

۱۹۳۱

راهنمای صدا سازی و آواز

بهمراه
نت نگاری ۱۶ تمرین
کاربردی



اثری از
فرانک سیناترا

و استاد صدا سازی جان کویلان

مترجم: علی بخشنده

زیر نظر مجموعه موسیقیایی هشیوار

هشیوار

هشیوار

مجموعه هشیوار به مدیریت کارشناس موسیقی، نوازنده و مدرس گیتار و گیتار الکتریک روزبه خاکی مجموعه ایست با تنوع وسیعی از فعالیت های حوزه موسیقی از قبیل تدریس در شاخه های متنوع موسیقی اعم سازها و آواز ایرانی و ملل، چاپ و نشر کتاب، مقالات و فایل های آموزشی این حوزه، برگزاری کنسرت ها، همایشات و مستر کلاس های متعدد با حضور اساتید معتبر کشور ...و

با مراجعه به سایت و صفحه اینستاگرام هشیوار میتوانید به جمع خانواده بزرگ فرهنگی هنری هشیوار بپیوندید و شاهد فعالیت های بیشتر ما باشید



www.hoshivarmusic.ir



hoshivar_musicacademy

سخن مترجم

بعنوان یک معلم آواز و صداسازی در ایران، در تمام سالهای یادگیری و تدریس همواره با فقر منابع و کتب در این رشته مواجه بودم و انتظار چاپ و نشر کتب ارزشمند از اساتید مطرحی داشتم که هیچگاه برآورده نمیشد تا اینکه در سال اخیر بر آن شدم تا قدم کوچکی را خودم بردارم تا شاید مورد استفاده و استقبال علاقمندان این مسیر سبز قرار گیرد.



Bakhshandehali.music



(لازم به ذکر است برای حفظ حس قدمت این کتاب تا جای ممکن طراحی اصلی ثابت مانده است.)

مقدمه تامی دورسی در ستایش این اثر:

شاید برای خوانندگان این اثر مقدمه من برای این کتاب بعنوان رهبر ارکستر و نوازنده ترومبون قدری عجیب بنظر برسد ، اما موضوع "راهنمای آواز و صداسازی " آنقدر برایم جذاب بود که وقتی از من خواسته شد نظری در مورد آن بنویسم، بلافاصله از آن استقبال کردم.

در سفرهایم در سراسر کشور، همیشه این نکته را در نظر داشتم که به ترانه‌سرایان ، خوانندگان و نوازندگان مشتاق کمک کنم. اکنون که فرانک سیناترا و جان کوینلان "راهنمای آواز و صداسازی" را به مردم ارائه کرده‌اند، می‌خواهم با توصیه اکید این کتاب، همکاری خود را بیشتر اعلام کنم.

فرانک سیناترا، که عضو گروه من است، هنرمندی فوق‌العاده با استعداد و وظیفه‌شناس است. او از طریق بیان تفسیر خود از موسیقی، نه تنها برای خود موفقیت به ارمغان آورده، بلکه برای ناشران مختلف موسیقی نیز آهنگ‌های موفق زیادی ساخته و البته برای هزاران شنونده لذت به ارمغان آورده است.

آقای سیناترا در نوشتن این کتاب، بسیار خوش شانس بود که همکاری مربی و معلم صدای مشهور خود، جان کوینلان را به دست آورد. آنها اثری را نوشته‌اند که امیدوارم آغاز مجموعه‌ای از کتاب‌های این دست باشد.

"راهنمای آواز و صداسازی " پاسخی به بسیاری از سوالاتی است که من در مورد اینکه آیا چنین کتابی چقدر می‌تواند مفید باشد، دریافت کرده‌ام.

ناگفته نماند که بهترین آرزو ها را برای کتاب " راهنمای آواز و صداسازی" دارم و امیدوارم تلاش‌های خستگی‌ناپذیر نویسندگان فوق‌الذکر کمک بزرگی به کسانی باشد که در ابتدای مسیری هستند که ممکن است در نهایت به شهرت و ثروت منجر شود.

درباره نویسنده

فرانسیس آلبرت سیناترا، معروف به فرانک سیناترا، در ۱۲ دسامبر ۱۹۱۵ در هاباکن نیوجرسی متولد شد و در ۱۴ مه ۱۹۹۸ در وست هالیوود، کالیفرنیا درگذشت.

