

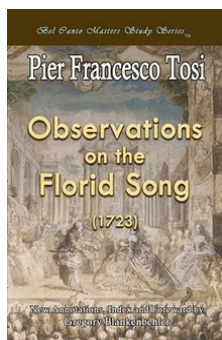
La articulación:

cantar el texto

**¿Cuál es el proceso de emisión de las consonantes?
¿Podemos los cantantes dejar de “tropezar con ellas”?
¿Cuáles son las diferencias reales entre el texto hablado y el texto cantado?**

No dejéis de leer esta nueva entrega del prestigioso profesor de canto David Mason.

ARTICULACIÓN: CANTAR EL TEXTO

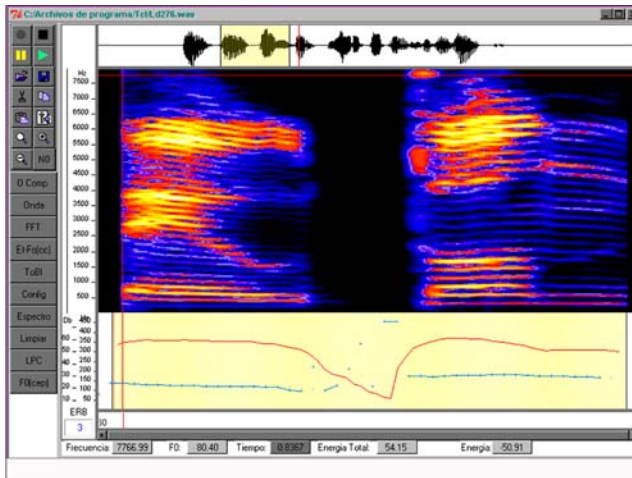


“Sin una buena pronunciación, el cantante le roba al que escucha una gran parte del encanto que la canción que recibe de las palabras y excluye a la fuerza y la verdad. Si las palabras no se pronuncian claramente, no se puede encontrar ninguna diferencia entre la voz humana y el sonido de una corneta o un oboe. Los cantantes no deben ignorar el hecho de que son precisamente las palabras las que les elevan por encima de los instrumentistas.”

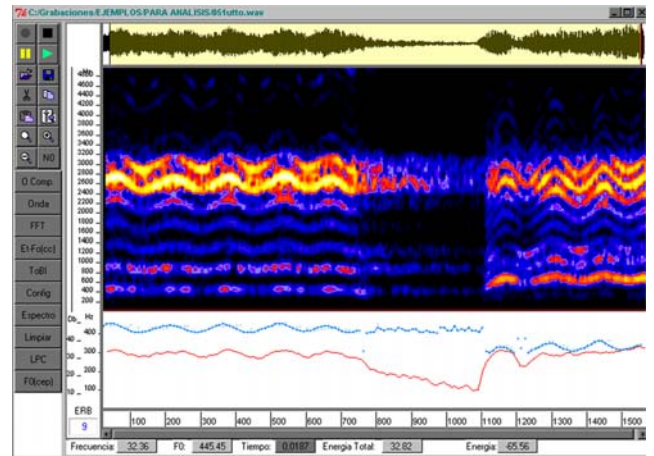
Son palabras de **Pier Francesco Tosi** (1653-1732), un castrato y compositor que, además, dedicó parte de su obra a escribir sobre cuestiones musicales. Es el autor de “*Opinioni de’cantori antichi e moderni*” que es el primer tratado de canto de cierta entidad, nos proporciona una **oportunidad única de conocer de primera mano los aspectos técnicos y sociales de la música vocal del Barroco**. *Opinioni* está dirigido fundamentalmente al profesor de canto, incluye un capítulo y algunos pasajes dirigidos al futuro cantante profesional con consejos sobre el buen gusto, adornos y ornamentos, escena y habilidades “empresariales” para la vida como cantante profesional.

