

È finalizzato all'ottenimento:

- a) della massima rilassatezza muscolare, in particolare per i muscoli delle spalle e degli arti superiori;
- b) dell'indipendenza tra le dita della stessa mano e tra quelle di una mano dall'altra, con una particolare attenzione rivolta alla mobilità dell'anulare di entrambe le mani;
- c) della pianificazione delle compensazioni e dei bilanciamenti nei rapporti che intercorrono tra il fisico e lo strumento nei suoi principali punti di impatto e per l'organizzazione e il mantenimento delle necessarie ortogonalità degli assi delle due mani nei confronti delle corde.

## TECNICA DI BASE

**Ogni tipo di dinamica sviluppata all'interno degli schemi che seguono dovrà essere soggetta ad un'azione di comando diretto del sistema nervoso centrale con la piena consapevolezza e coscienza del gesto che si pratica.**

### SOLO MANO DESTRA - ALTERNATI - PRATICA DEL TOCCO APPOGGIATO

**L'allenamento completo mirerà all'ottenimento dell'indipendenza delle tre dita indice, medio, anulare con l'impiego, su tutti i sei livelli (corde), delle seguenti formule: i m, i a, m a, m i, a i, a m.**

Ciascuna di esse sarà praticata con il tocco appoggiato e quindi in maniera propedeutica rispetto a quello volante; ogni dito, articolando principalmente la falangetta, senza alcuna flessione, si appoggerà sulla corda successiva. Sulla sesta corda ovviamente il tocco appoggiato non potrà essere praticato.

L'esercitazione completa si svolgerà prima con spostamenti sui vari livelli senza seguire alcuna logica e con le combinazioni di dita che offrono immediatamente la migliore e più naturale agiatezza, ad esempio i m e m i.

Successivamente gli spostamenti non saranno più casuali ma ubbidiranno a particolari formulazioni finalizzate soprattutto all'apprendimento di una dinamica parallela e correlata a carico del polso.

Quest'ultimo dovrà svolgere un ruolo principale sia per il mantenimento costante della corretta angolazione delle dita impedendo la flessione delle falangette sia per salvaguardare l'angolazione a sinistra del punto di contatto dei polpastrelli con le corde tale che sia sempre identica su tutte le corde, **storica peculiarità della scuola chitarristica spagnola.**

La realizzazione di questa funzione si concretizzerà solo quando il polso varierà la sua posizione nello spazio con la identica distanza che intercorre tra la corda di partenza e quella di arrivo, fermo restando che, in tale contesto dinamico, l'immaginario asse della mano destra, si mantenga costantemente ortogonale alle corde e parallelo ai tasti.

Gli esercizi che seguono, nel loro svolgimento, rispettano una precisa logica che può essere descritta verbalmente e quindi compresa e praticata dall'allievo con il vantaggio che nel corso dell'addestramento non dovrà distrarre la sua attenzione a causa della lettura.

È anche preferibile che l'allenamento si svolga propedeuticamente con l'esercizio che obbliga ai movimenti più ampi semplicemente perché su spazi maggiori è più facile, in assenza del maestro, che l'allievo individui l'errore e ne recuperi prontamente la corretta mansione; pertanto si consiglia il seguente ordine:

- a) (1)(6)(1) (1)(5)(1) (1)(4)(1) (1)(3)(1) (1)(2)(1)
- b) (1)(6)(1) (2)(5)(2) (3)(4)(3)
- c) (1)(3)(5) (2)(4)(6) (3)(5) (4)(6) (1)
- d) (1)(2)(3)(4)(5)(6)(5)(4)(3)(2)(1)

Per quanto sopra detto, l'esercizio di cui alla lettera d), apparentemente più semplice, richiederà la massima concentrazione dell'allievo in quanto presenta un maggiore rischio di errori.

La mano destra, prima di spostarsi su un altro livello, percuoterà la stessa corda almeno quattro volte con la formula che dà il massimo agio (ad esempio i m). In questo lasso di tempo l'allievo impegnerà la sua attenzione per controllare se i parametri di base, le angolazioni, le ortogonalità e le compensazioni dell'intero pantografo (omero, gomito, polso, nocche) mantengono i corretti requisiti di stabilità e di rilassamento e soprattutto se la sensazione dell'appoggio del gomito sulla fascia è reale e si mantiene costante.

La performance di quanto sopra descritto dovrà sottostare a delle precise regole:

- 1) la velocità metronomica dovrà inizialmente essere bassissima; si consiglia di collocare il metronomo sul numero 50 ed eseguire un suono ogni due battiti. Tale procedura innescherà sicuramente la preziosa funzione del comando diretto dal sistema nervoso centrale allontanando quello riflesso di pertinenza del sistema nervoso periferico;
- 2) l'obbligatoria ma provvisoria completa eliminazione delle unghie dovrà consentire un'approfondita ricerca sulla produzione del suono che comunque da subito deve risultare robusto, puro e ricco di armonici;
- 3) la mano destra deve sempre apparire, in tutte le sue mansioni, cadente dal polso che la sostiene e quindi staccata e indipendente dall'avambraccio.

This page comes from  
Guitar School:  
<http://www.guitaronline.it>

The URL for this page is:  
<http://www.guitaronline.it/modules.php?name=Content&pa=showpage&pid=7>