y momento utilizado en los ejercicios de brazo en la Lección I (ver pág. ) con un impulso sólo para cada círculo. En este círculo el empuje es curvo, y su impetu lleva la mano, muñeca y brazo alrededor del resto del círculo; es el rebote.

### Ejercicios de esfuerzo continuo (tirar-empujar)

En todos los ejercicios siguientes el arco es arrastrado a través del primer dedo de la mano izquierda, que simula la fricción de las crines del arco con las cuerdas. En la práctica, esta fricción variará naturalmente en proporción al peso del brazo y la presión de los dedos transferida a las cuerdas a través del arco.

Lo siguiente nos mostrará en detalle los ajustes necesarios para mantener el arco absolutamente paralelo al puente, que depende de la flexibilidad de todas las articulaciones.

### ARCO-ABAJO

Comencemos con el arco apoyado en el talón (Diagrama 24). El brazo y la paletilla echados hacia atrás tiran del pasivo antebrazo. El ángulo del codo permanece prácticamente constante hasta que llegamos a la mitad del arco, cuando el antebrazo empieza a mandar. La muñeca desciende gradualmente.

En la mitad del arco (Diagrama 25) el dorso de la mano, la muñeca y el antebrazo están aproximadamente en línea recta.

En la mitad superior del arco (Diagrama 26) el antebrazo manda, tirando del brazo hacia delante. Según se estira todo el brazo, el codo gira suavemente hacia arriba (un movimiento que se inicia en el brazo), y la muñeca comienza a caer por debajo de la linea recta. El hombro en rotación es movido en linea recta hacia delante de la paletilla, como si quisiera llegar sobre el toque del arco. La muñeca toma posesión del antebrazo en la última parte del toque, tirando de la mano y alcanzando su punto más bajo en la punta. Por último, al final del toque, los dedos comienzan a colocarse en la posición de arco-arriba.



Diagrama 24  
Mitad inferior del arco



Diagrama 25  
Mitad del arco



Diagrama 26  
Mitad superior del arco



Diagrama 27  
Mitzá superior del arco



Diagrama 28  
Mitzá del arco



Diagrama 29  
Mitzá inferior del arco

#### ARCO-ARRIBA

Comencemos partiendo de la posición extendida en la punta (Diagrama 27), e iniciemos el arco-arriba, elevando suavemente la muñeca. Ahora manda el antebrazo, empujando el brazo junto con el hombro y la paletilla hacia atrás y hacia abajo. La espalda se relaja y siente como si se expandiese a los lados durante toda la arcada. El antebrazo también gira suavemente hacia fuera del codo.

En la mitad del arco (Diagrama 28) el dorso de la mano, la muñeca y el antebrazo están aproximadamente en línea recta.

En la mitad inferior del arco (Diagrama 29) el brazo tiene el poder conductor. Esta fuerza motriz debe fluir ininterrumpidamente dentro del arco, independiente del cambio de configuración de la muñeca y los dedos (si se forma un ángulo verdaderamente agudo en la articulación de la muñeca, este fluir se interrumpe). En la última parte del toque, antes del siguiente arco-abajo, los dedos se preparan para el colocándose en la postura de la paletilla, que de hecho comienza al principio del arco-arriba pero se hace más pronunciado en la mitad inferior, es sentido como una extensión directa. Al mismo tiempo debemos tener un sentido distintivo de su función en el equilibrio del peso del brazo y antebrazo que se elevan.

#### Movimientos de los dedos y pulgar

En ambos, el "rebote-golpeado" y el continuo tirar-empujar, debes acordaros de aplicar los diversos movimientos opuestos del pulgar y los demás dedos expuestos en la página 37 (combinación de "círculo" y "puente").

Para obtener un mayor sentimiento del arrastre de las cerdas del arco en el dedo (cuerdas), bien muy suave o firme, pueden utilizarse las presiones opuestas del "puente" de una nueva manera. Hemos visto cómo los pilares se separan uno de otro tanto en el arco-abajo como en el arco-arriba. En el arco-abajo el primer dedo tirará hacia vosotros, mientras el cuarto empuja contra el interior de la vara (Diagrama 30).

En el arco-arriba el juego es entre el primero y tercer dedos, tirando este último hacia vosotros, según muestra el Diagrama 31.

Diagrama 30



Diagrama 31

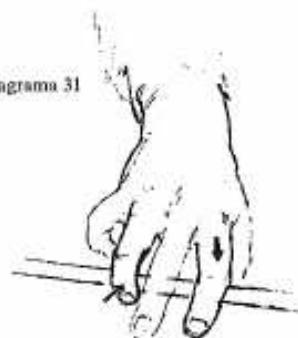


Diagrama 32

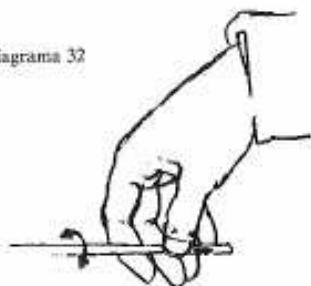
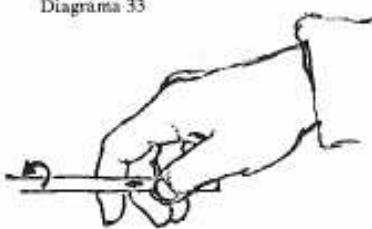


Diagrama 33



Es necesario proporcionar una contra-presión a la cuerda para evitar que el arco se deslice hacia vosotros o en sentido contrario sobre las cuerdas, y esta contra-presión es otra función del giro del arco ya mencionado en conexión con el "círculo" formado por el pulgar y el segundo dedo (Diagramas 32 y 33).

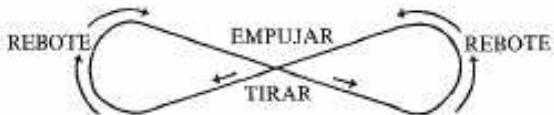
Apojad las crines del arco sobre el primer dedo de la mano izquierda y, como se describió antes para el arco-abajo, tirad con el primer dedo y empujad con el cuarto de tal manera que la vara se mueva hacia vosotros, sin perturbar sin embargo a las crines del arco que permanecen en su sitio y se aplastan sobre el dedo. La vara es enderezada por un giro hacia arriba del pulgar contra el segundo dedo.

Debo señalar que aunque hemos pensado el tirar y empujar continuo a lo largo de todo el arco, a menudo es necesario ser capaz de sentirlo en un toque muy corto. A la inversa, aunque el rebote golpeado es normalmente un movimiento pequeño que involucra una longitud corta de arco, puede utilizarse también para recorrerlo en toda su longitud. Volveremos a ellos en la Lección IV.

#### Combinación de continuo tirar-empujar y "rebote-golpeado"

Cuando os hayáis acostumbrado al continuo tirar y empujar de los arcos abajo y arriba debéis ser capaces de unirlos con un movimiento de "rebote-golpeado" en cada cambio de arco.

Comenzando en la posición doblada, por ejemplo, tiramos-rebotamos, empujamos-rebotamos, etc. Una forma sencilla de obtener este sentimiento es pensar en la figura de un 8, aunque en la mayoría de las situaciones al tocar sólo quedará un trazo de la figura.



El efecto musical de este movimiento es el esquema rítmico:



#### Retorno al mínimo esfuerzo y sujeción básica del arco

Durante algún tiempo nos hemos concentrado en los elementos de fuerza y velocidad y en muchos pequeños detalles de las presiones de los dedos en el impulso y el momento, pero debemos retornar a menudo a lo opuesto, como un antídoto, al estado flotante de mínimo esfuerzo, el inicial punto "cero", en el que el arco es sujetado sólo por la mano derecha.

En este estadio podemos asegurarnos más fácilmente de las responsabilidades generales de la mano en el balanceo del arco, y del brazo y antebrazo en el soporte de su peso durante un toque en el aire.

Recordad también que hay una manera de sostener el arco a la que siempre volveremos como se describió al principio de esta lección. Aquí, el pulgar está siempre redondeado (doblado) con su articulación señalando hacia la punta del arco - si, como en el arco-abajo, el pulgar gira la vara en el sentido de las agujas del reloj o, como en el arco-arriba en sentido contrario, su posición general es siempre presionado contra la vara. Todos los demás movimientos asociados con arcos arriba o abajo son subsidiarios a esta sujeción principal. Cuando hemos desarrollado esta gran flexibilidad, debemos guardarnos de exagerar estos movimientos. De hecho se harán casi invisibles. Se sentirán por dentro, particularmente aquellos asociados con los dedos de la mano derecha. Debe recordarse que los dedos de la mano derecha casi nunca originan movimiento. Más que hacer llevan y transmiten los impulsos de las articulaciones mayores detrás de ellos.

Utilizamos estos ejercicios para desarrollar la flexibilidad y coordinación, pero tras unos miles de ejercicios debemos finalmente olvidar la "gramática" con todas sus excepciones y contra-reglas y retornar a esta básica, flexible, elástica pero menos agitada manera de sostener el arco.

Por supuesto que en la práctica del violín no sólo son necesarios los dos extremos (llevar el arco por el aire o aplicar una gran fuerza a las cuerdas) sino todos los infinitos grados entre ellos. Para ser capaz de responder a cualquier demanda, expresiva o técnica, que pueda presentarse en la música, el violinista debe controlar no sólo todo este campo sino ser capaz de cambiar constantemente de un extremo a otro en cualquier circunstancia.

Concluiremos esta lección con otra serie de toques continuos con todo el arco, rápidos y lentos, pero esta vez sin el soporte y asistencia de la mano izquierda, cuidando que la mano derecha esté tan blanda como sea posible sin perder el arco. Recordad que el sonido característico del violín es expresivo y melódico, una línea ligada dibujada por este fluido movimiento del arco que puede dar la ilusión de un sonido continuo.

## LECCION III

### Ejercicios Preparatorios - Mano Izquierda

#### Defectos comunes en la sujeción del violín

Hablamos de sujetar, sostener el violín, pero la palabra "sujetar", con su implicación de un agarre firme y estático, puede desorientar. Debemos recordar que el violinista, a diferencia del pianista o cellista, cuyos instrumentos reposan en el suelo, deben soportar su instrumento sin ayuda (el violinista no puede esconderse o refugiarse detrás ni debajo de su instrumento!). Además, esta sujeción debe conseguirse de tal manera que pueda disponerse en cualquier momento de la máxima libertad de movimiento sobre todo el diapasón; y también este movimiento tiene que ser coordinado con cualquier movimiento imaginable de la mano derecha. Aquí, como con el arco, el desarrollo de un sentido de equilibrio y flexibilidad configurará una base de mayor libertad y bienestar sobre la que posteriormente se aplicará potencia y esfuerzo, que debe sujetar el violín entre el hombro y la cabeza, o sostenerlo entre el pulgar y el primer dedo de la mano izquierda.

La diferencia básica entre el uso del pulgar en el violín y en el piano es que el violinista tiene por fuerza que sostener su instrumento y el arco, y tiene que aprender a relajar dicho pulgar entre cada esfuerzo (al fin y al cabo, el pianista no tiene que sostener su piano). Es muy importante despreocuparse de la sujeción, ya que el aferramiento del pulgar contra los dedos impide la libertad de vuestros movimientos.

En el piano, el pulgar es tratado como otro dedo, y está siempre relajado cuando no toca —cuando no está pulsando un tecla— por lo que tocar el piano resulta bastante más fácil.

Hasta que aprendamos a relajar y desarrollar el pulgar, no tocaremos el violín perfectamente; de aquí mi gran énfasis en dicho dedo y en el aprendizaje de su utilización.

#### La sujeción

Hay sólo dos puntos de apoyo necesarios para el violín: uno pasivo —la clavícula— que es relativamente fijo (el violín se mueve sobre la clavícula); el otro, activo —la mano izquierda— que está constantemente en movimiento o preparada para moverse (la mano mueve el violín). La leve presión (peso) de la cabeza sobre la barbada evita que el violín se deslice del apoyo de la clavícula.

El hombro —donde el brazo se une con el cuerpo— es así relevado de cualquier responsabilidad de sujetar el violín y debe permitirsele permanecer en una posición normal y relajada. Esto significa que el violinista es libre de mantener una postura relajada mientras sujeta o toca su instrumento, y elimina la elevación del hombro izquierdo común en muchos violinistas, que no sólo es una fuente frecuente de considerable incomodidad y dolor, sino que también impide el libre movimiento, bien sea grande o pequeño, del brazo y los dedos.

Es preferible hacerlo sin almohadilla. Si se utiliza el hombro como soporte se restringe su libertad de movimiento, y si está activamente "empalmado", el hombro queda "bloqueado". Para aquellas personas con un cuello largo y una clavícula poco pronunciada puede ser muy confortable utilizar una almohadilla o un paño doblado, pero bajo cualquier condición debe ser una sujeción agradable "sin" presión.

Para sostener el violín como describiré, es útil tener una barbada con un borde prominente y redondeado. El modelo Carl Flesch tiene un buen diseño, pero en cualquier caso, este apoyo es una materia de elección personal.

Diagrama I



#### Aprendamos a sostener el violín

##### SUJECIÓN CON LA CABEZA Y LA CLAVICULA

Comenzad con el violín colgando en la posición entre la cabeza y la clavícula (como en el Diagrama I); ambos brazos deben colgar relajadamente a vuestros lados. El violín estará inclinado hacia abajo, apuntando hacia el suelo, y se evita que se deslice mediante el peso de la cabeza y un tirón hacia atrás de la barbillia sobre la barbada. Naturalmente, se necesita hacer un mayor esfuerzo con la cabeza hasta que la mano izquierda participe en la sujeción del peso, pero esta acción de la cabeza (la parte del "tirón", del movimiento de tirar y empujar de la cabeza como un pollo, introducido en la Lección I, pág. 21) será muy importante en los desplazamientos descendentes. El violín, aun cuando esté colgando, no toca el hombro, que debe estar completamente relajado para moverse independientemente del violín.



Diagrama 2

Ahora colocad la yema del pulgar izquierdo en el lado del mango del instrumento y el segundo dedo en la mitad de la cuerda La. La cabeza, tirando hacia atrás lo justo para sostener el violín, reposa ahora ligeramente sobre la barbada, tocándola lo justo para evitar que el violín se desvie de la clavícula. Elevad el violín a una posición aproximadamente paralela al suelo (si acaso, un poco más alto) ajustando la cabeza al nuevo ángulo del violín elevándola momentáneamente sobre la barbada y volviendo a ella de nuevo. El hombro debe mantenerse libre, así hay ahora el máximo espacio entre éste y el violín.

Este ejercicio es especialmente útil para adquirir el sentimiento de sujeción entre la cabeza y la clavícula.

#### SUJECCIÓN DE LA MANO IZQUIERDA (al principio sin violín)

Ahora nos concentraremos en la sujeción de la mano izquierda. Comenzaremos sosteniendo todo el peso del brazo izquierdo con la mano derecha (su pulgar en la palma izquierda), y aproximadamente al nivel del hombro. El brazo debe colgar absolutamente relajado y puede balancearse como un péndulo.

La muñeca debe estar en línea recta con la mano y el brazo. Ahora gradualmente dejad que el brazo izquierdo se sostenga a sí mismo con el mínimo esfuerzo, sin



Diagrama 3



Diagrama 4

disturbar la natural posición colgante del codo que es a partir del que trabajaremos básicamente. Los dedos y el pulgar deben estar blandos y redondeados.

#### EJERCICIOS DEL PULGAR

Utilizando el primer dedo de la mano derecha como sustituto del violín, colocadlo en la yema del pulgar izquierdo, empujando la falange superior del pulgar un poco hacia la izquierda hasta que esté totalmente vertical; notareis que la yema del pulgar está ahora en diagonal. Esto significa que cuando presionamos el primer dedo suavemente hacia abajo, puede convertir la carne de la yema en un cojín de soporte. Manteniendo el contacto, aplicad y retirad alternativamente la presión; el pulgar debe retornar a su posición original más recta con la relajación, aunque la punta de su falange debe permanecer automáticamente vertical. Esta flexibilidad del pulgar es la llave para la sujeción y flexibilidad de la mano izquierda, y para el ángulo y la altura de los nudillos.

Ahora debéis estar listos para regresar al violín con una variante de primer ejercicio para la sujeción del instrumento, enfocando esta vez vuestra atención en la sujeción de la mano izquierda.

El violín, sostenido entre la cabeza y la clavícula, lo sujetáis ahora alguien más por la cabeza o se apoya suavemente contra una pared lisa. Como en el primer ejercicio, dejad que los dos brazos cuelguen relajadamente a los lados y entonces elevad la mano izquierda a su posición de tocar sin perturbar la blandura del brazo o la posición colgante del hombro. De hecho, cuando el brazo se eleva desde el lado, el hombro, inclinado hacia atrás por estar el brazo más paralelo al suelo, cae más todavía. Me gustaría que os aseguraseis ahora de esta tendencia, aunque su importancia sólo se hará más evidente cuando comencemos a movernos en la sujeción. La cabeza debe reposar ligeramente en la barbada.



#### *Ejercicios Preparatorios - Mano Izquierda*

Muy gradualmente dejad que el soporte externo del violín sea reemplazado por vuestro pulgar izquierdo, teniendo el peso del violín en su almohadilla de soporte en la yema del pulgar, como hizo previamente el primer dedo de la mano derecha (ver el Diagrama 5). La falange superior del pulgar está ahora casi, pero no del todo, vertical. Una vez que este equilibrio bastante delicado haya sido cogido, encontrareis que una presión hacia abajo en el diapasón, lejos de hacer que el violín se deslice, servirá sólo para incrementar su seguridad, basada por decirlo así en la fricción. Los violinistas con "doble-articulación" de los pulgares que encuentran esto difícil deben perseverar, ya que provee un medio de sobreponerse a este condicionamiento.

#### **Descripción general de la sujeción**

Ya he mencionado que los dedos deben estar blandos y redondeados, el codo colgando y la muñeca recta, y he insistido en la importancia de la flexibilidad y seguridad del soporte del pulgar. Ahora debemos traer los dedos sobre las cuerdas mediante una ligera rotación del antebrazo (con un ajuste por simpatía de la posición del codo) hasta que los nudillos estén en un ángulo casi paralelo al diapasón. Intentad este movimiento, notando que todos los dedos (que deben aún estar blandos y curvados) sean llevados sobre las cuerdas separados, y se forme una figura circular entre el pulgar y cada dedo como en la mano derecha sobre el arco. Para conseguir esta figura es necesario, con la ligera rotación del antebrazo, que la articulación de la base del primer dedo esté lejos del cuello y la del cuarto dedo esté más cerca de él sin alterar la figura y el contacto del pulgar. Solamente entonces todos los dedos, incluido el cuarto más corto, estarán redondeados y en disposición constante para cruzar el diapasón a cualquier cuerda con un mínimo ajuste de la posición general. Esta es la posición "justa" que debe estar tan perfectamente equilibrada y tan natural y sin esfuerzo que permita cualquier tipo de movimiento en todas las direcciones (Diagramas 6 y 7).

Para ser capaces de moverse arriba y abajo del diapasón pasado el hombro del violín con un similar ajuste mínimo, los nudillos deben estar a una altura que permita un movimiento ininterrumpido a la posición más elevada. El siguiente grupo de ejercicios, dependiendo de la movilidad del pulgar y la blandura de todas sus articulaciones, especialmente la de la base, os ayudarán a conseguir estos ideales.

#### **Ejercicios para movimiento en la sujeción, especialmente de flexibilidad del pulgar**

La posición normal para tocar del pulgar es doblada y por supuesto, cuanto más doblado esté, los nudillos estarán en la relación más elevada con respecto al diapasón. Debeis estar seguros de que esta doblez no es debida a un esfuerzo consciente, sino a la blandura del pulgar que permite que el peso del violín lo presione (como el primer dedo de la mano derecha hacia en el ejercicio anterior).

Primero, dos ejercicios de "dirección lateral".

#### **EJERCICIO 1**

Sostened el violín con los dedos sobre el diapasón pero sin tocar las cuerdas. Ahora moved sólo la falange superior del pulgar de un lado al otro, manteniendo quietos y blandos el brazo, muñeca, mano y parte inferior del pulgar. El violín se



Diagrama 8

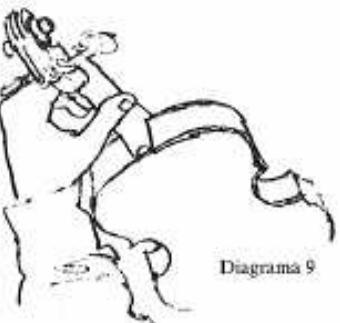


Diagrama 9

mueve de un lado al otro con el pulgar. Este cambio de ángulo de la falange superior del pulgar será utilizado en los desplazamientos.

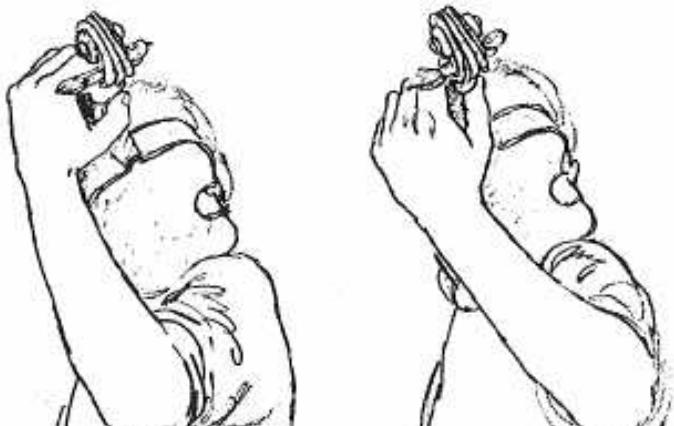
#### EJERCICIO 2

Aquí hay una variación más difícil que podeis intentar ahora, pero que resultará más sencilla sólo después de ejercicios posteriores. Comenzando en la misma posición, colocad los dedos, utilizad el segundo, sobre cualquier cuerda, y elevad la cabeza de la barbada. Ahora meced el violin con el dedo y el pulgar, a la derecha tirando con el dedo mientras el pulgar se dobla más, y a la izquierda empujando mientras el pulgar se estira.

Ahora dos ejercicios en "dirección vertical": el primero moviendo el brazo como un péndulo, manteniendo quieto el violin; el segundo, moviendo el violin, manteniendo el brazo inmóvil.

#### EJERCICIO 3

Comenzad como en el Ejercicio 1, la mano en su posición más elevada; el pulgar dobrado. Girad el codo lo suficiente para dejar que la falange inferior del pulgar se coloque en linea recta con la superior, casi perpendicular al suelo —este movimiento también separa los dedos del diapasón y baja los nudillos en relación con él—. Enton-



#### Ejercicios Preparatorios - Mano Izquierda

ces girad el codo hacia atrás a su posición original. El pulgar, doblándose, permite este movimiento para elevar los nudillos hacia atrás a su posición más alta en relación con el diapasón. Repetid este movimiento de balanceo varias veces, cuidando que la falange superior del pulgar permanezca virtualmente inmóvil. Este ejercicio es opuesto al Ejercicio 1 en el que esta falange solamente se movía, mientras el resto del pulgar y el brazo estaban quietos. Aquí otra vez, el principio de trabajar partiendo de una altura es útil como el cambio de posición y el vibrato son ayudados por la ligereza de la mano.

#### EJERCICIO 4

De nuevo comenzad como anteriormente, pero esta vez, en lugar de que el giro del codo lleve al pulgar a una linea recta, el codo permanece en su posición normal, y el pulgar mismo empuja hacia arriba hasta estar derecho, elevando el violin con él, de tal manera que los nudillos estén ahora en su posición más baja en relación con el diapasón, aunque ellos no se hayan movido en este momento. Ahora relajad el pulgar para que el peso del violin lo empuje hacia atrás a su posición doblada.

Este ejercicio es complementario al Ejercicio 3, siendo aquí conseguido el estiramiento del pulgar por su propio esfuerzo en lugar de por el giro del brazo. Pero el punto fundamental de este ejercicio es la relajación, no el estiramiento del pulgar.

Aunque la falange superior se mueva arriba y abajo, su ángulo permanece invariable, como en el Ejercicio 3.

#### Adición de los dedos, su movimiento y flexibilidad

Haremos ahora los dos últimos ejercicios de nuevo, pero esta vez con la adición de cada dedo por orden. Es importante hacer cada ejercicio sobre cada cuerda (comenzando con la cuerda La y terminado con la cuerda Sol) al menos en tres partes diferentes del diapasón —bastante abajo y arriba del hombro.

El dedo más fácil para comenzar todos los ejercicios es el segundo, que debe ser seguido por el tercero, el cuarto y el primero en este orden. Es especialmente importante trabajar bien el cuarto dedo en todos los ejercicios desde el comienzo.

Recordad que la rotación del brazo que lleva los dedos sobre el diapasón tiende a separarlos unos de otros sin introducir tensión. Esto es importante, los dedos no deben nunca estar pegados unos a otros, porque es su separación la que los hará independientes de los demás. Es por ésto esencial mantener el mismo ángulo de los nudillos (casi paralelo al diapasón) mientras se trabaja con el primer dedo y con el cuarto. En otras palabras, la ligera rotación del brazo debe convertirse en un hábito inconsciente a lo largo de todos los ejercicios y en la práctica, contrarrestando cualquier inclinación de la mano y los dedos de apartarse del diapasón cuando no se está utilizando el cuarto dedo. Esta rotación se da naturalmente con cada balanceo del codo, o "pendulación" como a mí me gusta llamarlo, hacia la derecha.

#### EJERCICIO 3 REPETIDO

Colocad el segundo dedo ligeramente en la cuerda La sobre un armónico (esto es, no presionando la cuerda) un poco encima del pulgar de modo que el pulgar esté opuesto al primer dedo (su posición usual); la cuerda debe cruzar la blanda yema de la primera falange diagonalmente.

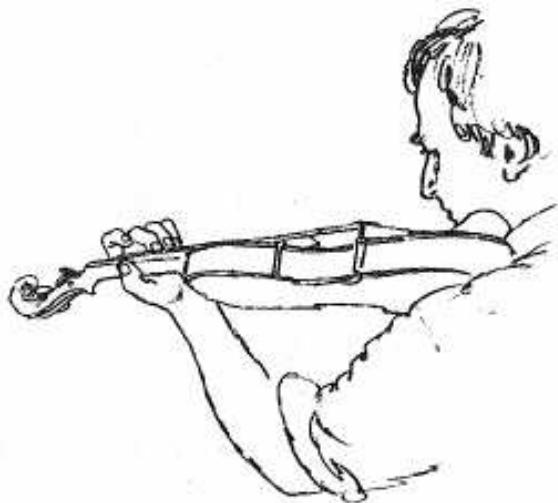


Diagrama 12

Como el pulgar está doblado, los nudillos están en su posición más elevada, y así el segundo dedo, aunque no está vertical, está en el ángulo más empinado con el diapasón.

