

PRÁTICA PIANÍSTICA E COORDENAÇÃO MOTORA: RELAÇÕES INTERDISCIPLINARES¹

Gabriel Paolo Gnoatto Tafarel², Maria Bernardete Castelan Póvoas³.

¹ Vinculado ao projeto “Ação Pianística, Análise e Coordenação Motora – Aplicações Interdisciplinares na Organização da Prática e Desempenho Musical”

² Acadêmico do Curso de Música, Opção: Piano – CEART – Bolsista PROBIC

³ Orientadora, Departamento de Música – CEART – bernardetecastelan@gmail.com

Para um pianista experiente, o ato de tocar o instrumento envolve inúmeros hábitos que se sobrepõem ao longo de anos de estudo. Nesse sentido, procedimentos que não são bem planejados e praticados podem gerar consequências negativas que, mais cedo ou mais tarde, atravessam a superfície do incômodo fisiológico para resultarem em problemas crônicos dentre diferentes transtornos de saúde. Como então fundamentar uma rotina sustentável, que traga o aprimoramento contínuo em vez de fadiga, dores ou lesões incapacitantes à longo prazo?

A resposta para esta pergunta é um tanto complexa, pois tanto complexa é a prática pianística. E a grande questão nunca será o “quanto” se deve treinar, mas sim “como” se deve treinar. Existem inúmeros exercícios técnicos para os mais variados tópicos de aprimoramento como escalas, arpejos, saltos, oitavas etc., entretanto, nada será útil se a finalidade bem como a “forma” do movimento não for bem compreendida e assimilada.

Dentro deste paradigma nos confrontamos com as mais diversas escolas sobre técnica pianística, desde as que priorizam a independência dos dedos (HANON, 1873); aquelas que acreditam que o relaxamento e a gravidade são suficientes para o movimento (BREITHAUPT, 1909); até as que procuram exprimir o ato de tocar piano na descrição de músculos, ligamentos e alavancas durante o processo de depressão da tecla (ORTMANN, 1929).

Não obstante, a despeito de todo este acúmulo de informações existe um fator limitante para se considerar, que é a consciência corporal que cada indivíduo desenvolveu sobre a relação intrínseca entre o seu corpo e o instrumento. Ouvimos frases como “o instrumento é a extensão do corpo”, mas como podemos explicar tais alegações de modo objetivo e didático? Como podemos aprimorar e amplificar a consciência sensorial para que qualquer incômodo bem como a capacidade de resolver qualquer dificuldade técnica seja desenvolvida de forma independente pelo estudante?

Conforme a proposta do projeto, nesta pesquisa procurei responder a esta questão dentro do campo da prática pianística, relativo a um conceito que o pedagogo russo Heinrich Neuhaus abordou em seu livro *The Art Of Piano Playing*:

“I sometimes tried, as I said earlier, by means of every kind of metaphor, simile, and comparison to help a pupil to understand what freedom is and to feel it. I compared the arm from shoulder to fingertip with a hanging bridge, one end of which is fixed to the shoulder joint and the other to the fingers on the keyboard. The bridge is flexible and resilient, whereas its supports are strong and firm”. (NEUHAUS, 1973, p. 100).

Segundo Neuhaus, ao tocar piano o braço se comporta como uma “ponte”, onde seus eixos de sustentação são o ombro e os dedos em contato com teclado. Esta ponte tem firmamentos sólidos e bem sustentados, mas ao mesmo tempo é flexível e maleável.

Ao longo deste ano de prática com o instrumento, vislumbrado por densas reflexões e através de um estudo de sensações e da consciência corporal, tive como principal objetivo racionalizar este importante conceito para a compreensão da técnica do piano, corroborado pelo fato de que Neuhaus foi professor de inúmeros eminentes pianistas de projeção mundial como Sviatoslav Richter, Emil Gilels, Radu Lupu, dentre outros.

Para isso, a pesquisa envolveu três dimensões de estudo: o mecanismo de funcionamento da cintura escapular, o treino do movimento lento com tensão mínima e a análise reflexiva das respostas sensoriais a partir de cada movimento executado.

A cintura escapular é o primeiro elo de movimento dentro da cadeia motora da prática pianística (FINK, 1995). Constituída pelos ossos da escápula e clavícula, forma uma complexa arquitetura músculo-articular que governa o movimento dos membros superiores a fim de prover amplitude espacial e a conseqüente regulação dos gestos pianísticos. Deste entendimento, surge uma constatação primordial: a de que o movimento se inicia nos ombros. Se os ombros não estiverem apropriadamente engajados no momento da ação, de nada adiantará exigir dos braços ou dedos que façam o papel de atividade motora, uma vez que o aparato locomotor é uma cadeia fechada e interdependente. Assim, uma obstrução ou ação inadequada em um componente primário impede a plenitude de movimento em um segmento secundário.

Por sua vez, a “ponte de Neuhaus” está intimamente ligada ao funcionamento da cintura escapular, pois é a base de sustentação desta ponte, aquela que fundamenta e dá firmamento à sua estrutura. Desta premissa, o autor e pedagogo Seymour Fink, em seu livro *Mastering Piano Technique* salienta a importância de se realizar exercícios de consciência corporal nesta região a fim de que o aspecto sensorial e cinestésico seja deliberadamente trabalhado enquanto toca-se piano, podendo-se realizar exercícios de protração/retração bem como de elevação/depressão dos ombros.

O autor também aborda outros quatro movimentos correlacionados com a estrutura da cintura escapular. São eles: **oscilação pendular**, em que os braços descrevem movimentos semelhantes a um pêndulo a fim de que se desenvolva flexibilidade, resistência e força de ataque ao pressionar as teclas, podendo também ser utilizado para fins de liberação de tensão; **rotação**, a partir da alternância controlada (preferencialmente com metrônomo) entre pronação e supinação dos braços, para aprimoramento da resposta à fadiga ao se realizar trêmulos e trinados; **ataque de antebraço**, preparado por uma leve fixação do punho e dedos com posterior movimento de flexão e extensão dos braços, sempre observando a sensação cinestésica da cintura escapular, de especial uso em acordes, ostinatos e notas repetidas; e, finalmente, **lateralização** por meio da abdução dos braços e pronação/supinação dos antebraços, movimentos imprescindíveis para que o aparato locomotor abranja toda a extensão do teclado mantendo postura apropriada e alinhada com o eixo de gravidade do corpo.

Desta forma, através da prática regular destes exercícios espera-se justamente aprimorar a consciência corporal bem como a sensação cinestésica da região da cintura escapular, responsável por regular o movimento dos membros superiores envolvidos na ação pianística. Como já mencionado, por se constituir da primeira fase da cadeia motora a ser acionada pelo sistema nervoso, seu estudo e trabalho tornam-se indispensáveis para uma técnica saudável e sustentável.

Outros autores também abordaram direta ou indiretamente o objeto de pesquisa deste projeto, como é o caso de Elizabeth Caland em seu livro *Artistic Piano Playing*, de promissor potencial para um trabalho futuro.

Palavras-chave: Ponte de Neuhaus. Cintura escapular. Consciência Corporal.