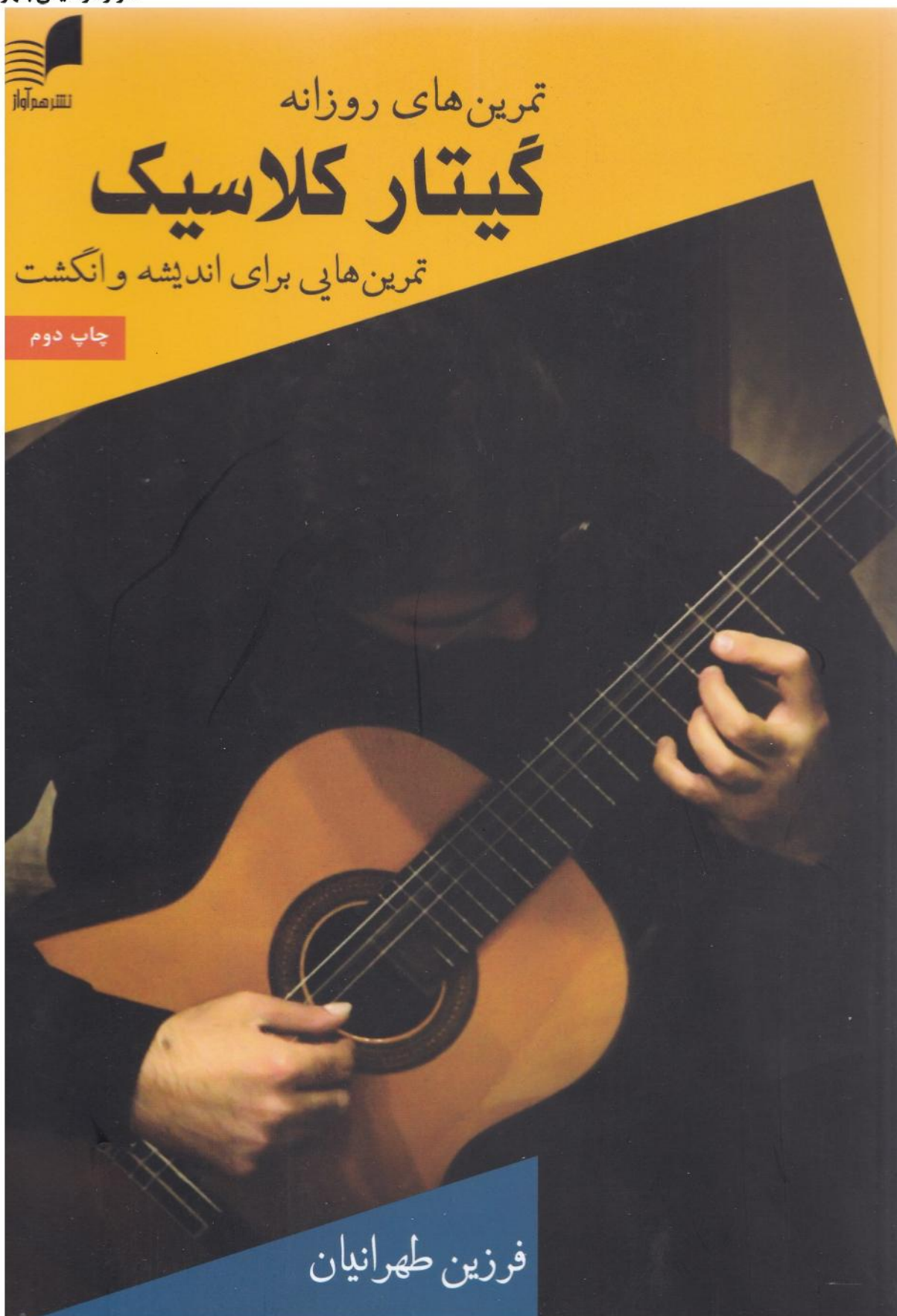




تمرین های روزانه  
**گیتار کلاسیک**  
تمرین هایی برای اندیشه و انگشت

چاپ دوم



فرزین طهرانیان

سرشناسه: طهرانیان، فرزین، ۱۳۵۶ • عنوان و نام پدیدآور: تمرین‌های روزانه گیتار کلاسیک  
تمرین‌هایی برای اندیشه و انگشت/نویسنده فرزین طهرانیان. مشخصات نشر: تهران: هم‌آواز، ۱۳۹۹  
مشخصات ظاهری: ۷۲ ص:، مصور. شابک: ۳-۰۵-۷۴۵۴-۶۰۰-۹۷۸ • وضعیت فهرست نویسی  
فیبا • عنوان دیگر: تمرین‌هایی برای اندیشه و انگشت. موضوع: گیتار - آموزش • موضوع  
موسیقی برای گیتار - پارتیسیون • رده بندی کنگره: ۱۳۹۳ ت ۹ ط/۵۸۵/م T۵۸۵ • رده بندی دیویی  
۷۸۷/۸۷ • شماره کتابشناسی ملی: ۳۶۲۹۰۵۶