En esta posición encontramos y creamos el mayor espacio —espacio entre los dedos—, en el círculo entre el pulgar y el segundo dedo (o de cualquier dedo que está sobre la cuerda) y por esto el espacio entre el cuello del violín y la base del nudillo del primer dedo, y —fundamental para los posteriores ejercicios y toda mi técnica— es el máximo espacio entre el hombro y el violín.

En la sujeción del violín, cuanto más flexible sea la articulación del pulgar, más naturalmente resultará el balanceo del codo izquierdo a la derecha y arriba. Es muy importante tener presente esta flexibilidad del pulgar izquierdo.

Continuando como en el Ejercicio 3, girad el codo a la izquierda.

Como la falange superior del pulgar, la primera falange del segundo dedo debe permanecer con un ángulo constante en relación con el diapasón.

Mientras las dos falanges del pulgar se ponen en línea recta mediante el giro del codo, que simultáneamente baja los nudillos, la articulación del segundo dedo se doblará. Cuando el codo gire hacia atrás y arriba a la derecha, el pulgar se doblará y el dedo se estirará.



Diagrama 13

#### *Ejercicios Preparatorios - Mano Izquierda*

Aunque la muñeca debe estar blanda, debe permanecer en línea recta con el antebrazo y el dorso de la mano, por encima de la base de los nudillos en la posición alta, y por encima de la segunda articulación de los nudillos en la posición baja; por tanto todo depende de la flexibilidad de la articulación de la base del pulgar. El principal efecto del giro del codo es mover los dedos sobre las distintas cuerdas.

#### **Coordinación de los movimientos de brazo y hombro**

En toda la ejecución del violín el hombro debe estar libre para reaccionar a cualquier movimiento del brazo; en este caso, hay una similitud a una acción ya vista en la que cuando el giro del codo a la derecha eleva la mano a una posición alta el hombro cae, y cuando el giro del codo hacia la izquierda tira de la mano hacia una posición baja, el hombro retorna a su posición ligeramente elevada (que es no obstante relajada). Cuando al hombro se le deja reaccionar naturalmente, el movimiento será bastante pequeño —no debería haber esfuerzo o exageración—. Cuanto más alto esté el violín, más bajo estará el hombro. He conectado deliberadamente el giro libre del codo a la derecha con el cruce de la mano hacia fuera y arriba, en otras palabras, con el sobresalir de la muñeca izquierda (ver el Diagrama 14); y el giro a la izquierda con una entrada de la muñeca y el cruce de la mano, como si fuera hacia el cuerpo del ejecutante o hacia el puente del violín (ver el Diagrama 15).

Diagrama 14

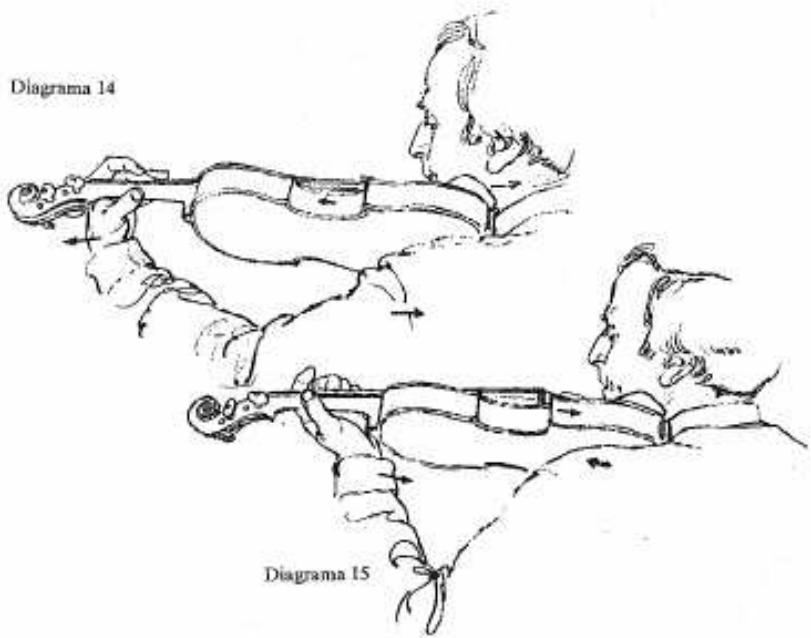


Diagrama 15

### Lección III

Este es el movimiento oscilante que conduce directamente al vibrato. No cubre una gran distancia en el diapasón, porque es más un movimiento de eje (Diagrama 16) que un movimiento que abarque una gran distancia. Esto es fácilmente comprensible, notando que según el codo se mueve en una dirección, la mano se mueve en sentido contrario; si el codo gira a la izquierda, la mano oscila en dirección al puente y viceversa.

Me he concentrado en estos reflejos básicos porque mejoran la posición de equilibrio y el equilibrio de la mano sobre el violín. Pero es necesario enfatizar, ya en este punto, que es perfectamente posible iniciar el movimiento de la mano hacia el puente con un movimiento libre del codo a la derecha, mostrado de forma exagerada en el Diagrama 17, que lleva otra vez la muñeca hacia dentro, cruzando la mano hacia delante; y del mismo modo, es perfectamente posible con un giro descendente a la izquierda cruzar la mano hacia atrás, hacia la cabeza del violín. La aplicación de estos dos movimientos complementarios depende de la dirección y el momento de la mano derecha. Así, en un arco-abajo es más natural deslizarse a una posición elevada, es decir, hacia el puente, con un giro del codo a la derecha (ver el Diagrama 17). En un arco-arriba, sin embargo, es más natural iniciar este deslizamiento girando el codo a la izquierda (ver el Diagrama 16).

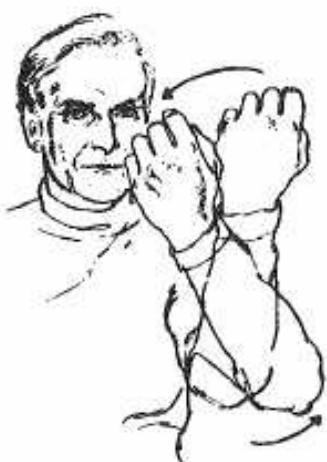


Diagrama 16



Diagrama 17

#### EJERCICIO 4 REPETIDO

Este ejercicio os ayudará a coordinar los diferentes movimientos del pulgar y los dedos, y además a desarrollar la flexibilidad del pulgar.

Comenzad con un dedo sobre un armónico, sin perturbar la mano o la posición del brazo, elevad y bajad el violín sólo con el pulgar, que empuja hacia arriba y

### Ejercicios Preparatorios - Mano Izquierda

entonces se relaja en su posición doblada. Cuando el pulgar se estira, el dedo se dobla, y viceversa, la primera falange de ambos dedos permanece en un ángulo constante con el diapasón.

#### Ejercicio de elevación de los dedos

Colocad todos los dedos ligeramente como para conseguir armónicos en una cuerda. Cada dedo debe estar redondeado y blando además de separado de sus vecinos. Sin perturbar a los tres dedos restantes, cada dedo por orden debe elevarse tan alto y rápidamente como sea posible en el aire, a veces estirado, más a menudo manteniendo su forma redondeada, y entonces se le permite volver suavemente a su armónico.

El movimiento debe repetirse varias veces, cuidando no contraer la mano (Diagramas 18 y 19).

Al principio esto debe practicarse con dedos consecutivos, después en cualquier orden y más tarde con más de un dedo a la vez. Debe practicarse también en cada cuerda, y finalmente con cada dedo en una cuerda distinta. Recordad que para tocar el violín es tan importante concentrarse en la elevación de los dedos como en su descenso. Cuando esto se lleva a la práctica en la ejecución actual, hay buenos fundamentos psicológicos para restringir al mínimo la elevación de los dedos en busca de una mayor claridad.

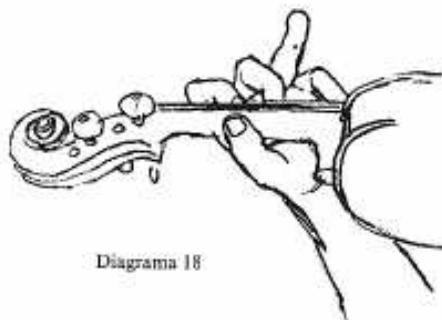


Diagrama 18

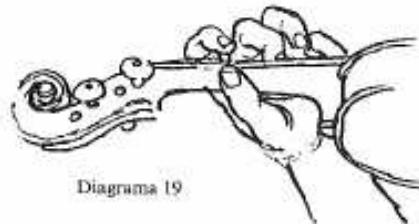


Diagrama 19

#### Presión

En la práctica del violín debemos ser cuidadosos en no asociar la palabra "presión" con contracción, lo mismo que no se asocia la palabra "sostener" con agarrar. Si colocamos las puntas de los dedos de una mano contra las puntas de los dedos de la otra, podemos aplicar presión de dos maneras. Una es un empujón de los brazos que se acercan en el espacio contrayéndose; la otra forma es una expansión de todo el círculo formado por manos, brazos, hombros y espalda. Cuanto mayor hagamos el círculo, mayor presión ejercerán las puntas de los dedos unas contra otras. Este principio se aplica a toda oposición, incluyendo dedos, pulgares, etc.

### Lección III

En la mano izquierda el movimiento y sentimiento es el siguiente. Sostened el violín con la habitual posición elevada, con el segundo dedo en un armónico sobre la cuerda La. Primero, para descubrir la cantidad, mucha o poca, de esfuerzo necesario para bajar la cuerda, aplicad gradualmente la suficiente presión para poner en contacto la cuerda con el diapasón. Es de la mayor importancia que el ángulo del dedo sea tal que la yema toque el diapasón igualmente a ambos lados de la cuerda. Mientras alternais entre esta suave presión y su relajación la posición del armónico, el sentimiento de expansión dentro de la forma de la mano durante la presión viene de una ligera elevación de los nudillos que debe darse simultáneamente con, o, más seguramente, como resultado del empuje hacia abajo del dedo. Esta leve elevación está acompañada por la reacción apropiada en el brazo y el hombro, el codo moviéndose un poco a la derecha, y el hombro yendo hacia atrás, pareciendo ambas una versión en miniatura de la acción mencionada en la página 61. En la relajación se da lo contrario. La presión del dedo sobre la cuerda debe aplicarse en dirección absolutamente vertical de tal manera que la cuerda nunca sea empujada o tirada hacia un lado.

Este ejercicio, una vez hecho retornando los dedos a la posición de armónico en cada relajación, debe ahora practicarse separando bien los dedos de la cuerda en la relajación. Cuando vuestros dedos toquen la cuerda otra vez, dejadlos sentir la posición de armónico por la que pasan antes de aplicar presión. Es importante en todos los ejercicios que los dedos que no se utilicen deben permanecer relajados y separados unos de otros, y no debe permitirse que "se peguen" al dedo activo. Deben permanecer encima y cerca de la cuerda y todos aproximadamente al mismo nivel.

Tras trabajar con cada dedo por separado, debéis intentar alternar cualquier par de dedos adyacentes, y eventualmente con dedos en cualquier orden. Hay dos formas en que esto puede ser practicado:

- Cuando el dedo que aplica primero presión se relaja a la posición de armónico, el siguiente dedo se coloca simultáneamente en dicha posición. Cuando el último dedo aplica su presión, el primero se eleva simultáneamente. Por tanto, ambos dedos llegan y abandonan sus armónicos simultáneamente pero en sentidos contrarios.
- Esta vez, el dedo que aplica primero la presión es retirado de la cuerda en su relajación antes de que el siguiente dedo la alcance.

La principal diferencia entre estos dos ejercicios es que entre cada aplicación de presión ambos dedos reposan en un armónico en el primero, y en el aire en el segundo. Sin embargo, común a ambos y lo más importante es la completa relajación de todo el esfuerzo entre cada presión —uno de los principales principios para tocar mencionado al principio de esta lección.

Aseguraos de recordar las reacciones de la mano, brazo y hombro que deben acompañar a cada aplicación de presión. Cuidad que el ángulo de la primera falange con el diapasón no se altere por la elevación de los nudillos y que la punta del dedo esté en contacto con el diapasón igual a ambos lados de la cuerda; cada uno de estos puntos asegura que la cuerda nunca es empujada hacia ningún lado.

#### Movimiento horizontal

Hasta ahora nos hemos concentrado en el movimiento vertical de las manos y de los dedos que, mediante la flexibilidad de la articulación de la base del pulgar, nos da la altura necesaria de los nudillos sobre el diapasón. Ahora aprenderemos los movi-

#### Ejercicios Preparatorios - Mano Izquierda

mientos horizontales que son la base para el vibrato y el impulso necesario para moverse arriba y abajo del diapasón.

En este ejercicio, y en muchos ya hechos, estamos trabajando partiendo de una posición media, pasando a través de ella como si fuésemos de un extremo a otro. Debéis recordar que cuando tocamos, nunca estaremos en la posición media y raramente tocaremos los extremos, pero como resultado de trabajar en ellos tendremos mayor control, flexibilidad y fuerza en todos los grados intermedios.

Comenzad con un dedo presionando una cuerda alrededor de la mitad del diapasón (para evitar tensiones), los nudillos en su habitual posición elevada, los dedos separados. Manteniendo la punta de los dedos anclada en un punto, tirad de la muñeca hacia fuera de su habitual línea recta de tal forma que tire de los nudillos hacia atrás. Este tirón debe combinarse con una ligera elevación hacia fuera de los nudillos acompañada por un giro del codo hacia la derecha, y el hombro debe reaccionar en sentido contrario, alejándose de los nudillos (Diagrama 20).

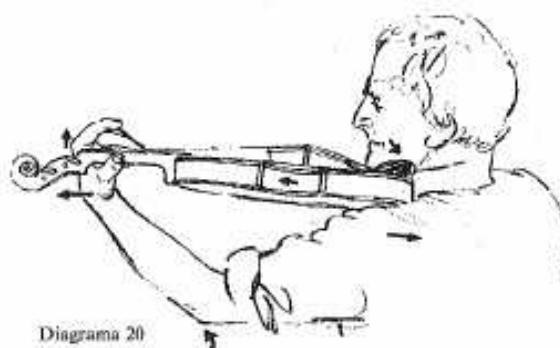


Diagrama 20

Este movimiento de la muñeca, tirando de los nudillos hacia atrás, hacia la cabeza del violín, estira gradualmente el pulgar y el dedo que está en la cuerda, alterando el ángulo del dedo con el diapasón. Los otros dedos, que permanecen en el aire, también serán extendidos y deben tocar cada uno tan poco como es consecuente con su mantenida relajación. Debido a que estais tirando del violín de la posición entre la clavícula y la cabeza, por último debéis tirar simultáneamente hacia atrás de la barbada, pero sólo lo suficiente para evitar que el violín se escape.

Después de sostener la posición extrema por un momento, relajad el tirón para retornar a la posición relajada normal en que comenzasteis, los nudillos todavía altos, el pulgar dobrado, la cabeza reposando levemente en la barbada. Este movimiento debe practicarse varias veces antes de pasar al siguiente, que en su momento deberá repetirse.

Ahora, desde esta posición id al otro extremo, la muñeca empujando los nudillos hacia vosotros al mismo tiempo que los dedos en la cuerda se doblan en su posición

### Lección III

más cerrada, pero el pulgar una vez más se estira. Los nudillos están más bajos, el codo gira a la izquierda y el hombro de nuevo reacciona en sentido opuestos a los nudillos, esta vez hacia ellos.

Diagrama 21



Como el dedo que presiona la cuerda, los demás se doblarán, permaneciendo blandos y separados. Ahora que estais empujando el violin hacia vuestro cuello, el ligero apoyo de la cabeza en la barbada no es necesario para que el violin no se deslice. Aunque en la práctica la cabeza está normalmente apoyada todo el tiempo en la barbada, debemos ser conscientes de las tres diferentes sensaciones de tirar hacia atrás, reposar levemente, y no tener ninguna responsabilidad. En este ejercicio se debe elevar la cabeza de la barbada, pero sólo lo justo para perder contacto. Una vez sostenida esta posición extrema por un momento, como en la dirección hacia fuera, relajad el empuje, retornando de nuevo a la posición normal lista para repetir el ciclo completo.

Para asegurarse de que estas sensaciones alternativas y su coordinación son correctas, sustituid el violin por vuestra mano derecha, el pulgar izquierdo en la palma derecha y el segundo dedo en el dorso de dicha mano. Ahora tenéis una clara visión del hombro y brazo, y podéis observar todos los movimientos visualmente mientras empujais y tirais contra vuestra otra mano, siempre reposando brevemente en la posición media.

Mientras estais aún en esta posición, con la mano derecha sustituyendo al violin, hay una variante que os asegurará de la tendencia del pulgar a empujar en sentido contrario al dedo y la dirección de los nudillos, cuya importancia será tratada más ampliamente después. Haced el ejercicio anterior, pero ahora mantened la muñeca más en linea recta con el dorso de la mano y antebrazo, y haced un rápido movimiento de un extremo al otro, a la vez que se elimina cualquier pausa en la posición media. A lo largo de todo el ejercicio recordad el previamente mencionado empujón hacia

### Ejercicios Preparatorios - Mano Izquierda

arriba que debe asociarse siempre con la extensión de los nudillos como si se alejasen de vosotros. Esta elevación de los nudillos es fundamental en los deslizamientos hacia abajo, y debe convertirse en un hábito. Hecho varias veces esto, dejad deslizar los dedos hacia atrás y hacia delante un poco en la mano derecha, tirando los nudillos hacia atrás a su posición más extendida cuando el codo se mueva a la derecha, y tirando hacia delante en su posición más dobrada cuando el codo se mueva a la izquierda. Aunque el pulgar permanezca siempre en el mismo punto, actuando como un eje, pronto sereis capaces de sentir que eso no significa que esté pasivo, como ayuda al tirón de los nudillos empujando hacia vosotros cuando éstos se alejan (dedo estirado) y empujando hacia fuera cuando los nudillos empujan hacia vosotros (dedo dobrado).

No me estoy concentrando en los otros pares de movimientos (es decir, moviéndose hacia el puente con el giro del codo a la derecha, y el movimiento hacia la cabeza del violin con el codo girando a la izquierda). Son relativamente fáciles y no contribuyen, en el estudio, al dominio del equilibrio en la sujeción del violin, que demanda más un entrenamiento del codo para girar a la derecha cuando la mano es empujada hacia arriba y lejos del cuerpo.

#### Círculos

Hemos practicado por separado los movimientos verticales, horizontales y laterales, todos los cuales involucran el giro natural del codo. Estas tres direcciones, comprendiendo cada una un par de extremos (par vertical - arriba y abajo; par horizontal - lejos de vosotros y hacia vosotros; par lateral - derecha e izquierda), deben ahora coordinarse en el violin de tal manera que produzcan un círculo trazado con los nudillos, que envuelve el flexible movimiento de todas las articulaciones de los dedos y del pulgar, la muñeca y el codo. Los nudillos bien elevados desde el punto más lejano del círculo y traídos hacia vosotros sobre la punta, o elevados en la parte más próxima del círculo y alejados de vosotros sobre la punta. El objeto de todos nuestros esfuerzos es evitar colisiones entre movimientos y asegurar su integración armoniosa.

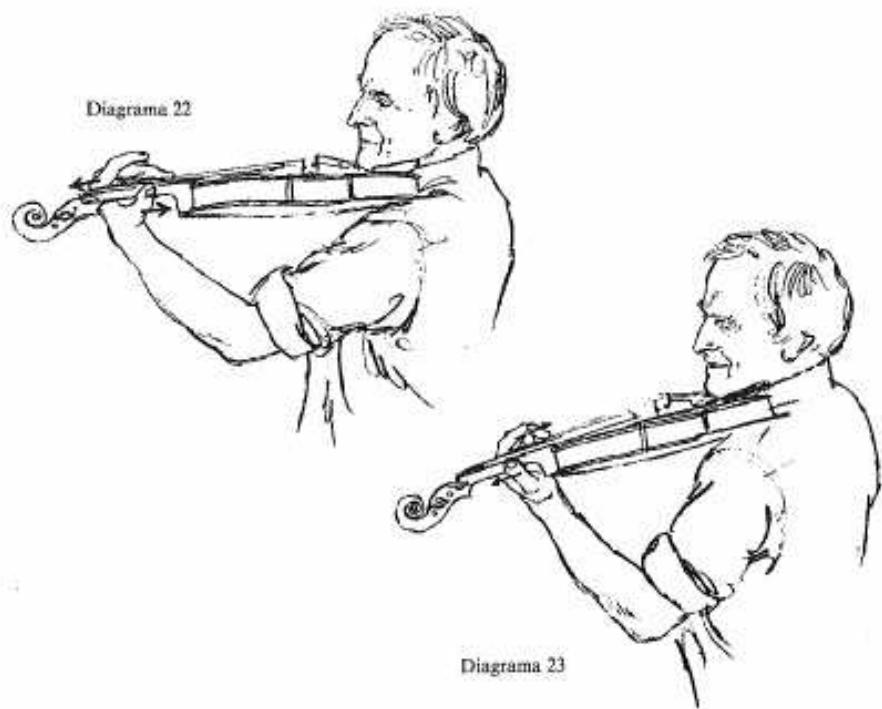
#### Oposición del pulgar a los nudillos y dedo - 3 ejercicios

1. El pulgar permanece en un punto, el dedo se desliza.
2. La punta del dedo permanece en un punto, el pulgar se desliza.
3. El pulgar y el dedo se deslizan simultáneamente en sentido contrario.

#### EJERCICIO I

Comenzad como antes con el segundo dedo presionando la cuerda en su mitad sobre el diapasón.

Empujad ahora los nudillos hacia atrás empujando simultáneamente hacia delante con el pulgar (Diagrama 22). El pulgar como un eje estacionario pero activo ayuda a los nudillos a extender el dedo (que se estira hacia la cabeza del violin) y también ayuda al codo en su giro a la derecha. Retornad a la posición media y aún girando sobre el pulgar, empujad los nudillos hacia delante. Esta vez el pulgar empuja hacia fuera de vosotros, el dedo se dobla y se desliza hacia arriba de la cuerda, hacia la cabeza, y el codo se balancea a la izquierda (Diagrama 23). En ambos movimientos el



hombro reacciona en sentido opuesto a los nudillos, como es usual. (Deveis tambien recordar la elevación de los nudillos cuando tirais de ellos hacia fuera de vosotros.)

Cuando estais acostumbrados a estos movimientos, podeis eliminar las pausas en la posición media y moveos rápidamente de un extremo al otro. Entonces intentad el ejercicio con otros dedos.

#### EJERCICIO 2

En este ejercicio la punta del dedo permanece en un punto mientras el pulgar se desliza en el sentido de su empuje. Por otra parte todas las reacciones detalladas en el Ejercicio 1 permanecen iguales.

#### EJERCICIO 3

Este ejercicio es una combinación de los Ejercicios 1 y 2. La punta del dedo y el pulgar ahora se deslizan en sentido contrario. La distancia que recorran debe ser bastante corta, de otra manera será difícil tirar hacia atrás y hacia arriba de los nudillos en sentido contrario al empuje del pulgar.

#### Pizzicato con la mano izquierda

Este es un buen ejercicio para la flexibilidad de los dedos; como siempre que los dedos tiran no deben estar rígidos.

Colocad el segundo dedo ligeramente en la cuerda Re en su posición normal, manteniendo los otros dedos relajados y separados en el aire sobre el diapasón. Presionad la cuerda, y al mismo tiempo tirad de ella de tal manera que la primera falange del dedo se desprenda de la cuerda.



Como siempre cuando el dedo aplica presión, la expansión en los nudillos y la mano debe dar por resultado un movimiento cooperativo, aunque ligero, de todo el brazo y el hombro (ver acción en la pág. 61) que debe ser un estado "flotante" listo para responder y ajustar incluso el movimiento más microscópico del dedo.

El dedo, continuando su tirón de lado, relaja la cuerda, y su primera falange, siempre blanda y elástica, salta atrás a su posición normal. Este ejercicio debe hacerse con cada dedo en todas las cuerdas.

#### Ejercicios posteriores de pizzicato

1. a) En primera posición, colocad el primer dedo en La sobre la cuerda Sol, el segundo en Fa sobre la cuerda Re, el tercero en Re sobre la cuerda La, y el cuarto en Si sobre la cuerda Mi. Tirad varias veces con cada dedo por orden, los demás dedos reposan suavemente y curvados en sus notas (al principio en armónicos, después presionando). No olvidar la suave elevación de los nudillos con cada movimiento de tirón.

b) El mismo movimiento que en a) pero esta vez el primer dedo está en Fa sobre la cuerda Mi, el segundo en Do sobre la cuerda La, el tercero en Sol sobre la cuerda Re y el cuarto en Re sobre la cuerda Sol. Esta posición es más difícil, necesitando un ligero giro del codo hacia la derecha en adición a la habitual posición elevada de los nudillos. Esto permitirá que el corto cuarto dedo pueda colocarse sobre la cuerda Sol sin perder su posición redondeada. Deveis evitar que el primero y segundo dedos tiren de las cuerdas Mi y La.

2. a) Colocad todos los dedos en la cuerda Mi y entonces tirad de las cuerdas La, Re y Sol con cada uno de ellos, por orden, cuidando no perturbar a los tres dedos que quedan en la cuerda Mi.

### *Lección III*

b) Ahora colocad los dedos en la cuerda Sol y tirad de las cuerdas Re, La y Mi con cada dedo por orden.

#### **Deslizamiento con cada dedo**

Este movimiento es necesario en pasajes melódicos cromáticos y en dobles滑动.

Comenzad con los cuatro dedos en una cuerda, dejando un espacio entre la punta de cada uno. Con cada dedo por orden deslizar arriba y abajo en una cuerda adyacente todo lo que os permitan los otros dedos que permanecen quietos.

Esto se puede hacer de dos maneras, bien involucrando la activa y visible cooperación no sólo de los dedos y nudillos sino también de todo el brazo, o aislando el movimiento independiente del dedo que se desliza manteniendo la mano y el brazo relajados.

El mismo ejercicio puede hacerse con dos dedos deslizándose simultáneamente en sentidos opuestos. En este caso, el esfuerzo se concentra en la mano y los dedos, como en el segundo caso anterior.