او یکی از برجسته‌ترین خوانندگان و بازیگران قرن بیستم بود که با فروش بیش از ۱۵۰ میلیون نسخه از آثارش، در فهرست پرفروش‌ترین هنرمندان موسیقی قرار دارد.

سیناترا فعالیت حرفه‌ای خود را در دهه ۱۹۳۰ آغاز کرد و با گروه‌های موسیقی مختلف همکاری داشت. در دهه ۱۹۴۰، با انتشار آهنگ‌های موفق و حضور در فیلم‌های سینمایی، به شهرت جهانی رسید. او در طول دوران کاری خود بیش از ۱۴۰۰ ترانه اجرا کرد و در ۵۸ فیلم نقش‌آفرینی داشت.

برخی از مشهورترین آهنگ‌های او شامل "My Way" و "Strangers in the Night" هستند.

سیناترا علاوه بر موسیقی، در عرصه سینما نیز موفق بود و برای بازی در فیلم "From Here to Eternity" برنده جایزه اسکار بهترین بازیگر نقش مکمل مرد شد.

در سال ۱۳۵۴ نیز کنسرت خیریه‌ای را در ایران به نفع انجمن رفاه نابینایان ایران برگزار کرد.

فهرست مطالب

آموزش های اولیه

- 6 مراقبت از گلو
- 6 هنر تنفس
- 8 دستورالعمل های عمومی

تمرین ها

- 9 تمرین اول
- 10 تمرین دوم
- 11 تمرین سوم
- 12 تمرین چهارم
- 13 تمرین پنجم
- 14 تمرین ششم
- 16 تمرین هفتم
- 18 تمرین هشتم
- 19 تمرین نهم
- 20 تمرین دهم
- 21 تمرین یازدهم
- 23 تمرین دوازدهم
- 24 تمرین سیزدهم
- 26 تمرین چهاردهم
- 28 تمرین پانزدهم
- 30 تمرین شانزدهم

آموزشهای اولیه

مراقبت از گلو

طبیعی است که یک خواننده از گلوئی خود که به نظر می‌رسد آسیب‌پذیرترین بخش بدن اوست، مراقبت کند. باید همیشه احتیاط زیادی کرد تا از سرماخوردگی یا گلودرد به هر شکلی جلوگیری شود.

در صورت بروز علائمی مانند احساس سوزش خفیف در گلو، گرفتگی، ترشحات بینی و غیره، بی‌توجهی و عدم اقدام فوری، بی‌احتیاطی است. یک خواننده نمی‌تواند تعلل کند و امیدوار باشد که سرماخوردگی خفیف یک شبه از بین برود. اجازه دادن به سرماخوردگی برای مزمن شدن بسیار خطرناک است، زیرا نه تنها به صدا آسیب می‌رساند، بلکه به طور کلی در سلامت فرد اختلال ایجاد می‌کند.

حفظ سلامت گلو و حنجره برای خوانندگان اهمیت ویژه‌ای دارد، زیرا این بخش از بدن اصلی‌ترین ابزار اجرای موسیقی است. یکی از مهم‌ترین نکات در مراقبت از حنجره، گرم کردن و سرد کردن صدا قبل و بعد از خواندن است، زیرا این کار کمک می‌کند تا تارهای صوتی کمتر تحت فشار قرار بگیرند و از آسیب‌دیدگی جلوگیری شود. نوشیدن آب کافی، به‌ویژه آب ولرم، نیز نقش مهمی در حفظ رطوبت و انعطاف‌پذیری تارهای صوتی دارد و از خشکی و التهاب جلوگیری می‌کند. همچنین باید از مصرف مواد مضر مانند سیگار، الکل، و نوشیدنی‌های بسیار سرد یا داغ پرهیز کرد، زیرا این مواد می‌توانند باعث تحریک و ضعف تارهای صوتی شوند. استفاده از تکنیک صحیح تنفس دیافراگمی نیز به خوانندگان کمک می‌کند تا فشار کمتری بر حنجره وارد کنند و کیفیت صدای خود را بهبود دهند. در کنار همه این موارد، استراحت کافی و مدیریت استرس نیز از عوامل کلیدی در حفظ سلامت صدا هستند، زیرا خستگی و تنش‌های روحی می‌توانند به مرور زمان تأثیر منفی بر اجرای خواننده بگذارند. رعایت این اصول به خوانندگان کمک می‌کند تا صدای خود را تقویت کرده و از آسیب‌های احتمالی جلوگیری کنند، در نتیجه، اجرای موسیقی با کیفیت بالاتر و احساس عمیق‌تری همراه خواهد بود.

