

Número 68, maig 2018

# Jornades ab sentits

La significació musical a debat

Gent ESMUC

Entra



**Carles Marigó: Moments**  
Tània Castell

Entre Schubert i Rachmaninoff,  
Marigó: essència humana creativa

Article

Entra



**Música i esport**  
Guillem Lluís

Una aproximació metodològica a la  
planificació de l'estudi

L'entrevista

Entra



**Víctor Braojos**  
Tània Castell

"Un pianista ha de conèixer tot tipus  
de repertori; com més proper als  
extremes, millor".

Gent ESMUC

Entra



**Clarinet Solo de Josep Fuster**  
Tània Castell

Explotant el so del clarinet en solitari

## Destacats

- La música té la paraula
- L'entrevista
- Article
- La tònica dominant



- Por escènica

## Subscriu-te a la nostra revista

Rebràs per correu electrònic les novetats de L'ESMUC digital i podràs  
afegir comentaris als articles

## Veure tots els números de L'ESMUC digital

Recull de tots els continguts publicats

# Jornades ab sentits

## La significació musical a debat



Joan Grimalt  
Professor del dept. de  
Teoria, Composició i  
Direcció

Posa't en contacte

Editorial

Altres publicacions

0



Quina importància té, per a un músic, ser conscient dels significats que la música connota? I amb quines estratègies abordem l'anàlisi d'aquests significats, els professors, estudiants i intèrprets?

Com a branca emergent de la musicologia, la significació musical encara té poca presència als *curricula*, malgrat l'interès d'una majoria creixent de músics i de musicòlegs d'arreu del món. És per això que l'Esmuc ha decidit organitzar unes jornades on es tracti específicament sobre les **vinculacions entre la significació musical i la pròpia activitat artística o docent**. Aquestes primeres jornades tindran lloc els dies 15, 16 i 17 de novembre de 2018.

Les **Jornades ab sentits** compten amb ponents de notable prestigi: el director musical del Gran Teatre del Liceu, **Josep Pons**; el professor i divulgador **Luis Ángel de Benito**, del Real Conservatorio de Madrid; el musicòleg finès **Eero Tarasti**, una de les autoritats mundials de la semiòtica musical des de fa decennis, així com el musicòleg i periodista **Jorge de Persia**. Tindran també el seu espai de paraula i d'intercanvi dotze professors/es de l'Escola, que abordaran la relació entre la significació musical i la seva tasca, ja sigui docent, interpretativa o de recerca, així com sis estudiants o graduats les propostes dels quals hagin estat seleccionades pel comitè científic de les Jornades. El programa es complementa amb 4 concerts comentats.

L'objectiu principal de les Jornades ab sentits és el de posar en comú diversos mètodes analítics i pedagògics, i tal vegada servir d'assaig general perquè l'Escola aculli, el 2019, el *xv International Congress for Musical Signification* (ICMS), el grup al voltant d'Eero Tarasti del qual formem part des de fa anys el professor Rubén López Cano i jo mateix.

Estem convençuts que aquestes primeres Jornades contribuiran a la reflexió que la temàtica mereix i a l'interès que en nosaltres —confiem que també en vosaltres—, suscita.

Comentaris (0)

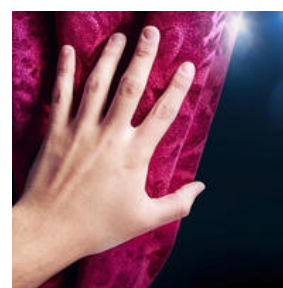
+ Afegir un comentari

## Contingut Actual

Número 68, maig 2018

## Destacats

- La música té la paraula
- L'entrevista
- Article
- La tònica dominant



- Por escènica
- La revista ESMUCdigital no es fa responsable de les idees i opinions expressades pels seus col·laboradors en els articles.

## Contingut Anterior

- Número 24, gener 2014
- Número 22, novembre 2013
- Número 23, desembre 2013
- Número 54, gener 2017
- Número 25, febrer 2014

## Números anteriors

- **Número 81, gener 2020**  
Número 81, gener 2020
- **Número 80, octubre 2019**  
Número 80, octubre 2019
- **Número 79, juliol-setembre 2019**  
Número 79, juliol-setembre 2019
- **Número 78, juny 2019**  
Número 78, juny 2019
- **Número 77, maig 2019**  
Número 77, maig 2019

**Veure tots els números de L'ESMUC digital**

# Adrián Ferrer

## "Sóc massa directe, a vegades"



Posa't en contacte

La tònica dominant

Altres publicacions

0



L'[Adrián Ferrer López](#), estudiant de segon de piano a l'Escola, apunta maneres. Format al Conservatori de Catarroja, a l'Horta valenciana, va culminar els seus estudis amb el premi d'honor del conservatori i, seguidament, el [Premi Nacional d'Educació en la categoria de Rendiment Acadèmic de l'Alumnat](#), en la Modalitat d'Ensenyaments Artístics Professionals en l'àmbit de Música. Ara bé, la seva formació clàssica i el seu gust per Rakhmàninov i Liszt no li impedeix, tal com ens explica, identificar-se amb *Sun is Shining*, d'Axwell & Ingrosso. Tota una [caixa de sorpreses](#).

**El principal tret del meu caràcter?** Sóc molt sociable i d'humor irònic.

**La qualitat que més valoro en una persona?** Sinceritat.

**El meu principal defecte?** Sóc massa directe, a vegades.

**La meva ocupació preferida?** Menjar espaguetis carbonara.

**El meu somni de benestar?** Viure al camp amb qui més m'importa.

**Quina fóra la meva pitjor desgràcia?** Patir alguna lesió que m'impedisca dedicar-me al piano.

**Què voldria ser?** Pianista concertista.

**On desitjaria viure?** València.

**Quin animal prefereixo?** Lleó

**Algun so o música que avorreixo?** La *Sonata facile* de Mozart.

**Quin va ser el primer disc que vaig comprar?** *SJK*.

**Els meus escriptors preferits?** Una gran amiga, Marisol Sales.

**Els meus personatges de ficció?** Flash.

**La pel·lícula de la meua vida?** *El triunfo de un sueño*.

**Els meus intèrprets preferits?** Andras Schiff, Grigory Sokolov, Daniil Trifonov.

**Els meus compositors predilectes?** Rakhmàninov i Liszt.

**Una musiqueta que no me la puc treure del cap?** *Rapsòdia sobre un tema de Paganini*, de Rachmaninoff.

**Els meus pintors predilectes?** Picasso i Van Gogh.

**Les meves relacions entre sons i colors (o altres sentits)?** Re b M és blau cel.

**Els meus herois de la vida real?** Els meus pares.

**Els meus herois històrics?** Liszt.

**Un disc que m'hagi encantat, darrerament?** Weissenberg tocant el 2n concert de Rakhmàninov amb la Filharmònica de Berlín i Karajan de director.

**Un concert inoblidable?** El que vaig compartir amb Lang Lang, Herbie Hancock, Jahja Ling i altres 49 joves pianistes de molts països del món a Berlín en 2012.

**Un paisatge preferit?** La platja.

**Els noms que prefereixo?** Els femenins.

**Què detesto més que res?** L'arròs amb coses (intents de paella).

**Quins dons naturals voldria tenir?** Pacència.

**Estat present del meu esperit?** Distret.

**Fets que m'inspiren més indulgència?** Gràcies a l'ajuda d'amics: sóc una persona que no jutja, sinó que dona suport.

**Amb quina cançó m'identifico?** *Sun is Shining*, d'Axwell & Ingrosso.

**El meu lema?** *Carpe diem*.

Comentaris (0)

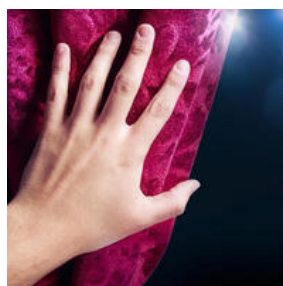
+ Afegir un comentari

## Contingut Actual

Número 68, maig 2018

## Destacats

- La música té la paraula
- L'entrevista
- Article
- La tònica dominant



- Por escènica

- La revista ESMUCdigital no es fa responsable de les idees i opinions expressades pels seus col·laboradors en els articles.

## Contingut Anterior

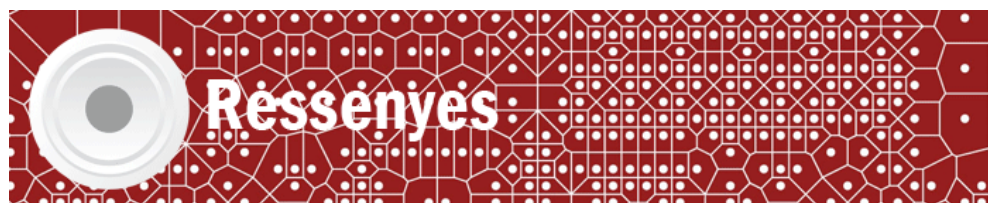
- Número 54, gener 2017

## Números anteriors

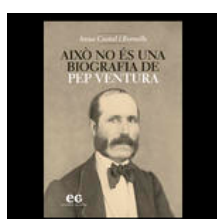
- [Número 81, gener 2020](#)  
Número 81, gener 2020
- [Número 80, octubre 2019](#)  
Número 80, octubre 2019
- [Número 79, juliol-setembre 2019](#)  
Número 79, juliol-setembre 2019
- [Número 78, juny 2019](#)  
Número 78, juny 2019
- [Número 77, maig 2019](#)  
Número 77, maig 2019

**Veure tots els números de L'ESMUC digital**

# Gent Esmuc

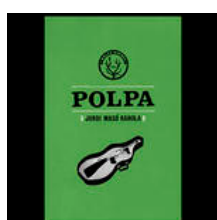


La música és efímera, però de tant en tant es solidifica. El grup d'estudiants o graduats que ja editen el seu primer disc, el professor que n'afegeix un altre a la seva carrera, la recerca o la darrera partitura publicada: tot té cabuda en el *Gent Esmuc* que, un cop al quadrimestre, es fa ressò de la nombrosa activitat editorial vinculada a l'Escola. Podreu trobar aquests títols i molts d'altres, llistats, catalogats i disponibles, a la biblioteca.



## Una no - biografia de Pep Ventura

Anna Costal desconstrueix el mite nacional de les sardanes i la tenora



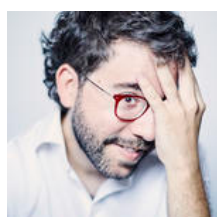
## Polpa, de Jordi Masó

Un llibre i quinze disfresses



## Clarinet Solo de Josep Fuster

Explotant el so del clarinet en solitari



## Carles Marigó: Moments

Entre Schubert i Rachmaninoff, Marigó: essència humana creativa



## Cos i música

Pràctiques conscients per a la millora de la interpretació musical



## Danzas Españolas

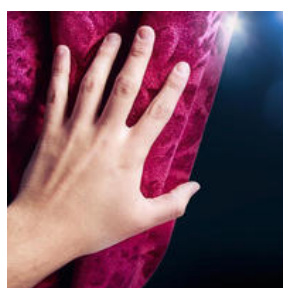
Granados por Cañizares: una nova visió guitarrística de Granados

## Contingut Actual

Número 68, maig 2018

## Destacats

- La música té la paraula
- L'entrevista
- Article
- La tònica dominant



- Por escènica
- La revista ESMUCdigital no es fa responsable de les idees i opinions expressades pels seus col·laboradors en els articles.

