

خواندن در سطح گفتار

تکنیک پرورش صدا

+CD

ست ریگز

گردآوری و ویرایش
جان دومینیک کاراتلو

ترجمه‌ی
اشکان خمسه‌پور

سرشناسه : ریگز، ست Riggs, seth
 عنوان و نام پدیدآور : خواندن در سطح گفتار: تکنیک پرورش صدا/
 ست ریگز؛ گردآوری و ویرایش جان دومینیک
 کاراتلو؛ ترجمه‌ی اشکان خمسه‌پور.
 مشخصات نشر : تهران: سرو، ۱۳۹۵.
 مشخصات ظاهری : ۱۲۰ ص: مصور، عکس، پارتنیسیون.
 شابک : 978-964-8626-38-4
 وضعیت فهرست‌نویسی : فیبا
 یادداشت : عنوان اصلی: Basic of Ear training and sight-singing (solfege).
 عنوان دیگر : تکنیک پرورش صدا.
 موضوع : آوازخوانی -- روش‌ها
 موضوع : Singing -- Methods
 شناسه افزوده : کاراتلو، جان‌دی، گردآورنده، ویراستار
 شناسه افزوده : Carratello, John D
 شناسه افزوده : خمسه‌پور، اشکان، ۱۳۶۰، مترجم
 رده‌بندی کنگره : ۱۳۹۵ غ ۹/۴ ر ۸۴۵ MT
 رده‌بندی دیویی : ۷۸۳/۰۴
 شماره کتابشناسی ملی : ۴۲۳۶۸۵۶



انتشارات سروود

تهران - میدان هفتم‌تیر - ابتدای بهارشیراز - شماره ۱۴
 تلفن: ۸۸۸۳۶۱۰۴ و ۸۸۳۱۸۵۹۱-۲ - ۰۹۱۰۳۰۸۸۴۰۰

خواندن در سطح گفتار (تکنیک پرورش صدا) ست ریگز
 گردآوری و ویرایش جان دومینیک کاراتلو
 ترجمه اشکان خمسه‌پور
 حروف‌نگاری و صفحه‌آرایی فریدون هادیان
 طرح جلد مهران رشاد
 نوبت چاپ سوم - ۱۴۰۱
 تیراژ ۲۰۰ نسخه
 شابک: ۹۷۸-۹۶۴-۸۶۲۶-۳۸-۴ ISBN: 978-964-8626-38-4

حق چاپ و نشر برای انتشارات سروود محفوظ است.

www.sorood.ir



فهرست مطالب

۴۱..... خواندن نُت‌های بالا ۴۲..... گذرگاه‌ها در محدوده‌ی صدا ۴۲..... خواندن از میان گذرگاه‌ها ۴۴..... نازک شدن تارهای صوتی ۴۴..... کوتاه شدن تارهای صوتی ۴۵..... آنچه باید به یاد داشته باشید ۴۵..... چگونه صدا را در اختیار خود بگیریم ۴۵..... روند آموزش ۴۶..... به وجود آوردن هماهنگی - نخستین قدم دست‌یابی به قدرت و استقامت - اما در زمان مناسب ۴۷..... آنچه باید به یاد داشته باشید ۴۹..... تمرین‌های عملی	۷..... سخن ویراستار ۱۱..... پیش‌گفتار ۱۳..... درباره‌ی مؤلف ۱۷..... مقدمه ۲۱..... چگونه از این کتاب استفاده کنیم اصول پایه ۲۵..... صدای شما چگونه کار می‌کند ۲۵..... تولید صدای آوازی ۲۶..... لرزش تارهای صوتی - سرمنشأ صدای شما ۲۸..... «پشتیبانی نَفَس» ۳۲..... تنظیم تارهای صوتی رزونانس - علت منحصر به فرد بودن صدای شما ۳۴..... احساس فیزیکی ۳۵..... آنچه باید به یاد داشته باشید ۳۶..... بهترین حالت عملکرد صدا ۳۶..... تکنیک طبیعی خواندن در سطح گفتار ۳۸..... سطح گفتار: بنیانی برای آزادی آوازی خواندن در سطح گفتار - احساسی طبیعی، صدایی طبیعی ۴۱..... خواندن نُت‌های بم
---	--

