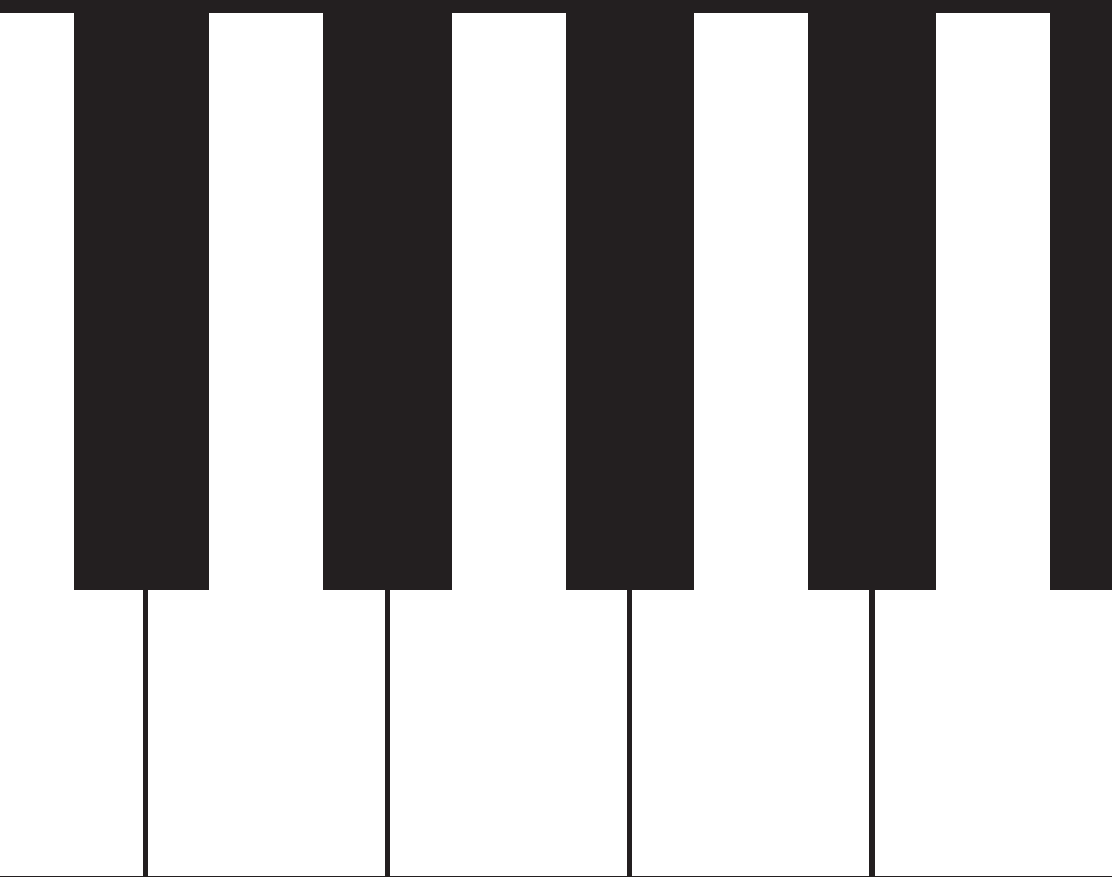


Caterina Vivarelli

IL TASTO GIUSTO



Sommario

Introduzione	pag. 1
La respirazione	pag. 2
La postura	pag. 4
Lo studio a mani separate per il giusto “imprinting”	pag. 6
Resettare, ovvero come correggere gli errori di note e/o diteggiature	pag. 8
La micro cellula - La sequenza	pag. 9
La staffetta	pag. 11
Siamo musicisti	pag. 12
Il canto interno	pag. 16
Ascoltarsi	pag. 17
Il cambio di prospettiva	pag. 18
La distribuzione del peso	pag. 20
La consequenzialità dei suoni	pag. 22
La memorizzazione	pag. 23
Interpretare	pag. 24
Insegnare	pag. 25
Bibliografia	pag. 26
Esercizi pratici - A - B	pag. 27
C - Esercizi tecnici	pag. 28
D - Esercizi tecnici	pag. 29
E - Esercizi tecnici	pag. 30
F - Arpeggi	pag. 31
G - Arpeggi a mano fissa	pag. 33
H - Arpeggi sui rivolti di settima (dal libro <i>Il pianoforte</i> di A. Casella)	pag. 34

Introduzione

Questo breve compendio delle mie riflessioni in campo didattico, non vuole essere un trattato scientifico, ma nasce dalla mia esigenza di approfondire lo studio delle interazioni neurologiche implicate nella pratica pianistica.

Oggi non è difficile leggere metodi e trattati pianistici, sia cartacei che digitali, vista la facilità di reperire video e lezioni on-line: tuttavia, nel corso della mia ormai lunga attività di docente, sono giunta alla conclusione che qualunque insegnamento, per essere efficace, debba necessariamente partire dall'attenta osservazione dell'allievo e adattarsi alle sue peculiarità.

Le ultime ricerche dal punto di vista delle neuro-scienze sono incentrate sulla possibilità quasi infinita del nostro cervello di creare sinapsi, cioè collegamenti, e questa formidabile capacità sta alla base della mia ricerca, volta a migliorare il mio lavoro di docente. A questo proposito, devo certamente ringraziare i miei allievi meno talentuosi, senza le cui difficoltà non avrei intrapreso lo studio dei meccanismi che sono alla base della coordinazione motoria e che mi hanno arricchito di informazioni importanti ma non scontate.

Il primo paragrafo è dedicato ad una funzione vitale non solo per il nostro organismo ma anche per le nostre performances, vale a dire la respirazione.

La respirazione

Nel mio insegnamento parto da una funzione fondamentale non solo del nostro organismo ma anche dell'esecuzione e dello studio del pianoforte, funzione vitale eppure troppo spesso involontariamente trascurata, cioè la respirazione.

Essa sta alla base della maggior parte dei problemi che sorgono durante lo studio, anche quando non è “matto e disperatissimo” (ma spesso, purtroppo, quello dei pianisti lo è!). Infatti, l'errato uso dei muscoli preposti al movimento e la scarsa percezione del proprio corpo rendono l'esecuzione faticosa e talvolta persino dolorosa.

Per questo motivo ritengo che l'approccio più importante per la risoluzione di molti problemi muscolari e soprattutto per la prevenzione degli stessi, debba partire proprio dal respiro. Sedendoci al pianoforte, dovremo sempre assicurarci che le spalle siano rilassate e il torace non sia contratto. Sebbene siano concetti piuttosto ovvi, spesso la cosa più difficile da ottenere è proprio quella che sembra la più semplice e immediata, ovvero il controllo della respirazione durante l'esecuzione: non è affatto scontato che mentre si sta suonando si riesca a respirare normalmente e consapevolmente. Vale quindi la pena di ribadire concetti che appartengono a tutte le discipline sia sportive che “filosofiche” o comunque legate ad una ricerca del benessere che riguarda fundamentalmente l'umanità intera.

Inizio quindi proprio dalla respirazione, soffermandomi su alcune semplici e basilari nozioni: quando parlo di “respirazione controllata” intendo dire che un pianista dovrebbe sempre essere in grado di monitorare il suo respiro, mentre sta suonando, e dovrebbe percepire la rilassatezza muscolare che subentra al termine dell'espirazione.

Durante l'esecuzione ci sono solitamente vari picchi di difficoltà tecnica alternati a momenti di distensione: una consapevole respirazione prima dell'apice “tensivo” quasi sempre aiuta sia la mente che il corpo ad affrontarli con maggior concentrazione e scioltezza. Io consiglio sempre ai miei allievi di iniziare a respirare consapevolmente partendo da semplici esercizi tecnici, basati sulla ripetizione di moduli identici e che non impegnino troppo l'attenzione, che dev'essere posta principalmente sui nostri polmoni.

