

El método CAPTO de aprendizaje pianístico

La ejecución de un instrumento musical con un elevado nivel de exigencia es una de las actividades más complejas y sofisticadas que puede realizar el cerebro humano. La gran demanda que el sistema nervioso ejerce sobre los músculos en el momento de la ejecución de una obra musical es consecuencia de la convergencia de una complejísima coordinación neuro-motriz y del involucramiento emocional del intérprete con su actividad.

En razón de este nivel de complejidad, es deseable que el comportamiento al que lleguen los dedos y las manos de un instrumentista sea parecido al de las piernas y los pies al caminar, o al de la lengua y los músculos faciales al hablar, o al de la mano o el brazo al agarrar un objeto. En otras palabras, es deseable el desarrollo de un tipo de movimiento que puede describirse como autopropulsado. En estos movimientos, el cerebro encuentra la manera más económica y precisa de obtener el resultado deseado, sin dirigir la atención específicamente a los músculos comprometidos en la acción.

En dirección contraria a esto, Susana Bonora ha observado en muchos instrumentistas un fenómeno que podría llamarse de atención muscular excesiva. En estos instrumentistas, la excesiva atención dirigida hacia la forma de ejecutar los movimientos reemplaza al estímulo auditivo que debería invocar y motivar la respuesta del movimiento. Es decir, los movimientos autopropulsados son desplazados, en el aprendizaje, por movimientos preparados concentrados sobre determinadas partes del cuerpo. Así, se pueden generar inmovilidades en las articulaciones y cambios en los puntos de apoyo que impiden el uso pleno y coordinado de la musculatura de todo el cuerpo. Estos movimientos, con la insistencia de la práctica, se vuelven espontáneos y se convierten en parte de un estereotipo de acción del individuo. El efecto conjunto de esta excesiva atención muscular con las exigencias emocionales y físicas de la ejecución musical puede producir resultados indeseables.

En respuesta a esta problemática, observada y descrita formalmente a lo largo de un trabajo de más de 30 años, Susana Bonora ha desarrollado – apoyándose en lineamientos del “Sistema Consciente para la Técnica del Movimiento” de la pedagoga y pianista Fedora Aberastury, con quien Bonora trabajó durante 20 años – un método de aprendizaje pianístico denominado “Correcta Atención Perceptiva para el Total Ordenamiento de la Motricidad” (CAPTO)

Las investigaciones realizadas por Bonora, en su amplia labor docente, sobre la incidencia de las conductas disfuncionales —físicas, perceptivas y emocionales— en el desarrollo instrumental, le han permitido ver que no se logra cambiar un patrón de conducta muscular disfuncional si no se cambia el patrón mental que dio origen a esa conducta. Por ese motivo, definió el concepto de correcta atención perceptiva que dio origen al método. La CAPTO, por medio de ejercicios fundamentalmente vinculados con el ordenamiento de los estímulos perceptivos, permite incidir sobre las estructuras corporales disfuncionales, optimizando las respuestas motrices y emocionales. Los resultados se traducen en una notable economía de tiempo y esfuerzo, que hace innecesaria la práctica excesivamente repetitiva. El trabajo de la CAPTO sobre la atención perceptiva se realiza en dos frentes complementarios: por un lado, ejercicios diseñados por Susana Bonora específicamente para ser hechos en el piano; y, por otro lado, ejercicios que se desprenden del “Sistema Consciente para la

Técnica del Movimiento” de Aberastury, que se realizan fuera del piano e involucran la totalidad del cuerpo. A través de la integración de estos ejercicios en un novedoso método de enseñanza, la CAPTO busca modificar estereotipos disfuncionales, proponiendo un aprendizaje que abandone la atención muscular excesiva y vuelva a poner el foco en el estímulo auditivo como motivador de movimientos autopropulsados que conviertan la ejecución instrumental en un proceso placentero, natural, libre y eficiente.