هنر تنفس

عقلانه است که بر اهمیت تنفس تأکید کنیم، زیرا این اساسی‌ترین بخش آوازخوانی است، با این حال، از روش پیچیده‌ای که برخی از معلمان ادعا می‌کنند، دور است. فقط یک راه برای تنفس وجود دارد و آن هم به روش طبیعی است. راست بایستید، قفسه سینه را شل کنید و عمیقاً از طریق سوراخ‌های بینی نفس بکشید. از اشتباه بیرون دادن قفسه سینه هنگام دم خودداری کنید، اجازه دهید نفس این کار را انجام دهد و آنگاه از میزان نفسی که می‌توانید وارد کنید شگفت‌زده خواهید شد.

هنگام بازدم، اجازه ندهید قفسه سینه فرو بریزد. موقعیتی را که هنگام اتمام دم داشتید، حفظ کنید و سپس به آرامی از طریق دهان بازدم کنید. متوجه خواهید شد که شکم به سمت داخل و به سمت ستون فقرات حرکت می‌کند. این همان چیزی است که در نهایت هنگام نگه داشتن نت‌های بالا توسط خواننده اتفاق می‌افتد. به نظر می‌رسد که صدا شناور بیرون می‌آید، به جای اینکه هل داده شود. تمرین فوق را دو بار در روز به مدت ده دقیقه انجام دهید.

یک تمرین تنفسی عالی این است که صاف به پشت دراز بکشید و دست‌ها در کنار بدن قرار بگیرند. کاملاً ریلکس کنید و یک نفس عمیق آرام از طریق سوراخ‌های بینی بکشید؛ سپس به آرامی از طریق دهان بازدم کنید. هنگام انجام این کار، قفسه سینه را بیرون ندهید، بلکه اجازه دهید به تدریج خود به خود بالا بیاید. این نکته بسیار مهمی است برای کسانی که تنفس سطحی دارند و هنگام دم قفسه سینه را شل نمی‌کنند. برای درک اهمیت واقعی این موضوع، سعی کنید قبل از دم، قفسه سینه خود را تا جایی که می‌توانید بیرون دهید. ببینید چقدر نفس می‌توانید وارد کنید. عملاً هیچ. هنگام بازدم، اجازه ندهید نفس به سرعت خارج شود، بلکه سعی کنید آن را کنترل کنید. این موضوع در مورد آوازخوانی نیز صدق می‌کند. توصیه نمی‌شود که مقدار زیادی هوا را در اولین کلمه‌ای که می‌خوانید خارج کنید. به تمام کلماتی که با حرف H شروع می‌شوند، مانند کلمات HER، HE، HERE و غیره توجه کنید، زیرا برخی از خوانندگان به دلیل عدم آگاهی، تمایل دارند مقدار زیادی هوا را در این کلمات خارج کنند.

همانطور که بازدم می‌کنید، متوجه خواهید شد که با نگه داشتن قفسه سینه در موقعیتی که در انتهای دم بود، شکم عقب می‌رود. بطور طبیعی قفسه سینه، دیافراگم و شکم همگی خود باهم هماهنگ می‌شوند. پیاده‌روی یکی از بهترین تمرین‌های بدنی برای یک خواننده است. با این حال، این بدان معنا نیست که فقط قدم بزنید، و نه اینکه مانند کسی که باید به قطار برسد، عجله کنید. یک سرعت متوسط را تنظیم کنید و هنگام راه رفتن، دستورالعمل‌های داده شده در تمرین‌های تنفسی فوق را به خاطر بسپارید. یک قانون خوب برای پیروی این است: "در تمام ورزش‌های بدنی متعادل باشید."