#### **Independencia de los dedos**

Hay una serie de ejercicios extremadamente valiosos de A. C. Dounis que combinan movimientos simultáneos, pizzicatos y deslizamientos de los dedos. Se llaman "The Complete Independence of 3 Fingers" y "The Complete Independence of 4 Fingers", publicados por Lovendor Publications y disponibles a través de Novello & Co., Ltd., Londres. Pueden practicarse ya en esta etapa, aunque no seréis capaces aún de hacerlos con el arco tal y como están pensados.

## **LECCION IV**

### **Movimientos del Arco**

Es imposible describir en detalle las innumerables inflexiones de los movimientos de los dedos y articulaciones en toda su cambiante complejidad, y por otra parte es innecesario. Pienso que es suficiente comprender los movimientos principales de tal manera que durante la ejecución éstos ayuden al violinista en todas las infinitas aplicaciones posibles.

Algunos intérpretes de gran talento, ya altamente capacitados a una tierna edad están inspirados, físicamente desinhibidos y lo suficientemente flexibles para coordinar sus movimientos. Pueden no conocer nunca las dificultades. Este estado de gracia, sin embargo, no necesariamente se mantiene en la edad adulta y tras las experiencias de la vida, a menos que se haya tenido una firme formación, se hayan recibido algunas normas a seguir de manera consciente, y —debe decirse otra vez— a menos que la música haya tenido para la persona su significado, la lleve en el oído y el intérprete tenga imaginación.

Llegados a este punto, debéis revisar la Lección II donde se daban unas normas detalladas para la sujeción básica del arco, lo mismo que los ajustes necesarios para mantener el arco paralelo al puente. Entonces, como un esencial preliminar a los ejercicios que siguen, vamos a considerar primero las tres partes de un completo movimiento de arco-abajo.

#### **Movimiento básico del arco**

##### **A. IMPULSO INICIAL**

El brazo derecho tira y lleva; en efecto esto produce una rotación del brazo en sentido contrario a las agujas del reloj.

Esta parte de la arcada puede aislarse como un breve sonido sf; puede darse en cualquier parte del arco o en cualquier fracción de su longitud, incluso en toda la longitud en una arcada rápida, y puede ser fuerte o suave.

##### **B. SECCIÓN DE SOSTÉN**

La porción de sostén de la arcada requiere una sujeción firme (reforzando los pilares) y un sentimiento de la resistencia de la cuerda. El brazo, muñeca y dedos funcionan como una unidad simple y articulada durante toda esta sección, que puede cubrir cualquier longitud del arco y puede ser lenta o rápida, fuerte o suave.

##### **C. SECCIÓN DE CONEXIÓN**

En la sección final el toque es absorbido por la muñeca, que está ahora relajada, y la mano adopta la forma del comienzo del arco-arriba. Esta tercera parte de la arcada todavía pertenece al arco-abajo. También esta sección puede durar cualquier

## Lección IV

cosa, desde un minuto y un cambio casi imperceptible entre ambas arcadas, a un claro y rápido toque sustancial como en los ritmos vigorosos. (En arcos-arriba la mano, por supuesto, adopta la forma del comienzo del arco-abajo.)

Una arcada, bien sea rápida o lenta, larga o corta, fuerte o suave, puede utilizar A, B y C a la vez en proporciones iguales; también puede predominar cualquiera de estas secciones. Cuando se hacen arcos-abajo y arriba casi exclusivamente con B, los dedos están prácticamente inmóviles y no hay "momento" o "recorrido". El antebrazo (o cuando estemos en el talón, el codo) recorre la misma distancia que el arco en la cuerda.

Trabajando en las posiciones de la mano derecha en los arcos-abajo y arriba, se encontrará que la elevación de los nudillos en el arco-arriba también conlleva una alteración del ángulo que éstos forman de tal manera que señalan ligeramente más en la dirección del arco-arriba. Esto puede ocurrir como consecuencia del estiramiento de los dedos —particularmente del segundo y del tercero— y como resultado de los ejercicios que desarrollan la sujeción de equilibrio del arco entre los dedos primero y segundo (también primero, segundo y tercero) y el pulgar. Tratad de tocar con un dedo cada vez en el arco, para descubrir por vosotros mismos la función de cada uno, e intentad distinguir la independencia y diferencia de función entre el primer dedo y el segundo. El primero tiene una acción lateral en su articulación base (nudillo) que demanda una independencia especial, cuidada y dúctil, de la acción del segundo dedo.

La acción descrita arriba facilitará aligerando y apresurando el movimiento de los arcos, que el ejecutante puede utilizar un movimiento de arco compuesto sólo por las secciones A y C (sin la B) del movimiento básico del arco. Este toque se resuelve con un simple impulso, bien staccato en los arcos cortos, o bien en un rápido, ligero, blando y suave détaché en los arcos largos, incluso en arcadas completas.

## Ejercicios sobre el movimiento básico del arco

### EJERCICIO 1

Sostened el violín en posición de tocar, el tercer dedo sobre la nota Re sobre un armónico en la primera posición en la cuerda La, los nudillos altos, la mano suelta, el pulgar doblado como se ha dicho en la Lección II. A continuación, sin el arco, haced una serie de arcadas completas en el aire, abajo y arriba continuamente, justo sobre la cuerda y en relación a cada una de ellas por turno, verificando todos los puntos mencionados en la Lección II. En el extremo del arco-abajo, extendeos al máximo (pero sin forzao) moviendo vuestra paletilla hacia delante. El hombro se mueve en consecuencia también hacia delante, pero nunca debe elevarse. Aunque no estéis todavía sosteniendo el arco, debéis recordar la doblez hacia atrás y el estiramiento de los dedos y el pulgar en el arco-abajo (doblando los dedos y dicho pulgar), y el reconocimiento de todos ellos en el arco-arriba, sin perder nunca el sentido de equilibrio. Sentid estos movimientos en conjunción con la muñeca y la rotación del brazo y el codo, hacia arriba y en sentido contrario a las agujas del reloj en el arco-abajo —lo opuesto en el arco-arriba— y con la relajada expansión de la espalda y la paletilla.

### EJERCICIO 2

Tomad el arco de una manera ligera y flexible y haced el ejercicio anterior, no sobre la cuerda, sino con el arco a una pequeña distancia de ella y moviéndose

## Movimientos del Arco

paralelamente al puente. Todos los detalles descritos en la Lección II deben ser recordados (ver Diagramas 24, 29, págs. 47 y 48), especialmente la elevación de la muñeca con el estiramiento de los dedos en el curso del arco-arriba (sin perder la sujeción ligera del arco) y el descenso de la muñeca mediante la doblez de los dedos en el transcurso del arco-abajo). Aunque puede ser algo pronto para introducir movimientos preparatorios, me gustaría sembrar la simiente con la siguiente idea. Cuando nos aproximamos a la nuez del violín en un arco-arriba, doblando el pulgar en la dirección de la punta del arco, facilitareis la presión del cuarto dedo requerida para equilibrar el arco, y también ayudaréis a preparar el arco-abajo, permitiendo el libre movimiento de la mano para llevarla hacia delante más allá del punto donde la muñeca se para y un ligero movimiento de los nudillos anticipa el nuevo arco-abajo.

### EJERCICIO 3

Ahora debéis estar preparados para hacer sonar el armónico, junto y alternadamente con una cuerda al aire adyacente. La principal mira será conseguir un sonido ligero y sin sombras de expresión. La ventaja de utilizar dos cuerdas —una con armónico, la otra al aire— es que se combina la ligereza de toque, la precisión de nivel y una deliberada ondulación desde "muy al comienzo", que disuelve ese innecesario temor de rozar otra cuerda! Creo en el hallazgo del control no a través del miedo y la evitación, sino a través de la sensibilidad, flexibilidad y la búsqueda continua.

Una posterior ventaja del comienzo con un armónico y una cuerda al aire es que antes de que el vibrato sea introducido, el oído puede escuchar un sonido puro, la afinación del cual puede ser rectificada fácilmente. Intentad hacer estos ejercicios sobre otros pares de cuerdas y otros armónicos, ligando las notas en grupos de tres o seis:



Hay ciertos problemas conectados con esta arcada completa que pueden demostrarse más fácilmente a continuación.

Comenzad en la punta con el arco reposando ligeramente en la cuerda La, y con todos los dedos apoyados levemente sobre el arco, el tercero y cuarto apenas rozándose. Haced ahora un arco-arriba lento con todo el arco, recto hasta la nuez. Como la distancia desde la punta del arco a su punto de contacto con la cuerda se incrementa, naturalmente la presión sobre ella aumentará y resultará un indeseado crescendo automático, a menos que se haga un continuo cambio de compensación con la mano del arco. Esta compensación es en gran parte responsabilidad del cuarto dedo (y también del tercero) y, por supuesto, del brazo del que depende la muñeca. Recordareis una situación parecida en la Lección II, pág. 33, cuando la vara era pasada gradualmente entre los dedos desde la mitad de la posición de equilibrio a la normal sujeción en la nuez.



Diagrama 1 (a)



Diagrama 1 (b)

Cuando el arco está en su plano más horizontal, es decir sobre la cuerda Sol (Diagrama 1a), su presión sobre la cuerda será mayor que en su plano más vertical, es decir sobre la cuerda Mi (Diagrama 1b). El pulgar y todos los dedos de la mano derecha excepto el cuarto, deben permanecer blandos mientras están ligeramente estirados durante todo el arco-arriba; sólo el cuarto dedo incrementa o disminuye su contra-presión lo suficiente para compensar el gradual aumento de peso del arco (mitad inferior) y permitir que la mayor parte de dicho arco se apoye sobre la cuerda (mitad superior). Mantened el codo casi al mismo nivel excepto en los cambios de cuerda.

Intentad sentir las vibraciones de la cuerda transmitidas a través del arco a vuestros dedos, no sólo para comprobar la sensibilidad de vuestra sujeción, sino también para perfeccionar vuestra capacidad de notar las sensaciones más pequeñas.

Para desarrollar la sensibilidad de los dedos del arco, sostened el violín en un ángulo elevado y sentid cómo hasta cierto punto el tercer dedo evita que el arco se deslice hacia el puente. Esto es particularmente notable en el curso de un arco-arriba durante el cual el peso del arco se incrementa. Como regla general es bueno tocar con el violín en un ángulo ligeramente elevado. Así queda libre el pecho, el cuello y la cabeza y esto da a la ejecución libertad y dominio, tanto sobre la propia ejecución como sobre su audiencia.

El tercero y cuarto dedos a menudo dejan la vara según se acercan al punto del arco-abajo, a menos, por supuesto, que el arco tenga que ser elevado de la cuerda. Generalmente esto sucede cuando se toca en el tercio superior del arco. El tercero y cuarto dedos reanudan su actividad de equilibrio, claro está, en el arco-arriba cuando se aproxima la mitad inferior del arco.



Diagrama 2

## EJERCICIO 4

Ya en las Lecciones II y III hemos trabajado en las dos posiciones extremas de un movimiento, comenzando en una posición media y retornando a ella. Ahora practicaremos las arcadas de esta manera, dividiéndolas en dos mitades en lugar de moverse continuamente durante todo el toque como en los Ejercicios 1, 2 y 3 de esta lección. De este modo, tendréis mayor seguridad del hecho de que es el antebrazo el que conduce el toque activamente en la mitad superior del arco, mientras que el brazo dirige en la mitad inferior lo mismo que soporta el peso del arco. Estos son toques suaves "sin momento", es decir, con el mínimo énfasis en las secciones A y C de mi movimiento básico. No hay tampoco intención de "dibujar" el sonido y por tanto tampoco la sección B se aplica ahora en este sentido. La "sujeción" es suave del principio al fin.

Ahora con todos los dedos sobre el arco:

a) Haced una serie de medios-arcos entre la mitad y la punta, comenzando en el centro (la mano izquierda debe estar blanda y bien colocada con un dedo sobre un armónico). El centro es la parte ideal del arco para comprobar la sujeción descrita en la Lección II, pág. 37. Aquí, en el centro del arco, el dorso de la mano, la muñeca y el antebrazo deben estar todos aproximadamente en línea recta y plana, es decir, que la muñeca no debe estar nunca alta ni baja. Entonces la muñeca desciende en el arco-abajo (Diagrama 3) y se eleva en el arco-arriba (Diagrama 4).

Diagrama 3

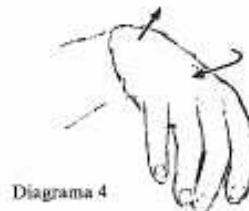


Diagrama 4

El antebrazo y su movimiento de separación de vosotros lleva el brazo y el hombro hacia delante con la ayuda de una expansión horizontal y a lo ancho de la espalda; todo el brazo, como se estira, gira hacia el primer dedo y la muñeca se adueña gradualmente del antebrazo y tira de la mano hacia el final del toque alcanzando su nivel mas bajo en la punta. Los dedos y el pulgar, ya curvados en el centro, alcanzan poco a poco su posición mas doblada justo antes del cambio de arco. Ver los Diagramas 24-29, págs. 47-48.

En el sentido opuesto, la muñeca se relaja hacia arriba y el hombro se ensancha y relaja hacia atrás un poco; la mano siente la fuerza de la gravedad, los dedos y el pulgar se estiran sin perder la sujeción "puente" y el antebrazo empuja hacia arriba, llevando con él la mano y devolviendo el brazo y la paletilla a su posición normal y todo el brazo, como se dobla, gira hacia el cuarto dedo pero sin perder su altura. En la mitad del arco el dorso de la mano, muñeca y antebrazo deben de nuevo estar aproximadamente en linea recta.

Cuando posteriormente el "momento" es introducido, el cambio de sentido de un arco-arriba a un arco-abajo es habitualmente marcado por una reacción, fuerte o débil, rápida o lenta en los dedos y nudillos.

b) A continuación haced una serie similar de medios-arcos en la parte inferior, en la que debéis aseguraros de cargar con una buena parte del peso del arco. Esto es función tanto del brazo como de los dedos. Debe existir no obstante una sensación de que la mano cuega de la muñeca, especialmente durante el arco-arriba donde la muñeca alcanza su posición más elevada justo antes del cambio del arco en el talón. El codo naturalmente baja un poco, la muñeca se eleva y como el brazo se dobla en el arco-arriba. Pero una vez hecho este ajuste, el codo mantiene su altura —a veces incluso se incrementa— de modo que fácilmente pueda retornar a su función de tirar en el arco-abajo.

En el arco-abajo el codo manda. Cuando estais tocando en la cuerda Mi, la gravedad ayuda con una ligera inclinación hacia abajo, y cuando tocais en la cuerda Sol, es decir, en el piano más horizontal, la gravedad permite el tirón continuo del brazo. Prosiguiendo hacia la mitad del arco, la muñeca desciende gradualmente a su posición más extendida.

#### EJERCICIO 5

El siguiente ejercicio será una preparación útil antes de que junteis estas dos mitades de nuevo en una arcada continua. Comenzad en la nuez y llevad el arco al centro con el brazo; después de parar brevemente para comprobar vuestra posición, continuad el toque hasta la punta, dirigiendo ahora el movimiento con el antebrazo. Durante esta pausa en medio de la arcada en el arco-abajo, aseguraos de que vuestro hombro está relajado y listo para moverse (caer) otra vez. Más que pensar en términos de una caída incontrolada, preferiría la imagen de "flotar" hacia delante o hacia atrás. Mantened la altura es esencial para tocar el violín, lo mismo que para volar; sin esta altura puede no haber luminosidad, relajación, ni campo de recorrido en cualquiera de las dos manos.

De nuevo, durante la pausa a media arcada en el arco-arriba, aseguraos de que el hombro en equilibrio está preparado para moverse hacia atrás en el resto de dicha arcada. Ver el Diagrama 5 opuesto.



Diagrama 5

#### EJERCICIO 6

Debéis estar ahora preparados para retornar a las arcadas continuas del Ejercicio 3, con una nueva visión de aquel punto del arco donde el brazo se vuelve pasivo, tomado su papel activo por el antebrazo, o viceversa; las diversas acciones fluyen libre y suavemente unas dentro de otras.

Aunque este punto se da aproximadamente en el centro del arco, se reconoce por un sentimiento diferente en el brazo (determinado en cada instrumentista por la longitud de su brazo) más que mirando una imaginaria y predeterminada marca en la vara del arco.

a) Haced una serie de arcadas completas como arriba.

b) Haced una serie de arcadas completas y medianas con los ritmos siguientes:

La velocidad del arco debe ser constante en las negras y corcheas. Hacedlo en nuestros intervalos con dos cuerdas en armónico y dos al aire —o bien sobre ambas cuerdas, de manera alternada o a la vez.

c) Ahora haced el mismo ritmo, pero con una arcada completa para cada nota. Como la velocidad del arco será el doble de rápida en las corcheas que en las negras, debéis sostener más cantidad de peso del arco en las corcheas para que el sonido se mantenga uniforme todo el tiempo. Desarrollad el hábito de escuchar criticamente el sonido que producís, ya que vuestro oído es la principal guía para todos los movimientos complejos que "fabrican" el sonido que deseáis, bien sea la meta el sonido de este ejercicio o uno más expresivo en una obra musical.

#### Aplicación de peso a la arcada

Dejad al lado por un momento el violín y el arco e intentad hacer el siguiente ejercicio. Colocad un primer dedo contra el otro frente al pecho, los antebrazos cruzando el cuerpo en diagonal de tal manera que el brazo derecho esté aproximadamente en su posición de tocar. Entonces expansionad la espalda y los hombros a lo ancho y sentid cómo los primeros dedos presionan uno contra otro. Aflojad esta presión relajando los hombros, el derecho hacia arriba, como si dijéramos, levantando el peso del brazo de modo que esté en su situación de "portar". El ejercicio puede variarse colocando los dorsos de las manos uno contra el otro, en vez de los primeros



Diagrama 6



Diagrama 7



Diagrama 8

dedos, con los dedos apuntando hacia el pecho. Al mismo tiempo que se expande la espalda, los dorso de las manos se abren hacia fuera, de tal modo que los dedos de cada mano están continuamente en contacto y finalmente presionando punta contra punta formando un círculo con los brazos, hombros y pecho. (Este ejercicio de "círculo expandido", para la mano derecha corresponde de hecho a aquél descrito en la Lección III, pág. 63, para la presión de la mano izquierda.)

Volviendo al instrumento, un dedo de la mano izquierda sobre un armónico, apoyad el arco suavemente sobre la cuerda, con el brazo en su estado de "portador". Entonces ejercer presión sobre el arco, a través de los dedos de la mano derecha, por

medio de la acción del "círculo expandido", y relajad la presión quitando el peso como se describió antes. El arco debe permanecer en un punto y no moverse a través de la cuerda.

Cuando aplicamos presión sobre el arco, que lo que estamos haciendo en realidad es permitir que parte del peso del brazo caiga sobre el arco, la cantidad exacta depende del volumen de sonido requerido (el resto del peso es aún "soportado" por el brazo). Este peso se transmite mediante la mufieca y los dedos, cuya resistencia incrementa la presión sobre el arco. La mayor parte del peso está concentrada sobre el primer dedo, cuyo papel es por tanto de particular importancia.

En un arco-abajo creciente, particularmente cerca de la punta, el primer dedo puede reaccionar de dos maneras distintas: a) puede actuar como un arpón, por decirlo así, presionando hacia abajo y tirando de la vara hacia el ejecutante con la ayuda del empuje del cuarto dedo (Diagrama 6); o b) puede presionar hacia abajo y hacia fuera del ejecutante con la ayuda de un tirón del tercer dedo hacia dentro (Diagrama 7). En el primer caso el hombro cae hacia atrás, en el segundo hacia delante. El método a) se aplica habitualmente cuando la cabeza del violin está apuntando hacia abajo en el transcurso de la ejecución, o para un crescendo durante un arco largo, particularmente en las cuerdas más bajas precediendo a un cambio o a otra cuerda más alta. El método b) se emplea usualmente cuando la cabeza del violin está señalando hacia arriba, o para tocar ritmos punteados en arcos-abajo cortos o arcos-arriba largos. Estos dos métodos no se dan sólo mutuamente pero son combinados de manera normal para conseguir una presión equilibrada.

En un arco-arriba creciente el primer dedo tiende a presionar apartándose del ejecutante, de nuevo con la ayuda del tirón hacia dentro del tercer dedo (Diagrama 8).

La aplicación de peso y presión lleva inevitablemente un sentimiento de solidez a la mano y un incremento de la oposición del pulgar a los demás dedos.

Tocad con las cuerdas al aire con arcadas completas lenta y suaves (arriba y abajo) y notad la resistencia de la cuerda, que se siente todo el tiempo a través del brazo en el interior de la paletilla. El movimiento de dicha paletilla hacia atrás, hacia delante y hacia abajo se siente de manera particularmente fuerte en este tipo de arcadas, debido a que el brazo se mueve lentamente en una sola pieza (Diagramas 9 y 10)



Diagrama 9



Diagrama 10



Diagrama 11

### Movimiento del cuerpo por simpatía

El balanceo horizontal del cuerpo se da por simpatía con la acción de la mano derecha más que por la de la izquierda, y siempre comienza justo antes de un cambio de arco. El instrumento se balancea en la *misma* dirección del arco, pero cambia de sentido *después* del comienzo del balanceo del cuerpo y *antes* del cambio de arco. Al final de un toque largo, el balanceo del cuerpo tiene dos funciones:

- Ayudar a la terminación del toque.
- Anticipar un nuevo toque en el sentido contrario.

Es posible considerar el toque largo como si estuviera compuesto de tres partes, una simplificación extrema pero útil; en la primera parte del arco-abajo el cuerpo (y violín) y el toque se mueven en la misma dirección en el sentido de las agujas del reloj; en la segunda parte el toque continúa pero el cuerpo regresa a una posición media; en la tercera parte, sigue el toque, el cuerpo oscila en el sentido contrario a las agujas del reloj anticipando el cambio de dirección —primero del violín, después del arco— en un arco-arriba.

El mismo análisis puede aplicarse al arco-arriba, que comienza con el cuerpo ya oscilando en sentido contrario a las agujas del reloj en la dirección del arco-arriba; el

cuerpo vuelve entonces a su posición media mientras el toque continúa; y finalmente, antes del cambio de toque gira en el sentido de las agujas del reloj para encontrar la aproximación de la mano en el arco-arriba, anticipando el inminente cambio de dirección —primero del violín, después del arco— en el arco-abajo. El cronometraje de este último balanceo del cuerpo en sentido opuesto al toque se da, por supuesto, antes en los toques rápidos y cortos que en los toques largos y más lentos.

Este balanceo se origina en el talón que está resistiendo el impetu del toque. Así el arco-abajo es lanzado, por decirlo así, contra el pie derecho donde encuentra una resistencia creciente. En un toque vigoroso utilizando todo el arco, puede sentirse que el arco-arriba comienza en el pie derecho; es en este punto donde el pie se separa del suelo y comienza el balanceo opuesto, que, como hemos visto, tiene lugar al final del arco-abajo anticipando el arco-arriba.

Lo inverso se da al final de un vigoroso arco-arriba, cuando el impetu del cuerpo es lanzado contra el pie izquierdo. Esta sensación es más marcada cuando se toca sobre la cuerda Sol, requiriendo un toque horizontal. Cuando se toca en la cuerda Mi con brio y "momento", la coordinación del cuerpo requiere también un elemento vertical —una ligera elevación sobre las puntas de los pies conectada con el arco-arriba.

Hay un ajuste que se da por simpatía en el instrumento. La cabeza del violín, que puede moverse con el cuerpo en el sentido del toque al principio de cada uno de ellos, debe elevarse verticalmente según el arco-abajo alcanza la punta y bajarse algo cuando el arco-arriba alcanza la nuez. Como hemos visto hay también un ajuste horizontal. El estudiante debe estar prevenido contra la exageración en la ejecución de todo esto.

### Papel del brazo, mano y dedos en el cambio de la cuerda

Vamos ahora con el papel que desempeñan el brazo, la mano y los dedos al cambiar de cuerda. Aquí se combinan un ajuste vertical con el movimiento horizontal de las arcadas abajo y arriba para producir una acción de onda similar al de una cinta horizontal moviéndose arriba y abajo después de ser sacudida.

Consideraremos primeramente el papel del pulgar en el movimiento horizontal; ahora lo consideraremos en su otra capacidad, como elemento principal, el apoyo, en los cruces de cuerda y en los acentos, en cuya función se cruzan a menudo los reflejos del toque arriba descrito. Si el arco se mueve de una cuerda a otra más baja sin ningún toque sino sólo mediante la ayuda de los dedos y la muñeca, se notará que el pulgar está siempre en una posición doblada cuando estamos en la cuerda más alta y se estira cuando bajamos a la otra cuerda. Esto puede ocurrir también bastante naturalmente en un toque si el arco-abajo se da en la cuerda más alta. Sin embargo, en la práctica, esto no sólo depende del toque (a), sino también (b) del nivel del codo.

Ya he mencionado la importancia del preservar la "posición media", esto es, una posición que permite un margen de movimiento y ajuste a cada lado. Por ejemplo, si pasamos el arco por las cuerdas La y Re con suavidad, la sujeción del arco en una posición media nos permitirá movernos bien a la cuerda Mi o la más baja Sol utilizando ese pequeño margen que describi, y regresar a nuestra sujeción media en las cuerdas La y Re.

Cuando el cambio de cuerda se deja exclusivamente a los dedos y las muñecas, el pulgar estará siempre doblado cuando estamos en la cuerda superior y estirado en la inferior.

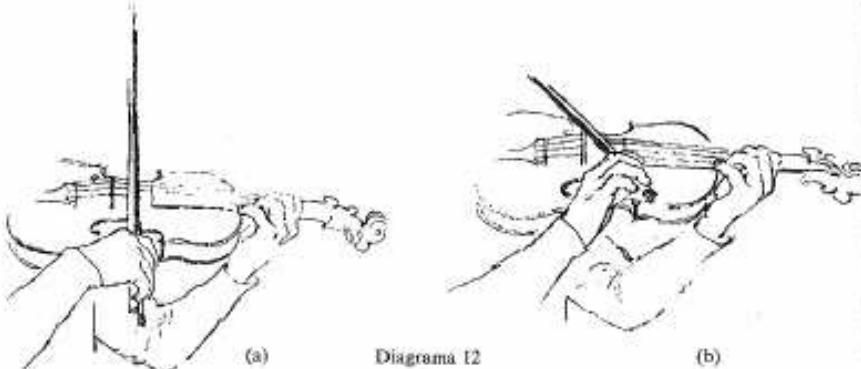


Diagrama 12

Este movimiento, no obstante, no permite que la misma parte de las crines del arco permanezcan en contacto constante con cada cuerda que está siendo tocada. El sonido no es por tanto homogéneo, tocando con la parte izquierda de las crines del arco la cuerda más baja (Diagrama 12a) y de modo opuesto tocando con la parte derecha de las crines la cuerda más alta (b). Para conseguir un sonido uniforme el antebrazo y realmente todo el brazo debe participar en la acción de onda, ajustándose a los niveles de la cuerda.

