

۱	دیباچه
۲	مقدمه
۴	راهنمای استفاده از کتاب
۶	شناخت ساز
۹	وسایل کمک آموزشی
۱۰	تمرین بدون ساز
۱۱	اکول
۲۳	نکات قابل توجه قبل از شروع تمرین
۲۴	نکات قابل توجه حین تمرین
۲۶	روش تمرین کردن
۲۸	تئوری موسیقی
۳۵	سر مشق‌ها
۴۰	انگشت گذاری در پوزیسیون‌های مختلف
۴۰	پوزیسیون "سل"
۴۴	آهنگ شور (۱)
۴۵	پوزیسیون "لا"
۴۶	آهنگ سه گاه (۱)
۴۶	آهنگ سه گاه (۲)
۴۷	تغییر پوزیسیون
۴۹	پوزیسیون "سی"
۴۹	آهنگ دشتی
۵۱	پوزیسیون "فا" در بالا دسته

فهرست

- ۵۱ آهنگ شور (۲)
- ۵۲ کرشمه شور
- ۵۳ پوزیسون "دو" پایین دسته
- ۵۵ آهنگ شور (۳)
- ۵۶ آهنگ گرلی شور
- ۵۷ **Shiraz-Beethoven.ir** آهنگ شور (۴)
- ۶۰ آهنگ کردی (شور)
- ۶۳ آهنگ شور (۵)
- ۶۵ ترانه آفتاب (بیات ترک)
- ۶۶ پوزیسون های "ر"، "می" و "فا" در پایین دسته
- ۶۷ تصنیف مرغ سحر (ماهور)
- ۷۰ ترانه کردی اسمر یارم جوانه
- ۷۳ ترانه نوایی نوایی خراسانی
- ۷۵ ترانه بارون بارونه
- ۷۶ ترانه کردی آی بنن (بیات اصفهان)
- ۸۰ آهنگ بیات ترک
- ۸۱ ترانه ربابه جان مازندرانی
- ۸۳ ترانه مجنون نبودم
- ۸۴ پوزیسون "ر" در بالا دسته
- ۸۵ آهنگ نوا (۱)
- ۸۶ رنگ نستاری (نوا)
- ۸۸ آهنگ نوا (۲)
- ۹۰ کوک کردن ساز

دیباچه

در این کتاب، آموزش مقدماتی برای ساز تار از پرده‌های شور (وسط دسته) آغاز گردیده است. به دلیل نزدیکی پرده‌ها در این پوزیسیون و مانوس بودن دستگاه شور به حافظه فرهنگی و تاریخی ما، مراحل مقدماتی آموزش بسیار راحت و روان بوده و موجب پیشرفت سریع هنرجوی مبتدی و حتی کودکان می‌شود. اجرای تمامی دروس به صورت تصویری و صوتی در لوح فشرده به کتاب پیوست شده، که این مجموعه را به صورت کتابی خودآموز درآورده است. ضمناً فایل صوتی تمبک برای همراهی و تشویق هنرجویان به تمرین، طراحی و در لوح فشرده ارائه شده است.

Shiraz-Beethoven.ir

آموزش، فرآیندی تفکیک ناپذیر از رشد و تکامل است که پیوسته برای بشر در حال انجام می‌باشد. اگر این فرآیند را از جنس دریافتهای گوناگون بدانیم، این دریافتها در دوره‌ها و شرایط زیستی مختلف به صورت‌های متفاوت شکل می‌گیرند. برخی از این آموزش‌ها یا دریافتها، دور از هر معلم یا مربی و بدون هیچ تعلیم و تعلمی صورت می‌پذیرد، به گونه‌ای که انسان به درستی نمی‌داند که بسیاری از آموزه‌های او از کجا و در چه زمانی فراهم آمده است. گویی آموزش، فعل و انفعالی است آمیخته با وجود بشر که به صورت خودآگاه و ناخودآگاه پیوسته در حال اتفاق است.

از طرفی در نگاه انسان شناسان معاصر، هر انسان در نوع خود منحصر به فرد است، بدین معنا که در بسیاری از آموزش‌های انفرادی مانند نوازندگی، بیش از معلم، فراگیرنده است که در محوریت فرآیند آموزش قرار می‌گیرد. به نحوی که معلم موفق این مهارت را دارند که آنچه فراگیرندگان می‌بینند را، ببینند و آنچه می‌اندیشند را، بیندیشند. علاوه بر این، در طراحی هر کتاب آموزشی، در نظر گرفتن بخش مشترکی که مختصات عمومی مخاطبان آن روش به شمار می‌آید، اجتناب ناپذیر است. به عنوان مثال، تاثیری که امروزه تکنولوژی بر جامعه بشری گذاشته، یکی از شرایط عمومی است که می‌تواند در رویکرد آموزشی جامعه نگر مورد توجه قرار گیرد.