دستورالعمل های عمومی

هنگام خواندن یک قطعه نزولی در یک تمرین، سعی کنید هر نت پایین تر بعدی را در همان موقعیت حنجره نت قبلی نگه دارید. با این روش، یاد می گیرید که صدا را به درستی قرار دهید و در عین حال، تمام فشار گلو را از بین ببرید.

هر زمان که احساس فشار کمی در گلو کردید، می دانید که به اشتباه آواز می خوانید. روی تُن و حنجره تمرکز کنید. فقط از طریق ذهن می توانید بر آن فشار مضر حنجره غلبه کنید. پس از مدتی، هنگامی که صدای شما در جایگاه درست خودش قرار گرفت، می توانید تا حدودی در برابر عادت های نادرستی که ممکن است داشته اید، ریلکس کنید.

هرگز برای مدت طولانی در یک زمان تمرین نکنید! بهتر است چهار دوره پانزده دقیقه ای در روز تمرین کنید تا یک ساعت مداوم، یا دو دوره نیم ساعته. گلو و تارهای صوتی بسیار حساس هستند و نیاز به استراحت گاه به گاه دارند. هر زمان که گلو احساس خستگی کرد، استراحت کنید و بعداً به تمرین ادامه دهید. هرگز به صدا فشار نیاورید، زیرا تُن های خشن در نهایت تارهای صوتی را فرسوده می کنند.

تمام تمرین های این کتاب برای هر صدایی، صرف نظر از دامنه صدایشان مناسب است. به عنوان مثال، اگر پایین ترین تُن شفاف در محدوده صدای شما F پایین است، تمرین را یک تُن بالاتر، روی G، شروع کنید و ادامه دهید و به راحت ترین تُن بالای خود برسید البته بدون فشار آوردن. هنگامی که این کار انجام شد، تمرین را با نزول عبارت به عبارت، تا رسیدن به نقطه شروع خود کامل کنید. این قانون برای همه تمرین ها اعمال می شود، مگر اینکه خلاف آن ذکر شده باشد.

تمرین 1

این تمرین بر اساس مجموعه‌ای از پنج نت است که سه نت اول آن یک سه‌صدایی مازور (آکورد) را تشکیل می‌دهند. هر گروه پنج نتی یک عبارت جداگانه است که توسط یک خط منحنی به هم متصل شده است. این بدان معناست که کل عبارت یا گروه باید به صورت لگاتو یا روان، با استفاده از هجای UH، مانند تلفظ کلمه UP خوانده شود. برای هر نت بطور مجزا از UH استفاده نکنید!

در نت‌های اول و دوم هر گروه، دهان باید فقط کمی باز شود (به شکل 1، صفحه 31 مراجعه کنید)؛ در نت سوم یا نت بالا، باید کمی بیشتر باز شود (به شکل 2، صفحه 31 مراجعه کنید) و این حالت دهان باید برای دو نت باقی‌مانده حفظ شود.

قبل از هر عبارت نفس بکشید. (به فصل "هنر تنفس"، صفحه 7 مراجعه کنید).

Slowly

UH _____ UH _____ UH _____

See Fig. 1 _____ 2 _____ etc.

UH _____ UH _____ UH _____ UH _____

UH _____ UH _____ UH _____ UH _____

UH _____ UH _____ UH _____ UH _____

UH _____ UH _____ UH _____ UH _____

UH _____ UH _____ UH _____

تمرین 2

همان دستورالعمل‌های مربوط به موقعیت دهان که در تمرین 1، صفحه 9 داده شده است، در مورد تمرین 2 نیز صدق می‌کند. تفاوت بین باز شدن دهان در ابتدا و باز شدن دهان در نت بالا را به خاطر داشته باشید. قبل از هر عبارت نفس بکشید.

برای کلمات CARRY و HOME به موقعیت‌های دهان در صفحه 31 مراجعه کنید. CAR (شکل 1)، RY (شکل 3) و HOME (شکل 4).

[illegible]

تمرین 3

مانند دو تمرین قبلی، دهان باید در نت بالاتر در هر گروه کمی بیشتر از نت‌های قبلی باز شود. این حالت دهان باید برای بقیه نت‌ها در هر گروه حفظ شود. همیشه به خاطر داشته باشید که تن را به خوبی در جلو نگه دارید.