Respirare, dunque, sempre consapevolmente e mai suonare in apnea, o, se pro-

prio nei passaggi più ardui non riusciamo a concentrarci altro che sulle note, evitare di irrigidire la muscolatura del torace e del tronco. Se nonostante tutto avvertiamo un indolenzimento ai muscoli dell'avambraccio (che spesso sono l'anticamera di dolori articolari più gravi), immediatamente interrompiamo lo studio del brano e iniziamo a suonare con estrema leggerezza un semplicissimo esercizio sulle 5 note (do-re-mi-fa-sol – fa-mi-re-do, ad esempio), fino a quando i muscoli saranno nuovamente rilassati e riposati.

Raccomando di non fermarsi immediatamente, ma di “sciogliere” la contrattura utilizzando una tecnica elementare, come se dovessimo riportare a regime un motore surriscaldato senza “ingolfarlo”.

La postura

Se riusciamo a controllare il nostro respiro, cosa che dovrebbe riuscirci senza troppa difficoltà nella fase iniziale dello studio, la nostra postura al pianoforte ne riceverà immediato beneficio.

Ci siederemo a metà dello sgabello, in modo da scaricare il peso sulle gambe, raddrizzeremo la schiena e rilasceremo le spalle. Può essere d'aiuto un movimento rotatorio delle stesse, per ottenere più facilmente lo stato di rilassamento, insieme a piccoli piegamenti laterali del capo che contribuiranno a distendere le vertebre cervicali¹.

Una volta raggiunto uno stato di scioltezza muscolare soddisfacente, possiamo iniziare la fase di studio vera e propria, appoggiando le mani sulla tastiera, con i gomiti all'altezza di quest'ultima.

Dovremo ricordarci spesso di monitorare lo stato di morbidezza sia delle braccia che delle spalle, perché quando la nostra attenzione è assorbita dallo spartito, occorre un po' di tempo prima che divenga automatico suonare col massimo della rilassatezza consentito. Ovviamente, per poter suonare il pianoforte dobbiamo continuamente contrarre numerosi muscoli, ma è fondamentale attivare una sorta di "risparmio energetico", in modo da evitare inutili oltreché dannose tensioni muscolari, che condizionano negativamente l'esecuzione.

Quasi un secolo fa Attilio Brugnoli, nel giustamente famoso trattato *La dinamica pianistica*, analizzò minuziosamente i movimenti necessari per suonare con i vari tipi di tocco e una cospicua sezione del suo metodo è dedicata all'approfondimento dell'anatomia del braccio e della mano. Credo però che un pianista non debba necessariamente conoscere il nome e il numero dei muscoli del proprio corpo, quanto piuttosto imparare ad ottimizzarne l'uso, suonando senza movimenti oppositivi e senza rigidità. Il grande pianista Claudio Arrau disse di aver trovato ispirazione nel libro *Lo zen e il tiro con l'arco* di Eugen Herrigel, riguardo allo stato di rilassatezza e alla concentrazione indispensabili per una buona esecuzione. Le frasi «Dovete imparare a lasciare costantemente rilassati le braccia e i muscoli delle spalle, come se fossero insensibili» e «Non pensare a ciò

1) A questo proposito, ritengo estremamente utile lo studio della Alexander's Technique, alla quale mi accostai durante il mio master presso il S.F.C.M

che devi fare e a come devi farlo... Non lasciarti confondere dalla presenza degli spettatori, ma porta a termine il rito come se fossi solo» furono illuminanti e lo aiutarono a trovare quella dimensione spirituale senza la quale ogni esecuzione diventa mera ginnastica. Ecco perché l'emozione o l'ansia da prestazione non dovrebbero mai incidere sulla rilassatezza muscolare né impedirci di respirare a fondo anche durante l'esecuzione.

Non mi stanco mai di ripetere agli allievi di controllare che lo stato tensivo sia ridotto al minimo indispensabile, in modo che il peso naturale del nostro corpo lavori per noi, anziché contro di noi.

Lo studio a mani separate per il giusto “imprinting”

Per ottimizzare il tempo che dedichiamo allo studio, possiamo certamente leggere il brano prima a mani unite (difficilmente un pianista non alle prime armi riesce a resistere alla curiosità... la nostra “bulimia” di note è più forte di qualunque precetto!), ma immediatamente dopo, studieremo a mani separate, affrontando con molta pazienza anche i brani apparentemente più semplici. Questo ci consentirà di limitare i danni derivanti da una lettura frettolosa e superficiale, che comporta troppo spesso errori di note e diteggiature non funzionali.

Per taluni questo può sembrare un consiglio superfluo, ma dopo anni di docenza, spesso constato che alcuni colleghi sono decisamente contrari allo studio a mani separate, considerandolo inutile, se non dannoso. La loro spiegazione è che il cervello quando presiede al movimento delle due mani agisce in modo differente rispetto a quando comanda una mano sola.

Ovviamente, niente è più falso di questa convinzione, poiché l’attenta osservazione dei gesti e prima ancora delle note e delle diteggiature, ottenibile esclusivamente con lo studio a mani separate, in realtà accelera il processo di apprendimento di un brano e diminuisce drasticamente il margine d’errore.

Poiché il nostro cervello non è una lavagna cancellabile con un colpo di spugna, ma piuttosto assomiglia ad una pellicola fotografica, sulla quale si imprime nozioni giuste o sbagliate, è molto più rapido e sicuro l’apprendimento con lo studio a mani separate, che ci consentirà di non dover correggere eventuali errori a distanza di mesi. Inoltre, io scompongo anche la parte suonata con una mano sola, per facilitare la differenziazione timbrica indispensabile alla polifonia.

Utilizzo diversi tipi di tocco fra le cinque dita, per applicare il peso alle note tematiche, senza gravarle di quelle comprimarie.

Se consideriamo che non solo Bach, ma praticamente la quasi totalità della musica pianistica di difficoltà medio-alta è polifonica, comprenderemo come non si possa prescindere da questa pratica.

Nel paragrafo “La distribuzione del peso” spiegherò dettagliatamente come migliorare in breve tempo l’indipendenza delle dita.

Infine, per ottimizzare l’apprendimento durante lo studio a mani separate, consiglio di far pendere inerte lungo il corpo il braccio inattivo, per aumentare la

rilassatezza della spalla e di conseguenza del busto.

Anche la muscolatura del viso non deve essere contratta, almeno in fase di studio: durante l'esecuzione, invece, talvolta l'espressività musicale si riflette spontaneamente nel nostro volto e può essere controproducente cercare di inibirla, sebbene siano comunque da evitare smorfie eccessive.

Quando lo studio del brano è a buon punto, un altro accorgimento per rifinire la sua preparazione consiste nel suonarlo con una mano mentre l'altra mima i movimenti sui tasti, sfiorandoli appena, oppure, se risulta più semplice, "esegue" il brano sul leggio.

In questo modo potremo ascoltare una parte come se avessimo a disposizione le casse di uno stereo, ma la nostra attenzione sarà quella dell'esecuzione a mani unite e risulteranno più evidenti le lacune sia tecniche che timbriche.

Resettare, ovvero come correggere gli errori di note e/o diteggiature

Se tuttavia scopriamo di aver letto e studiato una o più note sbagliate, anche se l'errore si è ormai radicato, possiamo “resettare” il nostro cervello ristudiando a mani separate il passaggio, controllando la diteggiatura (e se possibile, variandola, cosa che favorisce la correzione), poi analizzandolo armonicamente e infine scomponendolo in cellule o micro-cellule (vedi paragrafo successivo).

Ritengo inutile ripetere passivamente molte volte il passaggio corretto, mentre è certamente più efficace reconsiderarlo sia tecnicamente che musicalmente, come se volessimo restituirgli una forma di “verginità”. Infatti è importante “spiazzare” il cervello, rimuovendo gli errori appresi e il modo più efficace è quello di ristudiare il passaggio sbagliato iniziando da una nota sempre diversa, in modo da creare nuove sinapsi che andranno a sovrapporsi alle precedenti.