Como regla general, cuanto más amplio sea el cruce (como de Mi a Sol sobre las cuatro cuerdas) habrá mayor proporción en el incremento de la acción de la muñeca en relación con la del brazo. Sin embargo, cuando deseamos acentuar o enfatizar una nota, debemos retornar a la posición básica del arco-abajo apropiada para el plano particular de la cuerda, sea más alta o más baja. Aquí es donde participa el brazo. Utilizándolo entero, intentad ondular sobre dos cuerdas en el curso del toque acentuando primero el movimiento de los dedos, añadiendo entonces el de la muñeca y por último el del antebrazo.

Puede observarse cuando se hacen toques muy suaves détaché, suaves no sólo en cuanto a sonido sino también al sentimiento de las articulaciones, que el pulgar está realmente unido al primer dedo contra los otros tres en el arco-abajo e, inversamente, unido al tercero y cuarto contra el primero y segundo en el arco-arriba. Pero tan pronto como se aplica presión o peso en el arco-arriba, el pulgar naturalmente contraresta esta presión. Ahora, el pulgar, cuando adquiere una papel más activo que pasivo, recupera su posición *básica*, doblado hacia la punta del arco.

Ambas formas de presión en el toque —la básica tirando del arco hacia el cuerpo y la otra empujando el arco— deben practicarse en los cambios de cuerda para cultivar el saito ligado desde la nota precedente al cruce. El brazo debe caer sobre el "puente" de sostén de la mano cuando el cruce se da de una cuerda a otra más alta, o debe obtener el salto a partir de los dedos para cruzar de una cuerda a otra inferior, como ya he dicho; un pulgar doblado en el arco-arriba antes de un cruce permite que el codo y el hombro se relajen y caigan, como si así fuera, de la muñeca después del inicial estiramiento del dedo en el arco-arriba.

Esto se aplica particularmente para pasar de un arco-arriba en una cuerda baja a un arco-abajo en una cuerda superior. En el paso opuesto el brazo manda, conti-

nuando su dirección arco-arriba para llegar al nivel de la nueva cuerda. Este movimiento produce un cruce suave de una cuerda superior a otra inferior —siempre que el cuarto dedo esté entrenado para coger el peso en el momento del cruce—. Si la cuerda o cuerdas inferiores van a ser tocadas sólo momentáneamente, por ejemplo cuando una melodía ligada en la cuerda Mi se acompaña de ocasionales acordes en las tres cuerdas inferiores, el brazo permanece en el nivel de la cuerda Mi y se deja caer el arco sobre las cuerdas inferiores mediante una relajación momentánea de la presión equilibrante del cuarto dedo.

Retornad frecuentemente a la sujeción básica principal para evitar movimientos exagerados de los dedos, nudillos o muñeca. En los cambios de cuerda es generalmente preferible utilizar más movimiento de brazo que de dedos para mantener la igualdad de sonido y las mismas crines en contacto con la cuerda. Cuidad también que la acción del puigar no afecte a la posición dominante de los nudillos, esto es, bajando durante el arco-abajo y elevándose en el arco-arriba.

### Arcadas

Vamos a comenzar ahora nuestra genealogía de las arcadas. Aunque es posible hacer los ejercicios siguientes sobre cuerdas al aire, preferiría con mucho sostener una nota con cualquiera de los cuatro dedos de la mano izquierda en una cuerda y tan pronto como el estudiante sea capaz, sostened una segunda nota en una cuerda adyacente, para formar terceras, segundas, cuartas, octavas; esto debe utilizarse más tarde en forma de escalas.

Vigilad la flexibilidad de la mano izquierda de vez en cuando. Los dedos no utilizados deben estar blandos. Después, cuando toquemos, es esencial sentir y mantener una extremada blandura en los dedos alrededor de los que tocan.

### Cambios de cuerda ligados

#### EJERCICIO 1

Nuestro primer ejercicio será un toque ondulado sobre dos cuerdas, con cinco notas para cada toque. Las flechas encima de las notas se refieren a las elevaciones de los nudillos y las flechas curvas debajo de las notas se refieren a las posiciones del pulgar. En el arco-abajo los nudillos tienden a una posición deprimida y en el arco-arriba a una posición protuberante. Aquí, de nuevo, recordad que esta representación no significa que los nudillos permanezcan en una posición hundida o sobresaliente, sino que en el curso del arco-abajo se mueven hacia una posición baja y que incluso esta dirección general tiene sus pequeñas subidas y bajadas mientras el arco cruza dos cuerdas. Es por esta razón por la que quiero comenzar con los movimientos ondulatorios. Las flechas inferiores indican cómo el pulgar alterna entre su posición doblada, girando hacia la punta del arco, en la cuerda superior, y el giro opuesto cuando el arco se mueve a la cuerda inferior. Este es un ajuste pasivo, no activo.



## Lección IV

Tocad este ejercicio con todo el arco en cada grupo de cinco notas; tocadlo también en los tres pares de cuerdas La y Re, Re y Sol, y finalmente Mi y La. Debe hacerse sin acentuar ninguna nota.

Notaréis cómo en el arco-arriba el pulgar gira ligeramente apartándose de su dirección hacia la punta, pero se mueve verticalmente al menos tanto como horizontalmente. Esto se coordina con una ligera elevación de la muñeca (o caída de la mano) y un leve estiramiento de los dedos. No perdáis nunca la sensación del "puente" en la mano derecha y desarrollad un sentido real de contacto entre los dedos y la vara que debe fomentar una sujeción firme y flexible. Expusimos que el pulgar gira el arco al principio del arco-arriba en el sentido de las agujas del reloj (recordad que esto es como si fuera visto desde la parte inferior del final de la vara mirando hacia la punta). Esto es más una sensación, un sentimiento, que un efecto "observable", porque el giro del pulgar en el sentido contrario a las agujas del reloj es compensado por la ligera elevación de la muñeca que gira el arco en sentido opuesto; ¡el efecto real es que el arco no gira! Para mayor abundamiento el segundo dedo ayuda al pulgar presionando el arco contra dicho pulgar en el sentido de las agujas del reloj para asegurar un mayor contacto; debido a estas presiones opuestas hay una pequeña evidencia visible de la acción.

Recordad que es recomendable no usar cuerdas al aire sino un intervalo digitado. Prefiero terceras (o cuartas) porque obligan a la mano izquierda a mantener una conveniente posición elevada sobre y alrededor del diapasón. Debe vigilarse a menudo la pasiva blandura de la mano y brazo izquierdos. La mano izquierda debe mantenerse elevada del codo —el hombro izquierdo relajado, cayendo hacia abajo y hacia atrás.

### Cambios de cuerda ligados con acento

#### EJERCICIO 2

Este ejercicio sólo puede hacerse una vez dominado el Ejercicio 1. Aquí he añadido énfasis o acentos a la primera y tercera nota de cada grupo de cinco. La quinta nota no está acentuada para permitir la preparación del acento sobre la primera nota del grupo siguiente. La quinta nota debe, de hecho, ser suave y fluir plácidamente en el nuevo toque.



Hemos dicho que como regla general el hombro derecho "flota" hacia delante en el arco-abajo para hacer sitio a los toques, y hacia atrás en el arco-arriba por la misma razón. Sin embargo, cuando deseamos aplicar peso con el propósito de acentuar o aumentar el volumen debemos restringir este flotamiento hacia delante o hacia atrás para "tirar" el peso del hombro en el arco-abajo y "empujar" dicho peso en el arco-arriba. Estos sentimientos deben coordinarse con los diferentes grados de "soporte" del brazo requeridos para toques suaves y fuertes.

En este ejercicio estamos acentuando las notas en las que el pulgar se encuentra más especialmente en la posición "normal" del toque particular: algo doblado y

#### Movimientos del Arco

girando hacia la punta en el arco-abajo, y algo estirado y girando en sentido opuesto en el arco-arriba. Notaréis que los nudillos tienden a hundirse un poco más en las notas acentuadas en el arco-abajo, y a elevarse en relación con las puntas de los dedos un poco más en las notas acentuadas en el arco-arriba que en las no acentuadas.

Si fuesemos a acentuar la segunda y cuarta nota en la cuerda más baja, debería haber un poco más de trabajo de los dedos en los acentos porque el nivel básico del brazo estaría asociado mayormente con las tres notas en la cuerda más alta. Si la última nota del segundo grupo estuviese también acentuada, habría un mayor movimiento del brazo, ya que el nivel del brazo estaría asociado con la mayoría de las notas en las cuerdas más bajas.

#### EJERCICIO 3

En este ejercicio cambiamos el toque; comenzamos en la cuerda más baja, y tocamos el ejercicio sin acentos como hicimos en el Ejercicio 1. La importancia de este ejercicio yace en la rotación opuesta de los cambios de cuerda. Así en el paso de un arco-abajo a un arco-arriba en la punta, el brazo cae en vez de tener que elevarse, como se hizo en el Ejercicio 1, y en la nuez, tiene que elevarse antes de la caída del arco-abajo como



se hizo en el Ejercicio 1.

Notareis que esta posterior rotación en nuez requerirá una sensibilidad muy fina para ser sostenida en el brazo y una sensibilidad muy delicada para el equilibrio del arco en los dedos. Estudiad los mínimos ajustes que deben hacerse en los dedos y la muñeca para mantener derecho el arco, paralelo al puente, y sobre todo que el sonido sea suave en este cambio de toque en el talón. Moviéndose de la cuerda La a la cuerda Re en el talón (del arco-arriba al arco-abajo) el arco no debe dejarse caer en la cuerda más baja debido al peso de su longitud —el cuarto dedo tiene que cargar con ese peso— aseguraos de que el arco permanezca paralelo al puente. De hecho, al principio del arco-abajo debéis tocar con el arco sobre la parte externa de las cuerdas más que sobre la interna (Diagrama 13). Cuando el arco es llevado bastante arriba en el cambio de sentido esto se hace menos necesario.

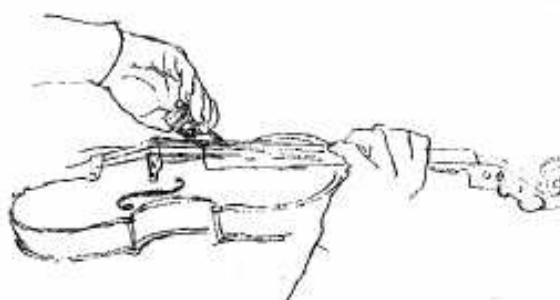


Diagrama 13

## EJERCICIO 4

Ahora acentuaremos las notas como en el Ejercicio 2. En los grupos de cinco notas acentuamos de nuevo la primera y la tercera, dejando la quinta sin acento para preparar así más fácilmente la primera nota del siguiente grupo.



Cuando comencéis en la cuerda más baja con acentos en las notas más graves, encontraréis que queréis doblar el pulgar como para los acentos en las notas más altas. Para hacer esto el codo tendrá que elevarse más para permitir que la mano adopte la misma posición.

## Ritmos punteados en arcadas separadas

## EJERCICIO 5

En este ejercicio introducimos un ritmo punteado,



Comenzando con las cinco notas del mismo modo que en el Ejercicio 1 en el arco-abajo, en las dos notas alternadas en la cuerda inferior hacemos arcos-arriba muy rápidos, suaves, cortos y ligeros que apenas interrumpen la arcada completa.

Inversamente, en el arco-arriba las dos notas en la cuerda superior se tocan con arcos-abajo muy rápidos y ligeros que tampoco interrumpen apenas el toque. Ahora estamos realmente comenzando a desarrollar el movimiento de onda, en el punto en que éste revele todos los demás.

## EJERCICIO 6

El mismo ritmo punteado que en el Ejercicio 5, pero comenzando en la cuerda más baja; seguid el modelo del Ejercicio 3. Utilizad todo el arco-abajo en las primeras cinco notas; todo el arco-arriba en las segundas cinco. Separad las arcadas con suavidad, utilizando poco arco en las notas cortas.



## EJERCICIOS 7 y 8

Ahora podemos variar los Ejercicios 5 y 6. En estas variaciones utilizamos un toque largo y rápido en la nota corta, y uno muy corto y lento en la nota larga. Esto nos permite utilizar toda la longitud del arco en cada grupo de cinco notas como hicimos en los ejercicios previos. También nos enseña a tocar con distintas velocidades del arco.



## Preparación para el rebote ("Retake")

## EJERCICIO 9

Ahora por primera vez comenzaremos a interrumpir el sonido, es decir a interrumpir el contacto continuo del arco con la cuerda.



Como en el Ejercicio 1, llevad vuestro arco sobre las cinco notas del arco-abajo en un toque suave y continuo. Ahora haced lo mismo sin tocar las notas de la cuerda más baja. En otras palabras, dejad la cuerda superior como si fuéseis a tocar la inferior, pero sin dejar que el arco toque dicha cuerda. Lo opuesto se aplica al arco-arriba durante el cual haremos sonar las tres notas de la cuerda inferior, omitiendo las dos de la cuerda superior. Estareis utilizando el mismo movimiento del brazo, muñeca y dedos, pero suponiendo como ejemplo que estais tocando en las cuerdas La y Re, no ireis hasta la cuerda Re en el arco-abajo o hasta la cuerda La en el arco-arriba. La elevación debe darse de la misma manera que el ejemplo de onda, como si fueseis a tocar las notas en silencio. Lo que escuchareis será:



Las notas oídas deben tocarse suavemente, sin acentos.

## EJERCICIO 10

Este ejercicio es como el anterior, pero comenzando el arco-abajo en la cuerda inferior y el arco-arriba en la superior. Recordad vigilar los movimientos del pulgar y los nudillos. En este ejercicio escuchareis sólo las tres notas inferiores en el arco-abajo y las tres superiores en el arco-arriba.



**Détaché****EJERCICIO 11**

Aquí utilizamos sólo un toque para cada nota, siendo todos ellos de la misma longitud y utilizando la misma sección del arco. Haremos estos ejercicios sobre tres pares de cuerdas como en los previos, y en los cuatro cuartos del arco. Comenzaremos como en el Ejercicio 1 con el arco-abajo en la cuerda superior, así:



En los toques détaché alternados entre dos cuerdas se observan no sólo los diferentes movimientos verticales que se dan al comienzo del arco-abajo en la cuerda superior y en el del arco-arriba en la cuerda inferior, sino también que el toque horizontal más largo está asociado naturalmente con el primero y el mayor movimiento vertical con el segundo. El arco tiene que ser controlado en el talón, donde es más pesado, y durante una bajada amplia. En este toque debemos tener un control muy estricto para evitar que el arco rasque las cuerdas inferiores.

Uno de los ejercicios más útiles es practicar el détaché en el talón. Hay dos formas extremas con infinitos grados de velocidad, fuerza y longitud del toque entre medias. La primera de ella es en una velocidad moderada, utilizando casi exclusivamente el movimiento del brazo, sin movimiento de la muñeca ni de los dedos, sin "momento". Utilizamos alrededor de un cuarto del arco, manteniéndolo en una posición equilibrada sin tensión, con la mano colgando, pero sujetando el arco. La otra forma consiste en arcos muy rápidos y cortos utilizando la blandura de la muñeca y los dedos con un movimiento del brazo proporcionalmente menor. Aquí el movimiento del brazo queda reducido a una acción de ondulación.

**EJERCICIO 12**

El mismo comienzo con el arco-abajo en la cuerda inferior del par.



Notareis que la amplitud del movimiento de la muñeca es mayor en el Ejercicio 11 que en el 12. Suponiendo de nuevo que estais tocando en las cuerdas La y Re, esto es debido a que el plano inferior del brazo en la cuerda La se añade al plano inferior de la muñeca en el arco-abajo. Y en el Ejercicio 12 la amplitud del movimiento de la muñeca es menor debido a que el plano superior del brazo en la cuerda Re está en este caso "sustraido" del plano inferior de la muñeca (y nudillos) en el arco-arriba.

Practicad los Ejercicios 11 y 12, *p, pp y mf*.

**EJERCICIO 13**

Este ejercicio es como el 11, pero esta vez los arcos-abajo en el primer grupo de cinco notas son fuertes y los arcos-arriba suaves, y en el segundo grupo los arcos-arriba son fuertes y los arcos-abajo suaves.

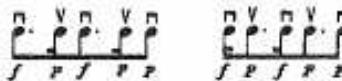
La última nota de cada grupo debe ser suave, ya que es lo mejor para preparar el forte del nuevo toque.

**EJERCICIO 14**

Este ejercicio se parece al 13, pero comenzando con el arco-abajo en la cuerda inferior.



Recordad que los Ejercicios 13 y 14 deben hacerse sobre tres pares de cuerdas y en los cuatro cuartos del arco. Tocadlos también con los siguientes ritmos:

**El rebote ("Retake")****EJERCICIO 15**

Esto está ejemplificado en el Ejercicio 13, pero tocareis sólo las notas forte y no las cuerdas de las notas en piano. Debe sonar lo mismo que en el Ejercicio 9. Estos son los primeros rebotes ("retakes") propiamente dichos. Notareis que aumenta la dificultad de tocar estas notas hacia la punta del arco.

Aquí se requiere un gran control de los dedos y una completa relajación del hombro para colocar el arco suavemente en la cuerda y mover una cierta longitud de toque.

Cuando trabajais estos rebotes ("retakes") en la parte superior del arco, debéis utilizar toques cortos rebotados. Sentid que el arco cae y es cogido de nuevo por los dedos.



En rápidos arcos-arriba, el pulgar mas el segundo y primer dedos son habitualmente suficientes, excepto cuando por primera vez levantais el arco de la cuerda antes del cruce o tiene lugar el rebote; entonces los demás dedos son también importantes.

Recordad que cuando el arco cae sobre la cuerda, rebota debido a la combinada elasticidad de la cuerda, vara y crines, y que cuantos menos dedos permanezcan sobre la vara habrá más libertad para el rebote. Pero el segundo y primer dedos, que sostienen el arco y pueden tocarlo estrechamente, deben tener una sujeción buena y flexible, cuando empujan el arco en un arco-arriba en cada rebote ("retake").

El punto del arco sobre el que se hacen los rebotes ("retakes") es muy crítico, dependiendo de la velocidad y duración del sonido y el volumen deseado. Básicamente, cuanto más cerca del talón, los toques serán más lentos, largos y fuertes, y cuando se requerirá el mayor equilibrio del tercer dedo. Inversamente, cuando más cerca de la punta, el sonido será más rebotado, corto, seco y suave.

El mejor punto medio (como para el último movimiento del Concierto de Mendelssohn) es (a) bastante abajo del arco para que el codo señale hacia abajo mientras la muñeca puede caer con los dedos y la mano produciendo el rebote (más arriba del arco el ángulo de la muñeca es tal que no puede producirse un toque con sonido agradable); también (b) lo suficientemente arriba como para conseguir un rebote natural y una buena velocidad y claridad, y también lo bastante arriba como para poder utilizar sólo los dos primeros dedos y el pulgar. La muñeca debe estar siempre relajada.

#### EJERCICIO 16

Este ejercicio es como el 14, pero comenzando con los arcos-abajo sobre la cuerda inferior como en el Ejercicio 13; sólo los fuertes serán audibles y el sonido y ritmo que escuchareis será similar al del Ejercicio 10.



#### EJERCICIO 17

Es como el Ejercicio 13, pero el toque es lento y el inaudible regreso es muy rápido. El toque rápido es una anacrusa, como si dijéramos, del audible toque lento.



#### EJERCICIO 18

Se parece al Ejercicio 17, pero comienza con el arco-abajo en la cuerda inferior.



#### Arcadas interrumpidas (Martelé)

##### EJERCICIO 19

Con este ejercicio comenzamos los arcos interrumpidos. Nuestra nueva serie continúa sobre dos cuerdas, y ligamos dos notas en una parte, parando el arco entre cada par. Esto es el comienzo del acento agudo, el ataque cortante, del martelé y el staccato.

Antes de proceder al ejercicio, quiero explicar el principio del acento agudo. El ataque repentino viene de la relajación de una presión compuesta muy al principio del toque. La presión se construye de la siguiente manera.

Comenzamos el toque suavemente sin hacer sonar la nota, con todas las articulaciones del brazo derecho, desde el hombro a los dedos, relajadas. La presión se aplica entonces dejando que el peso del brazo se concentre sobre el primer dedo, que tenderá a levantar ligeramente la vara, con el correspondiente incremento de la contrapresión del pulgar. Estamos ahora sujetando el arco muy firmemente y su presión sobre la cuerda evita que se mueva. En este momento relajamos la presión; deshacemos la resistencia en los dedos (a veces incluso elevando los dedos tercero y cuarto) y dejamos que el brazo tire del arco con un tirón inicial muy rápido. No se puede enfatizar suficientemente que el martelé es de hecho una relajación de la presión aplicada previamente.

Para esto, debe desarrollarse un firme agarre del arco, pero cuidado, ya que esta firmeza no debe interferir la relajación de la muñeca que ha de ser mantenida siempre.

Para ir ahora específicamente a nuestro primer ejercicio, comenzemos suavemente cada par de notas ligadas, terminando de manera abrupta sobre la nota inferior, más fuerte. En el arco-arriba comenzaremos con una cuerda inferior, otra vez suavemente, parando abruptamente el toque en la cuerda superior, haciendo cada vez un crescendo desde un piano a un forte.



Este método nos obliga a comenzar cada toque corto suavemente. Las pausas deben ser tan largas como sea necesario para asegurar la completa dispersión de la tensión y su reemplazamiento por el equilibrio.

Este, y los ejercicios siguientes, se harán con arcadas completas.

##### EJERCICIO 20

Es igual que el Ejercicio 19, pero comenzando con un arco-abajo en la cuerda inferior de un par.



## Lección IV

### EJERCICIO 21

Para ejercitarse el ataque, esta vez comenzaremos la primera nota sforzato con un diminuendo hacia la segunda nota de cada par, en la cual paramos. Acordaos de relajar la presión sobre el arco y sobre la cuerda al principio de cada toque y regresar al estado de relax. La pausa entre los pares de notas debe ser lo bastante larga como para reconstituir la firmeza en tensión, precediendo la relajación.



Debemos, sin embargo, notar sobre la marcha que para conseguir un ataque aún más fuerte y agudo en el martelé, podemos comenzar en el aire y aterrizar en la cuerda cuando el arco ya se está moviendo. Aquí el movimiento es aquel que describí para arcadas completas con libre balanceo del brazo, lección II, págs.

### EJERCICIO 22

Es como el ejercicio 20, pero comenzando con un arco-abajo en la cuerda inferior y con el arco arriba en la superior.



Los Ejercicios 19, 20, 21 y 22 pueden también hacerse con tres, cuatro o cinco y cinco y medio pares de ondas para el toque, no sólo como los estamos describiendo, que es con dos y medio pares de notas para todo el arco.

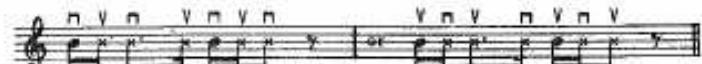
### Otros rebotes

Ahora volveremos a los rebotes, pero esta vez con toques muy cortos en vez de algo largos. En los ejercicios siguientes me gustaría que imagináis el toque muy corto como si perteneciese a algún tipo de toque más complejo que no suena.

Imaginad que estás tocando las tres primeras notas del Ejercicio 11, págs. , pero haciendo sonar sólo la primera nota. Deberíais hacer una onda completa con la muñeca y los dedos en el aire, seguida por la nota que suena, y terminaríais en la misma posición en que comenzasteis, es decir, arco-abajo, en estado de reposo. La preparación para hacer sonar otra nota arco-abajo debe ser un insonoro arco-arriba muy rápido en el aire.

### EJERCICIOS 23 y 24

Comenzando en la cuerda inferior, deben hacerse con estos esquemas rítmicos, de la misma manera que fueron hechos los rebotes más largos en los Ejercicios 15 y 16.



### Movimientos del Arco

La versión arco-arriba del 23 sigue el mismo esquema rítmico que he descrito para el arco-abajo, excepto para cuando se hace en sentido opuesto; en otras palabras, el momento de reposo que sigue a la nota corta y el que completa el movimiento de onda se da después del arco-arriba en el aire, y el siguiente arco-arriba corto que suena es precedido por un arco-abajo muy rápido en el aire. Estos ejercicios son para practicar las acciones reflejas, muy rápidas, que se requieren en el manejo del arco.

En el Ejercicio 24 aplicaremos el mismo principio que en el 23, pero con un modelo rítmico diferente. Nuestro punto de reposo estará en el arco-arriba en el aire que precede inmediatamente al corto arco-abajo que suena. El modelo rítmico es diferente, pero la sucesión de movimientos es la misma. Hay una onda completa arco-abajo que consta de tres partes, como si estuvieseis tocando muy rápidamente las tres primeras notas del Ejercicio 11, seguidas inmediatamente por el relajado arco-arriba de reposo en el aire.



Repetid los Ejercicios 23 y 24 pero con ataque martelé, comenzando el repentino comienzo del arco en la cuerda misma. Recordad que es una relajación de presión. Eventualmente seréis capaces de hacer rebotes dando a cada nota este ataque agudo e incisivo. La nota que suena no debe ser fuerte para nuestro propósito. Cuanto más suave sea, mayor control y mejor relajación de presión conseguiremos.

### Velocidad en el cambio de cuerda

### EJERCICIOS 25 Y 26

Estos ejercicios deben practicarse en nuestra serie básica de pares de cuerdas.



Son iguales que los Ejercicios 17 y 18, pero alternando un ritmo punteado rápido con toques lentos. El arco no abandona las cuerdas y así se produce un sonido continuo. Practicadlos en los tres tercios del arco, en las dos mitades e incluso con arcos completos.

## Lección IV

### EJERCICIOS 27 Y 28

En estos ejercicios las notas son cortas y el arco está en el aire entre cada par de sonidos rápidos. Haced esto en tres tercios del arco.