در جمله "Let us wander by the bay" (بگذارید کنار خلیج قدم بزنیم)، هر کلمه را به روشی طبیعی بخوانید و هر هجا را بسیار واضح تلفظ کنید.

قبل از هر عبارت نفس بکشید.

Moderately



Let us wan-der by the bay. Let us wan-der by the bay.

See Fig. 1 _____ 2 _____ etc.



Let us wan-der by the bay. Let us wan-der by the bay. Let us wan-der



by the bay. Let us wan-der by the bay. Let us wan-der by the bay.



Let us wan-der by the bay. Let us wan-der by the bay. Let us wan-der



by the bay. Let us wan-der by the bay. Let us wan-der by the bay.



Let us wan-der by the bay. Let us wan-der by the bay. Let us wan-der



by the bay. Let us wan-der by the bay. Let us wan-der by the bay

تمرین 4

این تمرین شامل مجموعه‌ای از گام‌های ماژور است. هر گام یک عبارت جداگانه است و باید فقط با یک UH خوانده شود. هر گام را با کمی باز کردن دهان شروع کنید (به شکل 1، صفحه 31 مراجعه کنید) تا به نت بالا برسید. سپس کمی بیشتر باز کنید (به شکل 2، صفحه 31 مراجعه کنید) و آن موقعیت را هنگام نزول به پایین‌ترین نت حفظ کنید. قبل از شروع هر گام، عمیقاً نفس بکشید. (به فصل "هنر تنفس"، صفحه 7 مراجعه کنید).

[illegible]

تمرین 5

این تمرین را کاملاً آهسته بخوانید و هر نت را با زمان کامل آن نگه دارید. در کلمه YOU، به جای موقعیتی که در شکل 5 نشان داده شده است، از موقعیت دهان که در شکل 4، صفحه 31 نشان داده شده است، استفاده کنید. در حین انجام این کار، مهم است که همچنان روی صدای OO تمرکز کنید. در ابتدا، انجام این کار ممکن است کمی دشوار به نظر برسد، اما با تمرین مداوم، متوجه خواهید شد که این کار نسبتاً ساده‌ای است. قبل از هر عبارت نفس بکشید. کلمات COME و GO را به روشی طبیعی بخوانید و آنها را به وضوح تلفظ کنید.

Slowly

The exercise consists of six staves of music, each with the lyrics "You come and go." written below. The first staff includes the instruction "Slowly" and "See-Fig. 4" followed by a sequence of notes: 4, 2, 4, etc. The music is written in a single melodic line on a treble clef staff. The notes are: G4 (quarter), A4 (quarter), B4 (quarter), C5 (quarter), B4 (quarter), A4 (quarter), G4 (quarter), F#4 (quarter), E4 (quarter), D4 (half). The key signature has one sharp (F#). The time signature is 3/4. The notes are connected by a slur. The lyrics "You come and go." are written below the notes. The first staff also includes the instruction "See-Fig. 4" and a sequence of notes: 4, 2, 4, etc. The second staff has the lyrics "go." below the first note, "You come and go." below the next three notes, and "You come and go." below the last three notes. The third staff has the lyrics "You come and go." below the first three notes, "You come and go." below the next three notes, and "You come and go." below the last three notes. The fourth staff has the lyrics "You come and go." below the first three notes, "You come and go." below the next three notes, and "You come and go." below the last three notes. The fifth staff has the lyrics "You come and go." below the first three notes, "You come and go." below the next three notes, and "You come and go." below the last three notes. The sixth staff has the lyrics "You come and go." below the first three notes, "You come and go." below the next three notes, and "You come and go." below the last three notes.

You come and go. You come and go. You come and go.

See-Fig. 4 2 4 etc.

go. You come and go. You come and go.

You come and go. You come and go. You come and go.

You come and go. You come and go. You come and go.

You come and go. You come and go. You come and go.

You come and go. You come and go. You come and go.