Es fácil olvidar que **la tradición del canto italiano conocido como bel canto comenzó en el siglo XVIII con el objetivo de dar mayor importancia al texto**. María Malibran, la gran soprano del siglo XIX, fue elogiada tanto por sus habilidades declamatorias como por su línea de canto. El **equilibrio entre texto y voz varía de acuerdo al estilo y periodo**. En Mozart, es normal tener una nota por sílaba, en contraste con Bellini, que es fácil que escriba una sílaba importante como un largo melisma. Sin embargo, independientemente del estilo o género de música que vayamos a cantar, tenemos que ser capaces de **combinar las palabras y la melodía**; como puntualiza Tosi, **es una de las cosas que hace que el instrumento vocal sea único**.

En artículos anteriores he descrito los fundamentos de la respiración, fonación, resonancia y vocales. Una vez controlados estos elementos básicos de la técnica vocal, es importante ser capaz de poner la debida atención en el texto, en diferentes idiomas, diferentes estilos, sin poner en peligro la libertad vocal.



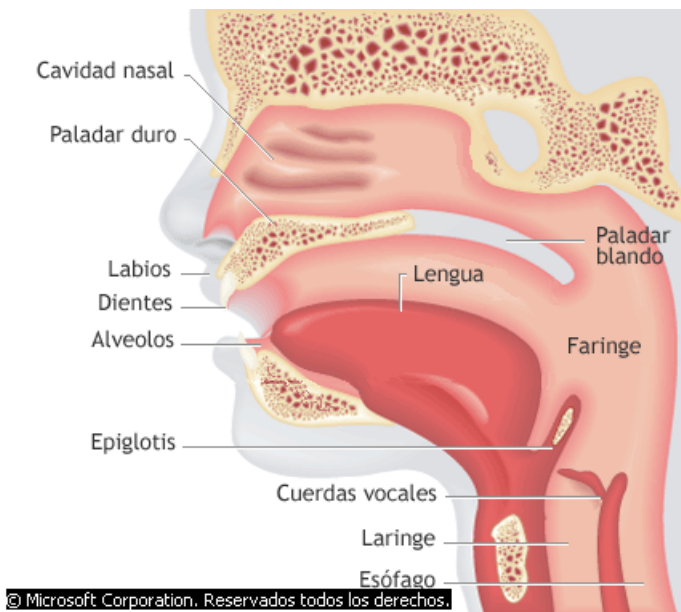
Espectrograma de la t hablada



Espectrograma de la t cantada

Las consonantes se describen teniendo en cuenta **el modo de articulación, el lugar o punto de articulación, y la consideración de sordas o sonoras**. Los ejemplos siguientes están basados en los sonidos del inglés pero los adjuntamos porque, salvando las lógicas distancias, pueden ayudar a clarificar determinados puntos referentes también a las consonantes españolas e italianas. Con pocas excepciones, las consonantes inglesas se estructuran en pares de sordas y sonoras (sordas – las cuerdas vocales no vibran durante su emisión, por ejemplo la /p/ española; sonoras – las cuerdas vocales sí vibran durante la emisión, por ejemplo la /b/ española) .

El primer grupo contiene ejemplos de las consonantes en las que el aire encuentra un bloqueo a su paso por el tracto vocal. Las **seis primeras son oclusivas**, (el aire bloqueado se libera con una leve "explosión"), las **dos últimas africadas** (el bloqueo que encuentra el aire se produce en dos tiempos, un primer bloqueo de tipo oclusivo y un segundo momento en el que el aire continúa saliendo con un bloqueo solamente parcial):



Representación gráfica de todas las estructuras anatómicas implicadas en la fonación.

/p/ /b/ PIN (sorda), BIN (sonora)

/t/ /d/ TAME, DAME

/k/ /g/ KIT, GIT

/tz/ /dz/ CHURCH, JUDGE (parecida a la /y/ española)

Tengamos en cuenta que **en inglés las oclusivas sordas / p /, / t /, / k / son aspiradas**. Si se pronuncia una / p / sin aspiración, como en italiano o en español, puede servir como técnica para corregir la tendencia a emitir con aire: pa, pa pa.