بخش اول:

دستیابی به اعتماد به نفس

۵۵..... تمرین ۱ ۵۶..... تمرین ۲ ۵۷..... تمرین ۳ ۵۸..... تمرین ۴ ۶۰..... تمرین ۵ ۶۰..... تمرین ۶	۵۵..... تمرین ۱ ۵۶..... تمرین ۲ ۵۷..... تمرین ۳ ۵۸..... تمرین ۴ ۶۰..... تمرین ۵ ۶۰..... تمرین ۶
---	---

تمرین ۷..... ۶۲	تمرین ۲۹..... ۸۸
تمرین ۸..... ۶۳	تمرین ۳۰..... ۸۹
تمرین ۹..... ۶۴	

مؤلف سخن می‌گوید

تمرین ۱۰..... ۶۵	پرسش‌های کلی..... ۹۱
تمرین ۱۱..... ۶۶	طبقه‌بندی صداها..... ۹۲
تمرین ۱۲..... ۶۸	وسعت و محدوده‌ی صداها..... ۹۲
تمرین ۱۳..... ۶۹	پرورش کیفیت صدا..... ۹۴

بخش دوم:

به‌سوی خواندن در سطح گفتار

تمرین ۱۴..... ۷۲	خواندن در فضای باز..... ۹۶
تمرین ۱۵..... ۷۳	انتخاب معلم..... ۹۶
تمرین ۱۶..... ۷۴	سوءاستفاده از صدای هنرجو..... ۹۸
تمرین ۱۷..... ۷۵	علم صدا..... ۹۸
تمرین ۱۸..... ۷۶	خواننده‌ها در جایگاه معلم..... ۱۰۰
تمرین ۱۹..... ۷۷	خواندن در کُر..... ۱۰۰
تمرین ۲۰..... ۷۸	رهبران گروه کُر در جایگاه معلم آواز... ۱۰۳
تمرین ۲۱..... ۷۹	موسیقی عامه‌پسند و روش تدریس..... ۱۰۳
تمرین ۲۲..... ۸۰	سنتی..... ۱۰۳
تمرین ۲۳..... ۸۱	انتخاب موسیقی..... ۱۰۵
تمرین ۲۴..... ۸۲	خواندن به زبان‌های خارجی..... ۱۰۵
تمرین ۲۵..... ۸۳	تمرین کردن..... ۱۰۶
تمرین ۲۶..... ۸۴	خواندن در اجرای تمرینی..... ۱۰۹
	مسابقات صدا..... ۱۱۰
	صدای جوان..... ۱۱۰
	سالخوردگی صدا..... ۱۱۲

بخش سوم:

حفظ تکنیک

تمرین ۲۷..... ۸۶
تمرین ۲۸..... ۸۷

عوامل دیگر	سلامت و مراقبت از صدا
۱۱۷.....	۱۱۵..... وضعیت استقرار بدن
۱۱۷..... تقلید از خوانندگان دیگر	۱۱۶..... عادات بد
۱۱۷..... درمان‌های بی‌تأثیر	۱۱۶..... استفاده از الکل و مواد مخدر
۱۱۸..... استراحت غیر لازم صدا	۱۱۶..... استعمال دخانیات
۱۱۸..... استرس و خستگی	۱۱۷..... خوردن پیش از خواندن
۱۱۸..... هورمون‌ها	۱۱۷..... شوکه کردن تارهای صوتی
۱۱۸..... تأثیر محیط	۱۱۷..... استفاده از شدت صدای بیش از حد
۱۱۹..... فهرست قطعات سیدی	