تمرین 6

کلمه YOU را به آرامی بخوانید (به شکل 5، صفحه 31 مراجعه کنید). دهان را هنگام گفتن UH بیش از حد باز نکنید و همان موقعیت را برای دو نت بعدی حفظ کنید. سپس در نت بعدی یا بالاترین نت عبارت، کمی بیشتر باز کنید و این موقعیت را در طول گام حفظ کنید. هنگامی که دوباره به نت‌های پایین رسیدید، دهان را کمی ببندید؛ سپس به نت بالا بروید و کمی بیشتر باز کنید و این موقعیت را در طول عبارت حفظ کنید.

در تمام اوقات، دهان باید با حرکت بالا و پایین عمل کند. به عبارت دیگر، هنگام باز کردن دهان، اجازه دهید فک پایین بیفتد. این روش چیزی را تولید می‌کند که به عنوان تُن‌های "تاریک" شناخته می‌شود. هرگز دهان را پهن نکنید (مثل حالت لب‌خند یا خندیدن لب‌ها را به جهتین باز نکنید)؛ این کار تُن‌های "سفید" یا "روشن" را ایجاد می‌کند که نازک و ضعیف هستند و هیچ کمکی به موفقیت یک خواننده نمی‌کنند. قبل از شروع هر عبارت، عمیقاً نفس بکشید.

Moderately

You UH

See Fig 5 1 2 1 2 1 2 etc

[illegible]

Musical notation for the first staff of the song. It begins with a treble clef and a key signature of one sharp (F#). The melody starts with a half note G4, followed by a quarter note A4, then a quarter note B4. The next measure contains a quarter note C5, a quarter note D5, and a quarter note E5. The following measure has a quarter note F#5, a quarter note G5, and a quarter note A5. The next measure contains a quarter note B5, a quarter note C6, and a quarter note D6. The final measure of the staff has a quarter note E6, a quarter note F#6, and a quarter note G6. The staff ends with a double bar line.

You UH

You_UH

You UH

Ex 8 cont.



تمرین 7

هنگام بالا رفتن از گام، سعی کنید کلمات را تا حد امکان نزدیک به لب‌ها نگه دارید. طبیعتاً، کلمه EAT باید روی لب‌ها و دندان‌ها خوانده شود (به شکل 3، صفحه 31 مراجعه کنید)، که در مورد کلمات بعدی نیز صدق می‌کند. دهان را بیش از حد باز نکنید! هنگام رسیدن به هجای BAR، دهان را کمی بیشتر باز کنید و این موقعیت را هنگام پایین آمدن به پایین‌ترین نت حفظ کنید. هنگامی که به هجای LEY رسیدید، طبیعتاً باید موقعیت دهان را تغییر دهید. این تَن را به روشی طبیعی بگوئید، زیرا تغییر به طور خودکار رخ خواهد داد. در ابتدای هر عبارت، عمیقاً نفس بکشید.

Moderately

Eat — your — beans — and — bar — — — — — ley, too!

See Fig. 3 3 5 3 1 2 3 5 etc.

Eat — your — beans — and — bar — — — — — ley, too!

Eat — your — beans — and — bar — — — — — ley, too!

Eat — your — beans — and — bar — — — — — ley, too!

Eat — your — beans — and — bar — — — — — ley, too!

Eat — your — beans — and — bar — — — — — ley, too!

Ex 7 cont.



تمرین 8

قبل از شروع هر یک از گروه‌های چهار نفری زیر، یک نفس عمیق و خوب بکشید. قفسه سینه را بالا نگه دارید و مطمئن شوید که در طول تمرین با شکم از آن پشتیبانی می‌کنید. دهان را روی هیچ یک از کلمات بیش از حد باز نکنید. این روش به اجرای تمام تَن‌ها در موقعیت یکسان کمک می‌کند.

Slowly.

Sing a plain UH. Sing a plain UH. Sing a plain

See Fig. 3 2 1 2 etc.

UH. Sing a plain UH. Sing a plain UH.

Sing a plain UH. Sing a plain UH. Sing a plain UH.

Sing a plain UH. Sing a plain UH. Sing a plain UH.

Sing a plain UH. Sing a plain UH. Sing a plain UH.

Sing a plain UH. Sing a plain UH. Sing a plain UH.