## Contingut Anterior

- Número 24, gener 2014
- Número 22, novembre 2013
- Número 23, desembre 2013
- Número 54, gener 2017
- Número 25, febrer 2014

## Números anteriors

- Número 81, gener 2020  
Número 81, gener 2020
- Número 80, octubre 2019  
Número 80, octubre 2019
- Número 79, juliol-setembre 2019  
Número 79, juliol-setembre 2019
- Número 78, juny 2019  
Número 78, juny 2019
- Número 77, maig 2019  
Número 77, maig 2019

**Veure tots els números de L'ESMUC digital**

# Una no - biografia de Pep Ventura

Anna Costal desconstrueix el mite nacional de les sardanes i la tenora



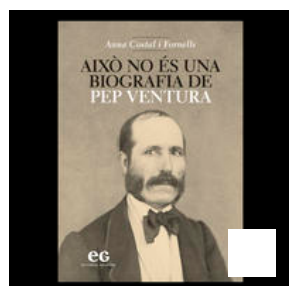
Jordi Orell Villalonga  
Estudiant de Musicologia de l'ESMUC

Posa't en contacte

Gent Esmuc

Altres publicacions

0



Els musicòlegs —o aquells que algun dia aspirem a fer d'aquesta disciplina la nostra professió— de vegades pequem d'inconsciència. A l'hora d'escollir l'objecte de la ressenya per aquest número de *Esmuc Digital* vaig decantar-me per [Això no és una biografia de Pep Ventura](#) (Editorial Gavarres, 2018) la nova publicació de l'[Anna Costal](#) que, actualment, és professora meua d'una matèria que emmarca aquest llibre.

Com bé ens relata la presentació signada pel musicòleg Jaume Ayats, l'element generador d'aquest llibre va ser fa uns quants anys quan, després d'una conversa amb ell, Costal empenqué un viatge que la portà a dedicar-se en cos i ànima a aquest «objectiu vital»: l'estudi de la figura del «reformador de la cobla» [Pep Ventura](#) i la música popular catalana del XIX.

Fins el punt que s'acabà doctorant amb el tema i el llibre que tenim entre mans no és sinó una transformació divulgativa de la seva [tesi](#). I aquest aspecte divulgatiu es fa ben present al llarg de tot el text. Amb una literatura àgil i amena, però alhora detallista i plena de contingut, l'autora obre en deu capítols deu portes a deu temàtiques per abordar el món de la sardana i la música en general a Figueres —i per extensió a l'Empordà i Catalunya— en una dècada prou [intensa](#) político-socialment parlant com la compresa entre 1863 i 1872. L'exercici formal és tan ric que fins i tot els capítols s'estructuren tots de la mateixa manera: una plana amb una fotografia d'època, una amb una cita de premsa i deu —altre cop— planes de text amb la reproducció d'una partitura al final; sense oblidar l'extensíssim aparat crític.

Costal, doncs, va desconstruint els grans tòpics creats per la historiografia al voltant de la figura de Ventura. No només això sinó que també ens descobreix un personatge i una societat —on la divisió ciutat/ruralitat és difumina— moderna, que s'adapta i assumeix molt més ràpidament del que podríem pensar avui dia les tendències provinents d'Europa i Amèrica. No sols musicals, sinó també polítiques, amb un republicanisme federal en auge impulsat per figures com [Josep Anselm Clavé](#) enfront al [carlisme](#) i als monàrquics. Ventura és, alhora, un músic romàntic i virtuós que toca el clarinet al [Teatre Principal de Figueres](#), fet que li permet entrar en contacte amb partitures de músiques molt diverses i conegudes a l'època —ballables d'arreu, òperes, sarsueles...— que anirà incorporant al repertori de la seva cobla i portarà als pobles d'arreu de la demarcació de Girona; tot i que molts estudiosos posteriors ho hagin obviat per no encaixar en l'ideal catalanista. Precisament aquest catalanisme polític conservador i burgesat que es comença a articular en aquests anys necessita de la construcció —o codificació— d'uns elements culturals (lingüístics, musicals, artístics, etc.) únics, immutables i propis per bastir els seus fonaments ideològics. Aquesta utilització ja es va començar a fer evident en vida seva quan, els anys 70 del segle XIX, a les primeres festes de la Mercè va ser convidat amb moltes altres manifestacions de cultura popular d'arreu del territori principatí. És tanta la quantitat d'informació continguda en tant poc espai, que no acabaria mai aquesta ressenya.

Per acabar, i tornant al principi del llibre, no voldria deixar de dir que compta amb la presentació escrita des de Brussel·les del conseller de Cultura a l'exili Lluís Puig i Gordi, que ens recorda que en moments de canvi com l'actual en què s'està repensant el país també cal desconstruir els mites. A què esteu esperant per llegir-lo?

## Això no és una biografia de Pep Ventura: L'Empordà romàntic, revolucionari i espectacular

Anna Costal i Fornells

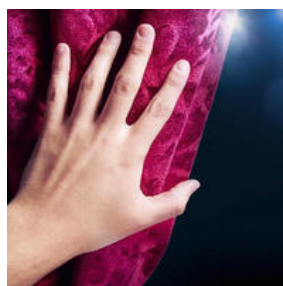
Figueres: Editorial Gavarres, 2018

## Contingut Actual

Número 68, maig 2018

## Destacats

- La música té la paraula
- L'entrevista
- Article
- La tònica dominant



- Por escènica
- La revista ESMUCdigital no es fa responsable de les idees i opinions expressades pels seus col·laboradors en els articles.

## Contingut Anterior

### Números anteriors

- [Número 81, gener 2020](#)  
Número 81, gener 2020
- [Número 80, octubre 2019](#)  
Número 80, octubre 2019
- [Número 79, juliol-setembre 2019](#)  
Número 79, juliol-setembre 2019
- [Número 78, juny 2019](#)  
Número 78, juny 2019
- [Número 77, maig 2019](#)  
Número 77, maig 2019

**Veure tots els números de L'ESMUC digital**

Comentaris (0)

+ Afegir un comentari

# Polpa, de Jordi Masó

Un llibre i quinze disfresses



Miquel López García  
Estudiant de Musicologia  
de l'Esmuc

Posa't en contacte

## Contingut Actual

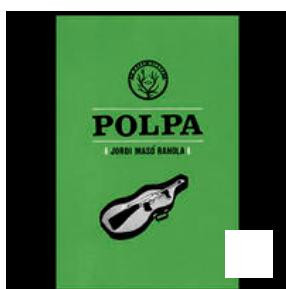
Número 68, maig 2018

## Destacats

- La música té la paraula
- L'entrevista
- Article
- La tònica dominant

Gent Esmuc

Altres publicacions 0



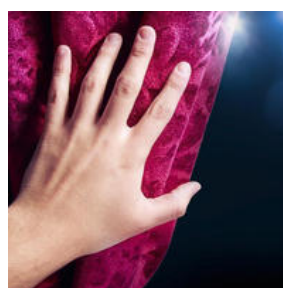
El reconegut pianista i escriptor [Jordi Masó](#) (1967), professor de l'Escola, publica *Polpa*, un *paperback* de petit format però —ja em disculpareu el joc de paraules— amb molt suc. I si demano disculpes no és tan sols per aquesta mostra d'humor poc escaient, sinó perquè la “polpa” a la qual es refereix Masó és una de ben diferent.

La polpa era el material de baix cost (i qualitat) que s'utilitzava antigament per fabricar el suport d'alguns gèneres de narració popular com ara les historietes de quiosc, el que els coneixedors de l'argot anomenarien ficció *pulp*. Doncs bé, seguint amb el joc de paraules, puc afirmar que tot i que l'edició de [Males herbes](#)—elegant i pràctica— pretengui superar amb qualitat aquelles típiques del *gènere pulp*, les pàgines del llibre de Masó encara transpiren polpa. No només per una qüestió de format o de temàtica

(del tot variada dins les fronteres que l'artificialment anomenada literatura popular concep), sinó sobretot per l'estranya proximitat que desprenen els relats que s'hi recullen. Per molt inversemblants o estrambòtics que alguns puguin semblar —són evidents les referències a Kafka o Borges—, el lector les assumeix sense conflictes, sense prejudicis, pràcticament com qui llegeix una crònica de successos, fet que, al cap d'avall, no s'allunya gens dels principis del relat *pulp*. A Masó no li cal ambientar-nos en escenaris sofisticats i llunyans per fer-nos encisar amb les seves novel·letes, sinó tot el contrari. La proximitat narrativa, el tracte tendre i meditat amb els personatges, i els aires d'intimitat que desprenen hipnotitzen el lector, que sovint es converteix en un agent més del desenvolupament de l'acció. Això es torna evident en històries com ara “Pensió grèvol”, en la que ens erigim com una mena de demiürgs omnipotents, creadors del món on s'esdevé el relat; “L'àlbum fotogràfic de Frédéric Parés”, al qual donant-li un cop d'ull ens convertim en els últims testimonis indirectes de la vida d'un compositor, o “Polpa (Un conte *pulp*)”, on el nostre paper s'aproxima al de director de fotografia d'un *thriller*, seguint i resseguint el pla descrit en un *storyboard* de narració impecable. *Polpa*, doncs, és un llibre carnavalesc, que amb relats de mai més de 30 folis aconsegueix disfressar-nos, fer-nos sentir lectors diferents. Narradors amb caràcter propi, cadascun amb el seu bagatge i la seva connexió particular amb els agents de la trama, encara que aquests personatges sovint no tinguin cap relació amb el nostre “jo” real, amb els valors que ens caracteritzen a nosaltres mateixos quan no estem absorts en la lectura.

A més del “L'àlbum fotogràfic de Frédéric Parés” ja citat, els interessats en la literatura de temàtica musical trobaran referències del seu gust a “L'art del pastitx” i “Ampolla al mar”. Així i tot potser se sentiran una mica orfes al comprovar que més enllà de les picades d'ullet d'aquests tres relats, la música no és en cap cas un dels principals detonadors argumentals de l'obra.

Amb l'esperança d'haver sabut ressenyar aquest llibre més empàticament que Valeri Nebot, fictici autor de l'epíleg que el clou, i sobretot d'escapar del seu tràgic destí —no continuo amb l'*spoiler*—, tanco aquest breu escrit recomanant-vos novament que us deixeu seduir per aquest petit homenatge a la polpa, a aquella literatura fantàstica de la “petita tradició” que tots i totes ens podem fer nostra.



- Por escènica
- La revista ESMUCdigital no es fa responsable de les idees i opinions expressades pels seus col·laboradors en els articles.

## Contingut Anterior

### Números anteriors

- [Número 81, gener 2020](#)  
Número 81, gener 2020
- [Número 80, octubre 2019](#)  
Número 80, octubre 2019
- [Número 79, juliol-setembre 2019](#)  
Número 79, juliol-setembre 2019
- [Número 78, juny 2019](#)  
Número 78, juny 2019
- [Número 77, maig 2019](#)  
Número 77, maig 2019

**Veure tots els números de L'ESMUC digital**

### Polpa

Jordi Masó

Males herbes, 2016

Comentaris (0)

+ Afegir un comentari

# Clarinet Solo de Josep Fuster

Explotant el so del clarinet en solitari

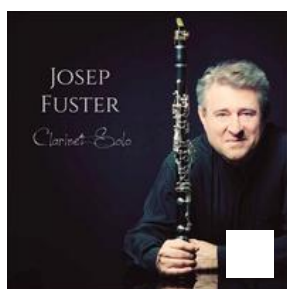


Tània Castell  
Estudiant de Musicologia  
de l'Esmuc

Posa't en contacte

Gent Esmuc

Altres publicacions 0



**Josep Fuster** és un músic nascut a Vilanova de Castelló, València. Els seus estudis passen per diversos conservatoris, com el superior de València i el de Barcelona. Entre els seus professors destaquem els mestres V. Romero, J. Talens Sebastià, J. Panyella i J. Tordera. Actualment és professor de clarinet i de música de cambra a l'Escola Superior de Música de Catalunya des de la seva fundació i solista a l'Orquestra Simfònica de Barcelona i Nacional de Catalunya des del 1993.