Si exageramos y ampliamos la sonoridad de las oclusivas sonoras / b / / d / y / g /, ello puede ayudar a estabilizar la laringe.



La voz cantada es un instrumento perfecto, capaz de transmitir las emociones más profundas. El canto es la expresión artística a través de la voz; constituye el más hermoso y sutil medio de comunicación que posee el hombre. Al conocer los mecanismos que producen los diferentes sonidos, el cantante amplía sus posibilidades expresivas y afianza sus habilidades técnicas.

El siguiente grupo de consonantes son las **fricativas**. Este modo de articulación se caracteriza por el hecho de que **el aire pasa a través de una abertura estrecha, con lo que se produce un roce o fricación:**

/f/ /v/ FAT (sorda) VAT (sonora, inexistente en español)

/θ/ /ð/ THIN (como el sonido z en español) THIS (d sonora, inexistente en español)

/s/ /z/ SEEN (como la s castellana) ZERO (como la s castellana en 'musgo', s sonora)

/sh/ /z/ MESH, MEASURE (sonido inexistente en español, sh sonora)

/h/ HOT (como una j muy suave)

Las **sibilantes**, repetidas en patrones rítmicos **pueden ayudar a activar la respiración y músculos de apoyo:**

SS, SS, SS, ZZ, ZZ, ZZ, SH. SH, SH, ZH, ZH, ZH (posibles vocalizaciones)

Todas **estas consonantes pueden sostenerse en el tiempo y ayudar así a conseguir el legato.**

Muchos cantantes encuentran muy relajante para la voz vocalizar con /v/. VA, VA, VA

El siguiente grupo son las **nasales**. En la producción de estos sonidos, **el paladar baja y vibra el aire en las fosas nasales**:

/m/ MUMMY

/n/ NANNY

/ŋ/ SING (como la n española en 'hangar')



Cada una de estas consonantes **activa frecuencias específicas que pueden agregar color a nuestro timbre, y a menudo se utilizan para el calentamiento**. NG, en particular, puede ayudar a encontrar una **buena posición de la lengua, y a conseguir la resonancia nasofaríngea**, un componente importante de la 'Impostazione' de la escuela italiana.

El último grupo, las **aproximantes**, son todas de **sonido continuo**. De hecho, los dos últimos grupos, las deslizantes, también se conocen como semi-vocales (no existe en castellano un grupo equivalente a las aproximantes inglesas. En castellano, la /r/ y la /l/ se clasifican como "líquidas").

/l/ LIGHT

/r/ RIGHT

/j/ YET

/w/ WET



¿DÓNDE ESTÁN LAS CONSONANTES?



Este diagrama representa un análisis espectrográfico de las palabras *bab*, *dad* y *gag*.

Las áreas sombreadas oscuras representan las frecuencias características de las vocales...

... y uno esperaría encontrar otra área más oscura que representase las consonantes pero **no hay nada, salvo algunos parches en la parte inferior, que son los de vibración de la sonorización de la consonante**. Sin embargo, al estudiar el diagrama, nos daremos cuenta de que **la frecuencia de los formantes vocálicos cambia durante su duración**. Esto se debe a que la lengua se coloca en la posición articulatoria de la consonante y luego se mueve a la posición de vocal, y viceversa. Como esto cambia la forma de la cavidad de resonancia, las frecuencias de los formantes cambian también.

La consonante casi podría describirse, teniendo en cuenta todo esto, como una parte del sonido vocal. La información acústica que recibimos es mínima, pero suficiente para nuestra percepción de las consonantes.