Ricordiamo che il sistema nervoso centrale continua a modificarsi per tutta la vita e che nel nostro cervello si formano continuamente nuove sinapsi, mentre quelle che non sono più utilizzate degenerano.

Questo sofisticato processo è noto col nome di “neuroplasticità”² e riveste un ruolo cruciale nei processi di apprendimento.

Un altro modo certamente efficace per “ricondizionare” il cervello, consiste nel suonare il o i passaggi in questione molto lentamente, come se disponessimo di una moviola. Saremo così in grado di assimilare e consapevolizzare note e diteggiature, anche ai fini della memorizzazione, e di fissare, quasi scolpire nella mente i giusti movimenti.

Le numerose esperienze con allievi di diverso livello e attitudini mi hanno definitivamente convinto della sua validità sia nella fase iniziale dello studio, quando il pezzo è ancora solo abbozzato, che in quella finale, per rifinire e consolidare il brano. Del resto, l'auto-osservazione è sempre una garanzia di miglioramento e la lentezza favorisce la correzione degli errori e la rilassatezza muscolare.

2) “Per plasticità si intende la proprietà che ha il cervello di cambiare funzionamento e struttura in relazione all'esperienza” - *L'elogio della lentezza* di Lamberto Maffei - Ed. Il Mulino

La micro cellula - La sequenza

Quando riteniamo di aver raggiunto un buon controllo muscolare e respiratorio, possiamo affrontare i passaggi più ostici applicando il principio della “semplificazione”, enunciato dal grande pianista Alfred Cortot nel suo metodo³: “*Qualunque difficoltà, ridotta alla sua cellula elementare, si stempera*”. Cinque, quattro, persino tre note (che chiamerò cellule o micro-cellule), estrapolate dal passaggio analizzato ed eseguite prima lentamente e poi velocemente, sono un traguardo alla portata di tutti.

Oltre alla semplice ripetizione del frammento, è utile studiarlo diversificando il ritmo e la proporzione dei valori musicali: questa ginnastica mentale, che abitua il cervello a dare impulsi motori sempre diversi in pochi decimi di secondo, permette di padroneggiare in breve tempo anche il passaggio più ostico.

Fondamentale è anche il concatenamento tra una micro-cellula e l'altra, poiché la consequenzialità del gesto è la condizione essenziale per un apprendimento veloce e sicuro.

Studieremo quindi scomponendo e ricomponendo, come le costruzioni Lego che tanto divertono i bambini (e non pochi adulti). Gli esempi del metodo di studio a cellule sono molteplici. Consideriamo uno dei problemi più comuni per i pianisti, cioè la precisione e la velocità negli arpeggi: quello su cui dobbiamo concentrarci è il cambio di posizione, che dovrà essere rapido e sicuro.

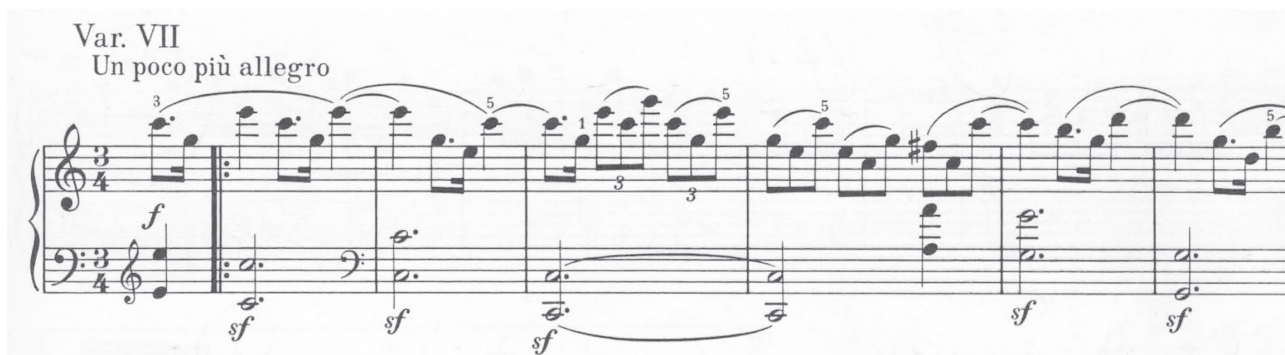
Analizziamo per esempio le *Variazioni Diabelli* di Beethoven, settima variazione, battuta 4 e seguenti: la difficoltà si presenta fra la prima e la seconda terzina, quando la mano destra lascia la posizione di ottava sol-sol, con secondo dito sul do, per prendere mi-sol, con secondo dito sul mi.

Per consolidare la nuova posizione, suoniamo sol-do-sol come scritto e mi-sol come bicordo, fino a quando il cervello disporrà automaticamente le dita nella giusta posizione.

Questa modalità di approccio va estesa a tutti i passaggi simili. La cellula che dovremo lavorare sarà quindi do-sol-mi-sol, stavolta non in simultaneità ma come la leggiamo.

3) «Nel corso di questi ultimi anni, uno dei progressi più significativi dell'insegnamento strumentale è consistito nel sostituire all'esercizio meccanico e lungamente ripetuto di un passaggio difficile, lo studio ragionato della difficoltà-riportata al suo principio elementare - che il passaggio stesso contiene».

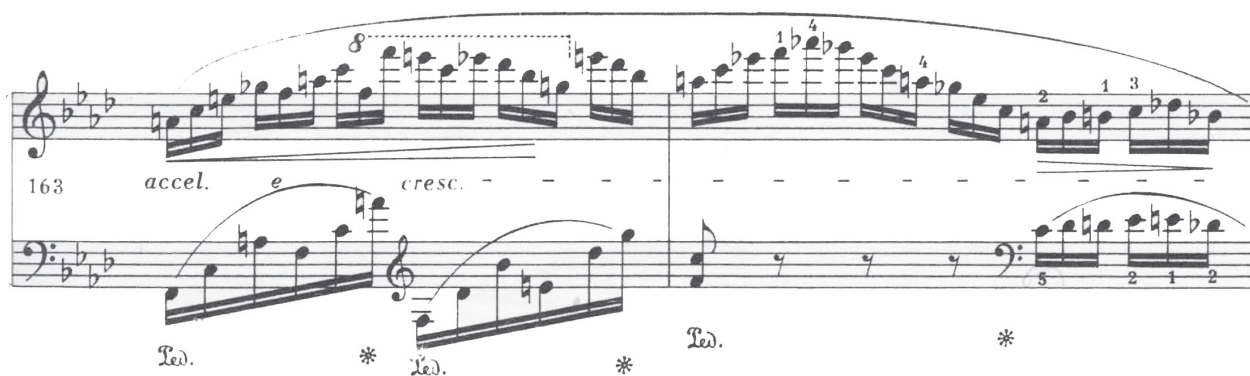
Volendo, possiamo ampliarla di una nota, ma sconsiglio di studiare oltre le cinque note consecutive: ho constatato infatti che l'apprendimento del passaggio è molto più rapido se non eccede la cinquina.



Un altro esempio, stavolta tratto dalla ballata *Op. 52* di Chopin: a battuta 163, la mano destra ha una salita in terzine di semicrome. La difficoltà risiede nel collegamento fra la seconda terzina e la terza, precisamente sol bemolle-fa-la-do.

Studieremo questa cellula, integrandola gradualmente con il mi bequadro precedente e con i due fa in ottava che seguono, prima lentamente e poi sempre più velocemente.

Subito dopo, ci occuperemo della cellula do-la bequadro-fa-do bequadro, nella prima sestina della mano sinistra, e successivamente della cellula re bemolle-si bemolle-mi bequadro-re bemolle nella seconda sestina. E così via...