Al llarg de la seva vida ha sigut invitat a diferents orquestres simfòniques com poden ser l'[Orquestra Nacional d'Espanya](#), la New American Chamber Orchestra, l'[Orquestra Simfònica del Gran Liceu](#), l'[Orquestra de Cadaqués](#)... amb les quals ha realitzat gires de concerts per països de tot el món com poden ser Alemanya, França, Holanda, Itàlia, Estats Units i Japó.

En l'àmbit de música de cambra ha realitzat grans aportacions. És cofundador de grups com Harmonia quintet de vent, [Barcelona 216](#), Diabolus in Musica i [Kammart Ensemble](#). A més dels grups que ha fundat, ha participat en altres grups de cambra de prestigi, com el [Cuarteto Glinka](#), el [Cuarteto Quiroga](#) o l'[Orpheus Quartet](#). També ha fet col·laboracions amb importants pianistes, per exemple, [Albert Attenelle](#), [Eulàlia Solé](#) i [Dolors Cano](#), entre altres.

Des del 2005, Isabel Hernández és la companya de duets de Fuster, amb qui ha realitzat diversos enregistraments de música per a clarinet i piano. Els discos que ha gravat amb aquesta pianista són *Música virtuosa para clarinete i piano*, vol. I, II, III i IV, les dues sonates de Brahms, i *Homenaje a Weber y Rossini*. Les crítiques que ha rebut per aquets treballs han estat molt positives.

Entre els enregistraments de Fuster hi trobem l'obra integral per a clarinet del compositor Jesús Rodríguez Picó. Ha realitzat diverses estrenes, el *Quintet de la Sala del Llevant per a clarinet i quartet de corda* de [Xavier Benguerel](#), *Clarinet concertino* de [Jordi Cervelló](#), el concertino per a clarinet *Luces del Alba* de [Zulema de la Cruz](#) i la *Fantasia para clarinete* per a clarinet, cordes i petita percussió de [Juan Medina](#), totes aquestes obres dedicades a ell.

A més dels enregistraments individuals o de música de cambra, també ha realitzat gravacions per a [Catalunya Música](#), [Radio Nacional espanyola](#), [Radio France](#) i la Ràdio Holandesa. Entre els segells discogràfics amb què ha participat hi trobem noms com [Hyades Arts](#), Stradivarius, [Ediciones Moredada](#), [Anacrusi contemporània](#), [Columna música](#) i [Ars harmònica](#).

Ha rebut dues vegades la màxima consideració per part de la crítica internacional pels seus enregistraments del quintet de clarinet i quartet de corda de Mozart, Weber, Krommer, Bärmann, Spohr i Reicha amb el quartet Glinka.

La seva última aportació al món musical és el seu disc *Clarinet Solo*. En aquest últim treball se'ns presenta un Josep Fuster d'una manera més nua. Per primera vegada, el so del clarinet apareix en solitari i podem veure les possibilitats de l'instrument a un nivell superior. En aquest disc s'hi troben peces del segle XX i XXI de compositors com Koch, Brotons, Stravinsky...

Una vegada més, compositors li han confiat la seva obra a Fuster. De fet sis de les catorze composicions són primeres gravacions mundials ([Brotons](#), [Rodríguez Picó](#), [Niblock](#), [Olm](#), [Meseguer](#) i Pascual) i gairebé totes estan dedicades al clarinetista.

Un dels grans reptes de l'interpret en aquest disc va ser l'obra *Chansons innocentes* de Rodríguez Picó, obra pensada per a dos clarinets però interpretada per un. Un cop escoltat l'enregistrament es pot afirmar que Fuster compleix totes les expectatives i les supera amb un gran domini tècnic i un resultat sublim.

Resumint, al disc de Fuster hi trobem un intèrpret amb un fraseig molt característic i natural, acompanyat d'un so dens, ple i compacte. És un estil amb contrastos però mai sonen violents ni forçats, són sempre naturals.

Destaca per la gran varietat d'atacs i la importància de les pauses i els silencis. És un disc que qualsevol amant del clarinet hauria d'escoltar, ja que ens mostra el clarinet en el seu màxim esplendor.

## Contingut Actual

Número 68, maig 2018

## Destacats

- La música té la paraula
- L'entrevista
- Article
- La tònica dominant



- Por escènica

- La revista ESMUCdigital no es fa responsable de les idees i opinions expressades pels seus col·laboradors en els articles.

## Contingut Anterior

### Números anteriors

- **Número 81, gener 2020**  
Número 81, gener 2020
- **Número 80, octubre 2019**  
Número 80, octubre 2019
- **Número 79, juliol-setembre 2019**  
Número 79, juliol-setembre 2019
- **Número 78, juny 2019**  
Número 78, juny 2019
- **Número 77, maig 2019**  
Número 77, maig 2019

**Veure tots els números de L'ESMUC digital**

### Clarinet solo

Inxa Josep Fuster

Columna música, 2017

# Carles Marigó: Moments

Entre Schubert i Rachmaninoff, Marigó:  
essència humana creativa



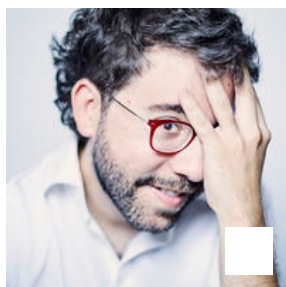
Maria Traver  
Estudiant de Musicologia  
de l'Esmuc

Posa't en contacte

Gent Esmuc

Altres publicacions

0



[Carles Marigó](#) destaca per ser un dels pianistes que sobresurt de l'escena musical catalana i internacional actual. És un músic polifacètic: intèrpret, compositor, arranjador i educador musical. Els seus projectes professionals van des de la música clàssica i el jazz fins al *funky* i la música tradicional, apropant-se també a la pintura i el teatre. La seva trajectòria la protagonitzen la interpretació, la creativitat i la improvisació.

Carles Marigó (1986) és graduat en interpretació musical en l'especialitat de piano a l'Esmuc i titulat en el Màster d'Estudis Avançats en Interpretació. A les dues titulacions, que va estudiar amb Vladislav Bronevetsky, aconseguí matrícula d'honor. Premiat amb la Beca pel [Consell Nacional per la Cultura i les Arts](#) (CoNCA), amplià la seva formació en el Conservatori de Moscou ([Tchaikovsky Moscow State Conservatory](#)).

El jazz i la [improvisació](#) són matèries que amplien la seva formació amb músics com [Xavier Dotras](#), [Ignasi Terraza](#) i [Juan de la Rubia](#). Ha rebut premis en concursos nacionals i internacionals, tant de piano com de composició. Actualment, Marigó és professor a l'Esmuc i a l'[IEM](#) (Instituto de Educación Musical), basat en la improvisació com a sistema pedagògic.

L'any 2016 es va publicar [Moments](#), disc que conté els Moments Musicals de Schubert i Rachmaninoff i dues improvisacions a partir d'aquestes obres. El contingut del disc es divideix en dos blocs diferenciats entre els dos compositors. Les obres incloses al disc recullen diferents èpoques dins del repertori pianístic, Carles Marigó les aprofita per fer un recorregut per les seves habilitats interpretatives. Cal comentar que durant tot el disc trobem que la versatilitat de l'intèrpret forma bona part de la música, exigent tècnicament i a la vegada molt expressiva.

[Six Moments Musicaux](#) (1823-1828), de [Franz Schubert](#) (1797-1828), és un conjunt de sis peces curtes per a piano solista que funcionen com petites obres de concert. Cal destacar la interpretació captivadora de Carles Marigó amb les línies melòdiques extremadament cuidades i també la definició que en fa de l'estructura formal de cadascuna de les peces, ficant al centre d'atenció el caràcter que exigeix cadascuna d'elles. Aquesta obra destaca per la definició dels petits motius que constitueixen les línies melòdiques i les diferents dinàmiques que ens transporten a un lloc imaginari i ens expliquen una història que la defineixen els diferents moviments. Ens endinsa a una reflexió més profunda a través del tempo, més reflexiu però a la vegada visceral. A continuació, l'intèrpret es manté al marge per entrar energèticament a l'[Allegro vivace](#) en fa menor, que contrasta amb les peces anteriors per la insistència rítmica, turmentada. L'última, l'[Allegretto](#) en la bemoll major, ens retorna al punt inicial, tornem al lloc on ha començat el viatge on ens ha transportat la música i l'excel·lent interpretació de Carles Marigó.

A continuació, sentim la [Improvisació](#) que en fa Carles Marigó a partir dels *Moments Musicaux*, juganer rítmicament, melòdicament i harmònica. Veiem línies melòdiques trencades, com inacabades i insistent, seguides de l'experimentació rítmica del piano perculint les cordes. En aquest moment, retornem a la música contemporània i passem a una escolta més analítica que passiva, posant atenció a les diferents tímbriques que l'intèrpret ens ofereix.

Els [Six Moments Musicaux](#) (1896) de [Serguéi Rachmaninoff](#) que segueixen la *Improvisació* són molt més virtuosístics i expressius que els de Schubert. Sembla que l'intèrpret se sent més còmode i amb major llibertat interpretativa. Canvis en les dinàmiques, línies i fraseig, harmonia i elaboracions rítmiques caracteritzen l'obra. Carles Marigó domina aquest repertori a la perfecció, versàtil tècnicament, és molt més exigent.

Finalment, arriba la *Improvisació* amb Marco Mezquida, és la peça que més destaca del disc, amb la utilització del llenguatge musical pianístic de la música clàssica dels segles XX i XXI, però també del jazz.

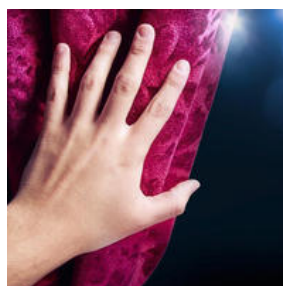
Per concloure, m'agradaria destacar aquest disc com un recull de diferents maneres d'entendre i interpretar la música, des de principis a finals de segle XIX fins als nostres dies. Carles Marigó demostra que té una gran capacitat interpretativa per llegir i transmetre més enllà del que hi ha escrit a la partitura.

## Contingut Actual

Número 68, maig 2018

## Destacats

- La música té la paraula
- L'entrevista
- Article
- La tònica dominant



- Por escènica
- La revista ESMUCdigital no es fa responsable de les idees i opinions expressades pels seus col·laboradors en els articles.

## Contingut Anterior

### Números anteriors

- [Número 81, gener 2020](#)  
Número 81, gener 2020
- [Número 80, octubre 2019](#)  
Número 80, octubre 2019
- [Número 79, juliol-setembre 2019](#)  
Número 79, juliol-setembre 2019
- [Número 78, juny 2019](#)  
Número 78, juny 2019
- [Número 77, maig 2019](#)  
Número 77, maig 2019

**Veure tots els números de L'ESMUC digital**

### Moments: Schubert, Rachmaninof, Marigó

Carles Marigó  
Seed, 2016



# Cos i música

Pràctiques conscients per a la millora de la interpretació musical



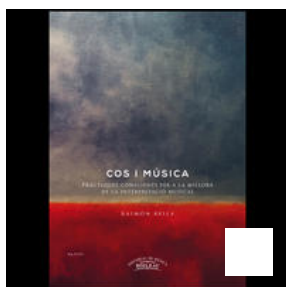
Xavier Tudela  
Estudiant de Direcció de l'Esmuc

Posa't en contacte

Gent Esmuc

Altres publicacions

0



Raimon Àvila ens ofereix una presa de consciència pel que fa al cos i a la ment amb el seu nou llibre *Cos i música*, després d'*Impulsos* i *Moure i commoure*, entre alguns títols destacats i relacionats amb el moviment corporal. L'autor és professor de l'Institut del Teatre i també imparteix classes de formació corporal a casa nostra, l'Esmuc.