### Diferentes intervalos para los ejercicios de arco

### EJERCICIO 29

Será un gran alivio para el violinista si en esta etapa puede utilizar diferentes intervalos. Está utilizando ya tres pares de cuerdas, si toca en terceras, puede utilizar los dedos 1 y 3 ó 2 y 4. Si toca en cuartas, puede usar los dedos 1 y 2, 2 y 3 ó 3 y 4. Pero también puede tocar en octavas utilizando los dedos 1 y 4, y lo mejor de todo, si su mano es lo bastante flexible, puede usar el unísono con el dedo 1 en la cuerda superior y el 4 en la inferior. Estos últimos, octava y unísono, son un maravilloso entrenamiento para el ajuste automático de los dedos a las demandas de afinación.

Musical notation in common time. The first line shows a treble clef staff with fingerings: 'tercera' (3-1, 4-2), 'cuarta' (2-3, 1-2), 'unisono' (4-1), and 'octava' (4-1). The second line shows a bass clef staff with fingerings: 'tercera' (3-1, 4-2), 'cuarta' (2-3, 1-2), 'unisono' (4-1), and 'octava' (4-1).

### Diferentes toques Martelé

### EJERCICIOS 30 Y 31

Estos serán toques martelé tanto en el arco-abajo como en el arco-arriba, con el arco permaneciendo sobre la cuerda, pero completamente pasivo y quieto entre los toques. Recordad que el martelé es una relajación al mismo tiempo un ataque.

Musical notation in common time. The first line shows a treble clef staff with vertical stems pointing down, indicating downward strokes. The second line shows a bass clef staff with vertical stems pointing up, indicating upward strokes.

### Movimientos del Arco

Estos dos ejercicios deben hacerse en las dos mitades del arco y con el arco entero. Cuando el estudiante pueda tocar escalas debe aplicar este toque a dichas escalas.

### EJERCICIO 32

En el Ejercicio 32 combinaremos el martelé con todo el arco (que hemos hecho en los Ejercicios 30 y 31) con la rápida anacrusa que hemos trabajado en los Ejercicios 2



Inmediatamente antes de cada toque martelé, después de que el arco se haya parado al final del martelé previo, habrá una nota rápida, muy corta. Esto hará un ritmo punteado utilizando el arco entero. Debe practicarse también en mitades, tercios y cuartos de arco.

### EJERCICIO 33

Es lo mismo, comenzando en la cuerda inferior.



### EJERCICIO 34

Este es opuesto a los Ejercicios 32 y 33; el arco es llevado en toda su longitud sin tocar la cuerda y toca dos notas muy cortas y rápidas alternativamente en cada final; abajo/arriba en la punta; arriba/arriba en el talón; y más difícil, abajo/arriba en el talón seguido por arriba/arriba en la punta. Esto requiere una acción móvil del hombro.



Por supuesto, este ejercicio es muy útil para el spiccato, del que hablaremos muy pronto.

### “Ricochet”

### EJERCICIO 35

Ahora estamos preparados para volver a los ejercicios de rebote comenzados en la Lección II (pág. 43).

Comenzamos aprendiendo cómo controlar el número, velocidad y peso de los rebotes, moviendo el arco deliberadamente algo más despacio que en sus primeros esfuerzos, “cogemos” el toque después de cuatro rebotes, elevándolo de la cuerda con

#### Lección IV

la presión del cuarto dedo combinada con un toque agudo en sentido opuesto. Si lo repetimos, obtendremos el siguiente esquema rítmico:



Primero variamos esto comenzando arco-arriba. Entonces modificamos la velocidad del toque horizontal. Intentemos llevar diferentes velocidades de toque en diferentes partes del arco, descubriendo qué velocidad va mejor a cada parte. Intentemos variar los grados de presión del cuarto dedo, que da por resultado que el arco sea relajado desde diferentes alturas. Hagamos seis, ocho, doce e incluso diecisiete rebotes y experimentemos variando la velocidad del toque horizontal mientras el arco está rebotando, obteniendo así un rallentando o acelerando dentro de una serie de "ricochet".

#### Transición al Spiccato

##### EJERCICIO 36

En la siguiente etapa llegaremos a un rebote continuo:

Variemos la fuerza del impulso en la primera nota de cada cuadro, dirigiéndonos a reducirlo a un mínimo absoluto. Con la práctica debe poderse obtener impulso suficiente para mantener el rebote durante el casi imperceptible cambio de inclinación entre el arco-arriba y abajo. Entonces tocaremos en grupos de tres

y de dos

terminando con un pleno arco-arriba y abajo spiccato que probaremos con diferentes velocidades y en distintas partes del arco. No debemos atender conscientemente el estado de la muñeca y los dedos durante el transcurso de estos ejercicios.

#### Spiccato

##### EJERCICIO 37

Este ejercicio sirve también para practicar este spiccato básico en los cambios de cuerda como veremos, llevando en la mente que el cambio de nivel se hace con todo el brazo.

Repetid cada nota cuatro veces, después dos, tres y por último simplemente como está escrito, comenzando primero arco-abajo, después arco-arriba.



#### Movimientos del Arco

##### EJERCICIO 38

Antes de intentar modificar este spiccato básico, bastante duro por naturaleza, volveremos al ricochet, esta vez combinado con cambios de cuerda, ya que el mecanismo conlleva una versión más amplia, más fácilmente sentida, que la practicada en los tipos de spiccato más suaves.

En el siguiente ejercicio, en vez de recoger el ricochet con un toque agudo en sentido contrario combinado con una presión elevadora del cuarto dedo, intentaremos poner el arco sobre la cuerda vecina suavemente, produciendo una nota de cierta longitud y comenzando entonces el siguiente grupo de ricochet con una ligera elevación de la cuerda, en vez de relajarlo desde encima de ella.



El brazo está en el nivel apropiado para tocar ambas cuerdas a la vez, y el cambio de nivel se hace solamente con la muñeca y los dedos.

Entonces exageraremos la parte del cruce en el movimiento y daremos una sacudida o latigazo antes de las notas rebotadas, relajando inmediatamente los dedos. Al final del ricochet reemplazaremos el arco sobre la cuerda vecina por un ligero incremento de la sujeción de los dedos, de tal manera que la tendencia a rebotar sea suavizada. Comenzando de esta forma con seis u ocho rebotes, se tiene más tiempo para



sentir los sutiles ajustes del tono muscular necesario para producir este efecto. Una vez adquirido este sentimiento, es sencillo reducir el número de rebotes, adquiriendo de



Para este tipo de ricochet sigue siendo buena la misma correlación entre la velocidad del rebote y la del toque horizontal. Una insinuación del movimiento de cambio de cuerda es evidente cuando este tipo de toque es ejecutado sobre una cuerda. El movimiento es aún una onda, pero más superficial.

Se notará que el ricochet arco-arriba de este tipo necesita un mayor impulso para producirse y en consecuencia, con seis u ocho rebotes, se necesita bastante ayuda para mantenerlo. Sugerimos dar esta ayuda mediante una versión exagerada de la posición de la mano en el arco-arriba (Diagrama 22, pág. 42) en el punto en que se inclina la vara, bien lejos del intérprete. Con la mano en esta posición, se encontrará que los rebotes se reflejan como un eco en una tendencia del antebrazo a girar con los rebotes.

Esta tendencia debe ser reforzada añadiendo un giro voluntario al giro pasivo, un acto bastante sutil de coordinación. De este modo, será posible continuar los rebotes arco-arriba hasta un punto sorprendentemente cerca del talón. Aquí hemos cruzado la frontera entre el *ricochet* y el *staccato*.

Nuestro suave *ricochet* señala el camino hacia el *spiccato* suave. Debería aducirse que esto es un rodeo para alcanzar un toque simple, pero lo que de hecho parece ser el toque más complicado, el *ricochet*, es más fácil de producir porque, una vez iniciado el rebote por medio de cualquiera de los métodos expuestos, no hay nada más que hacer a excepción de mover el arco a la velocidad deseada. Con aquellos tipos de *spiccato*, sin embargo, que son producidos en una parte del arco en la que es necesario soportar parcialmente su peso, este elemento de soporte puede conducir frecuentemente a equivocaciones porque (a) el arco es llevado con tal firmeza que se elimina el rebote natural, y dicho arco tiene que ser lanzado de manera deliberada; (b) el firme sostén interfiere los movimientos de compensación de la muñeca y los dedos que mantienen el arco paralelo al puente, de tal manera que el arco toca las cuerdas en diferentes ángulos en los diferentes arcos arriba y abajo, agravando así la desigualdad causada por el lanzamiento deliberado.

### Transición del Spiccato al Détaché

Ahora, con nuestro *spiccato* básico, bastante duro, debemos haber llegado a una relación tal entre el brazo, la muñeca y los dedos, que aunque tengan lugar los movimientos de compensación y el arco permanezca paralelo, no haya prácticamente ningún otro movimiento reactivo en la muñeca y los dedos. En otras palabras, toda la duración del toque es cubierta por el brazo. Si nosotros ahora dejamos que la mano realice una versión más suave de la acción parecida a un latigazo con la que comenzamos nuestro suave *ricochet* en ambos sentidos, encontraremos que el toque se ablanda en relación directa con la blandura en la muñeca y los dedos, hasta que finalmente aterriza en la forma de un suave *détaché* en la mitad inferior, condición previa esencial para este ejercicio de transición es que mantengamos la misma longitud de movimiento del brazo mientras se relaja gradualmente la tensión en la muñeca y los dedos. Si no lo hacemos, es decir, si acortamos el movimiento del brazo mientras dejamos seguir tocando a la muñeca y los dedos, el rebote se incrementará hasta que, en el momento que el brazo esté virtualmente estacionario y la muñeca y los dedos en un estado de "colgar" completamente, se haga incontrolable. El ajuste de la proporción del movimiento del brazo con el de la mano nos da de hecho un sentido real de ajuste del grado de rebote. En la práctica, el grado de rebote puede también ser alterado ajustando la inclinación del arco o cambiando la parte del arco en la que se produce el rebote. La elección de estos métodos depende de la velocidad, nivel dinámico y contexto expresivo.

### Spiccato rápido (Sautillé)

Este ajuste toma un significado diferente en los toques *spiccato* más rápidos en los que la duración sumada al movimiento de látigo de la mano permite que el movimiento del brazo pueda ser también reducido. Esto hace que la ejecución de pasajes extensos de *spiccato* rápido sea menos fatigosa. Se puede sacar ventaja de este movimiento de la muñeca y los dedos si el brazo está lo bastante inclinado hacia dentro para que el movimiento arriba y abajo de la muñeca sea traído dentro del plano del toque sin

impedir la reacción de los dedos al movimiento horizontal. Para conseguir esta acción de latigazo, son a veces útiles los toques martelé cortos producidos sólo por los dedos y la muñeca. Esta acción está ilustrada en los Diagramas 15 y 16 de la Lección II.

### El toque sostenido

Quizás el toque más importante en la práctica del violín es el que produce un sonido rico y sostenido, sección B del Toque básico. En esta esfera, me gustaría señalar que el objetivo final no es la presión sobre la cuerda sino más bien la amplitud, es decir, la anchura de las vibraciones de la cuerda producidas por el movimiento del arco. Puede observarse rápidamente que una excesiva presión comprimirá estas vibraciones. Esto es fácilmente comprobable si movemos el arco con excesiva presión cerca del diapasón. Aquí, donde la vibración natural de la cuerda al aire es ampliamente perceptible y por lo mismo menos poderosa, el sonido puede ser fácilmente comprimido por la excesiva presión. Inversamente, cuando el arco se mueve demasiado cerca del puente, esto es, en un punto donde la vibración de la cuerda es escasa y estrecha pero muy poderosa, el toque del arco acelera esas vibraciones en lugar de detenerlas y hacerlas más lentas, como ocurre cuando esto se da cerca del diapasón. El sonido resultante es una especie de efecto de silbido conocido como ponticello, de "ponte" que significa puente. Por tanto para conseguir un sonido cálido y hermoso en el violín es necesario: a) elegir el punto en el que las vibraciones de la cuerda tienen exactamente la amplitud correcta. Esto depende de la longitud de la cuerda vibrante; cuando tocamos en posiciones más altas, la porción de cuerda que vibra se hace cada más corta y las proporciones más cortas también; b) aplicar la presión adecuada, suficiente para poner la cuerda en movimiento y mantener las vibraciones sin estropearlas; c) mover el arco en un ángulo preciso y correcto con respecto a la cuerda.

En acentos cortos la presión añadida es aplicada en el sentido del toque, pero cuando tenemos que mantener notas largas en forte con todo el arco y en toques prolongados, esta presión se consigue mediante la resistencia de los dedos en la dirección del toque (sección B de nuestro Toque Básico).

### EJERCICIO 39

Vamos ahora al Ejercicio 39. Utilizando dos cuerdas sostendremos una nota continuamente y tocamos la otra nota a intervalos rítmicos. La sujeción del arco debe ser lo bastante firme para tocar dos cuerdas a la vez, o incluso tres como veremos más tarde, y lo bastante flexible para obedecer todos los requerimientos relacionados con la dirección del arco, cambio de cuerdas y presiones, que hemos aprendido en ejercicios pasados. La versión arco-abajo debe practicarse sosteniendo la nota superior y tocando la inferior intermitentemente, tres, cuatro o cinco veces por toque. En la versión arco-arriba haced lo mismo, sosteniendo la nota inferior y tocando intermitentemente la superior. Las notas intermitentes no deben ser demasiado cortas.



Notaréis que este ejercicio deriva de los Ejercicios I y 3. Pero en realidad, estamos trepando otra rama de la técnica del arco.

#### EJERCICIO 40

Es como el 39, pero invertido de tal manera que en el arco-abajo sostenemos la nota inferior y tocamos la superior intermitentemente, y en el arco-arriba tocamos la nota superior continua y la inferior intermitente.



Los Ejercicios 39 y 40 son para practicarlos con arcos lento y forte, con una sujeción firme y elástica, largos y uniformes.

#### EJERCICIO 41

El mismo principio, pero sobre tres cuerdas.



Este requiere una sujeción muy fuerte del arco, todavía flexible por supuesto. En la versión arco-abajo sostenemos las dos notas superiores juntas, tocando intermitentemente en la cuerda más baja, y en la versión arco-arriba tocamos las dos cuerdas inferiores continuamente y la cuerda más alta de modo intermitente.

Para tocar tres cuerdas simultáneamente debe elegirse un punto de contacto para el arco en el cual la cantidad de presión requerida para alinear la cuerda central con las otras dos sea coherente con el volumen y la calidad de sonido deseados. Obviamente, cuanto más cerca del diapasón toquemos, menos presión se necesitará para conseguir este alineamiento. Pero hay otro factor —la rigidez de la vara—. Intentad sostener un acorde de tres notas con un arco muy tenso, y notaréis que se necesita mucha menos presión. Sin embargo, yo no recomiendo un arco tenso; creo que puede obtenerse un efecto similar sosteniendo la vara de modo particularmente firme. Debemos, no obstante, mantener siempre la elasticidad en los dedos de la mano derecha.

#### EJERCICIO 42

Es opuesto al anterior. Comenzando con un arco-abajo, sostenemos las dos cuerdas inferiores, tocando la cuerda más alta intermitentemente, y en el arco-arriba sostenemos las dos cuerdas más altas, tocando intermitentemente la inferior.



#### PRÁCTICA DE LOS EJERCICIOS DE TOQUE SOSTENIDO

Todos estos ejercicios (39-42) son importantes en el entrenamiento del brazo y los reflejos de los dedos; mediante ellos estos reflejos son capaces de alternarse sin interrupción y son una excelente preparación no sólo para los cambios de cuerda, sino también para los cambios de arco, ya que levantais el arco de una cuerda antes de hacer el cambio.

Los ejercicios deben practicarse también en pares. El primero debe comenzar siempre arco-abajo sobre la cuerda superior, y el segundo arco-abajo sobre la cuerda inferior.

En este punto debemos hacer también ejercicios de dos cuerdas con cualquier número de notas (6, 4 y 2) por cada toque. Su importancia yace en que introducen un movimiento de figura de 8 en el toque, que aumenta la flexibilidad.

#### Staccato

Comencemos los ejercicios de staccato. Este es un toque que requiere a la vez gran firmeza y gran elasticidad. Es una combinación de nuestra serie interrumpida de sonidos (Ejercicios 9, etc.) y de nuestros sonidos firmemente sostenidos (Ejercicios 39 y 40).

#### EJERCICIO 43

En una simple arcada, primero abajo después arriba, tocad una secuencia de nota sostenida seguida de un grupo de tres notas rápidas, como si dijéramos en un tresillo. La nota sostenida debe mantenerse lo bastante para que el brazo se relaje completamente después de los tresillos, manteniendo el sonido continuo.



Tocad este ejercicio con grupos de cuatro, cinco, seis o más notas rápidas.



#### EJERCICIO 44

Es como el 43, pero después del grupo de notas rápidas el sonido se interrumpe y el brazo se relaja durante el silencio.



Este ejercicio debe ser tocado también con grupos de cuatro o más notas rápidas.

### Dos nuevas variedades de Staccato

De manera distinta al staccato habitual, incontrolable, producido mediante una deliberada tensión de los músculos del brazo al punto del espasmo, puede producirse un staccato controlable a una considerable velocidad por diferentes caminos, de los cuales recomiendo los dos siguientes por ser relativamente fáciles de aprender.

El primer tipo es producido mediante un movimiento de rotación del antebrazo del que ya hemos tenido un anticipo en el ricochet asistido arco-arriba con suave levantamiento (pág. 97) que, sugerimos, realmente rayaba en un staccato.

Añadiendo un poco de peso de brazo a este toque y haciendo el giro del antebrazo más vigoroso, llegamos a un firme staccato arco-arriba, cuya velocidad puede ser alterada mediante el ajuste de la amplitud del giro. En el toque más lento, la distancia cubierta por el giro del antebrazo es complementada permitiendo que el arco sea llevado una cierta distancia con todo el brazo; entonces el antebrazo gira de nuevo hacia dentro para preparar el siguiente impulso. Según alcanzamos velocidad, este movimiento del brazo es aminorado hasta llegar a un punto en el que el arco es movido sólo mediante el giro del antebrazo.

A menudo es útil alcanzar esta variedad de staccato desde otro ángulo, mediante un toque portato en el que el arco no se para, sino que recibe un impulso de onda de un giro del antebrazo que se superpone sobre un toque normal lento y legato, cubriendo los dos tercios superiores del arco.

Sugiero comenzar con negras, arco-arriba y abajo, a una velocidad cómoda ( $\text{♩} = 60$ ).



Hacemos entonces corcheas en portato, utilizando la misma cantidad de arco:

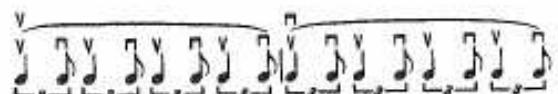


En la siguiente etapa, sin aumentar la velocidad de nuestras corcheas, reducimos la longitud del arco utilizando la mitad superior. Si el giro del antebrazo continúa como antes, se encontrará que el portato se convierte en un toque parado. Cuanto más se reduce la longitud cubierta por nuestras ocho corcheas, más aguda se hace la separación. Se notará también que la versión arco-abajo de este toque es más efectiva si la mano es vuelta de forma exagerada en su posición de arco-abajo (Diagrama 21, página 41). El movimiento resultante no puede ser descrito más como un giro del antebrazo, siendo más bien un pequeño movimiento de la muñeca arriba y abajo del plano del toque, pero el sonido de este tipo de staccato arco-abajo es muy cercano al del staccato conseguido con el giro del antebrazo arco-arriba, y la velocidad es igualmente controlable. En ambas versiones arco-arriba y abajo será útil exagerar la colocación de la mano según aumenta la velocidad.

La segunda variedad de staccato que recomiendo es un desarrollo del movimiento estudiado en los ejercicios 25 y 26 de esta lección. No hay giro consciente al antebrazo en este tipo que, en movimiento lento, consiste en un détaché en la dirección principal, contrapunteado por un movimiento casi imperceptible, con sujeción suave, en sentido opuesto.

Aunque en la práctica este movimiento de retorno se reduce a un simple sentimiento de relajación entre impulsos en un staccato lento, y no se siente en absoluto en un toque rápido, parece ser la clave de esta variedad de staccato, y por tanto es útil practicarlo de la siguiente manera:

1. Tocad un grupo de cuatro tresillos, comenzando en la punta y llevando progresivamente el arco hasta el talón, de modo que iniciéis el segundo grupo en el talón regresando a la punta con la mano en una posición exagerada de arco-abajo.



2. Reducir el movimiento de regreso: (a) etc. (b) etc.

3. Finalmente llegaréis a: etc.

La velocidad aumenta reduciendo el movimiento. Una característica de esta variedad de staccato es que puede ser ejecutado en toda la longitud del arco, aunque debemos notar que acercándonos al talón en un arco-arriba, el codo necesita ser metido hacia dentro para que la punta del arco gire alejándose del ejecutante, y que comenzando arco-abajo bien en el talón, se hace necesario el ajuste opuesto (empujando el codo hacia delante para que la punta gire hacia el ejecutante). En la variedad arco-abajo a velocidad es de ayuda exagerar la posición de la mano cuando se toca en el borde interno de las cerdas.

### Relajación tras el Staccato

#### EJERCICIO 45

Para relajarse tras los ejercicios de staccato, haced dos o tres ejercicios de cambio de cuerda con cualquier grupo de notas, primero en arcadas completas y más tarde en subdivisiones. Olvidaos de las posiciones del pulgar, etc., pero mantened una completa blandura en las articulaciones de los dedos, muñeca y brazo. Concentrados en el toque como si fuera una agradable ondulación sobre una cuerda, con más muñeca y menor movimiento de los dedos.



En todos nuestros ejercicios hemos desarrollado la flexibilidad y la firmeza de los dedos, habitualmente todos sobre el arco. Sin embargo, debe recordarse que aquellos con brazos o dedos cortos pueden encontrarse con que estos ejercicios producen tensión en la mitad superior del arco, especialmente en los arco-abajo. El tercero y cuarto dedos no son esenciales cuando el arco está apoyado en la cuerda en la mitad superior del arco-abajo.

En realidad es una buena idea alternar estos ejercicios con largos toques, rápidos y lentos sobre una cuerda y con el ondular de dos o más cuerdas, sosteniendo el arco sólo con el pulgar y el primer dedo. Esto relajará el brazo e inducirá la flexibilidad y blandura del movimiento de la muñeca. También aumentará la fuerza y responsabilidad del segundo dedo. Incluso en la nuez, el segundo dedo puede desarrollar la suficiente flexibilidad y fuerza para equilibrar el arco en movimiento.

### El Trémolo

La práctica de este toque, como la del staccato, conduce demasiado a menudo a "agarramientos" indeseados. Esto es el resultado de considerar tan rápido movimiento como un tirar-empujar recto, que lleva a la creación de tensiones en los músculos opuestos hasta que se llega al estado de espasmo. Yo propondría considerar el trémolo como una oscilación —esto es, el movimiento ondulatorio más pequeño derivado de nuestros movimientos pivotales y de "péndulo"— que permiten velocidad y firmeza combinadas con flexibilidad.

Practicad el trémolo primero en el cuarto superior del arco, después en el centro y finalmente en la nuez.

### Ejercicios en el arco, utilizando sólo los dos primeros dedos con el pulgar

Estos ejercicios son importantes, y yo animaría a los estudiantes a seguirlos, para desarrollar la máxima flexibilidad de la muñeca, y la máxima capacidad del segundo dedo. Este puede, en cierto modo, asumir la función del tercero y cuarto dedos.

- (a) En equilibrio del arco;
- (b) En reemplazar al cuarto dedo en un crescendo arco-abajo y al tercero en un crescendo arco-arriba.

Cultivad un estado de estar enterados de la función especial del "círculo" entre el pulgar y el segundo dedo que actúa como un pivote sobre dos planos: 1) el horizontal, que permite el movimiento de compensación que mantiene el arco paralelo con el puente para venir parcialmente dentro de la mano (acortando así la extensión de la compensación de la muñeca, brazo y a veces el hombro); y 2) el vertical, que permite cambiar de una cuerda a otra adyacente para darse dentro de los dedos sin variar el nivel de la muñeca o el brazo.

Para conseguir este estado es valioso practicar sólo con el círculo de sujeción. Comenzad colocando el arco en su mitad sobre la cuerda con una sujeción normal. Entonces levantad todos los dedos excepto el segundo y el pulgar, y llevad el arco hacia la punta y de vuelta otra vez al centro. No apliqueis presión, ya que puede causar tensión con facilidad. Repetid esto varias veces sobre cada cuerda. Entonces, comenzando en el centro, colocad el cuarto dedo en el arco y haced un arco-arriba hasta el talón, sintiendo el movimiento de compensación que tiene lugar en torno al círculo y el cuarto dedo equilibrando el aumento de peso hacia el talón. Repetidlo varias veces

sobre cada cuerda. Entonces intentad algunos ejercicios de cambio de cuerda en el talón con esta sujeción (pulgar, segundo y cuarto dedos), añadiendo gradualmente los demás dedos de tal manera que permitan que el movimiento de cruce continúe sin impedimento. Sentid los grados de responsabilidad en cada dedo durante estos ejercicios.

Si la velocidad del toque en la mitad inferior del arco se incrementa ligeramente, pronto será posible levantar el cuarto dedo sin producir un crescendo y eventualmente levantar el arco de la cuerda del todo y volverlo a apoyar sólo con la sujeción del círculo. Debe hacerse hincapié, sin embargo, en que esto se consigue sólo mediante el equilibrio y el "momento", y no mediante tensión.

Estos ejercicios con el círculo de sujeción en la mitad inferior del arco son un antídoto contra el exceso de inclinación de las crines de dicho arco cuando nos aproximamos al talón, un hábito que se debe a una o a ambas de las siguientes razones: 1) Fracaso del movimiento de compensación en los dedos causado por la rigidez, más a menudo que no por un pulgar bloqueado. Esto pasa la responsabilidad de mantener el arco paralelo exclusivamente a la muñeca que, doblándose solamente en su plano horizontal, pronto alcanza su límite de movimiento y así es forzada a inclinarse para alargar así su posibilidad de giro; 2) la creencia común de que esta inclinación es el único camino para compensar el incremento de peso hacia el talón y evitar así un indeseado crescendo.

En relación con la segunda de estas razones, mientras debe ser admitido que esta especial inclinación es un modo efectivo de quitar peso, también produce un cambio de color del sonido que un oído no sensible puede no detectar. Además produce una posición en el talón que obstaculiza los movimientos de cambio de cuerda dentro de la mano y es enemiga de los acentos fuertes, y triples cuerdas en arcos-abajo repetidos, etcétera. Estas observaciones no se aplican a las transparentes arcadas completas *pp* en las que el grado de inclinación es igual en toda la longitud del arco y que no requieren agilidad o poder en el talón.