Naturalmente la condizione essenziale per un risultato sicuro è quella di saper individuare la difficoltà, per poi ridurla ai minimi termini.

La staffetta

Quando affrontiamo un passaggio che prevede il “legato assoluto”, per prima cosa dimentichiamo che stiamo suonando uno strumento a percussione e affidiamoci al canto interno: evocare nella mente il tema ci aiuterà ad ottenere il tocco richiesto.

Poi concentriamoci sul peso naturale del nostro braccio, scaricato e sostenuto dalla mano, che lo trasferirà da un dito all’altro. Io chiamo questo procedimento “la staffetta”, perché è analogo al passaggio del testimone nelle gare atletiche.

Se la contrazione e di conseguenza il peso non si mantengono costanti tra un dito e l’altro, la percezione del suono legato s’interrompe e il “testimone” cade, se vogliamo continuare con la nostra metafora sportiva. Per impadronirsi con sicurezza di questa tecnica, meglio iniziare con semplici esercizi, utilizzando le quattro dita, con esclusione del pollice, che per la sua forma rende più difficoltosa la trasmissione del peso senza soluzione di continuità.

Do-re-mi-fa e ritorno (con diteggiatura 2-3-4-5) costituisce un buon punto di partenza. Quando avremo assimilato la percezione del “peso costante”, possiamo esercitarci includendo il pollice e la conseguente “girata”.

Un ultimo consiglio riguarda ancora l’auto-monitorizzazione dello stato di rilassatezza, ottenibile controllando la mobilità dei gomiti, come se stessimo sbattendo le ali.

L’esercizio E di pag. 30 è stato ideato proprio per aumentare la scioltezza delle braccia.

Siamo musicisti!

Un altro suggerimento che do ai miei allievi è quello di affrontare un passaggio difficile considerandolo innanzitutto dal punto di vista musicale: molto spesso i grandi compositori suggeriscono attraverso le indicazioni di fraseggio e di timbro non solo l'interpretazione voluta ma anche la via per la risoluzione tecnica.

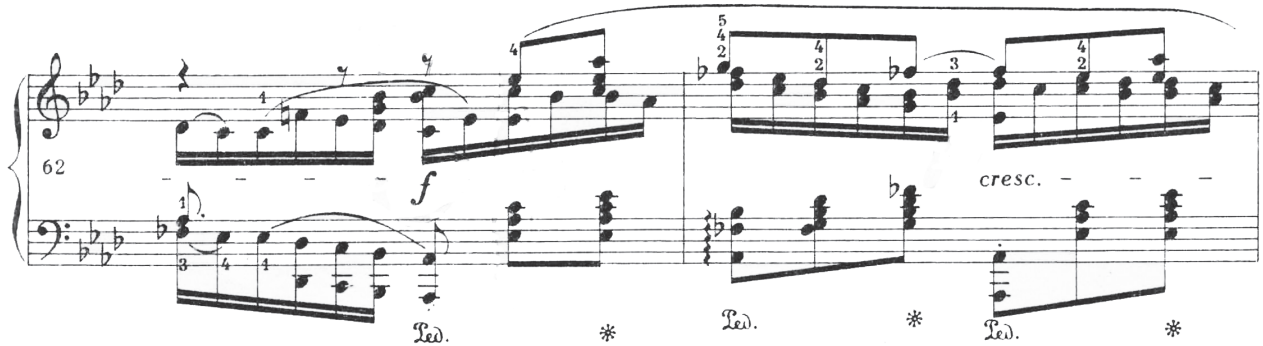
Analizzando diverse opere di Chopin, per esempio (ma questo principio è valido per molti altri autori classici e romantici), vediamo che le legature, gli staccati, gli accenti ci indicano esattamente il tipo di attacco al tasto da usare e il fraseggio desiderato; seguendo le sue diteggiature originali, sebbene talvolta non ci sembrano le più comode, otterremo senza sforzo il suono giusto.

Del resto, Chopin dedicò una parte consistente della sua vita all'insegnamento e i suoi Studi restano il nostro Vangelo tecnico. Egli rifiutò dopo appena un incontro il metodo di Kalkbrenner, che adottava il Guidamani, marchingeo su cui gli allievi appoggiavano l'avambraccio per potersi concentrare sul mero esercizio digitale.

Chopin, al contrario, alla cosiddetta “mano armata” preferiva una posizione con dita più distese, falangette piatte, avambraccio e gomito mobili. La mano “trasversale” fu la grande innovazione che regalò ai posteri, oltre naturalmente ai suoi capolavori pianistici.

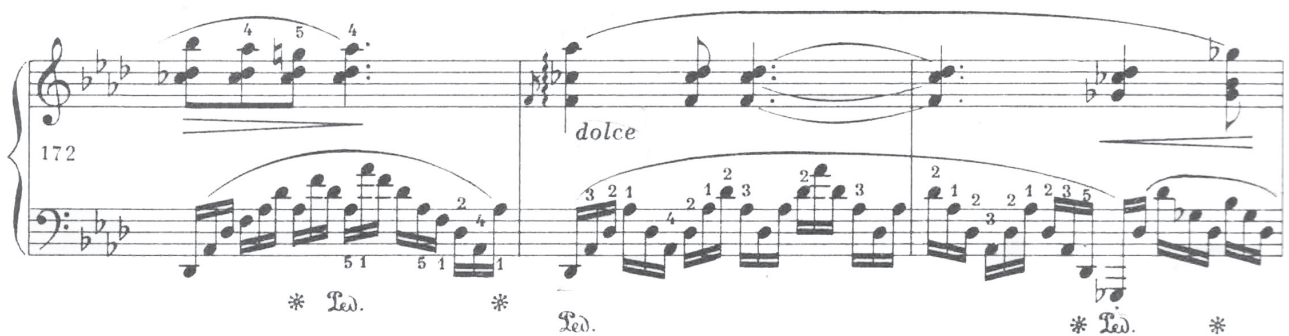
L'attacco non perpendicolare al tasto migliora la qualità del suono, permettendo una percussione più morbida, ma presuppone in ogni caso l'acquisizione di una più che solida tecnica “di dita”, indispensabile per ottenere la massima velocità e nitidezza nell'esecuzione.

Qualche esempio, di nuovo tratto dalla *Ballata Op. 52* di Chopin: a battuta 62, la legatura due + quattro sulla prima sestina di semicrome è propedeutica alla diteggiatura, che privilegerà il cambio di posizione sul secondo ottavo e sul quinto ottavo, anziché sul quarto, come sembrerebbe più logico in un tempo di sei ottavi;



A battuta 174, nella mano sinistra, il grande salto di dodicesima sol bemolle-re bemolle viene spezzato dalle due legature, la prima termina infatti sul sol, la seconda inizia sul re: Chopin suggerisce così la diteggiatura più comoda, cioè 5-5, che sebbene possa sembrare di primo acchito illogica, per un intervallo così ampio, in realtà semplifica l'esecuzione perché mentalmente separiamo i due blocchi armonici.

Il punto messo sul sol bemolle ci autorizza ad un'ideale "spinta" verso il re, proprio come un trampolino.



Stesso suggerimento a battuta 181, sempre nella mano sinistra, il salto è solo di ottava, ma la diteggiatura 5-5 favorisce la sicurezza della posizione successiva, do bemolle-re bemolle-fa-re bemolle, inducendoci ad un piccolissimo respiro tra i due do bemolle.



Nello *Studio Op. 10 n. 4*, nella terza battuta Chopin, sulla seconda nota di ogni quartina in semicrome della mano destra, aggiunge la “coda” della croma: questo perché, tenendo giù il secondo dito, possiamo fare perno su di esso, in modo da facilitare la rotazione orizzontale, indispensabile per poter suonare in velocità un passaggio così arduo.



Nella *Kreisleriana Op. 16* Schumann scrive delle legature fra la prima nota dell'opera, un “la” semicroma in levare, e la successiva, un “si bemolle” in battere, nella seconda misura.

