

11 consejos y hábitos de práctica para mejorar en Guitarra

Estos once puntos son una serie de pasos a tener en cuenta en nuestro ensayo diario, en la programación de nuestro perfil artístico. No sólo somos guitarristas, somos antes que nada músicos.

De más está decir que estos consejos se pueden aplicar a casi todo lo que hagamos, y que con la práctica pueda hacerse mejor. Antes de mirar hacia afuera, necesitamos mirarnos a nosotros mismos: entender cómo nos percibimos, cuestionarlo y pulirlo. Solo desde esa base podemos comprender cómo nos perciben los demás.

- 1. Mírate en un espejo.** Observa tus manos y tus dedos mientras tocas. Procura evitar la tensión y economiza tus movimientos. Asegúrate de que no estás en tensión por tu postura, ya sea sentado o de pie.
- 2. Redefine la palabra "error" llamándola "tropiezo".** Al tener un tropiezo, sabes que hay una causa que debes tratar de descubrir y cambiar para producir un resultado diferente (el que buscas). Cada error es una oportunidad de aprender. Encuentra las causas y planea cómo mejorar para obtener un resultado diferente.
- 3. Ser específico con el error.** Trata de ser absolutamente claro acerca de lo que pasa con un error. ¿Qué nota estás perdiendo? ¿Qué tocaste mal? ¿A dónde se suponía que debían ir tus dedos al tocar?
- 4. Grábate con frecuencia.** Escúchalo y decide que cosas no te gustaron y empieza a pensar cómo mejorar eso.
- 5. Toca en público todo lo que puedas.** Estúdiate. ¿Cómo tocas en público? ¿Estás en tensión? ¿Cómo te sientes emocionalmente? ¿Sientes ansiedad, miedo? ¿Te sientes a gusto? ¿Te gusta tocar para los demás? Estúdiate cada vez y te conocerás mejor como "guitarrista" y podrás mejorar.
- 6. Piensa en cada uno de los dedos de forma individual** ¿Cuáles son sus cualidades? ¿Cuáles sus defectos? Trabaja individualmente en cada uno de ellos. Si cada uno hace lo que debe hacer entonces las cosas mejorarán. Enfoca los problemas y ventajas de cada dedo de tus manos, izquierda y derecha.

- 7.** Utiliza recordatorios frente a ti cuando practiques. Cualquier área que creas que necesita mejorar, escríbela en un papel y déjalo donde puedas verlo para que te recuerde mejorar ese aspecto en concreto. ¡Siempre encontrarás algo que mejorar!
- 8.** Movimientos adelantados. Cada vez que muevas un dedo, imagínate cual va a ser tu siguiente movimiento. Tu mente tendrá la idea clara y tus dedos obedecerán al cerebro más fácilmente.
- 9.** Lenguaje corporal. Cuando practiques, ponle atención a todo tu cuerpo. Cada gesto, cada movimiento y cada respiración pueden impulsar tu concentración. Haz que tu cuerpo entero trabaje para ti.
- 10.** Usa un metrónomo. Utiliza un metrónomo para construir tu técnica y hacer un seguimiento de tus avances. Toca a una velocidad en la que no cometas ni un solo error. Cuando estés cómodo aumenta la velocidad poco a poco.
- 11.** Disfruta de tu crecimiento y de tus avances.