A través de la lectura, ens fa adonar que, tal com vivim actualment, hem de ser efectius amb tot i no errar en res. Aquesta creença de "no em puc permetre l'error" genera ja una por que impedeix el flux continu del que venim a oferir al públic, bé siguem actors, músics o artistes en general.

Tenir la ment enfocada a no cometre errors és ja un signe clar que no fluïm; estem pendents de coses futures que no han passat, i això fa que no visquem el present, l'ara, de forma conscient i vivencial. Exemplificant-ho

amb una analogia: tensem l'arc, apuntem i disparem. El tema esdevé en voler encertar la diana quan tenim el cos completament immòbil i inflexible i la ment plena de por.

La primera part del llibre ens explica els problemes físics que impedeixen que aquesta fletxa sigui llançada assertivament, però això comporta ésser un bon observador de si mateix i, per tant, requereix desenvolupar una característica fonamental per avançar i que esdevé el magnífic nexce que englobarà totes les idees plantejades al llibre: descobrir-se a si mateix/a.

Aquest descobrir-se pot resultar complicat si no es té un llibre on la matèria sigui consistent, perquè així també puguem beneficiar-nos de resultats igualment sòlids. Per això resulta tan complicat, si no impossible, elaborar un sistema que englobi tots els aspectes possibles de la nostra naturalesa, no només pel que fa a la música o l'actuació. En aquest sentit, doncs, és un bon llibre per començar-ho a indagar.

Fins a quin punt estem programats mentalment a ser d'una determinada manera i/o tocar d'una altra? Tots aquests aspectes són condicionants com a artistes perquè conformen la nostra percepció del món i la relació que tenim amb els altres. Un punt interessant és que utilitza frases de grans pensadors, artistes o fins i tot mestres Zen en la tècnica del tir amb arc per aclarir-ho. Això fa que sigui més filosòfic i agradable a l'hora d'entendre aspectes abstractes artístics. Tanmateix, fa al·lusió a certes analogies orientals que, seguint la idea que Carl Gustav Jung planteja en la psicologia sobre la religió occidental i oriental, no s'acaben de percebre perquè no tenim les seves arrels mil·lenàries per comprendre-les adequadament, però que potser, a través d'una pràctica física i conscient, es podrien arribar a intuir. Crec, per això, que algunes citacions dels mestres orientals estan posades per aclarir-ho des d'un altre punt de vista i que tampoc hauria de preocupar massa a qui ho llegeixi.

En tot el llibre, responent al "coneix-te", es recorda un motiu, cosí-germà d'aquest, que és la resposta a la pregunta "per quin motiu faig el que faig?". La resposta és "per ser lliure". Per tal que hi hagi llibertat, hi ha d'haver un coneixement profund dels comportaments de cadascú. Això fa que, si hi ha el més important, que són les ganes d'endinsar-se al cau de la madriguera, el llibre sigui una simple excusa per descobrir-se, perquè aquest canal estigui net i la comunicació no sigui interrompuda, perquè tot flueixi de manera natural tant pel que fa al cos com pel que fa a la música. Aprofitant una citació que hi apareix d'Alfred Brendel: "A vegades es té la impressió que l'obra s'interpreta per ella mateixa".

El llibre camina entre una paradoxa de "no-dual", per les idees Zen i Tao que s'hi esmenten, i "dual", que és el pensament occidental i la necessitat de respondre totes les preguntes que tenim. En el fons, i decantant-nos cap a la idea d'Unitat, sabem del cert que és l'ego qui fa preguntes, i l'ego és un sistema de pensaments sense sentit. Si, en canvi, mirem cap a l'altre sistema de pensaments, tan lògic com el no-dual, ens trobem que hi ha una infinitat d'emocions i de preguntes per a les quals no tenim una resposta. Aquestes preguntes que tenim i que formularem de manera inconscient, poden veure's imantades en respostes tals com "has de fer això" "hauria de fer això" o "no has de fer allò" "hauria de fer allò altre". Depenent de l'observador, aquestes gairebé cent pàgines es poden convertir en un dogma de fe musical, en una gènesi per explorar l'infinit món del nostre ésser o, fins i tot, descobrir que moltes idees tenen semblança amb les d'alguns pioners de la bioneuroemoció com Enric Corbera o Montserrat Batlló.

Prendre consciència esdevindria, llavors, la clau fonamental per netejar el camí rocós i embardissat cap a una interpretació lliure, i el Raimon ens ho mostra a través del cos, a través d'una observació conscient sobre la nostra personalitat i, també, a través de les nostres creences. Finalment conclou amb un batut de possibles problemes físics que genera cada instrumentista en el seu respectiu instrument.

## Contingut Actual

Número 68, maig 2018

## Destacats

- La música té la paraula
- L'entrevista
- Article
- La tònica dominant



- Por escènica

- La revista ESMUCdigital no es fa responsable de les idees i opinions expressades pels seus col·laboradors en els articles.

## Contingut Anterior

### Números anteriors

- Número 81, gener 2020  
Número 81, gener 2020
- Número 80, octubre 2019  
Número 80, octubre 2019
- Número 79, juliol-setembre 2019  
Número 79, juliol-setembre 2019
- Número 78, juny 2019  
Número 78, juny 2019
- Número 77, maig 2019  
Número 77, maig 2019

**Veure tots els números de L'ESMUC digital**

**Cos i música. Pràctiques conscients per a la millora de la interpretació musical**

Raimon Àvila  
Boileau, 2018

Comentaris (0)

[+ Afegir un comentari](#)

# Danzas Españolas

## Granados por Cañizares: una nova visió guitarrística de Granados



Jaume Estalella  
Estudiant de Musicologia  
de l'ESMUC

Posa't en contacte

Gent Esmuc

Altres publicacions 0



En commemoració del l'Any Granados el passat 2017, el professor de guitarra flamenca de l'escola, [Juan Manuel Cañizares](#), va presentar una trilogia en què interpreta transcripcions realitzades per ell mateix d'obres pianístiques del gran compositor. Les *Danzas Españolas* ocupen el primer volum d'aquesta trilogia. Val a dir, però, que no és pas el primer cop que Cañizares realitza un treball d'aquest caire, ja que la trilogia s'engloba dins una sèrie d'enregistraments dedicats a la transcripció de peces clàssiques inspirades en el flamenco o el folklore espanyol en general. Aquest àlbum de les *Danzas Españolas* reflecteix aquest elogi i prolongat treball d'acostament de la música clàssica i la guitarra flamenca, tan necessari per a dos mons a vegades més hermètics del que seria convenient. Des d'institucions com l'ESMUC hem d'aplaudir l'establiment d'aquest tipus de ponts que suposen un enriquiment mutu molt interessant.

Pel que fa a l'obra de Granados, es tracta d'una obra de joventut escrita entre 1883 i 1889, durant la primera estada del compositor a París. Reflecteix el nacionalisme musical de la seva època, que portà molts compositors de la tradició clàssica a inspirar-se en el folklore del seu país d'origen. Tanmateix, les peces no estan basades en melodies populars reals, aquestes només serveixen com a inspiració. Per altra banda, l'obra també s'emmarca dintre de la tradició pianística "de saló" del París de l'època —Meca de tots els pianistes d'Europa— a la qual Granados s'estava veient exposat per primer cop en aquesta primera expedició de joventut. Les peces, tot i la seva senzillesa estructural, sovint basades en una forma A-B-A, presenten una gran sensibilitat i domini de la tècnica i llenguatge pianístics.

La tasca de transcripció mai és fàcil, molt menys quan volem passar l'obra un instrument amb un registre de vuit octaves a un altre amb poc més de tres. És farragós, i en molts casos finalment impossible, respectar el caràcter original de la peça, la qual cosa obliga a prendre decisions que l'alteraran, posant al transcriptor en el punt de mira de puristes que li retrauran l'adulterament del sentit original. Tanmateix, al meu entendre, aquest "adulterament" és inevitable i, d'alguna manera, desitjable, en el sentit que, si la transcripció és bona, el resultat hauria de ser una nova obra, basada en l'original, però amb nous matisos, noves virtuts i defectes. Això és exactament el que ha produït Cañizares amb les *Danzas*, i es fa evident des del track primer, *Galante*, en què el que al piano era un petit contracant en les veus interiors es transforma en un potent *picao* que capta tot el protagonisme, per sobre del que originalment era la "melodia principal". També ho podem constatar en els primers compassos de la *Sardana* (track 8), en què el que els petits dibuixos en el registre agut, que es queden sonant com campanes per sobre el bordó de do, es converteixen en unes molt guitarrístiques brodadures, de caràcter molt diferent, o en la forma exquisida de realitzar els mordents i altres embelliments per part de Cañizares, d'una forma inimitable en un piano però tanmateix tan adient amb l'obra. Per altra banda podem constatar també alguns moments en què la transcripció, intentant imitar el piano de Granados, es queda una mica curta. Penso sobretot en un cert passatge de la *Rondalla Aragonesa*, amb unes interessantíssimes segones menors al registre baix que generen un efecte realment tens. En aquest cas, el lligat de guitarra, que no permet que les dues notes sonin alhora generant la tensió, fa perdre la gràcia original al passatge, sense aportar algun altre al·licient comparable. Malgrat tot, és això el que fa interessant aquest treball: l'adaptació i negociació entre el llenguatge pianístic i clàssic de Granados i la guitarra flamenca de Cañizares, que dona un nou sentit a l'obra, tancant el camí d'anada i tornada de la tradició i folklore espanyols al piano clàssic i de nou a la tradició espanyola a través de la guitarra flamenca. També és això el que el separa d'altres transcripcions i interpretacions per a guitarra realitzades per innumerables guitarristes clàssics des de Segovia a John Williams, ja que aporta una nova perspectiva sobre la obra.

Finalment, m'agradaria fer esment a un altre aspecte de l'enregistrament que, sense ser per a res una novetat, genera un efecte que em sembla molt interessant i adient. Em refereixo al fet que les dues guitarres del disc siguin interpretades per Cañizares. Això aporta, al meu entendre una unitat de so, dinàmica i *feel* general que genera la il·lusió que tot està tocat per una sola guitarra, conservant així, d'alguna manera, amb el caràcter d'obra per a solista de l'original, en comptes de convertir-la en un duet pròpiament dit.

### Granados Por Cañizares: Danzas Españolas

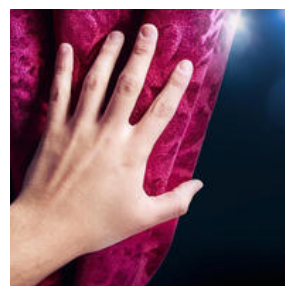
Juan Manuel Cañizares, guitarra  
Discogràfica: JMC Music, 2016

## Contingut Actual

Número 68, maig 2018

## Destacats

- La música té la paraula
- L'entrevista
- Article
- La tònica dominant



- Por escènica
- La revista ESMUCdigital no es fa responsable de les idees i opinions expressades pels seus col·laboradors en els articles.

## Contingut Anterior

### Números anteriors

- **Número 81, gener 2020**  
Número 81, gener 2020
- **Número 80, octubre 2019**  
Número 80, octubre 2019
- **Número 79, juliol-setembre 2019**  
Número 79, juliol-setembre 2019
- **Número 78, juny 2019**  
Número 78, juny 2019
- **Número 77, maig 2019**  
Número 77, maig 2019

**Veure tots els números de L'ESMUC digital**

# Música i esport

## Una aproximació metodològica a la planificació de l'estudi



Guillem Lluís  
Graduat en l'especialitat de tuba/bombardí per l'ESMUC

Posa't en contacte

Article

Altres publicacions

0



Abans de començar a llegir aquest article, lector, m'agradaria que fessis una mica de retrospectiva. Pensa en quantes vegades, al llarg del teu aprenentatge musical, algú t'ha posat èmfasi en buscar la millor manera d'estudiar. Em refereixo, és clar, a alguna cosa que vagi més enllà de quantes hores cal tocar al dia o a la setmana.