Questo fraseggio prosegue per l'intero brano, per ben quattro volte ogni battuta, e ci induce ad usare il peso naturale come spinta propulsiva sulle note accentuate, vale a dire quelle in battere.



Sempre nel primo brano, nella parte centrale in Si bemolle maggiore, Schumann scrive due legature alla sinistra solo quando vuole enfatizzare le note (terza pagina): le legature hanno qui una valenza espressiva. Il gesto che compiamo, quindi, diventa propedeutico all'interpretazione musicale dell'opera, disseminata di esempi simili.



Nell'*Intermezzo n. 1* del secondo brano, invece, sia la destra che la sinistra si appoggeranno sull'accordo di crome in levare dell'inizio: la prima, sulla semicroma iniziale (si bemolle), la seconda, scaricando il peso in modo da poter suonare le note staccate che seguono in "souplesse".

Intermezzo I
Sehr lebhaft

Il canto interno

Prima di iniziare ad eseguire un brano, è fondamentale riuscire a concentrarci sul “canto interno”, che consiste nell’anticipare nella mente quello che le mani si apprestano a suonare.

Di solito è l’incipit del brano, ma può anche essere un frammento melodico o anche un passaggio in figurazioni veloci, che fungerà da metronomo, suggerendoci la giusta velocità d’esecuzione.

Cantare nella mente aiuta anche a “ripassare” il fraseggio e a immedesimarci da subito nell’interpretazione. Scrive il grande neurologo Oliver Sacks nel suo libro *Musicofilia*: «Immaginare la musica stimola la corteccia motoria e, viceversa, immaginare l’atto di suonare stimola la corteccia uditiva.[...] La combinazione di esercizio mentale e di esercizio fisico porta ad un miglioramento dell’esecuzione più marcato di quello che si otterrebbe solo con il secondo».

Chiudere gli occhi può aumentare la concentrazione, naturalmente se la difficoltà del passaggio lo permette: “vedere” la tastiera nella mente è una capacità che si può sviluppare proprio in questo modo e ho constatato in diverse occasioni come questo ci consenta di ascoltarci con la massima attenzione. E questa considerazione ci porta al paragrafo successivo.

Ascoltarsi

Una delle capacità più difficili da acquisire è senza dubbio quella di ascoltarsi. Per un non musicista sembra un controsenso, ma chiunque suoni uno strumento sa che riuscire a concentrarsi contemporaneamente sulle difficoltà esecutive e su un ascolto costante in tempo reale del risultato non è affatto scontato.

Per noi pianisti si tratta di un ascolto “stereofonico”, quindi ribadisco l'importanza dello studio a mani separate, che consente un controllo più attento e puntuale.

Incoraggio inoltre i miei studenti a registrarsi, in modo da ottenere un'obiettività impossibile da raggiungere durante l'esecuzione. Ritengo utile precisare che l'ascolto del risultato sonoro della nostra esecuzione implica una buona conoscenza del brano e che all'inizio dello studio è molto arduo riuscire a dividere l'attenzione fra le difficoltà implicite nel suonare e la percezione esatta del risultato sonoro.

Tuttavia, non è affatto controindicato tenere un orecchio allertato fin dall'inizio, anzi, è un'abitudine da incoraggiare: so bene che è difficile, ma è utilissimo, quindi meglio esercitarsi in tal senso da subito.

Fin dalle prime lezioni con un nuovo studente, al termine dell'esecuzione, gli chiedo sempre come ritiene di aver suonato e cosa può migliorare. Ho constatato che in questo modo gli allievi sviluppano da subito una capacità di auto-ascolto e conseguentemente di autocritica, cosa che facilita la risoluzione dei problemi più evidenti anche durante la fase di studio da soli.

Con l'andare del tempo, non hanno quasi più bisogno dei miei suggerimenti, ma “camminano con le loro gambe”.

Questa è per me un'enorme soddisfazione.

Il cambio di prospettiva

Talvolta nell'affrontare un problema, può essere d'aiuto un radicale cambio di prospettiva.

Abbiamo visto che, quando un passaggio risulta ostico, nonostante lo si sia studiato a lungo e con diverse tecniche, la prima cosa da fare è provare a cambiare diteggiatura: spesso infatti durante la prima lettura, si sceglie un diteggio funzionale ad una determinata velocità (di solito bassa) e con una dinamica ancora non perfezionata.

Non appena si prova a velocizzare il brano e a perfezionare i colori, la diteggiatura iniziale spesso dimostra tutti i suoi limiti. Quindi, mai fidarsi solo del proprio istinto, ma usare sempre il proprio razio cinio o, meglio ancora, quello dell'insegnante, in caso di dubbio.

Naturalmente spetta a quest'ultimo non intestardirsi sul diteggio personale, che spesso non si adatta affatto ad una mano diversa dalla propria. Anche questa affermazione può sembrare superflua ma purtroppo l'autoreferenzialità è un male assai diffuso...

Come secondo step, suggerisco di esaminare il passaggio suddividendolo in maniera diversa, cioè privilegiando la comodità esecutiva rispetto alla logica musicale.

Infatti, se dimentichiamo per un attimo le esigenze espressive del compositore, possiamo focalizzare la nostra attenzione sulla parte tecnica, e l'aumentata concentrazione ci aiuterà ad individuare il problema e a risolverlo riducendolo ai minimi termini.

So bene che questa modalità di studio è opposta rispetto a quella enunciata nel paragrafo **Siamo musicisti**, ma proprio in questo consiste il cambio di prospettiva, cioè nel ribaltamento del consueto modo di affrontare le difficoltà.

Quando riusciremo a padroneggiare il passaggio in questione, non sarà difficile restituirgli la giusta prospettiva musicale.

Infine, il terzo step prevede di studiare a fondo l'altra mano, vale a dire quella con il passaggio più semplice, e di conseguenza quella solitamente trascurata.

Una esecuzione sicura richiede il funzionamento perfetto di ogni "ingranaggio", e spesso, perfezionando una parte, magicamente si sistema anche l'altra;

questo perché, spostando la nostra attenzione all'altra mano, diminuiamo l'ansia prestazionale, troppe volte responsabile di tanti problemi tecnici.

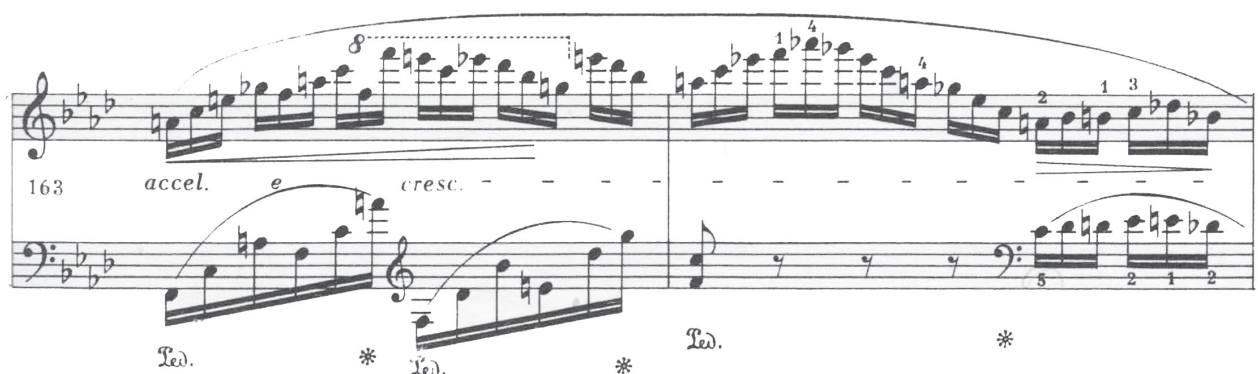
Infatti ritengo che il nostro principale nemico talvolta siamo noi stessi, condizionati dalla paura dell'errore, che finisce per minare la nostra sicurezza e compromettere l'esecuzione. Ma qui entriamo in un campo più psicologico che pratico, che non intendo trattare in questo contesto.