آموزش در پرده های شور

در بررسی‌های انجام شده توسط نگارنده، کلیه کتاب‌های مقدماتی که تاکنون برای ساز تار طراحی و نوشته شده‌اند در دستگاه ماهر می‌باشد. به نظر می‌رسد انتخاب این روند در آموزش مقدماتی تا حد زیادی متأثر از متد سازهای غربی است. در موسیقی غربی گام "دو ماژور" گامی است که به دلیل نداشتن علائم "دیز" و "بمل" در سرکلید (مایه نما)، معمولاً در آموزش ابتدایی مورد استفاده قرار می‌گیرد. به عنوان مثال در ساز پیانو استفاده از گام "دو ماژور" به معنی استفاده صرف از کلیدهای سفید پیانو می‌باشد که برای فراگیری مقدماتی کار را بسیار ساده می‌کند. دستگاه ماهر "دو"، در بخشی از ساختار خود شباهتهایی با گام "دو ماژور" دارد و احتمالاً همین شباهت، الگو برداری اولیه را برای طراحان متدها ممکن ساخته است. فواصل دستان‌های ماهر در ساز تار بدلیل فاصله زیاد، فراگیری را برای هنرجوی مبتدی سخت نموده و حتی ممکن است باعث آسیب به دست‌های او شود، لازم به ذکر است، برخی از مدرسان در شیوه شفاهی، آموزش را با دستگاه شور آغاز می‌نمایند. با توجه به اینکه ابتدای ردیف دستگاه شور در پوزیسیونی است که پرده های آن

^۱ مفهوم واژه پوزیسیون یا معادل کلمه پوزیشن (Posición) در زبان انگلیسی به معنی مکان قرار گرفتن انگشت اول (سبابه) است، در بعضی لغت نامه‌ها کلمه دستان برای این واژه آورده شده است.

فواصل نامناسبی دارد و برای هنرجوی مبتدی می‌تواند آسیب‌زننده باشد، در مقایسه می‌توان گفت آموزش در پرده‌های ماهور هنوز کم‌آسیب‌تر از پرده‌های شور در ابتدای ردیف دستگاه شور می‌باشد. در متد پیش‌رو، آموزش در پرده‌های شور در وسط دسته ساز آغاز می‌گردد.

همانطور که می‌دانید پرده‌های تار با ضخامت‌های مختلفی بسته می‌شوند و پرده‌های ضخیم‌تر در وسط دسته، همان پرده‌های شور می‌باشند که در این کتاب، آموزش از همین پرده‌ها آغاز می‌شود. شیوه کار به صورتی است که در ابتدا پرده "سل" بر روی دسته ساز برای هنرجو به وسیله ماژیک یا هر وسیله دیگری علامتگذاری می‌شود تا نشانه‌ای برای هنرجوی مبتدی باشد. پرده "سل" مکان قرار گرفتن انگشت اول بوده و انگشتان دوم و سوم به راحتی بر روی پرده‌های ضخیم بعدی یعنی همان پرده‌های شور قرار می‌گیرند.

Shiraz-Beethoven.ir

مزایای تدریس به این شیوه از سه منظر حائز اهمیت است:

۱- پرده‌های شور وسط دسته و جنبه‌های ارگونومیک!

بدلیل نزدیکی پرده‌های شور در وسط دسته، هنرجوی مبتدی در عملکرد دست چپ به سرعت به نتیجه رسیده و در ضمن از بخش عمده‌ای از آسیب‌های جسمی در امان خواهد بود. لازم به ذکر است این فواصل به قدری نزدیک به هم هستند که حتی دست‌های کوچک هنرجویان کم‌سن و سال نیز به راحتی قادر به انگشت‌گذاری بر روی آنها می‌باشد.

۲- فواصل شور و رویکرد فرهنگی:

با استناد به شواهد موجود و بررسی اجمالی رپرتوار موسیقی شهری و نواحی ایران، می‌توان دریافت که بخش عمده‌ای از آثار موسیقایی گذشته، در دستگاه شور و زیر مجموعه‌های آن می‌باشد. بدلیل ماندگاری این رپرتوار عظیم در حافظه شنیداری و تاریخی، هنرجوی مبتدی به لحاظ ذهنی، با ساز و مطلب درس خود سریع‌تر و راحت‌تر ارتباط برقرار می‌کند.

۳- فواصل شور و جنبه‌های روان‌شناختی:

آنچه مسلم است احساس موفقیت و کامیابی، مهمترین عامل تضمین‌کننده تداوم در هر کاری است. در بهره‌گیری از این متد، چنانچه ذکر شد به دلیل سهولت در استفاده از پرده‌ها و وجود پیش‌زمینه ذهنی از فواصل دستگاه شور، سرعت پیشرفت هنرجو در حد چشمگیری افزایش پیدا می‌کند و احساس رضایتمندی هنرجو و تشویق اطرافیان بدلیل موفقیت سریع او، فضا را به نحو مطلوبی برای تداوم پیشرفت هنرجوی مبتدی فراهم می‌آورد.