Todo esto ilustra un punto importante: las **consonantes son movimientos de la lengua y la mandíbula, por lo que su claridad depende de la precisión del movimiento, no de la fuerza.**



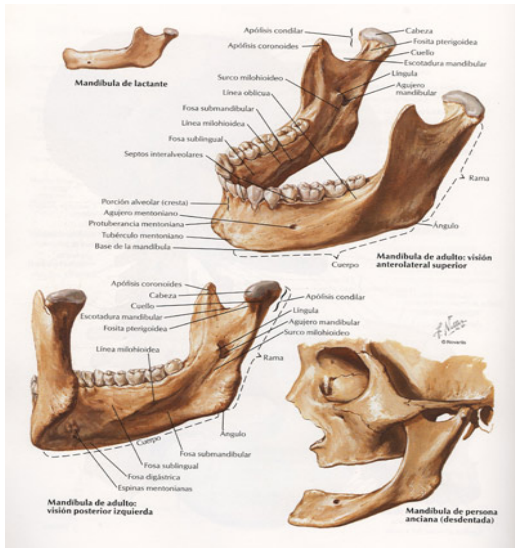
Es casi imposible hacer las consonantes oclusivas más fuertes. Cualquier intento de hacerlo sólo provocará una tensión innecesaria de la lengua y la mandíbula (¡Directores de coro, tomad nota!).

La ejecución suave en un contexto musical, donde los formantes vocales tienen que ser combinados con una melodía, se verá facilitada **si pensamos en la consonante como más grave que la nota cantada (atacándola desde abajo)**. Esto le ayudará a liberar la lengua sin problemas, ya que pasa de la posición de consonante a la posición de vocal.

Puede existir un posible peligro de 'deslizamiento' hacia las notas agudas, especialmente en un contexto coral. Sin embargo, en una pieza de solista, el efecto es, realmente, técnicamente más limpio, y mucho más cómodo. Lo mismo sucede con la sonoridad de las consonantes. Pueden ser expresadas con rapidez en el habla, pero no tanto en la música, sobre todo si hablamos de una nota aguda. El resultado, si aplicamos esta técnica, será una pronunciación más natural.

Por supuesto, **el grado en que las notas pueden ser atacadas desde abajo depende del estilo y el período de la música**. Y yo parto de la base de que tendremos en cuenta siempre el buen gusto al hacer este tipo de ejercicio. Sin embargo, es universal en toda la música popular, y en una gran parte del repertorio clásico y romántico. Escuchad a cualquiera de los grandes cantantes de cualquier género.

La mandíbula y la lengua



Tenemos 29 huesos en el cráneo, 8 de ellos sirven para proteger el cerebro, otros catorce forman una estructura ósea que resguarda los ojos, la nariz y la boca, además de tres diminutos en cada oído y uno en la base de la lengua.

Los huesos del cráneo están firmemente soldados y no están diseñados para moverse independientemente, a excepción de la mandíbula inferior, suspendida bajo el cráneo.

Cualquier tensión innecesaria en la lengua puede dificultar la articulación fluida del texto. Debemos ser totalmente conscientes de que mientras nuestra mandíbula superior es parte de nuestro cráneo, la mandíbula inferior es un hueso independiente que cuelga del cráneo. El uso de la mandíbula inferior no debe afectar a la posición de la cabeza y el cuello.

Ejercicio de mandíbula:

Siente la articulación de la mandíbula, está justo delante de la oreja. Baja la mandíbula, desde la articulación, hasta que los dientes no estén separados más que un centímetro de distancia. Tienes que sentir en un momento determinado que la mandíbula inferior cuelga sin peso. Sin llegar a sonreír, levanta la cara desde la zona de las mejillas a la articulación de la mandíbula. Ahora deberías poder hacer descender a la mandíbula lo suficiente sin permitir que se adelante. Manteniendo esta sensación de ingravidez, baja un poco más la mandíbula y exhala un AH. Respira por la nariz y deja que la mandíbula regrese a su posición inicial neutra y sin peso.