Aquesta pregunta va donar lloc a l'article que ara tens a les mans. La necessitat de respostes condueix a la recerca d'un mètode de planificació de l'estudi que sigui aplicable a qualsevol pràctica instrumental; en aquest cas, plantejat des del punt de vista de la teoria de l'entrenament.

### 1. Introducció

Si ens parem a analitzar el mètode d'estudi que tenim els músics, probablement ens adornarem d'una cosa: que sovint tenim de tot menys un mètode.

La majoria de vegades, el problema recau en el fet que ningú ens ha ensenyat com estudiar. Aprenem molt, és cert. Aprenem tècnica, fraseig... Però no aprenem a aprendre. Així, en el moment que ens trobem sense la guia d'un professor o d'algú més experimentat que ens pugui aconsellar, és molt possible que no arribem a assolir el nostre màxim rendiment. Les tipologies tradicionals d'estudi ja no satisfan les nostres necessitats.

La pràctica instrumental evoluciona, i si volem seguir-ne el ritme, ja no en podem tenir prou amb competir sobre quantes hores som capaços d'estudiar al dia. Per tal de garantir uns òptims resultats, cal que la qualitat de l'estudi sigui sempre la millor que ens puguem oferir.

### 2. El concepte d'entrenament

Si volem trobar un mètode que ens permeti arribar al màxim rendiment de la nostra pràctica instrumental, tenim un bon punt de partida en la teoria de l'entrenament esportiu.

El concepte d'entrenament és molt ampli. Malgrat que la seva faceta més habitual està relacionada amb el món de l'esport, en realitat "entrenar" és "preparar algú per a una activitat determinada". Per tant, l'entrenament és també aplicable a la música.

L'entrenament es caracteritza per tres factors bàsics: és *optimitzat*, i per tant busca millorar al màxim el rendiment de l'individu; és *sistemàtic*, i per tant planificat en el temps, i té a veure amb la *capacitat d'acció*; és a dir, amb el rendiment potencial que pot desenvolupar la persona entrenada, però també amb la disposició que aquesta persona té a assolir-lo.

En els propers apartats s'estudiaran més al detall les característiques pròpies de la planificació d'un entrenament i com aquest pot ser portat a la pràctica en l'àmbit musical.

### 3. Algunes definicions

#### 3.1. Principis de l'entrenament

Per tal que l'entrenament funcioni i es puguin assolir els resultats desitjats, existeixen una sèrie de normes bàsiques a l'hora de planificar-lo i dur-lo a terme. Les més rellevants són:

- **Estímul eficaç:** cal un esforç òptim per a la millora del rendiment. Si l'esforç és massa lleuger no produirà canvis en l'organisme, i si és massa elevat influirà negativament en el rendiment.
- **Relació òptima entre esforç i descans.**
- **Periodització:** es busquen estímuls diferents segons els objectius de cada període d'entrenament.
- **Individualització.**
- **Modelatge:** l'entrenament ha d'estar enfocat a la fase final o de realització, en la qual s'assoleixen el màxim grau de rendiment i els objectius prioritaris.
- **Possibilitat de realització:** els objectius han de ser realistes i planificats en el temps.
- Entre d'altres...

#### 3.2. La càrrega

La càrrega és un dels conceptes clau de la teoria de l'entrenament. Fa referència a la valoració del grau d'esforç d'una activitat, i està subjecta a diferents variables:

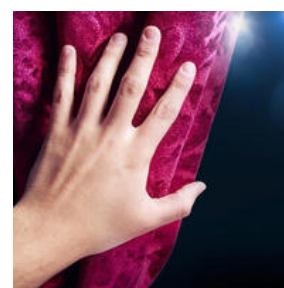
- **Continguts de la càrrega:** valoren l'especificitat; és a dir, la semblança que tenen els exercicis d'entrenament amb la fase de realització.
- **Naturalitat de la càrrega:** engloba les mesures quantitativa i qualitativa de la càrrega. Es divideix en dos aspectes principals:
  - Volum. És la mesura quantitativa de la càrrega. Determina la durada total dels estímuls aplicats sobre l'organisme.

## Contingut Actual

Número 68, maig 2018

## Destacats

- La música té la paraula
- L'entrevista
- Article
- La tònica dominant



- Por escènica

- La revista ESMUCdigital no es fa responsable de les idees i opinions expressades pels seus col·laboradors en els articles.

## Contingut Anterior

- Número 24, gener 2014
- Número 22, novembre 2013
- Número 23, desembre 2013
- Número 54, gener 2017
- Número 25, febrer 2014

## Números anteriors

- **Número 81, gener 2020**  
Número 81, gener 2020
- **Número 80, octubre 2019**  
Número 80, octubre 2019
- **Número 79, juliol-setembre 2019**  
Número 79, juliol-setembre 2019
- **Número 78, juny 2019**  
Número 78, juny 2019
- **Número 77, maig 2019**  
Número 77, maig 2019

**Veure tots els números de L'ESMUC digital**

- **Intensitat.** És la mesura qualitativa de la càrrega. Es calcula tenint en compte la dificultat de la tasca i la percepció de l'esforç que té l'individu.

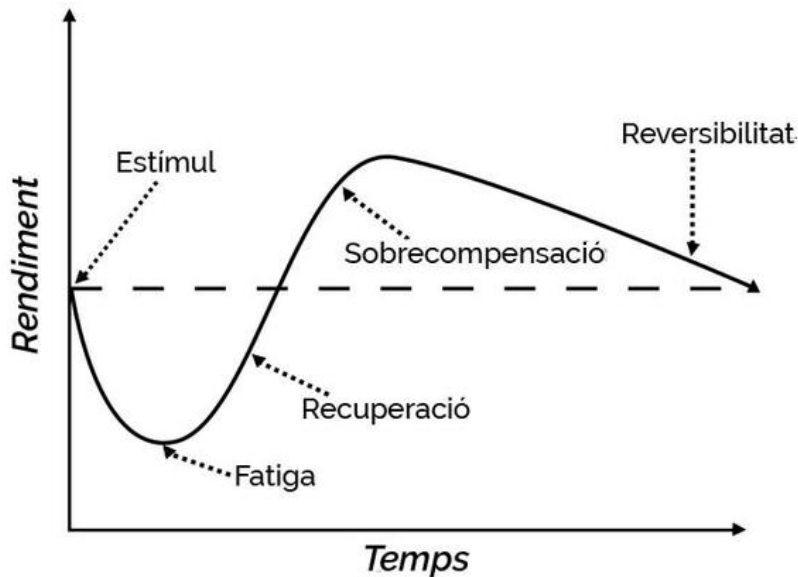
Donat el caràcter subjectiu que té, per a poder aplicar el concepte d'intensitat a la planificació d'entrenament cal establir una referència. Parlem d'intensitat relativa quan es compara la intensitat d'una tasca amb el potencial màxim que pot desenvolupar la persona en aquesta, i d'intensitat mitjana quan es calcula la intensitat d'un període d'entrenament sencer.

- **Organització de la càrrega:** es tracta de la distribució de la càrrega en el temps, tenint en compte els continguts i la naturalesa d'aquesta.

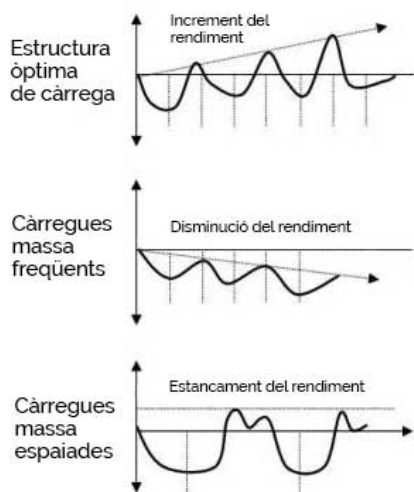
### 3.3. Els mecanismes d'entrenament

L'objectiu de l'entrenament és l'adaptació de l'organisme a les característiques de la tasca que ha de desenvolupar. Per a poder aconseguir-ho, se segueix un procés cíclic i progressiu, que es divideix en cinc fases molt relacionades entre elles:

## Procés de sobrecompensació i adaptació



- **Càrrega:** és l'aplicació d'un estímul, que comporta una baixada temporal del rendiment.
- **Fatiga:** com a conseqüència de l'aplicació d'una càrrega.
- **Recuperació:** és el retorn a l'equilibri corporal. Es poden donar diversos tipus de recuperació:
  - Pauses completes. Es busca la recuperació completa de l'organisme.
  - Pauses incompletes. Es busca la recuperació parcial entre càrregues.
  - Recuperació passiva. Es basa en el descans total.
  - Recuperació activa. Es basa en l'aplicació de càrregues de molt baixa intensitat que contribueixen al manteniment del nivell de forma.
- **Sobrecompensació:** és el període de canvi del rendiment posterior a la recuperació. Pot ser:
  - Positiva. Es dona si el temps de recuperació ha estat òptim. El rendiment augmenta.
  - Nul·la. Es dona si el temps de recuperació ha estat excessiu. El rendiment es manté.
  - Negativa. Es dona si el temps de recuperació ha estat insuficient. El rendiment empitjora.



- **Adaptació:** és la millora del rendiment que té lloc gràcies a la combinació d'esforç i descans. Representa alhora el final d'un cicle d'entrenament i l'inici del següent.

## 4. Com es planifica l'estudi?

De la mateixa manera que en l'entrenament esportiu, si es vol treure el màxim benefici de l'estudi de l'instrument cal optimitzar temps i resultats.

La planificació de l'estudi passa per una sèrie d'etapes, que s'explicaran a continuació. L'objectiu prioritari és arribar a la fase de realització (en què es duren a terme les principals actuacions, concerts, etc.) en el màxim estat de sobrecompensació, i, per tant, en el millor estat de rendiment possible.

A l'hora de planificar, és necessari tenir en compte que es tracta d'un procés cíclic i a llarg termini. Els objectius s'hauran de distribuir en el temps i en funció de l'evolució de l'individu. A més, també s'ha de tenir present que per a poder parlar d'un entrenament complet no n'hi ha prou amb la planificació: cal realitzar-lo.

### 4.1. Anàlisi prèvia

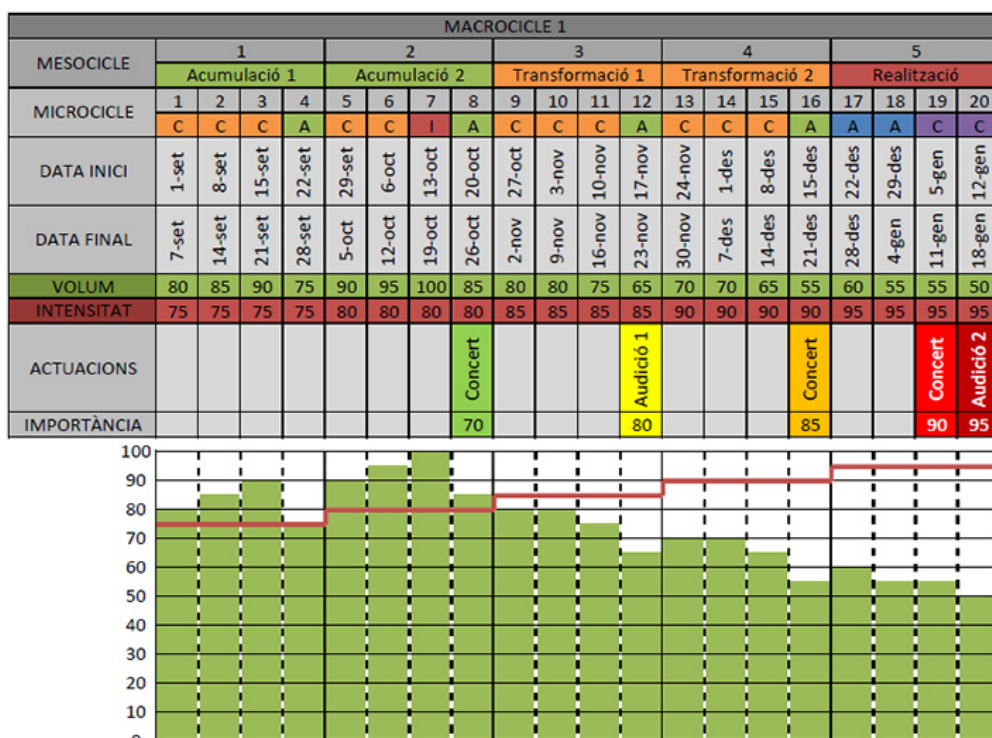
El primer pas en la construcció d'una planificació d'estudi és molt bàsic. Cal saber què s'estudia, per què, com, qui, quan i per a què.