اصول پایه

صدای شما چگونه کار می‌کند

تولید صدای آوازی

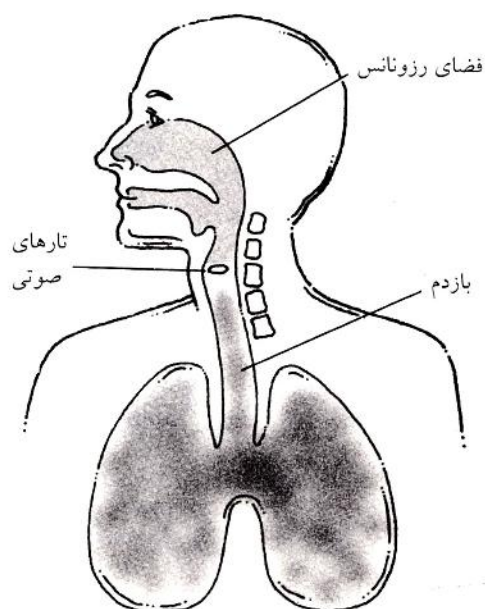
دو عامل در ساختن صدای آوازی دخالت دارند: لرزش تارهای صوتی و رزونانس (طنین).

۱. لرزش تارهای صوتی

هوایی که از شش‌های خود بیرون می‌دهید با تارهای صوتی شما همکاری می‌کند تا یک صدای اولیه را پدید آورد.

۲. رزونانس (طنین)

سپس آن صدا در حین عبور از فضای بالای تارهای صوتی و پیش از خروج از دهان تغییر کرده و تقویت می‌شود.