Si repites esto varias veces, sentirás que tu mandíbula está totalmente libre de tensión, y que se mueve sin que ello afecte al cráneo o al cuello. Puedes practicar susurrando consonantes diferentes, TA, LA, KA, etc, siempre manteniendo la lengua tan libre de tensión como sea posible. Repite el ejercicio, alternando el susurro y el canto.

Este ejercicio es **excelente para tomar conciencia de la tensión que muy frecuentemente aplicamos a la mandíbula a la hora de cantar y que dificulta la correcta colocación de la voz y la articulación del texto puesto que esa tensión se transmite directamente a los músculos implicados en la emisión de la voz cantada.**

Ejercicio de lengua:

Manteniendo la parte delantera de la lengua en reposo apoyada en la parte superior de los dientes frontales, o en el labio inferior, mueva la parte posterior de la lengua a lo largo de las muelas de atrás, manteniendo el movimiento lo más suave posible. Podrás comprobar, sintiéndolo debajo de la barbilla, que no haya tensión en la base de la lengua, lo si la lengua está tirando tira la laringe.

Vocaliza con consonantes diferentes: JAH, KAH, LAH, THAH, SAH. Repite con vocales diferentes. Comprueba que la tensión necesaria en el punto de contacto para cada consonante no es más de la necesario para articularla. Comienza con suavidad y poco a poco aumenta el nivel dinámico, asegurandote de que el incremento del esfuerzo no trae consigo un incremento de tensión en la mandíbula y en la lengua. En su lugar, debes sentir un incremento del esfuerzo al nivel del apoyo.

Igualmente, este sencillo ejercicio permite tomar conciencia de las múltiples tensiones que podemos aplicar a la base de la lengua al cantar.

¿CANTAMOS COMO HABLAMOS?



He mencionado anteriormente que la tradición del bel canto en realidad se inició con la finalidad de que el texto cobrase más relevancia. Sin embargo, los compositores pronto se dieron cuenta de que este nuevo estilo declamatorio, aunque hacía que el texto fuera claramente inteligible, no podía, de hecho, expresar el drama y las emociones inherentes al propio texto.

El **estilo declamatorio puro evolucionó hacia el recitativo**, un componente vital de la ópera y el oratorio. Y si bien es vital que cualquier aspirante a cantante domine el arte del recitativo, debemos considerar el canto como una forma elevada de hablar, lo cual nos lleva a hacernos una pregunta importante: **¿la formación técnica del canto debería considerar el discurso hablado como punto de partida?**

La respuesta es sí y no. Si miramos esto desde el punto de vista de la comunicación del factor dramático, de la comprensión de cómo el ritmo del texto informa a la música, y el hecho mismo de que estamos transmitiendo pensamientos a través del lenguaje, es evidente que el canto incluye muchos elementos procedentes de la lengua hablada. Sin embargo, pensar en melodías musicales derivadas del habla es una idea ya mucho menos convincente. En primer lugar, **no hablamos en el mismo tono que cuando cantamos, ni tampoco tenemos que mantener las vocales de acuerdo a los deseos del compositor.**

A fin de mantener los sonidos de vocálicos de una canción, sobre todo en las zonas más agudas, **la voz se comporta de una manera muy diferente.**