## تمرین‌های روزانه گیتار کلاسیک

نویسنده: فرزین طهرانیان

آماده سازی و امور فنی پیش از چاپ: هامان قدسی طرح جلد: هامان قدسی. نت‌نگار: هم‌آواز

چاپ دوم: بهار ۱۳۹۹ • شمارگان: ۱۱۰۰

لیتوگرافی: افست گرافیک • چاپ: علوی

ISBN: 978-600-7454-05-3

شابک ۳-۰۵-۷۴۵۴-۶۰۰-۹۷۸

نشر هم‌آواز: تهران، خیابان انقلاب، بین بهار و پیچ شمیران، پلاک ۴۰۰

طبقه دوم، شماره ۷، کد پستی: ۱۱۴۸۸۷۳۸۳۶

تلفن: ۷۷۶۱۲۶۸۲ - ۷۷۵۳۲۹۷۳ - ۷۷۶۱۲۹۲۱ - ۰۲۱

www.hamaavaz.com info@hamaavaz.com

تمامی حقوق این اثر برای ناشر محفوظ است. تکثیر یا تولید مجدد به هر شکلی بدون اجازه مکتوب ناشر ممنوع است.

## فهرست

۵	پیشگفتار
	<b>بخش اول:</b>
۷	۱- تمرین‌هایی برای انگشتان
۷	کتاب‌هایی که هر نوازنده گیتار کلاسیک باید داشته باشد
۸	تکنیک چیست؟
۱۴	کار با مترونوم
۱۵	۲- تمرین‌های تکنیکی روزانه
۱۶	۳- تمرین‌هایی برای دست چپ و راست
۲۱	۴- تمرین کردن یک گام
۲۹	۵- تمرین‌های موزیکالیته
۳۴	۶- تمرین برای باره گرفتن
۳۵	۷- تمرین‌هایی برای لگاتو
۳۷	۸- آرپژها و تمرین‌های آرپژها
۴۴	۹- تمرین‌های ترمولو
۴۸	۱۰- رپرتوار پیشنهادی برای تمرین روزانه و پیشرفت تکنیکی
	۱۱- توضیحاتی در رابطه با تمرین و نواختن آثار باخ - اتودهای
۵۲	کنسرتی و قطعات طولانی و دشوار گیتار کلاسیک
	<b>بخش دوم</b>
۵۵	۱۲- برنامه و تغذیه روحی لازم برای یک نوازنده گیتار کلاسیک
۵۸	۱۳- چه موسیقی‌ای را چگونه بشنویم؟
۶۱	پیوست

## بخش اول

### ۱- تمرین‌هایی برای انگشتان

کتاب‌هایی که یک نوازنده گیتار کلاسیک باید داشته باشد

تمام متخصصان نیازمند کتاب‌هایی‌اند که اصطلاحاً هندبوک نامیده می‌شود. در واقع این کتاب‌ها، منابعی هستند که طی زندگی حرفه‌ای همواره با شما خواهند بود و در مواردی هر روز به آن نیاز خواهید داشت یا به بیان بهتر هر روز امکان دارد به آن نیاز پیدا کنید. در پایین فهرستی از کتاب‌های لازم برای یک نوازنده گیتار کلاسیک را می‌نویسم. برای بهره‌برداری صحیح از این کتاب‌ها لازم است با یک استاد خوب در این زمینه مشورت کنید.

### کتاب‌های نظری

- \* فرم در موسیقی - ری بنت - نشر ماهور
  - \* تاریخ موسیقی غرب - ری بنت - نشر ماهور
  - \* درک و دریافت موسیقی - راجر کیمی‌ین - نشر چشمه
  - فرم موسیقی - اسپاسبین - ترجمه مسعود ابراهیمی - نشر هم‌آواز
  - هارمونی - دوبفسکی - ترجمه مسعود ابراهیمی - نشر هم‌آواز
  - آموزش پلی‌فونی - گریگوریو و مولر - ترجمه مسعود ابراهیمی - نشر هم‌آواز
  - \* موسیقی از آموزش تا اجرا - نویسنده فرزین طهرانیان - نشر هم‌آواز
  - \* هارمونی مقدماتی جز برای نوازندگان گیتار کلاسیک - نویسنده فرزین طهرانیان - نشر هم‌آواز
  - \* تاریخ فشرده گیتار کلاسیک ترجمه ساناز تجویدی نشر پرگار
  - \* سیر آموزش گیتار کلاسیک نوشته فرزین طهرانیان نشر پرگار
- مطالعه کتاب‌های ستاره‌دار برای شروع الزامی است؛ سایر کتاب‌ها در سطح پیشرفته و کاملاً حرفه‌ای هستند.