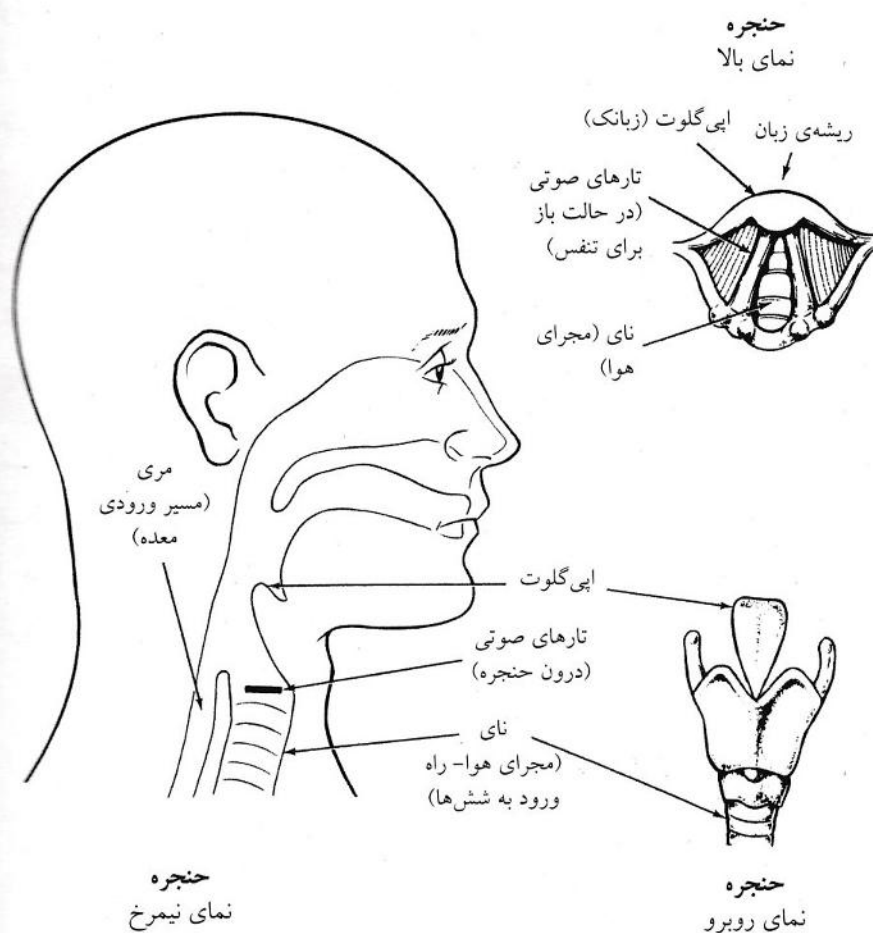


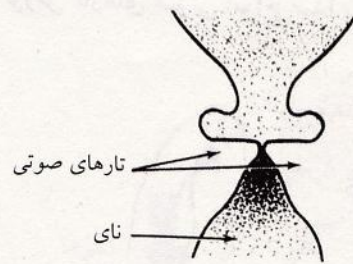
اجازه دهید این عوامل را دقیق‌تر بررسی کنیم.

لرزش تارهای صوتی - سرمنشأ صدای شما

در بالای مجرای هوا (نای) مجموعه‌ای از غضروف‌ها، رباط‌ها و ماهیچه‌ها وجود دارند که در قالب یک واحد عمل می‌کنند. این واحد که جعبه صدای شما نامیده می‌شود همان حنجره است. داخل حنجره ماهیچه‌های اصلی آن وجود دارند که از عقب و جلو متصل شده‌اند و به آنها تارهای صوتی می‌گویند.

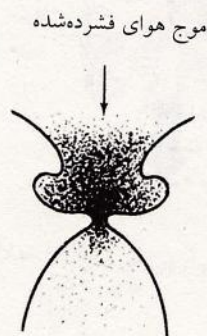
محل قرارگیری تارهای صوتی





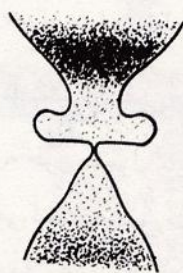
چنانچه تارهای صوتی بسته (و یا تقریباً بسته) باشند و شما بازدم را انجام دهید فشار هوا در زیر آنها شکل می گیرد.

تارهای صوتی در حالت بسته
نمای روبرو



هنگامی که فشار هوا به حدی باشد که تارهای صوتی نتوانند آن را عقب نگه دارند، خود از هم جدا می شوند. رهایی ناگهانی هوا مولکولهای هوا را به سمت هم و به طرف بیرون فشرده می سازد و موجی از مولکولهای فشرده شده را به وجود می آورد - یک موج صوتی.

تارهای صوتی در حالت باز



وقتی که فشار هوا آزاد شد تارهای صوتی به وضعیت بسته‌ی (یا تقریباً بسته‌ی) خود بازمی جهند.

تارهای صوتی در حالت بسته

باز و بسته شدن مداوم تارهای صوتی دنباله‌ای از امواج صوتی را به وجود می آورد که توسط گوش شنونده دریافت می شود. این روند را لرزش تارهای صوتی می نامیم.

در دنیای هنر موسیقی و صحنه که وقت طلاست، "ست ریگرز" معلمی است که حرفه‌ای‌ها به سراغش می‌روند. تکنیک آوازی که حرفه‌ای‌ها استفاده می‌کنند اکنون در دسترس شماست.

در این کتاب خواهید آموخت که چگونه با صدایی قوی و شفاف، در وسعتی که هرگز گمان نمی‌کردید ممکن باشد، بخوانید. مهم نیست که چه سبکی از موسیقی را می‌خوانید - پاپ، راک، گاسپل یا اپرا - متد آموزش آواز "ست ریگرز" امتحان خود را پس داده‌است.

اسامی برخی از گروه‌های موسیقی، خوانندگان و بازیگرانی که نزد "ست ریگرز" آموزش دیده‌اند:

Red Hot Chili Peppers / Kiss / Ray Charles / Marvin Gay / Aerosmith / Cher / Nicolas Cage / Tom Cruise / Gene Hackman / Jeremy Irons / Nicole Kidman / Tina Turner / Ozzy Osbourne / Anthony Quinn / Lionel Ritchie



انتشارات پتهوون

ISBN: 978-964-8626-38-4



9 789648 626384