L'anàlisi prèvia defineix les característiques pròpies d'allò que es vol treballar, la valoració del nivell de forma que té l'individu abans de l'inici del període d'entrenament i els objectius que s'hauran d'assolir durant les diferents etapes d'aquest.

#### 4.2. Organització del calendari i les estructures d'entrenament

- **Periodització:** es busca l'adequació del calendari segons els objectius i actuacions principals. A continuació s'exposen, de més petita a més gran, les unitats periòdiques que componen la planificació:
  - Sessió. És la unitat estructural de qualsevol entrenament. Consta de tres parts, que són essencials i relacionades entre elles: introducció teòrica i escalfament (preparació del cos i la ment per a l'activitat que es durà a terme), part principal o desenvolupament (aplicació de càrregues específiques de cada tasca) i part final o tornada a la calma.
  - Microcicle. Està format per entre 2 i 14 sessions, encara que la durada més habitual és d'una setmana. Segons els tipus de càrregues que s'apliquen, en podem distingir sis tipus:
    - Ajust: microcicles preparatoris o de recuperació entre càrregues, volum i intensitat baixos.
    - Càrrega: microcicles de desenvolupament, càrrega mitjana.
    - Impacte: microcicles amb càrrega elevada, generalment per un augment al màxim del volum.
    - Activació: preparatoris per a la competició (o concerts).
    - Competició: on es desenvoluparan les actuacions principals.
    - Recuperació: microcicles amb càrrega molt baixa o nul·la.
  - Mesocicle. És el període de temps que comprèn entre 2 i 8 microcicles. Es classifiquen en:
    - Acumulació: mesocicles de preparació general; es busca un augment del volum i de la tolerància a la càrrega.
    - Transformació: mesocicles de preparació cada vegada més específica; es busca un augment d'intensitat.
    - Realització: mesocicle en què s'assoleix el màxim estat de sobrecompensació, i en què es duen a terme les actuacions i concerts principals.
    - Transició: recuperació i enllaç entre la fase de realització i el cicle d'entrenament següent.
  - Macrocycle. És el procés complet d'entrenament amb una fase de realització. Sol durar mig any o un any.
- **Programació i disseny:** un cop s'ha dividit el calendari, cal definir les característiques que tindrà cada període en quant a:
  - Continguts. Són les tasques destinades a assolir objectius concrets. Poden estar relacionats amb:
    - Capacitats físiques: força, resistència, amplitud de moviment... (sí, els músics també les necessitem).
    - Tècnica: ús econòmic i òptim de les capacitats físiques en la pràctica de l'instrument.
    - Tàctica: entesa com la unió de capacitats físiques i psicològiques que intervenen en la interpretació musical.
    - Preparació intel·lectual.
    - Factors actitudinals i afectius.
  - Mitjans. Són els elements que recolzen l'estudi: materials que s'utilitzen i informació que es dona per a realitzar-lo.
  - Mètodes. Estableixen l'organització de continguts, mitjans i càrrega per a una tasca determinada. Es classifiquen segons la seva continuïtat, variacions d'intensitat, durada, tipus de pauses...
  - Dinàmica de càrregues. Es refereix al mètode d'organització de la càrrega. Podem parlar de:
    - Càrregues regulars: es mantenen els mateixos tipus d'activitats al llarg de les diferents fases.
    - Càrregues accentuades: en cada fase es treballa més a fons una especialitat determinada, però sense deixar de banda la resta.
    - Càrregues concentrades: cada fase està dedicada específicament a un o dos tipus d'activitat.

#### Exemple de gràfiques de planificació:



CONTINGUTS											
TÈCNICA											
Desenv											
Mant											
Aj / Rec											
LECTURA A VISTA / ESTUDIS...											
Desenv											
Mant											
Aj / Rec											
CAMBRA / CONJUNT											
Desenv											
Mant											
Aj / Rec											
REPERTORI											
Perf											
Rep											
Apr											

#### 4.3. Realització i control

Com s'ha esmentat anteriorment, no hi ha entrenament sense realització. Així doncs, per tal que una planificació d'estudi tingui sentit, s'ha de portar a la pràctica, intentant seguir sempre el pla inicial, però fent-hi les adaptacions que calguin segons la informació que es vagi rebent.

Cal una contínua avaluació i retroalimentació de l'estudi; s'han de valorar aspectes com l'efectivitat dels mètodes, l'assoliment dels objectius i el nivell de forma a què és capaç d'arribar l'individu. Tot això s'utilitzarà com a punt de partida del següent cicle de planificació.

LLEGENDA			
ABREVIACIONS		MICROCICLES	
Desenv	Desenvolupament	A	Ajust
Mant	Manteniment	C	Càrrega
Aj / Rec	Ajust / Recuperació	I	Impacte
Perf	Perfeccionament	A	Activació
Rep	Repetició	C	Competició
Apr	Aprenentatge	R	Recuperació

#### 5. Riscos: sobreentrenament i sobreestudi

Ara bé, què passa si les condicions d'entrenament o d'estudi no són les adequades? Un problema habitual que comparteixen esportistes i músics és l'alteració del rendiment per excés d'exigència. En esport, aquest fenomen es coneix amb el nom de *sobreentrenament*. És un problema greu que ha donat peu a nombrosos estudis, i sobre el qual encara es treballa.

En el món de la música també existeix aquest problema, que es podria anomenar *sobreestudi*. La tendència habitual de molts músics és la d'acumular un volum d'estudi massa elevat, sovint amb la creença que això contribuirà a una millora significativa del rendiment, quan realment ocorre tot el contrari.

El sobreentrenament pot arribar a conduir a un estat de fatiga acumulada o crònica, acompanyada d'irregularitats del son, disminució de la concentració, alteracions negatives en la conducta, augment de la probabilitat de patir lesions... Per tant, provoca una gran baixada de rendiment.

Les causes del sobreentrenament són diverses: pot ser degut a una mala planificació, a la manca de comunicació, a l'estil de vida... Malgrat tot, en la majoria dels casos es deu a una gran falta d'informació. El desconeixement provoca en els músics allò amb què els esportistes han combatut els darrers anys.

Per tal de fer-hi front, el millor que es pot fer es prevenir-lo. El coneixement i una bona comunicació entre entrenador i entrenat (o els seus equivalents, com ara professor i alumne) són eines eficaces que cal tenir sempre en compte.

Si, tot i així, es dona un cas de sobreentrenament, el primer que és necessari fer és una adaptació urgent de la planificació d'estudi: reduir immediatament la càrrega, promoure la recuperació activa i, fins i tot, no fer les actuacions o concerts que hi hagués programats. En última instància, cal recórrer a consell mèdic.

Fa falta entendre que no és important la quantitat d'estudi que duem a terme, sinó la qualitat d'aquest. De fet, la millora més important del rendiment es produeix en augmentar la intensitat, no el volum. No es tracta d'evitar l'esforç; es tracta de trobar-ne el nivell òptim.

#### 6. Expressió, comunicació i llenguatge emocional

Fins ara, en aquest article s'ha parlat de la part més quantificable de la música. No obstant això, la interpretació musical també presenta altres factors en un terreny una mica més abstracte.

Tenen a veure amb la preparació intel·lectual (competències relacionades amb la concentració, la capacitat d'anàlisi i avaluació, la metacognició, l'heurística...) i amb els factors actitudinals i afectius (expressivitat, comunicació, llenguatge emocional...).

Està clar que aquests continguts pertanyen a un terreny molt més ampli que aquell que es pretén abastar en aquest article. També es poden entrenar: amb altres tasques, altres mètodes. Tanmateix, caldria un estudi molt més extens per a poder tractar-los amb la profunditat que es mereixen, i de fet ja existeixen investigacions en aquest àmbit.

Així sí, tots els aspectes intel·lectuals i emocionals de la música no són per a res incompatibles amb la realització d'una planificació d'estudi basada en la teoria de l'entrenament; ben al contrari, poden arribar a complementar-se de manera absolutament enriquidora. La millora dels aspectes quantificables de la música, i del rendiment de la pràctica instrumental (tècnicament i tàctica), contribuirà a la millora global de la nostra interpretació.

#### Referències

Bompa, Tudor O. *Periodization theory and methodology of training*. Champaign: Human Kinetics, 1999. ISBN 0880118512.

Dick, Frank W. *Principios del entrenamiento deportivo*. Barcelona: Paidotribo, 1993. ISBN 8480190701.

García Manso, Juan Manuel; Navarro Valdivieso, Manuel; Ruiz Caballero, José A. *Bases teóricas del entrenamiento deportivo: principios y aplicaciones*. Madrid: Gymnos, 1996a. ISBN 8480130539.

García Manso, Juan Manuel; Navarro Valdivieso, Manuel; Ruiz Caballero, José A. *Planificación del entrenamiento deportivo*. Madrid: Gymnos, 1996b. ISBN 8480130547.

Grosse, Manfred; Starischka, Stephan; Zimmermann, Elke. *Principios del entrenamiento deportivo*. Barcelona: Martínez Roca, 1998. ISBN 8427012098.

Harre, Dietrich. *Teoría del entrenamiento deportivo*. Buenos Aires: Stadium, 1987. ISBN 9505310951.

Mora Vicente, Jesús (coord). *Teoría del entrenamiento y del acondicionamiento físico*. [s.l.]: COPLEF Andalucía, 1995. ISBN 8488588003.

Platonov, Vladimir Nikolajevic. *La Adaptación en el deporte*. Barcelona: Paidotribo, 1991. ISBN 8486475732.

Solé Fortó, Joan. *Teoría del entrenamiento deportivo*. Barcelona: Sincropat Sport, 2008.

Ulatowski, Tadeusz. *La teoría del entrenamiento deportivo*. [Madrid]: Solidaridad Olímpica, 1975.

**Comentaris (0)**

[+ Afegir un comentari](#)



# Por escènica

Com pensar-la, com preparar-se, com gestionar-la



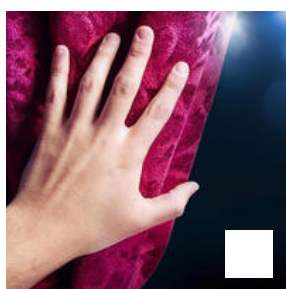
Raimon Àvila  
Llicenciat en dansa contemporània, escriptor i professor de l'ESMuc

Posa't en contacte

La música té la paraula

Altres publicacions

0



Segons la neurociència la por és una emoció que s'ha generat al llarg de l'evolució per respondre a estímuls amenaçadors. [1] Les reaccions corporals que desencadena tenen a veure, per tant, amb estratègies automatitzades de protecció o d'atac destinades a afavorir la nostra supervivència. [2] És i ha estat útil durant molt de temps i en moltes situacions. En d'altres, però –com pot ser el cas de la por escènica i altres situacions que causen angoixa psicològica–, el mecanisme de la por ens va a la contra, ens perjudica. Sobretot quan sobrepassa un determinat llindar a partir del qual en comptes de fer-nos prudents i assenyats, ens torna rígids i maldestres. Sigui com sigui, l'emergència de la por escènica, en la mesura que respon a una situació avaluada com a potencialment perillosa, no és res que es pugui evitar, perquè, almenys en el seu desencadenament, es dona automàticament. No ens n'hem de sentir, doncs, responsables. Passa a

pesar nostre. El desencadenament de les emocions anomenades primàries no el decidim nosaltres. (Per això durant molt de temps se'n van dir passions).