### کتاب‌های عملی

- ۱- پمپینگ نایلون - کتاب تکنیک - نویسنده اسکات تنانت ترجمه محسن محترمی.
- ۲- درک موسیقایی و دیدخوانی - نویسنده الیور هانت ترجمه فرزاد دانشمند.
- ۳- کتاب گام‌های گیتار کلاسیک - «گام‌های سگویا» یا هر کتاب گام دیگر که تمرین‌های گام را داشته باشد.
- ۴- مستر کلاس‌ها - اثر آل دی میولا و باب اصلانین

### تکنیک چیست؟

تکنیک نوازندگی چیزی نیست جز: ۱- صدادهی، ۲- سرعت و ۳- کنترل این دو! برای درک تکنیک نوازندگی و در سطحی بالاتر، دانستن استیل نوازندگی همیشه لازم است به سازهای پایه مراجعه کنیم که عبارت‌اند از پیانو، ویلن و سازهای مورد استفاده در ارکستر سمفونیک. به‌ویژه برای یافتن تکنیک صحیح توجه به نوع تمرین و دقتی که نوازندگان سازهای ارکستری به نوازندگی دارند بسیار اهمیت دارد. اگر قصد موفقیت دارید باید از انزوا خارج شوید. شما با قایقی کوچک به‌نام گیتار کلاسیک در حال شنا کردن در رودخانه‌ای به‌نام موسیقی گیتار کلاسیک هستید تا به دریای موسیقی کلاسیک برسید که بخشی از اقیانوس موسیقی را تشکیل می‌دهد. برای رسیدن بهتر و صرفه‌جویی در زمان و عمر ارزشمندتان لازم است تا از تجربیات همه همکاران خود به‌خوبی بهره ببرید.

### صدادهی

برای رسیدن به یک اجرای خوب در ابتدا احتیاج به صدادهی مناسب دارید. برای صدادهی مناسب باید بتوانید از گیتارتان بیشترین حجم صدا را با زیباترین و شفاف‌ترین حالت استخراج کنید. برای این کار باید بدانید که به چه شکل و با کدام قسمت از انگشت سیم‌ها را به صدا دریاورید تا بتوانید ناخن‌های خود را به‌درستی حالت دهید.



من به شکلی که در ادامه توضیح خواهم داد می‌نشینم و با قسمت داخل انگشتانم سیم‌ها را لمس کرده و به صدا درمی‌آورم. اگر شما به شکل دیگری می‌نشینید و از صدای دست خود رضایت دارید و همچنین در سرعت نواختن و کنترل صداها مشکلی ندارید به کار خود ادامه دهید اگر مایل بودید می‌توانید روش مرا نیز امتحان کنید. برای صدادهی مناسب لازم است در تمرین‌های روزانه خود به‌گونه‌ای بنشینید و گیتار را به صدا درآورید که در اجرای کنسرت یا امتحان خواهید نشست.

#### مراحل نشستن:

- ۱- روی لبه‌ی صندلی، به شکلی که تکیه نداده‌اید، بنشینید.
- ۲- از زیر پای یا سایر وسایل برای گرفتن گیتار استفاده کنید.
- ۳- اگر از زیر پای استفاده می‌کنید لازم است که با سعی و خطا ارتفاع مناسب را با توجه به فیزیک بدنی خود و ارتفاع صندلی تنظیم کنید.
- ۴- ساعد دست راست را از قسمت نرم آن روی گیتار قرار دهید.
- ۵- انگشت P را باز کنید و روی سیم ششم بگذارید.
- ۶- توجه کنید که مچ دست در امتداد ساعد باشد.
- ۷- ساعد دست را کمی به سمت خودتان بچرخانید. به این ترتیب قسمت داخل انگشتانتان می‌تواند سیم‌ها را لمس کند.
- ۸- انگشتان i,m,a را روی سیم‌های گیتار قرار دهید. با نوک انگشتان کنترل کنید که با گوشه سمت چپ انگشت سیم را می‌نوازد.





www.hamaavaz.com