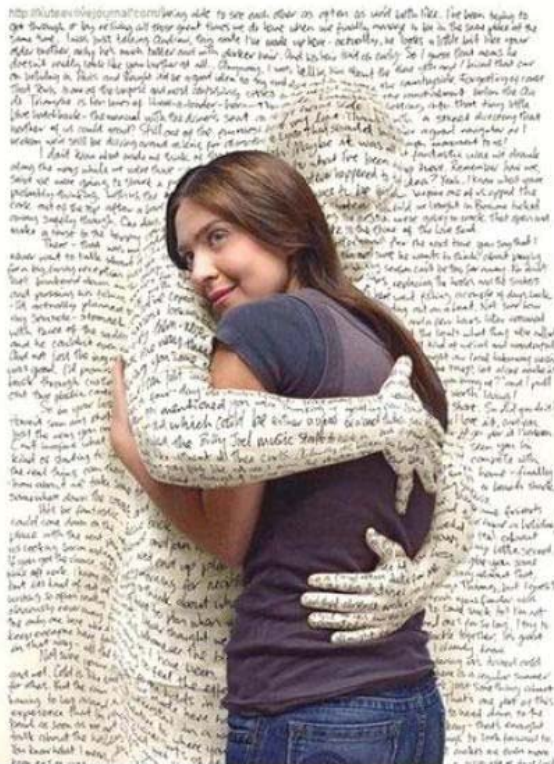


Jo Estill desarrolló una extraordinaria carrera de investigación vocal y un método de formación para todos los estilos de canto. Sus inicios como talentosa cantante de ópera la enfrentaron a su pregunta fundamental: **¿Cómo estoy haciendo esto?**

Jo Estill, en su investigación sobre las diferentes cualidades vocales, destaca **diferencias importantes entre la calidad del discurso hablado y la calidad de la ópera.**

De acuerdo con su investigación, en el discurso hablado el tracto vocal está extremadamente relajado, con la laringe haciendo la mayor parte del trabajo, sin explotar ni la resonancia faríngea de forma importante, ni usando demasiado la resonancia 2800 (la resonancia típica del cantante) que se amplifica en el 'cuello' de la laringe. Mientras que, normalmente, el tono tiene mucha resonancia en la zona más grave, en las zonas agudas hay una falta de resonancia.

Para Estil, esta cualidad es la más adecuada para el pop recitativo, y la música popular. Se podrían añadir ciertos tipos de música antigua, sobre todo el estilo declamatorio del siglo XVII. Sin embargo, **para el desarrollo vocal en general, tenemos que emplear todas las posibilidades de apoyo y la resonancia**, si lo que queremos es desarrollar la mejor calidad de sonido para un repertorio variado.



Las palabras son una parte integral de la tradición del bel canto italiano. Sin embargo, las vocales, ya sea en la tradición del bel canto o en el canto de cualquier género, no sirven únicamente para que el texto sea inteligible. El asunto va mucho más allá y supone la diferencia entre la comunicación intelectual del canto y su comunicación emocional, lo que lo hace humano y disfrutable.

En un artículo anterior esbocé la idea de que los gestos vocales, o exclamaciones espontáneas, son respuestas no intelectuales a algún estímulo externo. Podrían ser exclamaciones de la alegría, miedo, risa, gritos. También pueden ser suaves, pero igualmente potentes, por ejemplo, al expresar ternura, tranquilidad, o en un contexto sexual. Estos gestos vocales también **aseguran que el canto sea una comunicación física**, algo que a menudo se olvida en una época en que las carreras artísticas se realizan tanto a través de grabaciones como mediante las actuaciones en directo. Si trabajamos entonces para maximizar la resonancia de nuestro tono vocal, **tenemos a nuestra disposición una materia prima que podemos moldear de acuerdo a las exigencias emocionales de lo que estamos cantando.**

Podríamos decir que **comunicar el texto con esta materia prima incluye el acto de hablar, pero al mismo tiempo, va mucho más allá de él.** De esta manera, no sólo podemos transmitir la esencia del trabajo que estamos realizando, sino también añadir una dimensión personal humana, lo más importante de todo.

SALUD VOCAL



El cuidado del instrumento

En el artículo anterior de esta serie, comencé una visión general de cómo cuidar vuestra voz. Gran parte de lo que he dicho se podría resumir como: "No cantes demasiado alto, demasiado alto, o durante demasiado tiempo". Estos son ejemplos de hiperfunción, que es el uso excesivo de la fuerza muscular o el esfuerzo en la producción de vuestra voz. La sensación de forzar a nivel de la laringe es a menudo el resultado de una postura defectuosa o de una respiración también defectuosa. Es fácil caer en malos hábitos posturales durante los ensayos largos, o durante la actividad estresante de viajar por conciertos.