En la mitad superior del arco, sin el tercero o cuarto dedos sobre la vara, el segundo dedo puede asumir su función y conseguir un crescendo bien tirando de la vara hacia dentro o presionándola hacia fuera; utilizando el tercero y cuarto dedos meramente aumenta nuestro control y sujeción del arco y el poder sobre él, pero no la flexibilidad.

Ahora vamos a aplicar nuestro trabajo sin los dedos tercero y cuarto en nuestros primeros ejercicios de arco. En el Ejercicio 9 cuando elevais el arco de la cuerda, dejad caer los dedos tercero y cuarto sobre el arco y levantadlos durante cada nota tocada. Esto aumentará también la relajación y velocidad de los ritmos punteados. Aplicad este trabajo con sólo los dedos primero y segundo sobre el arco en los ejercicios de notas sostenidas y en los de tres cuerdas, comenzando la serie con el ejercicio 39. Estos ejercicios no deben hacerse antes de que los dedos tercero y cuarto estén plenamente desarrollados y hasta que el segundo dedo asuma su doble capacidad, es decir sus funciones verticales y horizontales. En los rebotes sobre la cuerda Sol, sin los dedos tercero y cuarto sobre el arco, el segundo dedo encuentra particularmente difícil equilibrarlo. Allí los dedos tercero y cuarto pueden unirse tocando el segundo dedo y colocarse ligeramente sobre el arco en un suave soporte.

Para rápidos "retakes" arco-arriba, tales como aquellos en el Concierto de Mendelssohn, es una ventaja tocar sin los dedos tercero y cuarto sobre la vara, ya que la

flexibilidad de la muñeca y la velocidad se ven muy aumentadas. Aquí el segundo dedo se extiende más abajo de su posición normal, para asumir la función del tercer dedo y elevar el arco de la cuerda. En Mendelssohn la primera elevación es ayudada por los dedos tercero y cuarto, que están entonces lejos de la vara. Debe cuidarse, no obstante, almoradillar el aterrizaje en el suave arco-abajo.



Cuando trabajéis en el spiccato de esta manera, levantad los dedos cuando el arco se pose en la nota y continuad el mismo toque; ponded de nuevo los dedos en el arco cuando éste se eleve. Mantenedlos mientras cambiáis de dirección, elevándolos cuando el arco toque la cuerda en sentido opuesto, es decir en el arco-arriba, poniéndolos según levantais el arco todavía en dicho sentido arco-arriba, manteniéndolos mientras retornáis al arco-abajo, y quitándolos cuando el arco-abajo toca de nuevo la cuerda.

Otro ejercicio interesante, que complementa los del pulgar y dos dedos, es hacer un pianissimo arco-arriba, y dejar que el arco yace, por decirlo así, en el interior del primer dedo, equilibrado por los dedos tercero y cuarto. Alzando el pulgar, encontráis que es perfectamente posible con el arco en un ángulo de 45°, apoyado en el borde de las crines, llevarlo dentro del primer dedo doblado y equilibrarlo con el cuarto. Esto relaja el pulgar. Es un buen ejercicio porque es importante en el arco-arriba cuando nos aproximamos a la nuez que el músculo del pulgar esté relajado.

### Ejercicios compensatorios

En esta lección hemos considerado varios movimientos y posiciones extremas, particularmente las de la mano. En la ejecución, sin embargo, no debemos ir nunca al extremo de ningún movimiento particular, pero sed siempre conscientes de su centro para no perder de vista su función esencial. Este es un importante principio que puede aplicarse a todos los aspectos de la técnica del violín.

No obstante como ejercicio es valioso experimentar con ciertas posiciones muy exageradas; dichos ejercicios son los que yo llamo "Ejercicios Compensatorios". Como hemos descubierto, ninguna posición o movimiento es correcto en todas las circunstancias. El valor de estos ejercicios yace en experimentar lo que está nominalmente equivocado, de tal manera podemos percibir más claramente las soluciones correctas a los problemas técnicos que se dan.

1. Practicad con el violín (a) señalando casi en vertical hacia arriba, (b) casi en vertical hacia abajo, (c) girando al extremo izquierdo y (d) girando al extremo derecho. Observad cómo los movimientos de los dedos de la mano se ajustan para evitar que el arco caiga hacia delante o hacia atrás del puente en (a) y (b), y la acción del brazo derecho en (c) y (d).
2. Practicad arcos-arriba en las siguientes cuatro formas:
  - a) Sin permitir que la muñeca se doble. Para mantener el arco derecho, el hombro debe empujarse hacia atrás y hacia abajo. Notad cómo el hombro controla el movimiento del arco durante el toque.

- b) Con la muñeca muy doblada. El hombro comienza en una posición hacia delante (el codo bajo) y debe ser ajustada continuamente durante el toque.
  - c) Con el codo muy alto. El hombro comienza en una posición elevada hacia delante; la muñeca está hundida y la escasez de flexibilidad en los dedos causa un ajuste compensatorio en el ángulo de la mano durante todo el toque.
  - d) Con el codo muy bajo (como en la antigua costumbre de practicar la sujeción de un libro entre el codo y el costado). La flexibilidad del dedo es toda importante para mantener el arco derecho.
3. Practicad arcos-abajo de estas cuatro maneras y observad las diferentes reacciones compensatorias de la muñeca, codo, hombro, etc. En (a), donde la muñeca permanece sin doblar, permitid que el codo se mueva "alrededor de la esquina", fuera de la paralela con el puente, en su aproximación a la punta. Esto obliga al antebrazo a abrirse completamente, reduciendo el juego en el hombro, y provee un tipo de total estiramiento en el punto que pueda encontrarse ocasionalmente útil en la ejecución.

## LECCION V

### Movimientos de la Mano Izquierda

Los mismos principios técnicos que en la mano derecha se aplicarán a la mano izquierda, las tres funciones principales de bajada de los dedos, cambio de posición y vibrato se verán no sólo relacionadas, sino procedentes de una acción de onda, variando en amplitud desde una vibración estrecha a un amplio recorrido. Los movimientos laterales en el pizzicato de la mano izquierda se incorporan también a este sistema.

Los dedos, por supuesto, tienen una función especial para la que deben estar altamente preparados. Esta preparación consiste en desarrollar la elasticidad de la extensión y el salto —como de una goma elástica y un resorte— desde la posición estirada a la comprimida o doblada lo mismo que desde la doblada a la estirada, en tres pares de direcciones sobre tres planos distintos: el horizontal, el vertical y el lateral. Incidentalmente, la analogía de la goma y el resorte no es exacta, porque el mismo dedo puede actuar como cualquiera de ellos, y aún más, lejos de proveer una respuesta invariable y automática como hacen ellos, puede permanecer relajado en cualquier posición extendida o doblada (o en cualquiera intermedia), y es capaz en cualquier momento de aplicar el poder de cualquiera, la extensión o el salto, a través de un acto controlado de la voluntad.

Os podéis inventar ejercicios con gomas y pelotas de goma para aumentar la separación y el aproximamiento entre los dedos y el pulgar.

Debemos entrenar cada dedo por separado en cada uno de los tres planos, lo mismo que desarrollar la respuesta entre el pulgar y el dedo o dedos —una relación de oposición— también en tres planos: (A) cara a cara, es decir, punta con punta, como

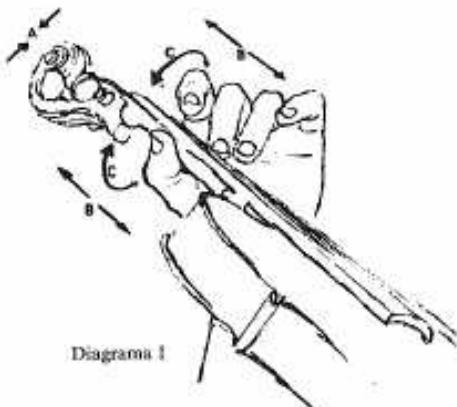


Diagrama 1

### *Movimientos de la Mano Izquierda*

cuando se aplican presión y resistencia diagonalmente, casi de modo vertical cruzando el diapasón y el cuello; (B) horizontalmente, en direcciones opuestas a lo largo de las cuerdas y el diapasón; (C) lateralmente, como en el pizzicato de la mano izquierda —ver el Diagrama 1 opuesto—. Ejercitando la mano de esta manera en diversas posiciones sobre el diapasón y combinándolo con el poder propulsor del brazo y el cuerpo, controlaremos toda la extensión del diapasón.

Todos estos ejercicios se superponen y, aunque nos concentraremos cada vez en un aspecto, no podemos pasar por alto todos los demás, que siempre están asociados de manera más o menos activa. Vamos a considerar primero, antes de tocar ningún ejercicio, los tres planos.

#### Movimientos horizontales

##### MOVIMIENTOS DE ONDA

Sostened la mano izquierda en posición de tocar, sin el instrumento, con la muñeca relajada, la palma hacia vosotros, y movedla como si os dijésemos adiós a vosotros mismos. Hacedlo un largo rato.

Ved que la muñeca y los dedos están completamente blandos, sin ofrecer resistencia. Ahora inducid una ondulación pasiva de la mano moviendo el antebrazo atrás y hacia delante (Diagrama 2).

Para introducir un balanceo circular en el oscilar continuo de la mano, añadid una oscilación hacia los lados del codo y el brazo (Diagrama 3). Haced ahora círculos en el aire tan grandes como podáis (Diagrama 4).



Diagrama 3

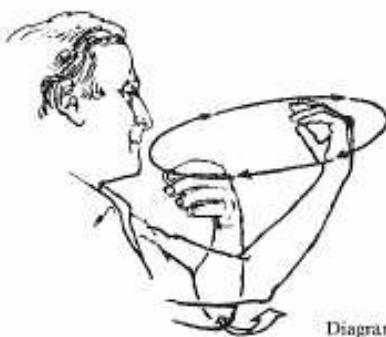


Diagrama 4

Si adoptais la posición de mirar hacia abajo sobre el círculo, la mano debe estar moviéndose en el sentido de las agujas del reloj. Ved que el círculo está en un simple plano horizontal. Si acaso, el plano podría elevarse lejos de vosotros y no caer lejos de vosotros.

Para conseguir este círculo perfecto muy amplio, debéis incrementar la apertura y el cierre del antebrazo contra el brazo y el balanceo lateral del codo y brazo hacia delante y hacia el cuerpo. Mientras se hace este gran movimiento circular, no permitáis que el cuello y el hombro se agarren; relajadlos de tal manera que la cabeza y el hombro se unan por simpatía o al menos no opongan resistencia.

Ahora, continuando este movimiento circular, aplicad un impetu en cada onda completa: primero en cada movimiento del antebrazo hacia fuera, como si fuésedes a golpear una pared en frente de vosotros con el dorso de la mano (Diagrama 5); y después en cada movimiento del antebrazo hacia dentro, como si os fuésedes a golpear la barbilla (Diagrama 6).



Diagrama 6



Diagrama 7

Diagrama 5

### Movimientos de la Mano Izquierda

Si estudiais estos movimientos notareis que en el momento en que estais golpeando la pared el codo ya ha comenzado a oscilar o "pendular" hacia vuestro cuerpo y en el momento en que estais golpeando vuestra barbilla, el codo está bien lejos.

Pensando en vuestros dedos durante los golpes, imaginad que cuando golpeais la pared en frente de vosotros lo hacéis con los nudillos mientras que las puntas de los dedos y el pulgar se tocan unos a otros momentáneamente, se van estirando durante el camino hacia fuera, y de manera inversa, cuando os golpeais vosotros, lo hacéis con la palma y los dedos abiertos.

Ahora en vez de aplicar repetidamente vuestro golpe en la pared o en vuestra barbilla una vez en cada onda completa, alternadlo de tal modo que en tres ondas completas golpeáis una vez la pared y otra a vosotros mismos. Si contáis tres —uno, dos, tres; uno, dos tres..., etc.— en el primer "uno", vuestra palma o, preferiblemente, la parte externa de las uñas de los dedos (dedos doblados) golpearán vuestra barbilla, y en el segundo "uno" el dorso de la mano golpeará la pared (Diagrama 7 opuesto).

Este movimiento de la mano izquierda corresponde a los estados extendidos y doblados de la mano derecha en arcos-arriba y abajo alternados.

### EXTENSIÓN DE LOS DEDOS

Vamos ahora a volver a los ejercicios preliminares de extensión de los dedos, esta vez en el violín, combinando antes la acción del dedo con la fuerza motriz de la "onda".

Tomando el violín en la posición de tocar, colocad el segundo dedo en la cuerda La alrededor de la mitad del cuello del violín. Presionad el dedo hacia abajo contra la resistencia del pulgar al lado del cuello. Ved que la mano esté en una relajada posición "media", los dedos y el pulgar separados y redondeados, un amplio espacio en el interior de la mano, el antebrazo ligero y relajado, listos para "pendular" libremente (Diagrama 8).

Ahora intentad quitaros el violín de la sujeción de la barbada con un tirón del antebrazo. Dejad que la muñeca se separe de vosotros. Permitid que los dedos, incluidos el segundo, que está sosteniendo la nota en la cuerda La, y el pulgar, se estiren pasivamente como si estuvieran siendo empujados hacia fuera de vosotros. En su máxima elongación tienen que oponerse a cualquier aumento del tirón del antebrazo agarrándose a la cuerda y al cuello del violín (con las yemas del dedo y el pulgar) aún más estrechamente (Diagrama 9).



Diagrama 8



Diagrama 9

## Lección V

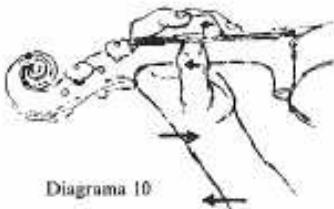


Diagrama 10

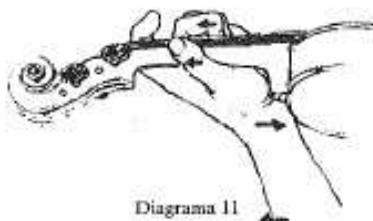


Diagrama 11

Mientras se mantiene el tirón del antebrazo hacia fuera, tirad de la muñeca hacia dentro de modo que el dedo y el pulgar vuelvan a su posición normal de tocar (Diagrama 10).

El dedo y el pulgar pueden esforzarse más allá de este punto y tirar de si mismos junto con la muñeca a un estado aún más doblado —todavía contra el tirón contrario del antebrazo— (Diagrama 11). Tan pronto como esta actividad del dedo y la muñeca sea relajada, el antebrazo ganará su camino y el dedo y la muñeca volverán automáticamente a sus estados respectivos, extendidos y salientes.

Este ejercicio debe hacerse con cada dedo, siendo el orden de los dedos 2, 4, 3 y 1 —en cada una de las cuatro cuerdas— La, Re, Mi y Sol, en ese orden. Mientras el brazo intenta tirar el violín hacia fuera, se deja que el peso de la cabeza (sólo parcialmente) caiga sobre la barbada y tire suavemente hacia atrás para mantener sujeto el violín contra la clavícula. Evitad siempre tocar el cuello del violín con la base del primer dedo —en ningún caso debe apoyarse en el cuello y el cuello no debe nunca sujetarse entre la base del primer dedo y el pulgar—. Cuando se salta de una posición superior a otra inferior en un arco-abajo, con el brazo izquierdo moviéndose a la derecha, la base del primer dedo no tocará el cuello según se “eleva” la mano a la primera posición. En la oscilación del brazo izquierdo hacia la izquierda, como en un arco-arriba, la base del primer dedo rozará el cuello mientras la mano “cae” en la primera posición. Cuando se toca el violín con cuerdas al aire, o en un trino sobre cuerdas al aire de tal manera que durante los intervalos entre notas digitadas no haya dedos en ninguna cuerda, está totalmente permitido que la base del primer dedo preste un suave soporte.

En el siguiente ejercicio, en el cual el violín es empujado contra el cuello, la cabeza debe elevarse ligeramente y el cuello debe permanecer completamente relajado. Comenzando otra vez en la posición “media” (Diagrama 12), dejemos que nuestros dedos y muñecas acepten el empuje de antebrazo y se doblen. Según se incrementa este empuje, deben ofrecer un aumento de resistencia para no ser apartados de la nota que se está manteniendo. Cuanto más aumenta la resistencia contra el empuje del brazo, éste adopta la forma con los dedos empujando determinadamente hacia la posición media (Diagrama 13) e incluso más hacia dentro en una posición extendida (Diagrama 14). Tan pronto como la resistencia del dedo se relaja, el empuje del brazo se impone y el dedo regresa de golpe a su posición dobrada. Haced este ejercicio con todos los dedos por separado en las cuatro cuerdas, en el mismo orden que el ejercicio precedente.

## Movimientos de la Mano Izquierda

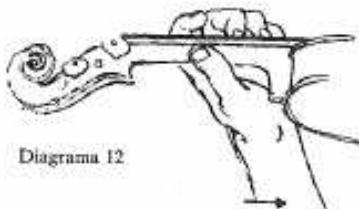


Diagrama 12

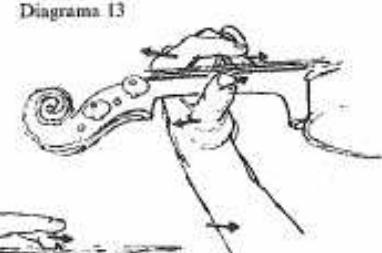


Diagrama 13

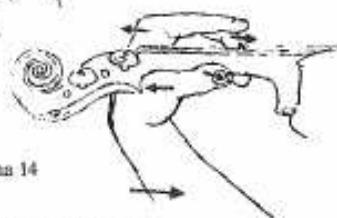


Diagrama 14

### MOVIMIENTOS DE PELLIZCO Y RESORTE

Ahora vamos a combinar nuestra resistencia y extensión en los dedos con nuestro movimiento de onda, al principio sin el violín.

Imaginad que tenéis una nariz muy, muy larga como la de Pinocchio, y queréis estirarla aún más. Recordad que os dije antes que golpeáis la pared frente a vosotros con los nudillos, mientras los dedos estirados se tocaban unos a otros. Ahora, en vez de golpear la pared en cada onda, imaginad que estais pellizcándoos la nariz, tirando de ella un poco cada vez y simultáneamente cerrais de golpe los dedos. En la otra dirección, en vez de golpear sólo vuestra barbilla con las uñas, en el momento exacto de doblar los dedos los estirais como si saltasen de la barbilla (Diagrama 16).

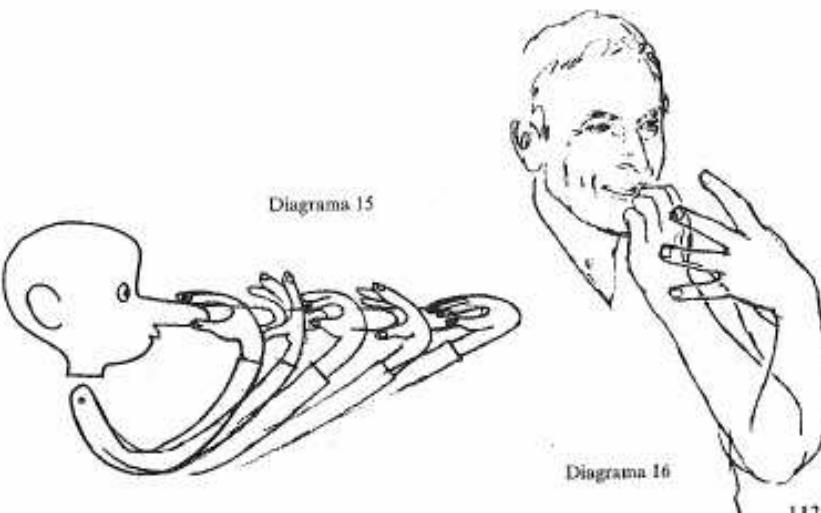


Diagrama 15

Diagrama 16

## Lección V

Si pensamos en círculos, el pellizco será la parte más alejada de un círculo en el sentido de las agujas del reloj, y el movimiento de resorte estará en la parte más cercana de este círculo, con los dedos tirando activamente de la mano hacia atrás. En un desplazamiento a una posición más baja en el violín, la parte más lejana del círculo (la elongación de los dedos mientras la punta y el pulgar "pellizcan" la nota) será más larga y pronunciada que la parte más alejada. En un cambio a una posición superior, el movimiento de resorte, lanzando la mano hacia el puente (la parte más cercana del círculo), cubrirá una distancia larga y será más pronunciada que la elongación (la parte más alejada de círculo).

Haciendo estos círculos podemos tensar el pellizco y relajarnos en la parte más cercana del círculo. Esto nos da un movimiento uno-dos, uno-dos. Utilizando este movimiento de pellizco podemos movernos arriba y abajo del diapasón como se ha descrito en el último párrafo. Podemos también tensar la parte más cercana del círculo en un movimiento en dos partes (uno-dos, uno-dos); esto es, que la acción de resorte nos lleva arriba y abajo del diapasón. En ambos casos debe haber una completa relajación en "dos", la mitad distensa del movimiento.

Es útil también practicar estos círculos en ritmo ternario, de tal manera que la tensión o acento se alterne entre el pellizco y el movimiento de resorte. Esto puede practicarse de dos maneras: a) el dedo se desliza en la cuerda, dándose su máxima presión en el extremo opuesto del movimiento, pellizcando en la nota inferior y haciendo el movimiento de resorte en la nota superior; b) el dedo permanece sobre una nota. En los dos casos, sin embargo, el dedo debe relajarse entre los momentos alternados de presión. Los niños de mi escuela llaman a sus pellizcos y movimientos de resorte, movimientos de "oruga" y "catapulta" respectivamente.

La descripción del pellizco en términos de acción de oruga y catapulta representa una descripción de los ejercicios para desarrollar el retroceso, la elasticidad, el salto, etcétera. Pero cuando finalmente cambiamos de posición o saltamos durante la ejecución, combinamos estos movimientos en un movimiento de onda, conteniendo el desplazamiento pivotante y todo el desplazamiento del antebrazo, en el que dominan unas veces uno y otras el otro. Esto depende de la arcada, su reacción en el cuerpo y la distancia que hay que recorrer. Entraremos en más detalles cuando consideremos la coordinación de las dos manos en la Lección VI.

Como dije en la Introducción, habiendo analizado y practicado movimientos individuales muy detalladamente, finalmente los digerimos y absorbemos hasta que se convierten en una onda suave, compuesta y casi subconsciente. Gradualmente perdemos y olvidamos el andamiaje teórico. Este es por supuesto el estado ideal, con tal que siempre podamos volver a reparar nuestra técnica cuando sea necesario —que es casi todos los días—. Para esto necesitamos nuestra crítica analítica.

## Movimientos verticales

Estos ejercicios nos traerán una bienvenida quietud después de las energéticas ondulaciones que hemos hecho. Ya hemos conocido esta acción en la Lección III. Recordad cómo elevábamos el peso del brazo izquierdo en cada dedo por orden, llevando los nudillos a su máxima elevación.

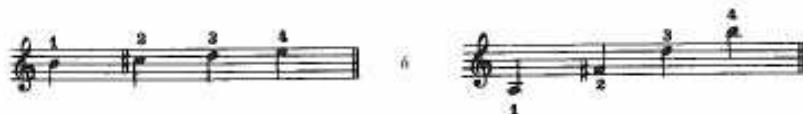
Tocad la escala de Do mayor en dos octavas sobre las cuatro cuerdas, comenzando con el segundo dedo en Do en la segunda posición sobre la cuerda Sol. Elevad la

## Movimientos de la Mano Izquierda

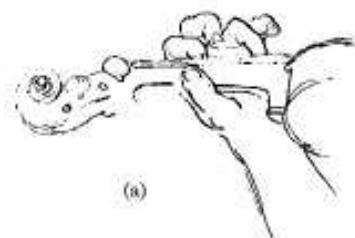
mano energicamente en cada codo, relajando el pulgar que se dobla por simpatía, y estirando dicho pulgar entre cada esfuerzo del dedo; los nudillos bajan y se relaja la tensión en el dedo correspondiente (ver la Lección III, Diagramas 10 y 11, pág. 58).



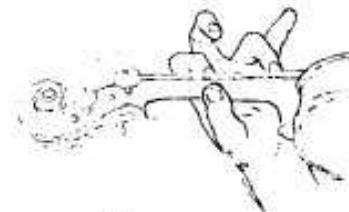
Ahora bajad todos los dedos sobre una cuerda o uno sobre cada cuerda:



Elevadlos de manera simple y en pares —2 y 4, 1 y 3— primero en una posición dobrada (Diagrama 17a), después estirándolos en el aire lo más posible (b). Para que este ejercicio sea efectivo, los dedos deben elevarse tan suavemente —además de rápida y energicamente— como sea posible. Recordad que la "elevación" es tan importante como la caída. Intentad alternar una rápida subida y una larga bajada con una rápida bajada y una larga subida.



(a)



(b)

Diagrama 17

## Lección V

Ahora coordinad cada elevación de los dedos con un movimiento de la muñeca hacia dentro.

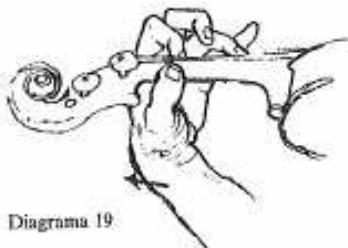


Diagrama 19.

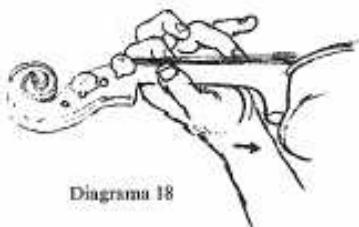


Diagrama 18

Coordinad cada elevación de los dedos con un movimiento de la muñeca hacia fuera.



Diagrama 20

Coordinad ahora cada caída de los dedos con un movimiento saliente de la muñeca.



Diagrama 21

El movimiento de resorte del dedo que se eleva es tan importante como el repiqueo elástico de la bajada. Ayuda enormemente en la claridad y articulación de las escalas descendentes.

Ahora regresemos a la escala de Do mayor en dos octavas en la segunda posición. Notad que el brazo y el codo izquierdo deben estar libres para "pendular" de modo que faciliten el paso sobre las cuatro cuerdas; el movimiento es de derecha a izquierda en el ascenso y de izquierda a derecha en el descenso, de tal manera que en la cuerda Sol (Diagrama 22) el brazo está más allá del cuerpo que en la cuerda Mi (Diagrama 23). Debe haber también una pequeña oscilación a la derecha cada vez que el cuarto dedo baja, para facilitarle parar la cuerda fácilmente mientras mantiene su posición redondeada.