Ci sono innumerevoli libri dedicati a questo argomento, qualcuno certamente valido, qualcun altro completamente inutile: durante le mie lezioni affronto di volta in volta l'argomento, partendo sempre dal presupposto che la musica è in grado di curare l'anima meglio di qualunque parola.

La distribuzione del peso

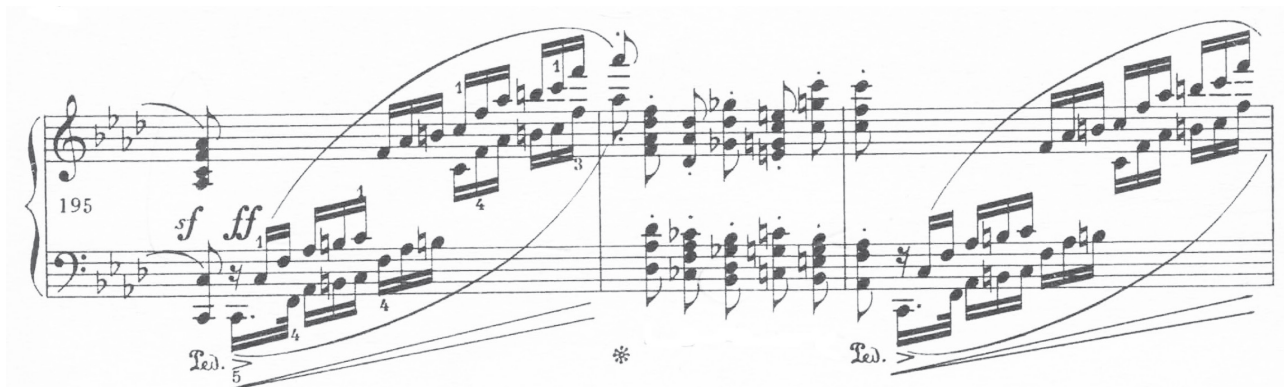
Dopo i primi anni di studio, il pianista si trova ad affrontare praticamente sempre brani polifonici. Con “polifonici” intendo brani la cui scrittura sia a tre o più voci, anche non necessariamente tematiche.

Il modo più veloce e sicuro di apprendere la differenziazione timbrica all'interno di ciascuna mano è quello di suonare legata la parte tematica, appoggiandosi sui tasti col peso naturale, e contemporaneamente staccare le note comprimarie. Questo studio ci consentirà in brevissimo tempo di calibrare il suono di ogni dito senza irrigidimenti o squilibri timbrici. Mentre studiamo in questo modo, dobbiamo sempre ricordarci di controllare il respiro e la conseguente scioltezza muscolare, poiché, quando il nostro cervello è concentrato su un compito arduo, tende a contrarre la muscolatura. Si tratta di un riflesso di auto-difesa atavico nell'essere umano, ma dannoso per i pianisti, che al massimo devono difendersi dalle note false. Esempio: Chopin, *Quarta ballata*, battuta 112: la mano destra studierà legate le note superiori (fa-sol bem-fa-mi bem-sol bem...) e contemporaneamente suonerà staccate le note del registro centrale (la bem-si bem-la bem-sol bem...). Sul quinto e sesto ottavo della misura la difficoltà aumenta per il cambio di posizione della destra e per il trillo della sinistra simultaneamente: ci concentreremo dunque su quelle micro-cellule, lavorando un ottavo alla volta. Una volta consolidati, concateneremo il quarto ottavo, poi il terzo e così via, prima a mani separate e poi a mani unite.



Sempre in questo brano, a battuta 195 la destra studierà l'arpeggio “preparando” il pollice, vale a dire piegandolo sotto il palmo quando il terzo dito è sul la bemolle: in questo modo anche in velocità il passaggio risulterà fluido. Subito

dopo, studieremo la cellula dal la bemolle al fa, perché il secondo dito comporta un cambio di posizione della mano, che dovremo comunque assecondare muovendo il braccio con piccole rotazioni in senso antiorario.



I pianisti sono abituati ad affrontare spartiti complessi, spesso con accordi anche di 4 o 5 note per mano. In questi casi è importante selezionare le note che devono sentirsi maggiormente ed esercitarsi togliendo le altre, ma tenendo comunque la mano nella stessa posizione dell'accordo completo.

Così facendo, il cervello distribuirà automaticamente il giusto peso alle note, dando risalto a quelle tematiche. Esempio: Debussy, *Preludio n. 3* del secondo volume (*La Puerta del vino*), battute 35 e 36, la mano destra va esercitata prima con l'accordo senza il pollice e l'indice, ma con mano estesa.

Questo studio rinforzerà il quarto e il quinto dito, generalmente più deboli ma anche più importanti nella determinazione del tema.

In seguito aggiungeremo il secondo dito e infine il pollice, che dà la stabilità alla mano.

Dopo aver assimilato questa modalità di studio, ci sembrerà molto più semplice il salto con accordo pieno.



Come esercizio di tecnica pura, consiglio di fare pratica sui magnifici *51 esercizi* di Brahms, in particolare sui numeri 26 e 29 dell'edizione Ricordi, da studiare prima come scritti (tutto legato) e poi legando le note superiori (semiminime nel 26 e crome nel 29) e staccando le semicrome centrali.

La consequenzialità dei suoni

Abbiamo visto come la “staffetta” del peso ci aiuti a mantenere costante l'appoggio.

Un'altra condizione indispensabile per ottenere un legato assoluto è la consequenzialità dei suoni, vale a dire la continuità timbrica fra di essi. È fondamentale imparare a crescere e diminuire il suono con un'escursione costante per aumentare la percezione del legato.

Molto spesso troviamo l'aggettivo “cantabile”, che si ispira alla capacità della voce di passare da un suono al successivo in maniera fluida e coerente e ad essa dobbiamo sempre ispirarci noi pianisti.

Arrau diceva: «Non suono mai due note con la stessa dinamica. Solo così si può imitare la voce umana. Le note si devono muovere come onde»⁴.

Per ottenere più facilmente una tavolozza timbrica completa, possiamo aiutarci accompagnando le dita con movimenti rotatori del gomito e dell'avambraccio, che facilitano la scioltezza del polso e di conseguenza migliorano la qualità del suono.

Peter Feuchtwanger, nell'introduzione ai suoi fantastici esercizi tecnici⁵ (e l'aggettivo “fantastico” rispecchia perfettamente il carattere innovativo, quasi rivoluzionario del suo insegnamento), enfatizza l'importanza della totale libertà di movimento che devono avere le braccia, per poter ottenere un timbro morbido e “rotondo”.

Superfluo aggiungere che la ricerca di un perfetto amalgama delle sonorità non dovrebbe mai venir meno, anche nei passaggi tecnicamente più impegnativi.

4) Joseph Horowitz: *Conversazione con Arrau*

5) Peter Feuchtwanger: *Klavierubungen*

La memorizzazione

Non mi dilungherò sulle tecniche di memorizzazione perché molto è già stato scritto; le metodiche più conosciute ed efficaci sono essenzialmente tre:

- ripetere pazientemente frammento per frammento, fino ad acquisire una memoria “del gesto”;
- sfruttare la memoria visiva, sia sullo spartito che sulla tastiera (la cosiddetta “memoria fotografica”);
- infine, analizzare armonicamente il brano, in modo da assimilarne le coordinate musicali.

Generalmente l'ultimo metodo viene considerato il più sicuro, oltre che il più complesso, poiché comporta una profonda concentrazione e una buona conoscenza dell'armonia. Desidero solo aggiungere che recenti studi di neurobiologia⁶ hanno evidenziato come una buona memoria dipenda dalla capacità di rappresentare la musica in forma di raggruppamenti e strutture a noi familiari, quali ad esempio scale, arpeggi, cadenze o anche diteggiature identiche.