No som responsables de les emocions primàries que es desencadenen en nosaltres; és a dir, del seu desencadenament, però sí de com les sentim, vivim i gestionem.

Si just abans del concert ens envaeix un neguit que no podem evitar, com l'interpretem? Quina importància li donem? Què desencadena dins nostre la percepció d'aquest neguit?

En comptes de negar la por cal dedicar-se, més aviat, a intervenir en allò que sí que podem canviar. Em refereixo al següent:

- Com la penso
- Com em preparo
- Com la gestiono

## Com la penso

Quan pensem en una actuació, en què pensem? On col·loquem mentalment el públic? ¿Damunt nostre, com un jutge que ens observa atentament des de dalt per veure en què ens equivoquem o al mateix nivell que nosaltres, com un receptor interessat en allò que estem dient? No convé veure el públic com un jutge, i sí com un oient que té ganes de sentir-nos. Cal centrar-se, per tant, en l'acte comunicatiu. Hi ha un emissor, nosaltres, que té coses importants a dir a un receptor, que és el públic, que està interessat i desitjós d'escoltar-les. I tot això passa a un mateix nivell. Hem d'imaginar, per tant, l'acte performatiu com un lloc en què només hi ha un nivell, i en aquest nivell es crea un flux en un doble sentit.

Convé tenir cura, doncs, que la imatge en què situem l'activitat escènica sigui sempre favorable, positiva. Aaron T. Beck explica, al seu llibre *Trastornos de ansiedad y fobias. Una perspectiva cognitiva*, com un músic «que creia que el públic estava esperant enxampar-lo en una errada va canviar la imatge i va visualitzar el públic assegut en taules baixetes, prenent cervesa, xerrant i no prestant gaire atenció sinó simplement gaudint de la música com ambientació d'una vetllada agradable» (Beck & Emery 2014: 347). És un exemple que forma part d'un seguit de casos en què la utilització d'imatges ha servit per a reduir situacions percebudes com a amenaçadores.

Normalment, els músics acostumats a tocar en bandes, cobles o grups de música popular, jazz o rock, tenen aquest esquema més incorporat en la seva manera de pensar i entendre l'acte performatiu, i rarament es permeten (mentalment) posar jutges imaginaris a l'auditori, perquè saben que els trenca el flux veritable, plaent i lliure de l'actuació escènica. Tot i que ells també tenen, com tothom, trac escènic en determinades ocasions, saben apreciar-lo i convertir-lo fàcilment en creativitat, excitació i motivació per a tocar, si pot ser, millor que mai.

## Com em preparo

La meva segona recomanació és una estratègia que prepara el «software» neuronal perquè respongui positivament –o, per ser més exactes, al més positivament possible– en el moment de l'actuació.

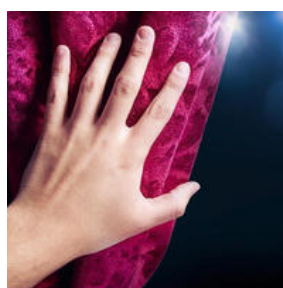
Com que el nedador olímpic Michael Phelps es posava molt nerviós, segons sembla, abans de competir, el seu entrenador, Bob Bowman, va proposar-li un mètode per modificar aquesta tendència i preparar-lo per aconseguir el millor rendiment possible a la piscina. Cada nit, abans d'anar a dormir feia exercicis de relaxació primer i, un cop amb el cos relaxat, visualitzava, després, la propera carrera braçada a braçada. Això ho repetia al matí, en despertar-se. D'aquesta manera arriba a visualitzar amb tant de detall cada competició que quan, el 13 d'agost de 2008, en començar la cursa de 200 metres papallona, l'aigua li entra a les ulleres fins a punt que no li permet veure les línies de referència que hi ha a sota la piscina, no entra en pànic, sinó que, ben al contrari, du a terme exactament cadascun dels moviments imaginats, i guanya la competició tot fent, a més, un nou rècord mundial. Aquesta tècnica, segons explica el mateix Phelps en un article publicat al diari *El País*, el 27 de juliol de

## Contingut Actual

Número 68, maig 2018

## Destacats

- La música té la paraula
- L'entrevista
- Article
- La tònica dominant



- Por escènica

- La revista ESMUCdigital no es fa responsable de les idees i opinions expressades pels seus col·laboradors en els articles.

## Contingut Anterior

- Número 24, gener 2014
- Número 22, novembre 2013
- Número 23, desembre 2013
- Número 54, gener 2017
- Número 25, febrer 2014

## Números anteriors

- Número 81, gener 2020  
Número 81, gener 2020
- Número 80, octubre 2019  
Número 80, octubre 2019
- Número 79, juliol-setembre 2019  
Número 79, juliol-setembre 2019
- Número 78, juny 2019  
Número 78, juny 2019
- Número 77, maig 2019  
Número 77, maig 2019

Veure tots els números de L'ESMUC digital

2012, [3] es completa, a vegades, amb la pràctica de la natació a cegues; és a dir amb unes ulleres pintades expressament de negre.

El que a continuació proposo té molt a veure amb el que feia el Michael Phelps, o, almenys, en part del que feia. Es tracta de visualitzar una activitat futura, en el nostre cas un concert, concurs o audició, i associar-la a un estat corporal determinat.

No cal, evidentment, imaginar cada moviment que farem (tot i que això també pot ser útil) sinó simplement que crear un lligam entre la imatge del concert i una sensació corporal agradable. I que aquesta associació la repetim prou vegades com perquè, quan en el futur aquesta imatge correspongui a una situació real, l'estat corporal associat tendeixi a manifestar-se de la mateixa manera.

Per exemple: a partir que es concreti un dia i una hora d'una propera actuació cal tenir cura que cada cop que l'evoquem, cada cop que algú ens preguntí per ella o cada cop que recordem que l'hem de preparar, en definitiva, cada cop que la imaginem, tinguem cura d'associar aquesta imatge i situació a un estat corporal plaent, a una sensació agradable. Especialment, a la cintura escapular. Notar aire, llum i espai al pit, les espatlles, al clatell. Les zones en què normalment i d'una manera més clara es tensen i tanquen davant d'una amenaça o perill, són les que més especialment convé que sentim obertes, relaxades i plenes de vida. La potència i l'eficàcia d'aquesta segona recomanació rau en el fet que creem un ancoratge, [4] un lligam neuronal, entre una imatge i una sensació corporal. En la mesura en què aquesta associació es consolidi mitjançant un procés de repetició suficientment intens, la sensació tendirà, doncs, a associar-se a aquella imatge.

## Com la gestiono

Just abans de començar l'actuació sol ser el moment en què més ens envaeix la por escènica. Ens calen, aleshores, els recursos que millor ens vagin per centrar-nos i relaxar-nos. Atenció, però: si relaxar-se significa baixar el to muscular general, alentir la respiració i les pulsacions del cor, i entrar en un estat de calma contemplativa, desapassionada i displicent, sembla clar que aquesta mena de relaxació no ens convé. De la mateixa manera que si centrar-se vol dir posar l'atenció mental obsessivament en un sol pensament, tampoc. Hem d'utilitzar, en canvi, els nostres recursos conscients per enfortir el centre, obrir-nos sensorialment i connectar plenament amb el present.

Ara bé, a quins recursos em refereixo? Em refereixo, bàsicament, als següents:

- Alliberar el coll
- Sentir el recolzament del pes a terra, o a la cadira
- Posar la consciència al centre
- Fer el buit, aturar el corrent de consciència, escoltar

### Alliberar el coll

Si ens notem excessivament tensos abans d'actuar, un bon recurs consisteix a començar per deixar anar, alliberar, el coll. Es tracta de fer un moviment petit a les primeres vèrtebres cervicals, d'imaginar-nos que es desenganxa l'articulació de les dues primeres cervicals amb la base del crani, mentre procurem relaxar la musculatura interna del coll i pensem que el cap flota, com si pengés d'un fil que caigués del cel.

Alliberar el coll ens portarà immediatament a una mena de reacció en cadena d'alliberament i relaxació a la resta del cos. Les espatlles s'afluixaran i, si estan aixecades o antepulsionades recuperaran de seguida una posició més baixa i oberta. Un efecte relaxant s'estendrà igualment a través de l'esquena, fins a la pelvis.

### Sentir el recolzament del pes a terra, o a la cadira

Prendre consciència de les sensacions corporals de caiguda del pes i de recolzament és, igualment, una eina de gran utilitat a l'hora de gestionar la por escènica.

Imaginem-nos, doncs, que el cap et penja d'un fil lligat al cel, i afegim la sensació que la resta del cos cau cap avall, a mercè de la gravetat. I notem com tota aquesta força de caiguda és continguda pels suport que ens dona el terra per contrarestar-la. Es tracta de percebre l'agradable sensació de suport que ens manté fermament recolzats a terra. Si fem això, el més probable és que ens envaeixi un sentiment d'estabilitat, seguretat i fermesa. Si estem asseguts en una cadira, podem reconèixer una sensació similar en el recolzament dels isquis a la superfície de la cadira o banqueta.

### Posar la consciència al centre

Aquest recurs consisteix a traslladar-nos mentalment al centre de gravetat del teu cos; viure aquesta part del cos i actuar des d'aquesta part del cos. D'acord amb Dürckheim «l'home temorós, el que té por, i també el vanitos, se sentirà «centrat a la part alta», essent el primer rígid i contret, i el segon, inflat de suficiència. Per contra, l'home que està asserenat i en calma, no se sentirà mai «centrat» a la part alta, sinó sòlidament ancorat a la pelvis, ple de força en els ronyons i en la totalitat del tronc» (Dürckheim 2005: 131). Si la por ens provoca tensió i tancament de les espatlles en una reacció biològica de protecció, l'acció voluntària i conscient de posar atenció al centre del nostre cos facilita l'aparició de l'estat emocional contrari, el de la confiança, l'equilibri i la serenitat.

El professor d'aikido i seitai, Itsuo Tsuda, en el capítol que porta per títol «El ventre que respira», del seu seu llibre *Le non-faire* (1973) explica com els japonesos, quan tenen problemes, recomanen enfortir un punt del ventre anomenat *seika tãndem*. «Creuen que si enfortim aquest punt podem resoldre qualsevol problema» (Tsuda 1973: 183).

Un cop ens hem situat conscientment en el nostre centre, aleshores cal imaginar que és, justament, des d'aquesta part del teu cos des d'a on surt el moviment de la música que interpretem.

### Fer el buit, aturar el corrent de consciència, escoltar

Abans de tocar, finalment, pot resultar útil per aconseguir un estat de disposició a l'actuació, lliure de pors i bloquejos, dedicar uns minuts a escoltar. Escoltar el que ens envolta. Posar l'atenció a percebre el públic. Escoltar-los des del nostre silenci interior. Escoltar els escoltadors. Percebre, a continuació, l'espai que ocupem, la dimensió de la sala o teatre on hem d'actuar, situar-nos conscientment al mig d'aquest espai, estendre la nostra presència fins a l'últim racó. I incorporar, a continuació, el públic dins nostre, com si fos el combustible que alimentarà, durant una estona, el nostre motor central. Treure profit de la seva presència. Deixar-nos guarir, i guarir.