## Movimientos de la Mano Izquierda



Diagrama 22



Diagrama 23

### Otros movimientos horizontales

Los siguientes ejercicios nos ayudarán en la digitación cromática, donde el movimiento de los dedos va continuamente a lo largo de las cuerdas en una dirección horizontal.

1. Colocad el segundo dedo en la cuerda Re en un punto de la mitad del cuello del violín hacia arriba, y movedlo hacia atrás y hacia delante, de la posición más doblada a la más elongada. Los otros dedos deben apoyarse ligeramente en otra u otras cuerdas, o mantenerse justo encima de las cuerdas, relajados y en una posición redondeada. El pulgar gira horizontalmente sobre el cuello el violín en sentido opuesto a los dedos, sintiendo un continuo empuje y tirón incluso mientras permanece en un sitio fijo.

Haced esto con cada dedo por orden (2, 4, 1 y 3) sobre las cuatro cuerdas (Re, La, Sol y Mi), manteniendo la mano en la mitad superior del cuello del violín. En ningún momento debe tocar la base del primer dedo el diapasón o el cuello.

2. Ahora, con los dedos reposando ligeramente sobre la cuerda o cuerdas, tocad el cuello del violín horizontalmente con el pulgar en su máxima extensión en ambas direcciones.
3. Haced la primera serie de ejercicios moviendo el pulgar con cada movimiento del dedo en dirección opuesta, tocando suavemente el cuello del violín.
4. (a) Combinad ahora el último ejercicio con un movimiento hacia dentro de la muñeca en cada movimiento completo.  
(b) Combinad el mismo ejercicio con un movimiento de la muñeca hacia fuera en cada movimiento completo del dedo y el pulgar.

Otro ejercicio para la mano izquierda es dejar los dedos y el pulgar en una posición, mientras se hace un movimiento máximo todo el tiempo en la muñeca y dedos, correfacionado con el codo, etc. Mantened una cierta presión durante todo el

balanceo. El ejercicio complementario es el entrenamiento de los dedos independientemente del balanceo de todo el brazo. En este ejercicio movemos los dedos simplemente de una posición doblada a una extendida, coordinado sólo con un movimiento de la muñeca sin balanceo del brazo.

Finalmente haced los Ejercicios 4 (a) y (b) otra vez, pero en vez de que el pulgar toque el cuello, dejadle girar ligeramente en una posición ejerciendo presión en oposición al dedo, unas veces en sentido horizontal, otras en el otro. Ahora, manteniendo un dedo en el diapasón sobre una nota, coordinad varias ondulaciones de la muñeca con una vacilante elongación de otro dedo y de nuevo una vacilante doblez del mismo dedo. En otras palabras, con cada pequeña onda de la muñeca, el dedo se mueve un semitono arriba o abajo del diapasón (la mano se mantiene en un sitio fijo en relación al cuello del instrumento). Encontrareis que en esta coordinación la muñeca ayuda a cada dedo en su camino. Haced este ejercicio entre pares de dedos —1 y 2, 2 y 3, 3 y 4; 1 y 3, 2 y 4, 1 y 4.

### Movimiento lateral - pizzicato de la mano izquierda

Presionad la punta de cada dedo (el orden debe ser 2, 4, 1 y 3) contra la resistencia del pulgar firmemente en la cuerda de tal manera que la primera articulación ceda (ver Diagrama 24, Lección III). Tirad de la cuerda hacia los lados con la punta del dedo. Finalmente, la cuerda refusa a ser tirada más allá y salta hacia atrás, mientras vosotros tirais de ella, empujando los dedos hacia arriba. El pizzicato de la mano izquierda se hace mas difícil (a) si la distancia entre la nota sostenida y el dedo que punea disminuye, y (b) cuando punea el cuarto dedo. Este cuarto dedo debe ser entrenado de manera especial. Trabajad con cada dedo en cada cuerda en primera posición, sosteniendo el primero, segundo o tercer dedo en la nota punteada.

Naturalmente el primer dedo sólo puede puntear cuerdas al aire lo mismo que sólo puede puntear notas por debajo suyo (a menos que pунee un armónico). Esto requiere también un acto especial de equilibrio entre el primer dedo y el pulgar. Practicad escalas descendentes en la primera posición —“picando” la nota superior de cada cuerda— bien con el tercer dedo en primera posición cuando se utilizan cuerdas al aire, o con el cuarto dedo en todas las posiciones más altas.

Un movimiento conexo puede ayudar en gran medida a tocar las quintas en las posiciones más altas.

Esta técnica consiste en tirar de la cuerda inferior hacia la superior (menos a menudo empujando la superior hacia la inferior), girando sobre dos cuerdas, y preparándolas con la ayuda del dedo que está detrás del que toca; una vez que el dedo que toca se sienta en cuadro sobre dos cuerdas, puede ajustarse la entonación, sin rozar las otras cuerdas. Esta técnica es útil no sólo en dobles cuerdas, sino en pasajes contables en los que el intervalo de quinta tiene que atravesar suavemente dos cuerdas sin que el dedo que toca pierda su sostén de la nota.

### Genealogía de los ejercicios

Ahora vamos a regresar finalmente a nuestros movimientos arriba y abajo del diapasón, esta vez de manera audible.

Vereis cómo mediante la seguridad de esos elementos —las ondas y sus sentidos alternados— estaremos siempre listos para coordinar el movimiento de la mano izquierda con el toque de la derecha y el balanceo resultante del cuerpo. Usualmente debido a la mayor amplitud del movimiento de la mano derecha en comparación con el del brazo izquierdo, que está más relacionado con sostener las notas en las cuerdas, es el brazo derecho quien domina el balanceo por simpatía del cuerpo y por eso también la oscilación del codo hasta cierto punto.

Es obvio que debemos ser capaces de movernos tanto en la dirección de los arcos-arriba como en la de los arcos-abajo. Al mismo tiempo hay una tendencia definida del brazo izquierdo a oscilar a la derecha en un arco-abajo y a la izquierda en un arco-arriba. Vamos a entrenar estas dos direcciones por separado, comenzando con el balanceo a la derecha.

El codo izquierdo se balancea a la derecha. La mano va a su posición estirada con la muñeca saliente, los nudillos elevados y el hombro hacia atrás. Esto podría ser visualizado como un movimiento eje con el apoyo en el punto medio entre la muñeca y el codo. En la práctica, sin embargo, el apoyo está más cerca del pulgar y la punta del dedo, especialmente si el dedo se está moviendo mientras el pulgar está en una

## Lección V

posición. En este ejercicio el dedo cruza a la posición más baja cada vez que el codo "pendula" a la derecha.

Pero su movimiento complementario muy natural, es decir, yendo de una posición baja a otra más elevada en una oscilación del codo a la derecha, cubrirá una distancia mayor, mientras toda la mano es llevada y cruzada por el balanceo a la derecha del codo. En este caso el eje es realmente el hombro.

En el arco-arriba la tendencia del codo izquierdo es girar a la izquierda. Aquí de nuevo el paso de una posición a otra superior se da en un movimiento pivote, estando el apoyo más cerca del pulgar. El paso de una posición alta a otra más baja es un movimiento de llevada, abriendose todo el brazo mientras el codo oscila ligeramente a la izquierda.

Estos cuatro movimientos pueden estar cada uno relacionado con el tirar y empujar de los dedos en sus posiciones estiradas y dobladas, respectivamente, como con el cruce de los dedos en posiciones elongadas y dobladas.

Todo esto se hará evidente en la Lección VI. Ahora es suficiente decir que el oscilar del codo izquierdo se da naturalmente si el brazo cuelga relajadamente del hombro cuando la parte superior del cuerpo oscila ligeramente. Notareis que se "encuentra" al cuerpo; mientras el cuerpo gira en sentido contrario a las agujas del reloj (como vimos antes) el codo se acerca y viceversa. Como experimento, intentad mover el brazo y el cuerpo como una sola pieza —ahora sabréis lo que realmente significa estar "petrificado".

### PRIMERA SERIE DE EJERCICIOS

Con cada dedo por orden (2, 4, 3 y 1) y en cada cuerda por orden (Re, Sol, Mi y La), deslizaos en tresillos tan ampliamente como sea posible. Permitid que el pulgar se mueva con naturalidad.

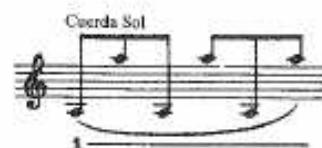
En los siguientes ejercicios no os preocupéis de la entonación. Esta vendrá naturalmente cuando los movimientos se hagan blandos y fáciles y el oído pueda dictar a la sensibilidad, los dedos y miembros fuertes y flexibles. Las notas que indico están al principio sólo como una guía para aproximar la amplitud de la onda.

Comenzando con la cuerda Re, trabajad arriba y abajo en tercetas.

Trabajad con intervalos cada vez mayores hasta que os deslicéis fácilmente sobre dos octavas en la cuerda Sol con un simple dedo. Para hacer esto, usareis la acción de gran onda descrita en la primera parte de esta lección que trabajamos sin violín.

### Movimientos de la Mano Izquierda

Aquellos con manos pequeñas pueden encontrarse con que no pueden saltar esta distancia. Deben intentar acercarse lo más posible.



Haced estos ejercicios otra vez, comenzando ahora en la nota superior.

Notareis que sois capaces de hacer las distancias pequeñas casi totalmente en un movimiento metrónomico del antebrazo. Los movimientos mayores necesitarán un balanceo mas amplio del brazo y el codo. Como vimos al principio, podeis iniciar el mismo movimiento de dos maneras, una gran ventaja cuando coordinamos con la mano derecha. Recordadlo.

A continuación tocad tercetas con dos dedos, dos octavas arriba y abajo.

Debe tocarse sólo en cada cuerda con nuestros tres pares de dedos: 1 y 2, 2 y 3, 3 y 4.

Cuando la mano izquierda se desliza a una posición inferior, bien mediante un giro del codo hacia dentro, bien hacia fuera, la barbilla siempre tira un poco de la barbilla. Tened cuidado y mantened el cuello relajado, particularmente en cada cambio hacia arriba. Recordad mantener la muñeca relajada y la mano alta. Cuidad también no desarrollar un agarrotamiento del brazo derecho mientras os concentráis en los movimientos del izquierdo.

### SEGUNDA SERIE DE EJERCICIOS

En esta serie tocamos otra vez tercetas arpeggiadas, cuartas, etc. Comenzad en las posiciones mas bajas y moved el dedo o dedos en un onda, envolviendo la mano, pero dejando que la punta del pulgar siga tocando el mismo punto del mástil del violín.

### TERCERA SERIE DE EJERCICIOS

Aquí, mantenemos el dedo sobre una nota pero movemos el pulgar deliberadamente. (Recordad que se mueve en sentido opuesto al del dedo si se movieise.)

## Lección V

### El trino

El trino emerge naturalmente de nuestros ejercicios en ondas, haciéndose ahora el movimiento de onda más pequeño y más rápido para parecer un movimiento pivot oscilante. Una vez trabajados los movimientos verticales de los dedos, los coordinamos con este movimiento pivot, que lanza los dedos como el martillo de una campana eléctrica. La coordinación necesaria puede desarrollarse en tres etapas:

- Sosteniendo un dedo sobre una cuerda, iniciad un giro hacia atrás - hacia delante - hacia atrás; llegad al dedo que trina con el siguiente giro hacia delante —hay una pequeña rotación del antebrazo— y elevadlo con el siguiente giro hacia atrás. La caída del dedo es por tanto combinada con el movimiento pivot en la forma de una y media oscilaciones para cada dedo.
- Id derechos de un giro hacia atrás en el dedo que pisa la cuerda a un giro hacia delante en el dedo que trina.
- Para incrementar la velocidad, simplemente reducid la amplitud del movimiento. Intentadlo con diferentes combinaciones de dedos en cada una de las cuatro cuerdas.

### Vibrato

El vibrato es el movimiento más pequeño en nuestra serie de ondas. Podemos pensar en él como una oscilación derivada de los movimientos de balanceo y pivot.

Deveis sentir relajadas todas las articulaciones y estar seguros de la presión vertical de cada dedo por orden. Esta sensación debe cultivarse en cada nota de cada escala y arpegio en cada parte del diapasón.

La diferencia entre un vibrato amplio y uno estrecho (y un violinista puede disponer de toda amplitud y velocidad de vibrato) es regulada por la firmeza relativa o la relajación de las articulaciones de los dedos. Cuando están blandas (aunque siempre redondeadas) favorecen una amplia oscilación en la muñeca y el brazo. Cuando están firmes evitan este movimiento mas libre —en antebrazo vibra más en una pieza con la muñeca aunque siempre debe quedar alguna elasticidad en cada articulación, incluida la muñeca y los dedos— y el movimiento tiene menos oscilación que un movimiento eje.

### Armónicos artificiales

Para tocar un armónico artificial se requieren dos dedos, uno sosteniendo firmemente una nota inferior que acorta la cuerda, el otro tocando ligeramente una nota más alta —una posición correspondiente a un armónico natural en la cuerda acortada—. Se dan dobles armónicos cuando el primero y segundo dedos pisán dos cuerdas —acortan su longitud vibrante— y el tercero y cuarto tocan las divisiones exactas que producen los armónicos. Los dedos deben ser extremadamente precisos. Esos armónicos suenan más bellamente si se tocan con vibrato.

### Escalas y arpegios

Al final de esta lección practicaremos escalas y arpegios sin ondular, sin ningún vibrato, pero con todas las articulaciones blandas y flexibles. El sonido que esto produce se llama "sonido blanco", que es muy hermoso y efectivo en ciertos pasajes.

### Movimientos de la Mano Izquierda

Tocad primero arpegios de dos octavas, escalas y escalas cromáticas en una cuerda con un dedo —cada uno de los cuatro dedos por orden en cada una de las cuatro cuerdas. En el ascenso utilizad bien un movimiento de balanceo, donde el codo manda con una oscilación a la derecha, o un movimiento pivot, donde el codo se mueve a la izquierda.

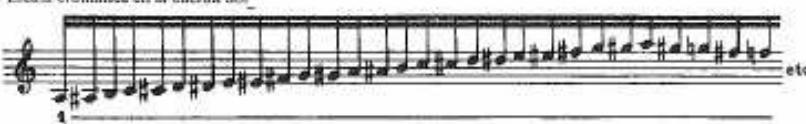
#### Arpegio en la cuerda Re



#### Escala en la cuerda Sol



#### Escala cromática en la cuerda Sol

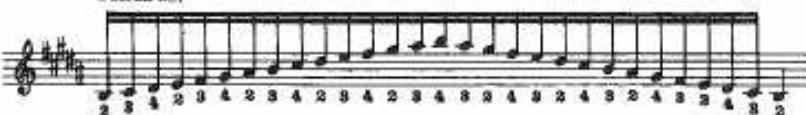


Entonces haced escalas en una cuerda con un par de dedos. Seguid esto con escalas utilizando un grupo de tres o cuatro dedos.

#### Cuerda Sol



#### Cuerda Sol



#### Cuerda Sol



## Lección V

Practicando escalas sobre una cuerda con las digitaciones 1212, 123123 ó 1234 1234, se notará, especialmente cuando se hacen despacio, que hay una sutil diferencia entre los pasos en un arco-arriba y los de un arco-abajo. En el arco-abajo los pasos, bien arriba o abajo, siempre se dan en una oscilación del codo a la derecha. En un arco arriba hay siempre un tendencia hacia la izquierda, incluso cuando el paso es demasiado largo para realizarse totalmente mediante los movimientos pivoté.

Tocad entonces escalas cromáticas con grupos de dos o más dedos, teniendo cuidado de coordinar la caída del dedo y la acción de onda.

Cuerda Sol.

etc.

1 2 1 2 etc.  
1 2 3 1 2 3  
1 2 3 4 1 2 3 4  
1 2 3 2 3 3 4 3 4 1 1 2 2 etc.

Finalmente tocad escalas en terceras, sextas y octavas.

### Escala en tercera sobre las cuerdas Sol y Re

2 2 etc.  
4 4  
1 1 etc.  
3 3  
1 2 1 2 etc.  
3 4 3 3  
2 1 2 1 etc.  
4 3 4 3

### Escala en sexta sobre las cuerdas Re y La

4 4 etc.  
3 3  
2 2 etc.  
2 2  
2 2 etc.  
1 1  
3 3 3 3 etc.  
1 2 1 2  
3 4 3 4 etc.  
3 3 3 3  
2 3 4 2 3 4 3 4 3 2 1 2 3 4 3 2 1

## Movimientos de la Mano Izquierda

### Escala en octava sobre las cuerdas Sol y Re

4 4 etc.  
1 1  
3 3 etc.  
1 1  
3 4 etc.  
2 2  
3 4 3 4 etc.  
1 2 3 1 2

## LECCION VI

### Ambas Manos Juntas

Siguiendo las múltiples alusiones de las cinco lecciones pasadas a la integración de los movimientos de los dos brazos, ahora finalmente recogemos los frutos de nuestra labor.

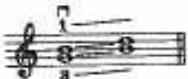
Hasta ahora nos hemos encontrado en la clarificación y desarrollo de los movimientos en cada miembro por separado, pero no podemos pensar en tocar el violín hasta que las funciones separadas de cada brazo se conviertan en una función, una actividad. Como el amor, que requiere que dos se conviertan en uno, así tocar el violín se convierte en algo vivo con la completa integración y coordinación de ambas manos. Para alcanzar este estado (en el que la respiración juega también una parte esencial), toda la parte superior del cuerpo debe ser flexible, no obstante firmemente equilibrada, preparada a responder y a reconciliar, lo mismo que a iniciar y mantener los movimientos. Como hemos visto, el brazo derecho, cuando mueve con energía y velocidad todo el arco desde una posición doblada a otra extendida, va a ejercer una gran influencia en la capacidad del cuerpo para ajustarse a un cambiante centro de gravedad que el brazo izquierdo ejerce con su relativamente reducido movimiento, el restringido "pendular" del ángulo del codo y su mayor énfasis en la acción individual de los dedos. Por tanto la parte superior del cuerpo va generalmente más de acuerdo con el brazo derecho que con el izquierdo.

Intentad esto. Poneos de puntillas, sostened una vara en vuestra mano derecha y balanceadla vigorosamente en amplios círculos en sentido contrario a las agujas del reloj frente vosotros y al lado. Notareis un pequeño ajuste en vuestro cuerpo, según el pecho se vuelve horizontalmente en sentido contrario a las agujas del reloj para equilibrar el tirón del brazo derecho hacia fuera. Ahora, éste es un ejemplo exagerado, pero aún así, sirve para mostrar la clase de reacción que se hace microscópica y subconsciente cuando se toca el violín. Puedo sugerir que en este punto releáis la Lección I y bagáis los diversos ejercicios preparatorios en la línea de las Lecciones II, III, IV y V.

#### Cuatro ejemplos básicos

Los siguientes ejercicios afectan al balanceo del cuerpo, el equilibrio sobre los pies, etcétera.

#### EJERCICIO I



Ambos hombros tienden a moverse hacia delante. La mano izquierda se mueve arriba del diapasón hacia el cuerpo, y la mano derecha se separa del cuerpo. Bajanea-

#### Ambas Manos Juntas

ros hacia delante sobre las puntas de los pies, tirando de la columna hacia atrás mientras el cuerpo hace una oscilación larga y lenta.

#### EJERCICIO 2



Ambos hombros tienden a moverse hacia atrás. La mano izquierda se mueve alejándose del cuerpo y la mano derecha hacia él. Equíbrad con el pecho hacia atrás y no os apoyéis demasiado atrás en los talones.

#### EJERCICIO 3



El hombro izquierdo se mueve hacia atrás y el derecho hacia delante. La mano izquierda se mueve abajo del diapasón y la izquierda se separa del cuerpo.

#### Ejercicios de total coordinación - primera serie

Estos ejercicios deben tocarse al principio a un nivel medio entre lo pasivo y lo activo. El arco está medio sobre la cuerda medio sostenido, dejando todo el tiempo un margen útil para aumentar o disminuir la presión. Dejad que la presión sea aplicada mediante la relajación del peso del brazo sobre la vara, sin disturbar la continuidad de nuestro medio nivel.

#### EJERCICIO 1 (En una cuerda)



Comenzando con el ejercicio arco-abajo (Ej. 1a) sabemos que la presión sobre el Si bemol partirá de la "pendulación" hacia la derecha del brazo izquierdo. Aseguraos de que la ligera rotación del cuerpo esté coordinada con esta "pendulación" y con la presión requerida del brazo derecho en cada acento. En el ejercicio arco-arriba (Ej. 1b) pasa lo mismo en sentido opuesto.

Ahora haced el primer ejercicio (Ej. 1a), comenzando con un arco-arriba, y observad la rotación opuesta del cuerpo, coordinada con la "pendulación" hacia la izquierda del brazo izquierdo y con los acentos. Seguid con el segundo ejercicio, comenzando con un arco-abajo.

## EJERCICIO 2 (En dos cuerdas)



Estos ejercicios deben practicarse en dos cuerdas con los dedos de la mano izquierda apoyados en dos notas, separados un tono. Se requiere un cambio de posición, no un estiramiento. Permitid una ligera rotación del cuerpo en cada nota acentuada en adición al balanceo general del cuerpo asociado con los toques arco-abajo y arriba.

Esta rotación del cuerpo comienza en el punto de contacto de la parte anterior del pie con el suelo. El impulso del pie derecho precede al arco-arriba, empujando el suelo para iniciar la rotación del cuerpo (Diagrama 1); el pie izquierdo inicia la acción del arco-abajo (Diagrama 2). (Por supuesto en toques lentos este movimiento se reduce a uno muy pequeño o a nada, mientras que en toques cortos sólo en la dirección opuesta.) En continuos toques de arco-abajo y arriba notaréis que el impulso se da en la sección del toque que precede al cambio de arco (sección C del movimiento básico del arco, pág. 11). El cambio de arco se da propiamente cuando el impulso ha recorrido todo el camino desde el pie al arco, y mientras este impulso cubre dicha distancia, el arco está recorriendo la última parte de su longitud en el sentido previo.

Por supuesto que esta sensación es más fuerte en arcadas que requieren ataque, distancia y velocidad y más obviamente cuando tocamos en la cuerda Sol donde el arco se mueve de forma más horizontal.

## EJERCICIO 1 REPETIDO

Vamos ahora a coordinar un tirón hacia fuera de la mano izquierda y la muñeca en cada nota acentuada en el arco-abajo, Ej. 1a. Si examinamos los movimientos más detenidamente, encontramos que el hombro izquierdo se mueve ligeramente hacia atrás, el codo izquierdo gira de izquierda a derecha y la muñeca izquierda, protuberante, estira los dedos según tira hacia la cabeza del violín.

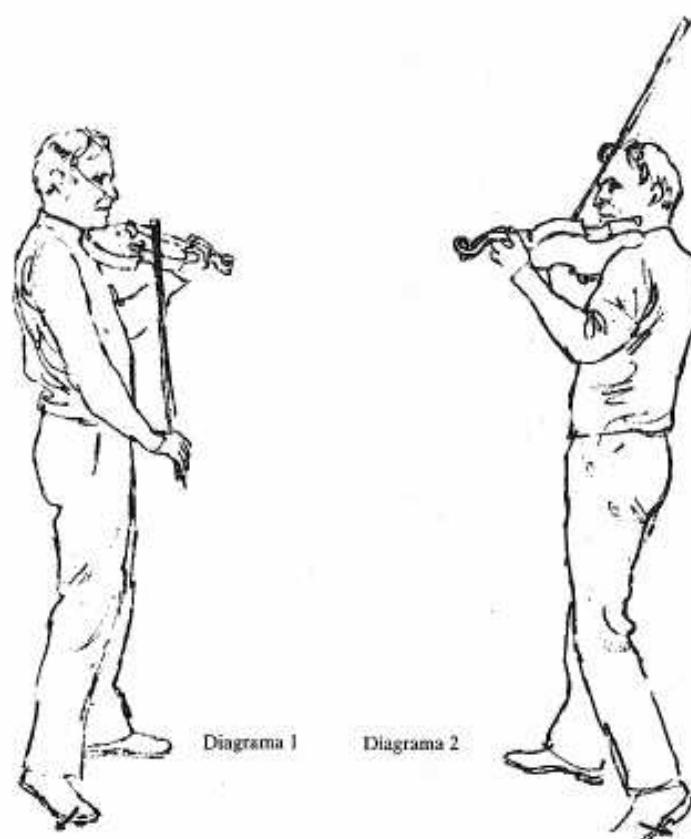
Supongamos que el ejercicio se hace alrededor de la mitad del arco, (1) la paletilla derecha se mueve hacia abajo tanto como se dobla el brazo y se mueve hacia delante cuando el toque ha pasado la sección media; (2) el codo derecho y todo el brazo giran hacia dentro; (3) los nudillos y la muñeca se hunden de manera ligeramente más pronunciada en la nota acentuada que en el transcurso normal del arco-abajo.

En esta particular combinación de acciones, por tanto, los hombros se mueven en sentidos opuestos y por simpatía se da una ligera rotación del cuerpo cuando el hombro derecho se mueve hacia delante y el izquierdo hacia atrás.

La cabeza oscila según pone más peso en la barbada y tira ligeramente hacia atrás en las notas acentuadas, o más bien mientras se tira de los dedos (o un solo dedo).

Entre los tirones los dedos de la mano izquierda deben relajarse ligeramente, sosteniendo la cuerda, según regresan a su primera posición (posición normal). Aquí el pulgar izquierdo se mantiene en su posición en el cuello del violín.

En las notas acentuadas arco-arriba tienen lugar acciones opuestas, Ej. 1b. Los



hombros se mueven también en sentidos opuestos, pero esta vez en las notas acentuadas el hombro derecho tiende a moverse ligeramente hacia atrás y el izquierdo ligeramente hacia delante, mientras los dedos o dedo de la mano izquierda se doblan en dirección al puente. La rotación del cuerpo continúa en el arco-arriba (cinco notas por toque), más pronunciada en las notas acentuadas, relajándose entre los acentos.

Estos ejercicios deben hacerse hasta que la coordinación absolutamente suave de todos los elementos se convierta en algo completamente natural.

La inhalación y exhalación deben darse respectivamente cada tres o cinco toques. Si los toques son lentos y debe hacerse una respiración en cada uno, exhalad en el arco-abajo e inhalad en el arco-arriba. Comenzad la exhalación antes que el arco-abajo y la inhalación antes del arco-arriba.

## Lección VI

### EJERCICIO 3 (En una cuerda)



### EJERCICIO 4 (En dos cuerdas)



Estos ejercicios deben practicarse con dos notas en todas las posiciones, con los dedos separados una tercera sobre dos cuerdas.