تمرین 9

همیشه به خاطر داشته باشید که عمیق نفس بکشید. قفسه سینه را بالا و شکم را داخل نگه دارید! این تمرین باید بسیار آهسته خوانده شود و به هر تن پشتیبانی کافی داده شود. مصوت AH در سراسر تمرین استفاده می‌شود. در اولین AH، دهان را به طور راحت باز کنید (به شکل 2، صفحه 31 مراجعه کنید) و این موقعیت را برای سه نت بعدی تغییر ندهید. به عبارت دیگر، کل گروه چهار نته باید با یک AH خوانده شود و به هیچ وجه موقعیت دهان تغییر نکند. با کمی تمرکز روی این نکته، به زودی کنترل کاملی بر دهان و حنجره خواهید داشت. اکنون یک نفس عمیق دیگر بکشید و فرآیند فوق را برای گروه پنج نته بعدی تکرار کنید. با این حال، برای این گروه دوم، متوجه خواهید شد که نیازی به باز کردن دهان به اندازه گروه چهار نته اول ندارید.

به خوانندگان مجدداً هشدار داده می‌شود که هنگام باز و بسته کردن دهان، توجه دقیقی به فک داشته باشند. از آنجایی که این تمرین نسبتاً دقیق است، توصیه نمی‌شود که به صورت کروماتیک، گام به گام، پایین بروید تا به نقطه

شروع برسید.

Moderately

AH AH AH AH

See Fig. 2 etc.

AH AH AH AH AH

AH AH AH AH AH

AH AH AH AH AH

AH AH AH AH AH

AH AH AH AH AH

AH AH AH AH AH

تمرین 10

در تمرین زیر، دهان را هنگام گفتن کلمه GIVE خیلی کم باز کنید و این موقعیت را برای نت دوم حفظ کنید. دهان را هنگام گفتن کلمه THAT کمی بیشتر باز کنید و هنگام گفتن کلمه BOY بیشتر باز کنید، و در همین موقعیت دهان ادامه دهید. هنگام گفتن کلمه BREAD، برای تلفظ صحیح کلمه، لازم است دهان را تا حدودی ببندید و قبل از هر عبارت نفس بکشید.

Moderately



Give that boy some bread! Give that boy some bread!

See Fig. 3 1 2 1 etc.



Give that boy some bread! Give that boy some bread! Give that



boy some bread! Give that boy some bread! Give that boy some bread!



Give that boy some bread! Give that boy some bread! Give that



boy some bread! Give that boy some bread! Give that boy some bread!



Give that boy some bread! Give that boy some bread! Give that



boy some bread! Give that boy some bread! Give that boy some bread!

تمرین 11

دستورالعمل‌های داده شده در تمرین 4، صفحه 12، در مورد این تمرین (تمرین 11) نیز صدق می‌کند. دهان را بیش از حد باز نکنید تا به نت بالا برسید، سپس کمی بیشتر باز کنید و این موقعیت را برای بقیه عبارت حفظ کنید. قبل از هر عبارت عمیقاً نفس بکشید.

Lively

See Fig. 1

2 etc.

UH

UH

UH

UH

UH

UH

UH

Ex II cont.



تمرین 12

این تمرین شامل شش مصوت است: AH, AYE, EE, AI, OH و OO. یک نفس عمیق و خوب بکشید و روی نتی که تقریباً در نیمه راه بین تُن‌های میانی و پایین شما قرار دارد شروع کنید. همانطور که در تمرین‌های قبلی انجام دادید به صورت کروماتیک بالا و پایین نروید، بلکه فقط نت‌های مختلف را به صورت تصادفی انتخاب کنید. به عنوان مثال، اگر باید روی F (فضای اول) شروع کنید، نت بعدی شما اولین Bb بالای این F باشد؛ سپس به اولین D زیر F بروید؛ سپس به G، یک نت بالای F؛ سپس به C پایین و غیره بروید.

این تمرین را روی نت‌های بالا امتحان نکنید، مگر اینکه بتوانید بدون فشار این کار را انجام دهید. هر زمان که صدای شما تحت فشار قرار گرفت، بهتر است آواز خواندن را متوقف کنید. استمرار و تمرین به این موضوع کمک می‌کنند، زیرا به زودی متوجه خواهید شد که کاری که امروز برای شما دشوار است، ظاهراً کمی بعد آسان‌تر خواهد بود. کلمه ظاهراً در اینجا به درستی استفاده شده است، زیرا تمام تُن‌های بالا به حمایت کامل نفس و شکم نیاز دارند.