Cuidar nuestra voz es especialmente aconsejable si pertenecemos a un coro.

El grupo puede ocultar malas costumbres técnicas que pueden terminar por hacer mucho daño a nuestra voz.

¡Seamos responsables con nuestra voz!

Directamente relacionada con este artículo está la **cuestión de la tensión en la lengua y la mandíbula**. Esto es a menudo el **resultado de un exceso de articulación**. Éste es sólo uno de los posibles efectos negativos del canto coral. Otro es el **cantar con excesiva presión de aire**, en un intento inconsciente de competir con las voces de alrededor.

Igualmente peligrosa es la **emisión excesivamente directa o plana**. El tono directo suele ir acompañado de una mandíbula fija y de una lengua igualmente fija, de hecho el vibrato se suprime tensando la base de la lengua. Los directores de coro que piden emisiones directas a las sopranos deberían ser conscientes de los problemas que este tipo de canto puede causarles. Al trabajar con coros profesionales, he visto a un par de famosos directores pedir una calidad de sonido directo en pianissimo a las sopranos (que no se atreverían a exigir de sus instrumentos de viento o metal! Todos debemos encontrar el mejor tono para hablar, teniendo en cuenta que hablar no es lo mismo que cantar. Tratar de mantener la voz hablada colocada en posición alta, como para el canto, puede ser extremadamente agotador, especialmente para una mujer.

Si padecéis cualquier tipo de disfonía o afonía, debéis visitar a un especialista. Es importante que, al margen de cualquier tratamiento, estéis dispuestos a cambiar algunos de los "hábitos vocales". Es evidente que **si estáis sufriendo algún tipo de infección respiratoria, no se debe cantar. Incluso si parece un resfriado leve**, la infección puede propagarse rápidamente a través de mucosas infectadas, y peor si las cuerdas vocales están irritadas por la tos y los estornudos.



El cuidado de la voz nos asegura un correcto funcionamiento durante años, esencial para prolongar nuestro disfrute como cantantes.

Una de las experiencias menos agradables, especialmente para el cantante, es el resfriado común! Los resfriados se transmiten a través del contacto personal cercano, el virus se traslada a través de las partículas expulsadas por la tos y los estornudos. Los dedos también pueden contaminarse, por ejemplo, al tocar superficies en lugares públicos. Lavarse las manos puede evitar la infección. El período de incubación suele ser de unos dos días antes del comienzo de los síntomas. Los ambientes cerrados como los aviones, o incluso los centros comerciales, son ideales para el contagio. Aparte de la aglomeración, el aire acondicionado puede reseca el revestimiento mucoso protector de la nariz. **Sólo evitando el contacto humano podríamos asegurarnos de evitar coger un catarro. Por el momento no hay cura conocida, y, de hecho, también es poco probable para el futuro.** Si los síntomas son particularmente graves, los analgésicos pueden ayudar a aliviar dolores de cabeza, dolor de senos nasales, etc. Las bebidas calientes, sopas o caldos ayudarán a aliviar los síntomas.

Se ha demostrado que **el estrés aumenta la probabilidad de contraer un resfriado.** Investigaciones recientes han sugerido que **coger un resfriado por mojarse no es solamente un cuento de vieja.** Los autores del estudio sugieren que el enfriamiento de los pies causa una constricción de los vasos sanguíneos de la nariz, lo que inhibe las defensas naturales de la nariz. Se ha sugerido igualmente que la respiración de aire frío enfría la mucosa nasal y debilita nuestras defensas contra la infección. Si esta teoría es correcta, **mantener la nariz cubierta si el tiempo es muy frío puede evitar la infección.**