^۱ واژه ارگونومی به معنی تناسب ابزار با بدن انسان است. که نتیجه آن توجه به سلامت انسان در محیط کار است.

^۲ منظور از رپرتوار موسیقی شهری، مجموعه ملودی‌هایی است که به آن ردیف گفته می‌شود.

تمرین ترکیب حرکت انگشت دوم و سوم در پوزیسیون "سل"

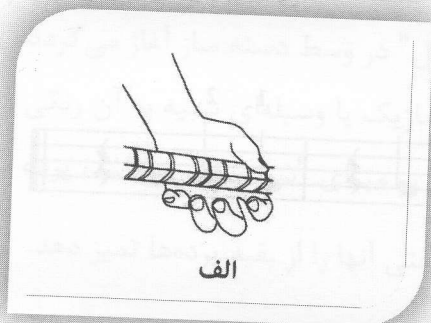
در این سرمشق عملکرد انگشت دوم و سوم ترکیب شده است.

♩ = 60

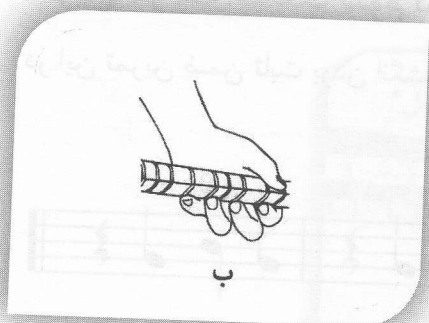
۱۵

نرمش شماره ۳

انگشتان ۱، ۲، ۳ و ۴ را بر روی پرده های Sol، La♭، La♯ و La قرار دهید. سپس هر یک از انگشتان را به اندازه یک بند انگشت از روی پرده‌ها بلند کنید (شکل الف). حال با تمرکز



بر روی یک یک انگشتان، زمانی را برای این تمرین مقرر کنید و آن‌ها را بر روی دسته ساز قرار دهید. حرکت هر یک از انگشتان را طوری تنظیم کنید که بدون هیچ حرکت شکننده‌ای، به طور یکنواخت و با سرعت ثابت، فاصله تعیین شده را طی کرده، به پرده مورد نظر برسائید. زمان تقریبی این تمرین از ۲۰ ثانیه شروع و تا چندین دقیقه قابل افزایش است.



در قسمت دوم انگشتان را بر روی پرده‌های مورد نظر قرار دهید. این بار عکس مرحله پیش عمل کرده و سعی کنید در مدت زمانی مشخص، به ترتیب انگشتان خود را از پرده‌های ساز دور کنید (شکل ب). این تمرین موجب تقویت عضلات باز کننده و تا کننده انگشتان می‌شود.

تمرین اول حرکت انگشتهای اول، دوم و سوم در پوزیسیون "سل" (۱)

در میزانهای دوم و چهارم این درس، با تمرکز بر انگشت دوم، تعامل انگشت‌های دوم و سوم، مد نظر قرار گرفته است.

16

$\text{♩} = 60$ 1 3 2 3 2 3

16

تمرین دوم حرکت انگشتهای اول، دوم و سوم در پوزیسیون "سل" (۲)

Shiraz-Beethoven.ir

17

$\text{♩} = 60$ 1 2

17

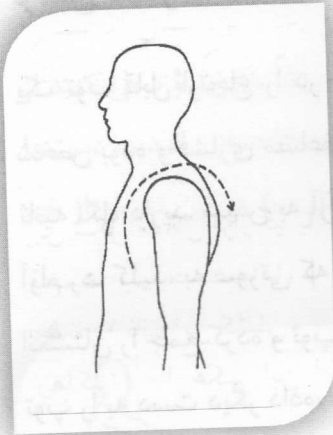
تمرین سوم حرکت انگشتهای اول، دوم و سوم در پوزیسیون "سل" (۳)

در میزانهای دوم و چهارم این درس، با تمرکز بر انگشت سوم، تعامل انگشت‌های دوم و سوم، مد نظر قرار گرفته است.

18

$\text{♩} = 60$ 1 2 3 2 3 2

18



دست ها را صاف و مستقیم در کنار بدن آویخته نگاه دارید. گردن در امتداد طبیعی بدن باشد. سعی کنید تا با حرکت شانه ها به طرف جلو، بالا، عقب و پایین، یک حرکت چرخشی در آنها به وجود آورید

تمرین زنگوله ابوعطا (تکیه به بالا و پایین)

Shiraz-Beethoven.ir

۵۲

$\text{♩} = 80$

3 2 1 1 2 3 2 1 2 1 2 1

3 2 1 1 2 3 1 1 2 3 1 1 2 3 2 1 2 1 2 1 3 2 1 1

2 3 2 1 2 1 2 1