Potremmo definire questa memoria “associativa” e imparare ad utilizzarla partendo dall'analisi strutturale di ciascuna battuta per poi continuare ampliando il raggio fino alla frase intera.

Affidandoci quindi sia alle conoscenze dell'armonia che di quelle relative alla forma, dovremmo riuscire a memorizzare pressoché qualunque brano. Naturalmente il discorso si complica quando ci troviamo di fronte alla musica contemporanea, ma per fortuna oggi siamo aiutati dalla tecnologia: non è infrequente vedere grandi interpreti fare uso dei tablet come validi sostituti dello spartito...

6) John Sloboda: *La mente musicale*

Interpretare

Una volta raggiunta una buona padronanza tecnica del brano, inizia la parte più interessante e stimolante del lavoro del docente, vale a dire l'interpretazione.

Ciascun allievo è un mondo a sé: ogni mano è diversa, ogni mente, ogni carattere definisce fin dall'inizio la personalità del futuro musicista. Ne consegue che il metodo didattico deve tener conto dei diversi parametri e individuare i punti di forza e di debolezza di ognuno. Ma la cifra che identifica la mia "scuola" è senz'altro il rispetto totale delle indicazioni agogiche dei compositori, la ricerca costante del connubio perfetto tra la propria anima e l'intenzione dell'autore.

A questo lavoro di minuziosa analisi della pagina mi ha portato anche lo studio della composizione: infatti, quando mi trovai a scrivere i primi lavori, peraltro assolutamente scolastici ed elementari, scoprii che l'unico modo che avevo per rendere davvero comprensibile il mio pensiero era legato alla precisione nell'uso dell'agogica e realizzai l'importanza della sua osservanza scrupolosa ai fini della corretta interpretazione.

Le sole note non bastano a definire una pagina di musica: il timbro, la potenza, la velocità restituiscono ai suoni la dignità di un'opera.

Infine, il consiglio che do sempre ai miei allievi è quello di "vivere l'attimo", durante l'esecuzione, vale a dire di concentrarci al massimo sulla musica, dimenticando le insidie tecniche e le tensioni, per quanto ci è possibile: attenendoci alla massima latina «hic et nunc», saremo in grado di suonare godendo della bellezza del brano, che ci permette di astrarci e di oltrepassare le difficoltà con il cuore e l'orecchio rivolti unicamente alla musica.

Insegnare

Spesso i musicisti si affidano all'istinto, per affrontare con spontaneità i brani che interpretano. Ogni professionista degno di questo nome sa di cosa parlo: le dita "sentono" i tasti, il cuore guida le mani senza incertezze o paure.

Purtroppo, però, l'istinto non è un buon rimedio per il difficile mestiere del docente. Senza il razioicinio è impossibile risolvere i problemi che affliggono gli allievi, tutti diversi e tutti a loro modo giustamente esigenti.

Il professore che alla classica domanda dello studente "Come faccio a padroneggiare questo passaggio?", si limita a rispondere "Studialo molte ore", è l'emblema del fallimento, a mio avviso.

Insegnare significa calarsi nei panni dell'allievo e cercare insieme la strada per lui percorribile. Quale sia il cammino, lo si scopre giorno dopo giorno: l'importante è trasmettere con chiarezza il proprio pensiero e non dare per scontato nulla. Infine, la cosa più ardua che un insegnante deve riuscire a fare è rispettare la personalità dello studente, anche accettando qualche compromesso.

Plasmare gli allievi sulla propria personalità significa troppo spesso creare delle brutte copie di se stessi. Io ritengo che il più importante insegnamento sia quello del rispetto del testo e che se si tiene fede a questo dogma si possano e si debbano accogliere interpretazioni diverse, naturalmente nei limiti dei propri principi didattici.

Mi sono sempre attenuta a questo principio, o almeno ho cercato di farlo, e sono convinta di avere imparato anche dagli allievi più modesti. Mi auguro di riuscire anche in futuro a tener fede a questo proposito.

Bibliografia

Oliver Sacks, *Musicofilia* - Adelphi.

Arnaldo Benini, *La coscienza imperfetta* - Ed. Garzanti

John A. Sloboda, *La mente musicale* - Il Mulino

Chiara Macrì, *La nascita della moderna didattica pianistica* - G. Zedde

Chuan Chang, *I fondamenti dello studio del pianoforte* - Juppiter Consulting

Joseph Horowitz, *Conversazioni con Arrau* - Mondadori

Pierre Boulez - J. P. Changeux-Philippe Manoury, *I neuroni magici - Musica e cervello* - Carrocci

Peter Feuchtwanger, *Klavierubungen*

Esercizi pratici

Poiché sia per l'insegnamento che per la mia pratica mi baso prevalentemente sui libri di esercizi di Brahms e Dohnany, mi limiterò ad illustrare qualche esercizio a completamento dello studio tecnico, dando per scontato il ripasso quotidiano delle scale.

I primi due sono esercizi di rinforzo muscolare del carpo e delle dita e sono destinati agli allievi alle prime armi.

A

Sulla triade di Do Maggiore eseguire l'esercizio cosiddetto "del ragno": alzare ed abbassare l'arco della mano senza lasciare i tasti e senza muovere il polso, in modo da rinforzare i muscoli del carpo e del metacarpo.

B

Su un tasto bianco lasciar cadere un dito alla volta, escluso il pollice, col palmo a contatto del legno e del lato verticale dei tasti; lentamente riportare la mano all'altezza normale e in posizione "armata" (cioè arcuata), senza l'ausilio del polso e dell'avambraccio. L'unica forza propulsiva dev'essere la spinta esercitata dal muscolo del dito. Tra un dito e l'altro rilassare la muscolatura del braccio.

C

Esercizi tecnici

NOTA per la diteggiatura : per le crome mano dx 1-2 mano sx 2-1 mentre

per le terzine semi crome mano dx 4-5-4 5-4-5 mano sx 5-4-5-4-5-4.

The image displays three systems of piano technical exercises, each consisting of a treble and bass staff. The exercises are written in 2/4 time and feature various rhythmic patterns, including triplets and slurs. The first system is in C major, the second in D major, and the third in E major. Each system includes a key signature change and a repeat sign. The exercises are designed to improve finger dexterity and coordination, particularly focusing on triplet patterns and slurred passages.

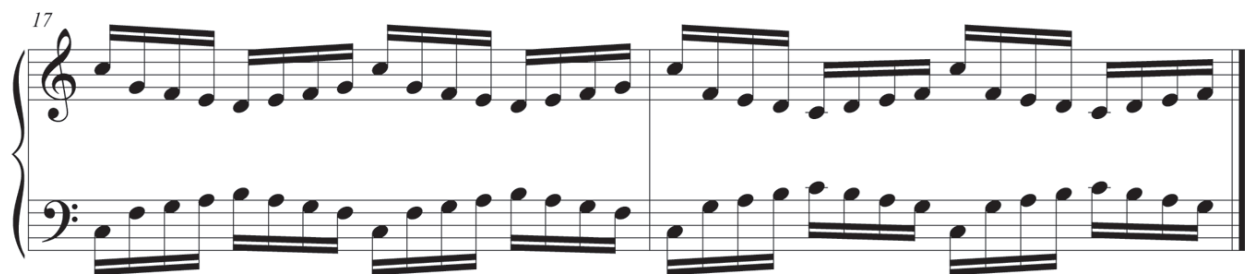
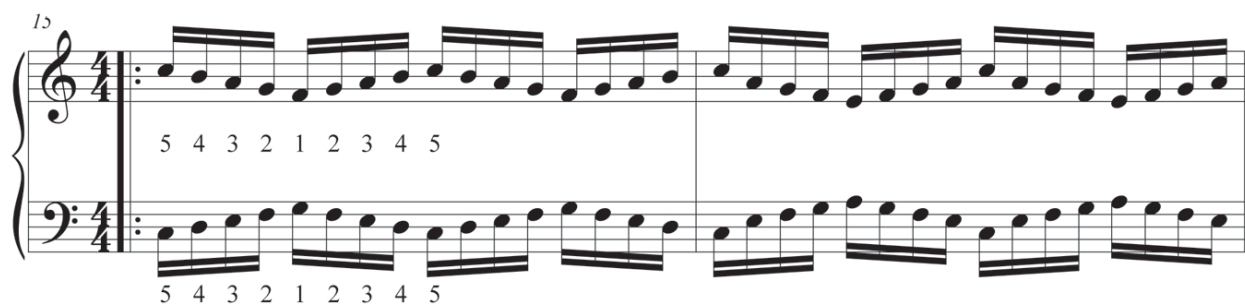
PROSEGUIRE L'ESERCIZIO SU TUTTA LA GAMMA CROMATICA.