### EJERCICIO 3 REPETIDO

En las notas acentuadas la mano izquierda se mueve en dirección al puente del violín en los arcos-abajo y hacia la cabeza del violín en los arcos-arriba. Ambos hombros se mueven hacia delante en las notas acentuadas del arco-abajo y hacia atrás en las notas acentuadas del arco-arriba. En estos ejercicios el cuerpo apenas gira; su acción es más bien un ligero balanceo hacia delante y hacia atrás.

Esto significa que el codo izquierdo está describiendo un movimiento de oscilación más que un movimiento pivote, la muñeca ligeramente doblada en su propia dirección, la dirección de la arcada. No obstante, también le he dado una distancia correspondientemente mayor en este ejercicio, moviéndose entre la 1.<sup>a</sup> y 3.<sup>a</sup> posiciones en vez de entre la 1.<sup>a</sup> y la 2.<sup>a</sup> por ejemplo.

Esta es una acción placentera —correspondiente al balanceo de ambos brazos en el mismo círculo o en la misma ellipse.

Como he dicho, ambos hombros se mueven ligeramente hacia delante en las notas acentuadas del arco-abajo. La resultante oscilación del cuerpo (hacia atrás y hacia delante) reacciona a la combinada acción simpática de los dos miembros. También en las notas acentuadas del arco-abajo (y la aproximación a ellas) la cabeza se relaja ligeramente, tirando un poco de la barbada. La serie simultánea opuesta de hechos se da en las notas acentuadas del arco-arriba.

Básicamente esta total coordinación ocurre en cada nota que tocamos y debe por tanto ser practicada en los movimientos básicos de vibrato y deslizamiento así como en los diversos estilos de arco.

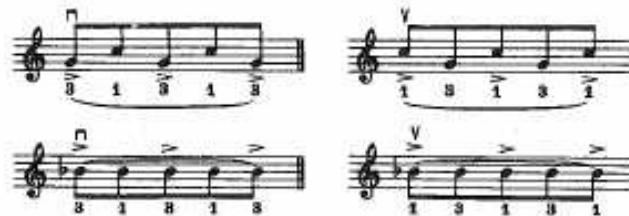
Alternad el Ejercicio 1 con el Ejercicio 3. Entonces intentad el ejercicio siguiente, utilizando los dedos 2 y 4 en las posiciones inferiores con los dedos 1 y 3 en las partes superiores.



## Ambas Manos Juntas

### Ejercicios de total coordinación - segunda serie

La diferencia esencial entre estos y los Ejercicios 1 y 3 de la primera serie es que el arco-abajo comienza en la cuerda inferior y el arco arriba en la más alta, de tal manera que las notas acentuadas en el arco-abajo y el arco-arriba se dan durante la rotación opuesta de la mano derecha.



Estos ejercicios de coordinación pueden aplicarse a cada movimiento de la mano izquierda; por ejemplo, al pulgar solo. Recordad que cuando se mueve hacia atrás a lo largo del cuello en dirección a la cabeza del violín, corresponde al salto de un dedo a una nota más alta. Tocad los Ejercicios 1 y 3 de la primera serie sosteniendo una nota con la mano izquierda y tratando el pulgar como hemos tratado todos los demás dedos.

Si desarrollamos la acción de la mano izquierda de dedo contra pulgar, permitirá que se dé el salto —particularmente en posiciones alta con el pulgar contra el cuerpo del violín, al final del cuello y en saltos hacia abajo— sin ningún efecto en la sujeción del violín (cuello-clavicula-cabeza), dándose el salto a través del juego de los dedos y el pulgar.

Para este fin los ejercicios de coordinación de la acción deliberada de resorte hacia fuera y hacia dentro de los dedos con los ejercicios del pulgar en sentido contrario (aunque sólo sea presión) deben ser coordinados además con el movimiento del brazo izquierdo (balanceo o “pendulación”) en la dirección de los dedos.

### Ejercicios de total coordinación - tercera serie

Se puede hacer otra aplicación de esta coordinación entre los brazos izquierdo y derecho envolviendo al cuerpo alternando notas sólidas con armónicos.



## Lección VI

Con un acento en las notas sólidas, tirad primero hacia la cabeza del violín en el arco-abajo y empujad hacia el puente en el arco-arriba; entonces viceversa.

Este es un ejercicio útil para dar ligereza a la mano mientras se mueve. No lleveis nunca el arco "bajo", pero imaginad que estáis haciendo el acento ligero bien una rotación en sentido contrario a las agujas del reloj hacia la cuerda más alta que está sonando en un arco-abajo y hacia la cuerda más baja que está sonando en un arco-arriba, o viceversa. Aun en los cambios de cuerda (cuerda La a cuerda Re, etc.) ved que el arco sea "llevado", al menos parcialmente, y "equilibrado" en la mano, sin impedir la blandura, flexibilidad o adaptabilidad de la muñeca, mano o dedos.

### Ejercicios de total coordinación con grandes saltos

Nuestra coordinación puede también ser aplicado a saltos o deslizamientos más amplios de la mano izquierda. Sin embargo, antes de hacer estos ejercicios de total coordinación con saltos me gustaría que coordináis vuestro toque con una acción deliberada de los dedos de la mano izquierda. Lo mismo que utilizais el toque del dedo en la mano derecha para incrementar la vivacidad y la iniciativa requeridas para el spiccato, sforzando, martelé y otros toques del arco, podeis coordinar las dos manos según hacemos el último ejercicio, utilizando un movimiento deliberado de un dedo en la mano izquierda, que como los muñecos de resorte manda dicho dedo de la posición doblada a la extendida a través de la acción del propio dedo. Esta acción es un ingrediente esencial en todos los saltos largos.

Aplicando este principio a la mano izquierda, vamos a hacer largos saltos con un dedo en una cuerda. El dedo conduce activamente de una posición doblada en la nota grave a una posición extendida en la nota aguda.



El mismo principio debe ser aplicado a un movimiento rápido del dedo desde la posición extendida de vuelta a la doblada (es decir, de la nota aguda a la grave). No debemos olvidar nunca que cada movimiento tocando el violín envuelve muchos otros, incluso si sólo aparecen como un trazo. Ahora coordinad esto con la mano derecha de la misma forma que aplicamos los tirones y empujones direccionales de la mano izquierda al balanceo del codo izquierdo en conjunción con el toque del arco y la rotación del cuerpo.

Habiendo hecho estos movimientos espasmódicos del dedo, podemos de nuevo contrarrestarlos con su antídoto - el tirar y empujar de los dedos pasivos de la mano izquierda. Esta secuencia corresponde a los ejercicios de suave détaché con el mínimo movimiento del dedo y el máximo movimiento del brazo en la mano derecha (Ejercicios 11 y 12, pág. 88).

Practicando estas dos formas extremas de movimiento cada día, controlaremos en la mano derecha cada grado de movimiento del arco, desde el détaché, al martelé y al spiccato, y en la mano izquierda cada tipo de deslizamiento y salto - rápido, lento y oscilante como un bajo dramático o soprano, o como la lengua de un camaleón capaz de saltar instantáneamente y apoderarse de cualquier nota en el diapasón.

## Ambas Manos Juntas

### EJERCICIOS EN SALTOS DE DOS OCTAVAS

Practicadlos primero en la cuerda Sol y más tarde en cada cuerda.

Cuerda Sol



Con el cuarto dedo comenzando en Re, deslizadlo al Re dos octavas más agudo en la cuerda Sol; entonces haced lo mismo con los dedos segundo y tercero comenzando en Si y Do respectivamente. Ambas manos se mueven bruscamente en la misma dirección, cuando el salto de dos octavas comienza con un arco-abajo en la nota inferior. Sin embargo, utilizando un arco-arriba completo mientras se comienza en la nota inferior, las manos se encuentran en cada nota superior. El cuerpo, como hemos visto, describe un balanceo menor cuando las manos se mueven una hacia otra o se separan (es decir en sentidos opuestos) que cuando se mueven en la misma dirección y sentido.

Ahora haced los mismos ejercicios comenzando en la nota superior —es decir, con cada dedo y ambos arcos, arriba y abajo— y sobre varias cuerdas. Respirad una vez por cada toque.

### Escalas y arpegios en una cuerda

Practicad escalas con arcadas completas en cada nota y sentid cómo con un vibrato muy lento podéis coordinar deliberadamente las ondas arriba y abajo del vibrato con cada toque.

Ya hemos visto cómo el dedo puede ser afectado en ambas direcciones con ambos balanceos del codo. Pero ahora vamos a permitir que el cuerpo se mueva por simpatía con esos movimientos.

Este ejercicio puede hacerse con terceras, arpegios, escalas cromáticas, etc. Yo sugeriría que se respire una vez cada tres toques.

### DESLIZAMIENTO CON UN DEDO

He aquí una útil enumeración de escalas y arpegios, para ser tocados con cada dedo por separado en cada una de las cuatro cuerdas y en diferentes tonalidades.

Escala mayor en la cuerda Re



Escala menor melódica en la cuerda Sol



## Lección VI

Escala menor armónica en la cuerda Sol



Escala cromática en la cuerda Sol.



Arpegio en la cuerda Re



Terceras notas en la cuerda Re



Tocad tambien escalas rotas en segundas, cuartas, sextas, séptimas, octavas y noventas en diferentes tonos. Entonces intentad acentuar notas alternadas, teniendo en mente la coordinación entre los acentos de la mano izquierda, los movimientos de eje o balanceo del codo izquierdo y los otros movimientos simpáticos del cuerpo.

Escalas rotas con acentos:



Las octavas rotas son muy útiles - en dos variedades:



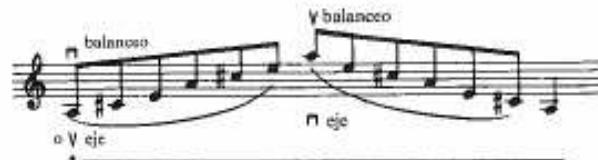
Practicadlas tanto ascendente como descendente. Aquí, como cada cambio envuelve un desplazamiento algo grande, bien arriba o abajo del diapasón, puede coincidir con un movimiento del codo, alternadamente eje o balanceo.

Estas escalas rotas en segundas, terceras, cuartas, etc., pueden tocarse también lentamente, con seis o más notas en cada toque, con una y media sacudidas por cada

## Ambas Manos Juntas

nota (es decir, tres movimientos para cada nota), dándose el acento bien en el eje o en el balanceo, dependiendo de si la mano izquierda se mueve en la misma dirección o en dirección opuesta a la básica de la mano derecha. Cuando trabajéis estas escalas, cuidad la coordinación de los movimientos del cuerpo con el acento particular que hayais elegido.

Tocad arpegios de dos octavas con un toque de arco para las dos octavas. Aquí predomina bien el balanceo o el eje en cada salto dependiendo de que se utilice arco-abajo o arco-arriba. En los ejemplos de eje, el movimiento de sustentación es responsable de toda la distancia recorrida y el movimiento eje decrece en amplitud cuando la muñeca es doblada sobre la parte superior del violín.



Por supuesto, si utilizáis dos arcos, el codo izquierdo se comporta así:



Haced el mismo ejercicio comenzando con un arco-arriba. Comenzaréis con el eje y la secuencia será a la inversa.

Continuad con varios ejercicios en diversas escalas —cromática, mayor, melódica y menor armónica— y en dobles cuerdas con una serie de dedos, utilizando los mismos modelos de movimiento del arco.

## DESLIZAMIENTO CON COMBINACIONES DE DEDOS

En esta etapa no debería haber problemas para aferrarse al tiempo de las escalas que contienen deslizamientos, con dos, tres y cuatro dedos.

Tocad una escala en Do mayor en la cuerda Sol arco-abajo sólo con los dedos primero y segundo, con segundo y tercero, o con tercero y cuarto.



El deslizamiento ocurre como en nuestro arpegio con un dedo —en el balanceo con la muñeca doblada hacia dentro— mientras el dedo superior cae con la muñeca doblada hacia fuera, protuberante.

## Lección VI

Cuando tocas la escala arco-arriba, el deslizamiento ascendente se da aún con la muñeca doblada hacia dentro, aunque en este momento es el eje, no el balanceo, y el dedo superior continúa su caída con la muñeca doblada hacia fuera.

En la escala descendente arco-abajo, el deslizamiento del dedo superior se da en el eje con la muñeca doblada hacia fuera (recordad que estos movimientos son muy pequeños). En la escala descendente arco-arriba el deslizamiento se da en el balanceo y se mantiene el mismo principio.

Para acentuar la coordinación de los ejercicios especiales pueden hacerse moviendo el pulgar izquierdo solo, siempre en dirección opuesta a la que los dedos toman o habrían tomado, o incluso deslizando los dedos y el pulgar en direcciones opuestas.

### Trinos y caída de los dedos

Practicad la caída de los dedos en los trinos con la muñeca hacia fuera y hacia dentro en arcos-arriba y abajo. No olvidéis los movimientos simpáticos del cuerpo, aunque sean ahora microscópicos, y recordad mantener el cuello relajado y la cabeza elevada.

Trabajad trinos en grupos de dedos, 1 y 2, 2 y 3, 3 y 4; 1 y 3, 2 y 4, 1 y 4; y en dobles cuerdas. El sexto "Capricho" de Paganini nos da buenos ejemplos de todo ésto.

Practicad la caída de los dedos también en tercera rotas —pero con la siguiente digitación en las diversas posiciones: 1324 1324 hacia arriba; 4231 4231 hacia abajo.

### Escalas simples de dos octavas

Después de todos estos complicados ejercicios, vamos a regresar a la escala simple de dos octavas en una posición sobre las cuatro cuerdas. Usualmente, es aquí donde se comienza a tocar el violín, pero he dejado deliberadamente para el final esta coordinación. Las escalas requieren una absoluta igualdad y una perfecta coordinación entre el vibrato y la caída de los dedos. La escala bien tocada es una prueba de todos los ejercicios de coordinación hechos hasta ahora. Esto es particularmente evidente en una escala descendente cuando se oye una nueva nota a través de la elevación del dedo superior. A menos que el vibrato y la elevación estén absolutamente coordinados, esta escala descendente nunca tendrá la claridad y definición de la percussiva escala ascendente.

Practicad con caída de los dedos en ambas maneras, es decir, en las dos direcciones de la muñeca. Sin embargo, excepto en ciertos ejemplos aceptados y en deslizamientos con mucha digitación, la caída de los dedos en una posición se dará generalmente con la muñeca doblada hacia dentro.

### Coordinación del arco con cambios de cuerda

Practicad tercera rotas, cuartas, sextas, octavas y décimas en dos cuerdas.

Cuerdas Sol y Re

etc.

### Ambas Manos Juntas

Sobre 3 cuerdas: cuerdas Sol y La

etc.

Sobre 4 cuerdas: Sol y Mi

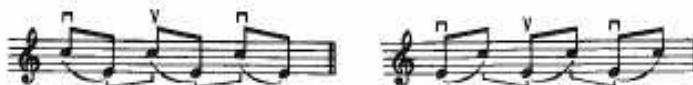
etc.

Recordad que los ejercicios comenzando arco-abajo en la cuerda inferior requieren mayor control de los dedos en la mano derecha y precisión en el tiempo y amplitud del codo derecho.

Cuando se comienza arco-arriba en la cuerda inferior, el brazo derecho describe un balanceo considerablemente más amplio, que induce un balanceo mayor del codo izquierdo por simpatía.

Como mencioné antes hay excepciones para todas las reglas. Técnicamente es sólo que otro movimiento domina el movimiento aparente. Por ejemplo, cruzando sobre las cuatro cuerdas, utilizando poco arco y tocando rápidamente, arco-abajo en la parte inferior y arco-arriba en la superior, con un toque en cada cuerda, el desplazamiento del brazo derecho es mayor en el plano vertical que en el horizontal. Por tanto, el desplazamiento vertical vence al horizontal, con el resultado de que el balanceo por simpatía del codo izquierdo es opuesto a aquel que se da en el balanceo normal arco abajo. En otras palabras, el codo izquierdo se balancea a la izquierda en el arco-abajo en la cuerda inferior, y a la derecha en el arco-arriba en la cuerda superior.

Cuando se hacen arcos-abajo y arcos-arriba, dos notas por arco en dos cuerdas alternadas, estamos combinando rotaciones en el sentido de las agujas del reloj y en sentido contrario en un toque.



En el primer ejemplo la rotación en el sentido de las agujas del reloj que envuelve el mínimo movimiento de brazo se da en el cambio de cuerda arco-abajo a arco-arriba, y en sentido contrario en el cambio de cuerda de arco-arriba a arco-abajo.

En el segundo ejemplo la rotación en sentido contrario a las agujas del reloj que envuelve el máximo movimiento del brazo se da entre un arco-abajo y un arco-arriba, y el mínimo entre un arco-arriba y un arco-abajo. Tocad la nota que precede al cambio pensando en la tercera sección de nuestro movimiento básico del arco - ligera y rápida, y ya perteneciendo al siguiente toque.

**Total coordinación en diferentes estilos de movimiento del arco**

Para coordinar los diferentes estilos de movimiento del arco con los movimientos del cuerpo y del brazo izquierdo y los dedos, debemos aplicar los diferentes ejemplos de la mano izquierda que hemos estudiado en las Lecciones V y VI con todos los ejercicios de arco de la Lección IV.

\* \* \*

En estas seis lecciones hemos reducido la técnica de tocar el violín a modelos básicos de ondas que no dejan lugar a la incordinación del cuerpo. Debe recalarse, sin embargo, que hemos estudiado *medios*, medios que finalmente os harán dignos, más elevados, más imaginativos y aún más próximos a la intención y propósito de la música. Sin estos medios, como violinistas, nuestros sueños permanecerán inútiles y mudos, o ¡aún peor que mudos cuando se escuchen! Pero cuando podemos determinar cada sutil inflexión o acento, presión o volumen, cuando podemos variar de velocidad, amplitud y energía del vibrato para servir a cada necesidad expresiva, poseemos una paleta más allá de la descripción.

**APENDICE I****Práctica Diaria y Ejercicios de Calentamiento**

En la Introducción sugerí que este libro podía ser usado por profesores y alumnos. Me gustaría ofrecer aquí algunas indicaciones sobre la práctica, y exponer una serie de ejercicios que se dirigen a preparar al ejecutante más avanzado en un corto espacio de tiempo para una acertada ejecución de los principales tipos de movimiento que requiere tocar el violín.

**Indicaciones sobre la práctica**

1. Es bueno practicar en ambas posiciones, sentado y de pie.
2. Evitad apretar la mandíbula. Si hay una tendencia al agarrotamiento, dejad el violín y estirad la mandíbula (a) abierta, y (b) hacia adelante todo lo que podáis.
3. Durante la práctica concentraros de tiempo en tiempo específicamente en la respiración. En conexión con ésto puedo recomendar totalmente cantar o tararear vuestra propia parte u otra mientras tocais. Esto no sólo enfoca la atención en la respiración, sino que también —particularmente cuando cantais otra parte— evita la excesiva preocupación con la producción de una simple línea melódica, y así se ensancha la base de la concentración musical.
4. El sonido continuo del violín directamente bajo el oído del ejecutante puede ser fatigoso y perturbar si dura largos períodos. Para una práctica larga y concentrada recomiendo la utilización de la sordina. Aunque algunas sordinas pueden afectar los moldes básicos de las vibraciones del violín, la sordina práctica produce unos efectos secundarios mínimos, incluso si se utiliza en períodos largos ya que actúa sólo por su peso. Es una protección útil tanto para el violinista como para los que están cerca de él, particularmente justo antes de un concierto.
5. Entre cada esfuerzo en la ejecución y durante cada pausa, regresad deliberadamente a un estado de relajación y blandura en todas las articulaciones. Con el tiempo esto os permitirá incluso ejecutar así.
6. Quizá el principio más importante para observar en la práctica es la precisión y control del máximo número de detalles concurrentes. La mente debe estar continuamente activa, revisando detalle tras detalle. Recordad: cuanto más perfecta sea la práctica, más perfecta será la ejecución.

### Ejercicios de calentamiento

Estos ejercicios están colocados bajo encabezamientos que describen la naturaleza de los movimientos correspondientes. Se recomienda que las manos sean ejercitadas alternativamente, dependiendo la distribución del tiempo para cada una de las necesidades individuales del intérprete.

### PRELIMINARES

Haced una selección de ejercicios de respiración, postura, extensión y balanceo de la Lección I.

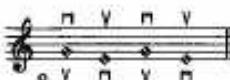
### LA MANO DERECHA

#### 1. Flexibilidad

Comenzad con armónicos en dos cuerdas, ligados en grupos de 5 y tocados sin presión en todo el arco; por ejemplo:



Entonces ligados en grupos de 6, 4 y 2 y finalmente tocad notas separadas.



Seguid con un movimiento combinado en el talón:



Los dedos de la mano derecha deben aquí permitir el movimiento de cambio de cuerda más que intentar iniciarlos. Este movimiento es más fácil de ejecutar si la vara no está inclinada demasiado lejos del ejecutante.

En el curso de estos ejercicios la presión de la mano izquierda puede incrementarse lo suficiente para producir notas reales con el mínimo esfuerzo.

#### 2. Presión

Practicad el ejercicio de "círculo expandido" como se describió en la Lección IV. Aunque el arco no se mueve a través de la cuerda, la mano derecha debe asumir las posiciones de arco-abajo y arriba, y el ejercicio debe hacerse en todas las partes del arco y en todas las cuerdas, con un incremento gradual de la frecuencia de las presiones. (Esta es una excelente preparación para el staccato.) Para demostrar la efectividad de la relajación del hombro "hacia arriba", permitid que el arco sea elevado ocasionalmente bien lejos de las cuerdas cuando se relaje la presión.

#### 3. Balanceo

En cada cuerda haced varias oscilaciones de todo el arco, primero arco-arriba, después abajo, seguidas de un recorrido curvo en el aire como se describió en la Lección II. Practicad entonces el mismo movimiento en toques más cortos, en la mitad del arco, en cuartos, etc., primero arco-arriba comenzando en la punta, después arco-abajo comenzando en el talón. Aumentad la velocidad y entonces experimentad con diferentes tipos de ataque yendo de suave a fuertes acentos y producidos (a) desde el aire, y (b) mediante una presión pre-toque como en el martelé. Es particularmente importante ser conscientes del tono muscular necesario para cada tipo de ataque *antes* de comenzar el toque.

Continuad estos movimientos de balanceo con ritmos punteados en diferentes partes del arco (ver "Rebote-golpeado", pág. 45).

#### 4. Rebole

Trabajad los ejercicios de ricochet y spiccato de la lección IV (pág. 95-98), culminando en un ligero, suave détaché en la mitad inferior del arco. Continuadlo con la práctica del siguiente ritmo en la cuerda sobre diferentes partes del arco:



Las semicorcheas se producen lanzando la mano como un látigo, movimiento descrito en la pág.

#### 5. Movimientos de gran cambio de cuerda

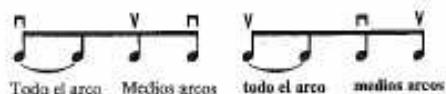
- (a) En la posición sobre la punta, mitad del arco y talón como se describió en las páginas.
- (b) Détaché en ambas mitades del arco.



Dejad que la cabeza se mueva libremente de un lado a otro durante este movimiento.

#### 6. Gran Détaché

Tocad escalas con las siguientes arcadas:



## Apéndice I

Practicad entonces el siguiente toque, que combina el tirón controlado del détaché con el impulso del movimiento de balanceo:



En las notas acentuadas el brazo se mueve más rápidamente, de tal manera que la mano es lanzada a la postura del siguiente toque en sentido contrario.

### 7. Trémolo

Practicad el movimiento oscilatorio requerido para el trémolo, descrito en la página.

### 8. La afinación

Practicad notas fuertes, lentas con todo el arco en todas las posiciones de la mano izquierda, primero simplemente y después en dobles cuerdas. Cultivad una sujeción del arco que permita que la mano sienta la vibración de la cuerda de tal modo que podáis distinguir las diferencias de afinación por medio de su velocidad y amplitud.

## LA MANO IZQUIERDA

### 1. El gran salto

Practicad saltos de dos octavas con un dedo en una cuerda, con tres notas en cada arco:



Estos saltos deben hacerse con cada dedo por orden (2, 4, 1, 3) en cada cuerda (Re, Mi, Sol, La).

### 2. Tirar y empujar en una posición

Colocad un dedo sobre una nota y sin abandonarla, tirad del brazo desde vosotros hacia la voluta del violín y entonces empujadlo hacia el puente. Repetid esto con cada dedo en diferentes puntos a lo largo de las cuerdas. Para los dedos débiles deben practicarse también las variantes descritas en la Lección V (pág. 111-112) con contra-esfuerzo.

### 3. Vibrato en una posición

Con el dedo sobre una nota, producid un amplio movimiento de vibrato desde la muñeca, combinando con un movimiento de tirar y empujar del brazo y un balanceo del codo. Repetid esto con cada dedo en diferentes puntos de las cuerdas.

### 4. Extensión de los dedos

Con el pulgar en una posición, lanzad la mano y uno o más dedos a lo largo de la cuerda en una posición extendida, entonces devolvedlos a una posición doblada (ver Diagrama 22, pág. 68).

## Práctica Diaria y Ejercicios de Calentamiento

### 5. Combinación de la extensión de los dedos y el balanceo del brazo

Tocad arpegios rotos, mayores y menores, como los siguientes, con un dedo sobre una cuerda:



Estos arpegios deben ser tocados con cada dedo por orden (2, 4, 1, 3) en cada cuerda (Re, Mi, Sol, La).

Tocad entonces escalas mayores y menores, arpegios normales y escalas cromáticas de la misma forma. La dirección de los movimientos eje y de balanceo del brazo izquierdo, como vimos en la Lección V (pág. 114-115), depende de la dirección del arco. Deben ser ejercitados comenzando todas las escalas y arpegios en ambos arcos, abajo y arriba. Para asegurar que se cubren todas las tonalidades, sugiero seguir el ciclo de tonos mayores con sus relativos menores —Do mayor, La menor, Sol mayor, Mi menor, etc.—, haciendo cada día un tono mayor y uno menor. La práctica de escalas cromáticas puede variarse incluyendo el ejercicio de la pág. 118 en el que un dedo se mantiene en una posición mientras otro se desliza cromáticamente arriba y abajo.

### 6. Caida de los dedos y trinos

Practicad la caída de los dedos en escalas como se describió en la Lección V (págs. 114-115) y los trinos (ver pág. 122) con todas las posibles combinaciones de dedos en los cuatro cuerdas.