

TOCAR Y CANTAR

Josh Graves
(guitarra@encuentra.com)

Para mí, tocar la guitarra siempre ha sido relativamente fácil. Aprendo algo, lo practico un rato y ¡listo! Sin embargo, como a otros muchos guitarristas, la idea de cantar adecuadamente es algo que me ha costado mucho trabajo, sin mencionar que cantar y tocar la guitarra al mismo tiempo parece como querer conducir el auto y ver el mapa al mismo tiempo. Entre más rápido manejas el coche y se vuelve más complicado el camino en el mapa, es más difícil ejecutar ambas operaciones. Durante los últimos cinco años he estado investigando cómo cantar y tocar mejor, haciendo las dos cosas bien. Quiero contarte algunas de las cosas que he encontrado en esta búsqueda por cantar mejor mientras toco mi guitarra.

Primero, asumo que no tienes experiencia con la técnica vocal y que además no sabes muy bien de qué eres capaz. Bueno, pues es el momento de analizar tu voz. Tienes que grabarte en un cassette (si, ya se que es horrible, que escucharás tu voz y te sonará espantoso, pero tienes que hacerlo). Analiza tu voz. ¿Es suave? ¿Es ronca? ¿Suena mejor cuando cantas notas graves o agudas? Mucha gente odia el sonido de su voz, pero eso no significa que no tenga la posibilidad de cantar con un estilo propio. Fíjate en cantantes como Bob Dylan, Tom Petty, Van Morrison, Tom Watis, Neil Diamond, Billy Joel, Joan Manuel Serrat. Ninguno de ellos es un tenor extraordinario, sin embargo tienen un estilo reconocible y propio.

Es importante que conozcas el rango de tu voz. La regla general es que los hombres podemos cantar mejor las notas graves que las agudas, y ocurre al contrario con las mujeres que cantan mejor las notas agudas (aunque esto no es siempre necesariamente cierto). Es muy importante que cantes canciones que sean adecuadas para tu voz.

Descubre tu tonalidad, y verás que es más fácil cantar algunas canciones que otras. También podrás identificarte con algunos cantantes con un estilo o voz similares a la tuya. Si no cantas algo en tu rango vocal, nunca sonarás bien. La clave del éxito para cualquier cantante es encontrar el material que se ajuste a sus capacidades.

Ahora, es hora de escoger una canción y practicarla. Puede ser bastante complicado tratar de mantener el ritmo con tus manos mientras cantas, pero si lo practicas, podrás lograr una buena coordinación que te ayudará a cantar y tocar la guitarra al mismo tiempo. Empieza con canciones sencillas, aprende bien la parte cantada y luego tócala en la guitarra sin cantar. Si no puedes cantar la melodía *a capella* (sin acompañamiento) entonces necesitas más práctica. Cuando puedas cantar sin acompañamiento y siguiendo el ritmo con las palmas, puede probar cantar y tocar pero hazlo a una velocidad lenta combinando el tocar la guitarra y cantar al mismo tiempo.

Graba en un cassette tu práctica para que puedas oirla después. La evaluación del cassette es crucial, no solo para conocer tus posibilidades vocales, sino para conocer tus debilidades y fallas. También puedes pedirle a alguien que escuche los cassettes y te diga qué tienes que mejorar. ¡Claro que no va a ser fácil! No sientas vergüenza de tí mismo. Los estudiantes de canto son notablemente tímidos de cantar en público. No te preocupes si te pones nervioso y cometes errores. No pasa nada. Estás aprendiendo ¿no?

En mi opinión, tras conocer tu rango vocal, es fundamental que aprendas a respirar. Si respiras profundamente y desde el diafragma, no solo tendrás el aire que necesitas, sino que también te relajará. La tensión causada por tocar una parte difícil en la guitarra combinada con el nervio de cantar puede ser fatal. Aprende a respirar y asegúrate de que conoces perfectamente la canción que vas a tocar en guitarra para que te concentres en el canto.

Para aprender a respirar hay un medio muy sencillo: toma el aire muy lentamente desde la nariz y ve "inflando" el estómago (tienes que ver cómo se infla), hazlo suavemente. Ahora, mantén el aire durante unos segundos y luego comienza a sacar el aire muy lentamente y de manera constante. Imagínate que el aire tiene color y que sale de tu boca y que tienes que formar un hilo que va saliendo de tu boca y que si dejas de sacarlo de manera uniforme se rompe y se cae. Haz esto en intervalos de tiempo: inspirar 5 segundos, mantener el aire 5 segundos, expirar 5 segundos y ve aumentando los segundos paulatinamente.

Algo que debes saber es que conforme tu respiración sea más larga y más profunda puedes sentir un ligero mareo. Esto se debe al oxígeno que está llegando a tu cerebro. No te preocupes, descansa un poco, siéntate, y vuelve a comenzar. No pasa nada.

¿Recuerdas cómo se infló tu estómago? Bueno, pues cuando exhales tienes que presionar el estómago para que salga el aire. Cuando cantes con tu guitarra, asegúrate de tener una buena postura para respirar adecuadamente.

Otras ideas para tomar en cuenta:

Canta la melodía *exactamente*. Estudia la grabación o transcripción que vayas a cantar. Asegúrate de que cantas exactamente las mismas nota sin desafinarte. Después puedes tomarte algunas "licencias artísticas" variando la melodía original, pero no lo hagas hasta que no estés totalmente seguro de que estás cantando exactamente las notas originales.

Siempre caliente. Una forma simple de calentar la voz es simplemente hacer "mmmmmmmm" durante un rato. Canta y tararea algo sencillo a volumen bajo, canta primero notas bajas y luego altas. Practica tu respiración. Trata de bostezar varias veces, eso te ayudará mucho. También "calienta la mente" trata de pensar en las emociones y la letra para comunicar la historia de la canción. Eso tiene un gran efecto en la voz.

Tranquilízate. Una vez que aprendas a respirar, trata de que sea algo sin esfuerzo, no es necesario que la gente note tu respiración. Evita la tensión. Trata de relajarte y estar tranquilo.

Pronuncia correctamente. Trata de pronunciar muy bien cada palabra, ¡Abre bien la boca! No seas tímido.

Esto es solo el principio de un proceso entre cantar y tocar la guitarra. Cometerás errores y tienes que ser valiente. Te sentirás avergonzado, pero es algo que solo ocurre al principio. Conforme vayas mejorando, verás que valdrá la pena. ¡Ah! Y un último consejo... ¡Canta en

el baño! ¡Canta en tu casa! ¡Canta en el coche! Necesitas práctica y mientras más lo hagas, mejor te saldrá. A diferencia de tu guitarra, puedes cantar en cualquier lado. Aprovechate y practica cada vez que puedas.

PASTORAL GRUPOS MUSICALES PARROQUIALES JUVENILES
ARQUIDIOCESIS PRIMADA DE MEXICO
Tels. 52-76-21-76 y (044) 25-51-84-12 eMail: mleonr75@yahoo.com.mx
<http://www.gruposmusicalesparroquiales.org>