D

The image displays a musical score for a piano exercise, labeled 'D'. It consists of four systems of music, each spanning two measures. The notation is for a grand piano, with a treble and bass staff joined by a brace. The key signature is one flat (B-flat), and the time signature is 4/4. The exercise is characterized by triplet patterns in both hands. In measures 7-10, the right hand plays a descending eighth-note triplet pattern, while the left hand plays an ascending eighth-note triplet pattern. In measures 11-14, the roles are reversed: the right hand plays an ascending eighth-note triplet pattern, and the left hand plays a descending eighth-note triplet pattern. Measures 15 and 16 conclude the exercise with a final measure in 4/4 time, marked with a double bar line and repeat dots. The measure number (7, 9, 11, 13) is written above the first measure of each system.

PROSEGUIRE L'ESERCIZIO SU TUTTA LA GAMMA CROMATICA

E



Proseguire l'esercizio su tutta la gamma mantenendo la stessa diteggiatura. L'esercizio va eseguito allontanando e riavvicinando i gomiti al busto, cercando di mantenere la massima scioltezza delle braccia e delle dita, in particolare il 5° e il 4° dito.

F

Arpeggi

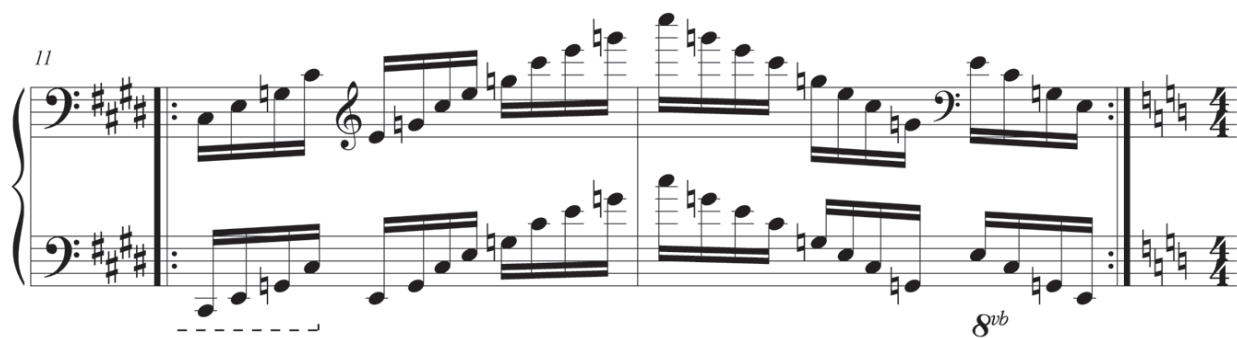
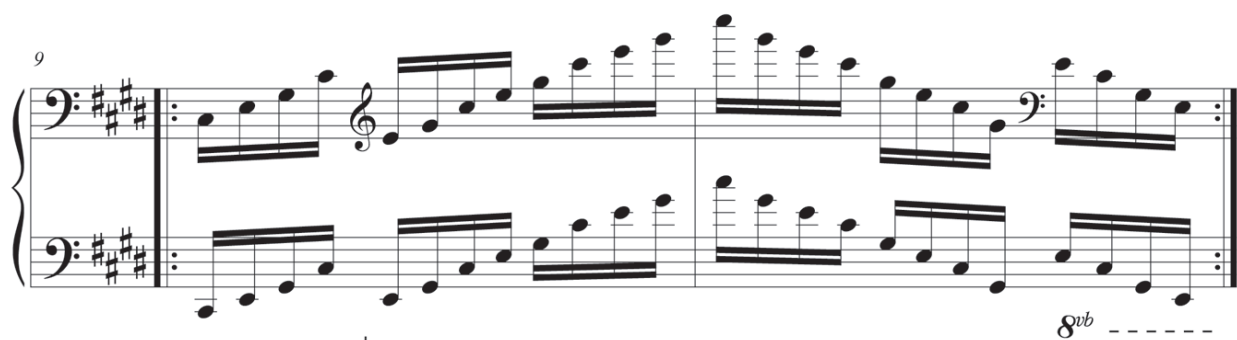
The image displays three systems of musical notation for a piece titled "F Arpeggi". Each system consists of a piano (p) part and a violin (v) part. The piano part is written in a grand staff (treble and bass clefs), and the violin part is written in a single staff (treble clef). The time signature is 3/4.

System 1: The piano part features a continuous arpeggiated figure in the bass clef, starting on a low C and moving upwards. The violin part has a melodic line that follows the general contour of the piano's arpeggios. A double bar line is present after the first measure of each part.

System 2: This system continues the arpeggiated pattern. The piano part includes a measure with a flat (b) on the bass line. The violin part also includes a measure with a flat (b) on the treble line. A double bar line is present after the first measure of each part.

System 3: This system continues the arpeggiated pattern. The piano part includes a measure with a flat (b) on the bass line. The violin part also includes a measure with a flat (b) on the treble line. A double bar line is present after the first measure of each part.

Below each system, there are dashed lines indicating the continuation of the arpeggiated figure, labeled with 8^{vb} .



Proseguire la successione sui 12 semitoni, adottando le diteggiature convenzionali. Gli arpeggi sono da eseguire, come sempre, con la massima elasticità e scioltezza, prima lentamente, poi aumentando gradualmente la velocità.

G

Arpeggi a mano fissa

The image displays three systems of musical notation for arpeggi exercises in G major, 4/4 time. Each system consists of a grand staff (treble and bass clefs) with a key signature of one sharp (F#). The exercises are structured as follows:

- System 1:** The first measure is a whole rest in both hands. The second measure begins with a triplet of eighth notes in the right hand (G4, A4, B4) and a triplet of eighth notes in the left hand (G2, F#2, E2). This pattern repeats for four measures.
- System 2:** The first measure is a whole rest in both hands. The second measure begins with a triplet of eighth notes in the right hand (B4, C#5, D5) and a triplet of eighth notes in the left hand (D2, C#2, B1). This pattern repeats for four measures.
- System 3:** The first measure is a whole rest in both hands. The second measure begins with a triplet of eighth notes in the right hand (C#5, D5, E5) and a triplet of eighth notes in the left hand (C#2, B1, A1). This pattern repeats for four measures.

Proseguire la successione sui 12 semitoni, ripetendo ogni battuta 4 volte e articolando il più possibile il 4° e 5° dito.

H
Arpeggi sui rivolti di settima
(dal libro *Il pianoforte* di A. Casella)

13

8vb

15

8vb

17

8vb

19

8vb



Continuare cromaticamente per gli 11 semitoni superiori, con la stessa formula armonica e la medesima diteggiatura.

Si eseguano sempre molto legati e per quanto possibile veloci, una volta acquisito un buon controllo tecnico.

Per ottimizzare lo studio, consiglio di esercitarsi sezionando la successione degli arpeggi entro un tritono (prima da La a Mi bemolle - poi da Mi bemolle a La”).