«El verdader artista, abans de sortir a actuar passa per una lleugera dolència que, per sort, el contacte amb el públic cura immediatament», deia Pau Casals (Cester 2013: 17).

Àvila, Raimon (2011) *Moure i commoure. Consciència corporal per a actors, músics i ballarins*, Institut del Teatre, Escrits teòrics.

Àvila, Raimon (2016) *Impulsos. Emoció i qualitat de moviment en l'intèrpret escènic*, Institut del Teatre, Escrits teòrics.

Àvila, Raimon (2018) *Cos i música. Pràctiques conscients per a la millora de la interpretació musical*. Editorial Boileau.

Beck, Aaron T. & Emery, Gary & Greenberg, Ruth (2014) *Trastornos de ansiedad y fobias. Una perspectiva cognitiva*. Desclée De Brouwer

Cester, Anna (2013) *El miedo escénico. Orígenes, causas y recursos para afrontarlo con éxito*, Robin Book.

Damasio, Antonio (2010) *I el cervell va crear l'home. Sobre com el cervell va general emocions, sentiments, idees i el jo*, Destino.

Dürckheim, Karlfried (2005) *Hara. Centro vital del hombre*, Ediciones Mensajero.

Nieto, Albert (2006) *Contenidos de la técnica pianística. Didáctica y aprendizaje*, Editorial Boileau.

Santos, Allan i Lladó, Enric. (2016) *El libro grande de la PNL*. Rigden Institut Gestalt.

Tsuda, Itsuo (1973) *Le non-faire. Ecole de la respiration*, Le courrier du livre.

[1] Segons Damasio «les emocions són programes complexos, en gran part automatitzats i creats per l'evolució» (Damasio 2010: 159).

[2] Damasio descriu així les reaccions corporals de la por: «els nuclis de l'amígdala envien ordres a l'hipotàlem i el tronc encefàlic que causen diverses accions paral·leles. El ritme cardíac canvia, igual que la pressió arterial, el patró de respiració i l'estat de contracció de l'intestí. Els vasos sanguinis de la pell es contrauen. Se secreta cortisol a la sang, que canvia el perfil metabòlic de l'organisme amb vista a un consum d'energia addicional. Els músculs de la cara es mouen i adopten una característica màscara de por. Segons el context en què apareguin les imatges causants de la por, la persona pot quedar-se paralizada i immòbil o fugir corrent de l'origen del perill» (Damasio 2010: 164).

perill» ( 2010: 164). l'intestí. Els vasos sanguinis de la pell es contrauen. Se secreta cortisol a la sang, que canvia el perfil metabòlic de l'organisme amb vista a un consum d'energia addicional. Els músculs de la cara es mouen i adopten una característica màscara de por. Segons el context en què apareguin les imatges causants de la por, la persona pot quedar-se paralizada i immòbil o fugir corrent de l'origen del perill» (Damasio 2010: 164).

[3] Accessible per internet:

[http://deportes.elpais.com/deportes/2012/07/27/juegos\\_olimpicos/1343418383\\_769526.html](http://deportes.elpais.com/deportes/2012/07/27/juegos_olimpicos/1343418383_769526.html)

[4] Concepte extret de la Programació Neurolingüística (PNL). Per a la PNL, un ancoratge és un tècnica que consisteix a associar un gest senzill (fregar-se els dits de les mans, acaronar-se la barbeta, tocar-se l'orella, etc.) a un moment emocional que vulguis evocar per la seva qualitat de benestar, concentració, entusiasme, etc. A còpia de fer el lligam entre aquest gest i aquesta situació s'aconsegueix que acabi funcionant com a propiciador d'un determinat estat d'ànim (Santos i Lladó 2016: 68-79).

Comentaris (0)

+ Afegir un comentari

# Víctor Braojos

"Un pianista ha de conèixer tot tipus de repertori; com més proper als extrems, millor".



Tània Castell  
Estudiant de Musicologia  
de l'Esmuc

Posa't en contacte

L'entrevista

Altres publicacions

0



Víctor Braojos és un pianista de Cardedeu, a punt de graduar-se a l'Esmuc, que tot i ser un músic jove ja compta amb una trajectòria important en el món de la interpretació pianística. Guanyador en múltiples premis com el Concurs Joves Intèrprets de Piano de Catalunya, el Concurs Piano Júnior de Barcelona i el Premi Esmuc Piano Fòrum, entre altres.

He vist que en la majoria de crítiques que han fet de les teves interpretacions les classifiquen com pròpies i personals, fins i tot arribant a denotar-te com a virtuós. Com et definiries tu com a músic?

Hi ha dos elements que jo valoro molt a l'hora d'interpretar, que són la poètica i la retòrica. Fer música es tracta de transmetre un missatge, fer-lo arribar al públic. No considero que el virtuosisme sigui una meta a perseguir. La tècnica, el virtuosisme, són coses que venen amb el temps, amb el treball personal.

Interpretes tot tipus de música. Creus que és important ser un artista polifacètic en aquest aspecte o és millor centrar-se en un període de música o compositor determinat?

Un pianista ha de conèixer tot tipus de repertori i penso que com més ampli, més proper als extrems, millor. Hi ha compositors que tot pianista ha de conèixer com són Bach i Beethoven, i un període com és el romanticisme, ja que han marcat en la història del repertori pianístic. Tot i així cada músic té uns gustos personals que l'inclinen més a un tipus de repertori.

Em sembla bo que un pianista no se centri només en les obres del passat sinó també en les que l'envolten. Al segle XX trobem una tendència a tocar la música del passat, en algunes ocasions oblidant la música del present i no crec que haguem de tornar a caure en aquest error. Per tant, és bo tenir present el passat però mai sense deixar de veure la música del nostre temps.

Segons tinc entès, has tocat i estrenat obres de compositors catalans. És important per a tu donar visibilitat a la música dels autors de la nostra terra?

És molt important donar a conèixer el patrimoni que ens ofereix la nostra terra. Molts compositors d'aquí estan una mica oblidats però tenen una gran qualitat musical. Està bé explorar aquest tipus de música, ja que per l'oient sona com música fresca i en algun cas amb un punt d'exotisme. És una llàstima que molta gent ignori aquest tipus de repertori, ja sigui per desconeixement o falta d'interès.

Arran d'això, què sents quan un compositor et confia la seva obra?

És una il·lusió però a la vegada una responsabilitat. Il·lusió, perquè al fer la primera interpretació d'alguna obra marques com s'interpretarà aquesta obra en un futur proper. Responsabilitat, perquè hi has de posar hores i sacrifici per complir les seves expectatives. Però és una feina que té la seva recompensa.

Consideres el treball amb el compositor important a l'hora de preparar-te una obra?

Una anècdota em va marcar en aquest sentit: quan jo estava a primer de l'Esmuc, el Benet Casablanca estava de compositor resident a l'Auditori i es va fer una masterclass, amb concert posterior d'obres seves. Jo vaig tocar els *Tres aforismes* (1996-2003) per piano i el *Lamento* (2009). Les vaig treballar pel meu compte i amb el meu professor i després vaig passar-les amb el Benet i va canviar totalment la meva percepció de l'obra. Això va despertar el meu interès en aquest mode de treball.

El treball amb el compositor ens ajuda a entendre què vol exactament en cada moment. Comprendre'l canvia la visió global de l'obra i per tant com l'interpretes. El treball amb el Benet em va influenciar tant que he dedicat el meu TFG i part del meu recital a com canvia la interpretació final de les obres pel fet de treballar amb el compositor de les mateixes.

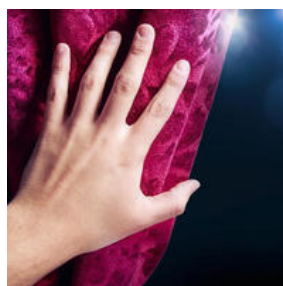
En la teva trajectòria hi ha composicions pròpies. Quina va ser la teva inquietud que va motivar-te a escriure la teva música?

## Contingut Actual

Número 68, maig 2018

## Destacats

- La música té la paraula
- L'entrevista
- Article
- La tònica dominant



- Por escènica

- La revista ESMUCdigital no es fa responsable de les idees i opinions expressades pels seus col·laboradors en els articles.

## Contingut Anterior

- Número 24, gener 2014
- Número 22, novembre 2013
- Número 23, desembre 2013
- Número 54, gener 2017
- Número 25, febrer 2014

## Números anteriors

- **Número 81, gener 2020**  
Número 81, gener 2020
- **Número 80, octubre 2019**  
Número 80, octubre 2019
- **Número 79, juliol-setembre 2019**  
Número 79, juliol-setembre 2019
- **Número 78, juny 2019**  
Número 78, juny 2019
- **Número 77, maig 2019**  
Número 77, maig 2019

**Veure tots els números de L'ESMUC digital**

Vaig començar a compondre amb 14 anys, ja que en tenia ganes i volia expressar alguna cosa que no podia dir amb paraules. La via que vaig trobar per a fer-ho va ser la composició, juntament amb la improvisació, dues pràctiques que per mi tenen una estreta relació.

Feia composicions per piano sol, en una línia bastant tranquil·la, vaig arribar a treure dos discos. Des que vaig entrar a l'Esmuc, vaig deixar una mica de banda la composició perquè em volia centrar en la interpretació. Però sí és cert que he anat provant altres estils i instruments durant la meva estada en el centre, fins i tot una composició per clarinet sol. En un futur m'agradaria seguir component.

## **Al llarg de la teva carrera musical has guanyat molts premis. Què opines dels concursos musicals?**

Els concursos musicals són una experiència que tot músic hauria de viure en algun moment de la seva vida, pel que significa l'experiència en sí i les relacions personals que es formen. Però sempre hem de tenir en ment que els concursos musicals no són l'única via d'obrir-se camí en el món musical i que n'hi ha d'altres. Un exemple que em ve a la ment és el cas de Arcadi Volodos, un gran pianista amb un gran reconeixement en el camp pianístic, però que no ha guanyat cap gran premi.

## **Entre tots els concursos que has participat, quin creus que t'ha marcat més?**

El primer que vaig guanyar i l'últim que he guanyat. El primer era el concurs de piano de Barcelona quan tenia 13 anys. Em vaig presentar perquè el meu professor m'ho va suggerir per passar programa, mai havia anat a cap concurs. Jo en aquell moment encara no sabia si em volia dedicar a la música i allí vaig fer moltes amistats.

L'últim va ser el de Joventuts Musicals de Catalunya, aquest últim estiu. En aquest premi la categoria es determina per l'extensió del programa presentat, el programa que jo portava era massa extens per a la meua categoria, així que vaig decidir presentar-me en la categoria superior on el meu programa sí que hi encaixava. Per la meua sorpresa, vaig guanyar el segon premi en aquella categoria, quedant el primer desert.

## **Actualment, en quins projectes estàs treballant?**

Projectes a curt termini: anar a la Guildhall School of Music and Drama, Londres, gràcies la beca Excellence Scholarship Award, atorgada pel mateix centre. Tinc la sort d'anar a fer un màster de dos anys allí sota la tutela de Martin Roscoe, que és un professor magnífic. És una persona amb les idees molt clares que, crec, em permetrà avançar molt com a músic. És un projecte que em fa molta il·lusió, ja que penso que Londres és un lloc amb moltes oportunitats i contactes.

M'estic plantejant molts més projectes, considero que sóc una persona que sempre té molts projectes al cap. Vull seguir amb el projecte de conèixer la música que es fa en el país. Un futur a més llarg termini, concretament l'any 2020, és l'Any Beethoven. M'estic començant a plantejar projectes que tinguin a veure amb Beethoven però amb una perspectiva diferent, que no sigui només tocar obres del compositor.

Comentaris (0)

+ Afegir un comentari