این تمرین باید آهسته و با کشش خوب خوانده شود. AH و AYE موقعیت‌های دهان یکسانی دارند (به شکل 1، صفحه 31 مراجعه کنید). در EE، دهان را تا حدودی ببندید و فقط یک فضای کمی بین دندان‌ها باقی بگذارید (به شکل 3، صفحه 31 مراجعه کنید). در AI (مانند HIGH) به موقعیت AH اصلی برگردید. برای OH، به شکل 4، صفحه 31 مراجعه کنید. در OO (به شکل 5، صفحه 31 مراجعه کنید)، لب‌ها کمی بیشتر از OH بیرون می‌آیند.

حدود ده تمرین، با انتخاب نت‌های مختلف به صورت تصادفی، تمرین خوبی با این مصوت‌ها خواهد بود.



تمرین 13

قبل از شروع این تمرین، عمیقاً نفس بکشید و هنگام نگه داشتن AH (به شکل 1، صفحه 31 مراجعه کنید) در خط دوم G، دهان را بیش از حد باز نکنید. این موقعیت را برای دو نت بعدی حفظ کنید؛ سپس در نت بعدی کمی بیشتر باز کنید و این موقعیت را برای بقیه عبارت حفظ کنید.

همانطور که با این تمرین‌ها پیش می‌روید، متوجه خواهید شد که بیشتر از UH روی AH صدا تولید می‌کنید. مصوت UH که در تمرین‌های قبلی استفاده شد، برای قرار دادن صدای AH در بالا و جلو، که بسیار مهم است، برای خواننده بسیار مفید خواهد بود. صداهای UH و AH هر دو بسیار به هم مرتبط هستند. UH به خودی خود به طور طبیعی‌تر به جلو می‌رود. پیشنهاد زیر را امتحان کنید تا به وضوح بفهمید منظور از این چیست. UH را بخوانید و کمی آن را نگه دارید، سپس بدون توقف یا حمله جدید، مستقیماً به AH بروید. مطمئن شوید که دقیقاً همان موقعیت UH را برای AH حفظ می‌کنید. در واقع، تنها تفاوت بین این دو مصوت در صدا است؛ و آنقدر جزئی است که به سختی قابل تشخیص است.

در این تمرین، نیازی به نزول کروماتیک، همانطور که در بیشتر تمرین‌های قبلی انجام داده‌اید، نیست. هنگامی که به یک نت بالای راحت رسیدید، قبل از تکرار تمرین کمی مکث کنید.

Moderately

You AH
See Fig. 6 1 2 etc.

You AH

You AH

You AH

Ex 13 cont.



تمرین 14

و این موقعیت را تا پایان عبارت حفظ کنید. نیازی به پایین آمدن در این تمرین نیست.

[illegible]

Ex 14 cont.

[illegible]

تمرین 15

این تمرین آرپژ از دو عبارت تشکیل شده است: یک عبارت آهسته در 4/3 و یک عبارت سریع تر در 4/4. در عبارت 4/3، هنگام گفتن AH (شکل 1، صفحه 31) دهان را کمی باز کنید، تا زمانی که به نت بالا برسید، سپس بیشتر باز کنید (شکل 2، صفحه 31) و این را هنگام پایین آمدن به نت پایین حفظ کنید. سپس یک نفس عمیق بکشید و عبارت 4/4 را بخوانید. همان موقعیت‌های دهان که برای عبارت 4/3 استفاده شد، برای این عبارت نیز استفاده می شود. میزان دوم در عبارت 4/4 باید دقیقاً مانند میزان اول خوانده شود. نیازی به پایین آمدن در این تمرین نیست.

Moderately

AH
See Fig. 1 2

Lively

AH
See Fig. 1 2 1 2 etc.

Moderately (Same tempo for each of the following 3/4 phrases)

AH

Lively (Same tempo for each of the following 4/4 phrases)

AH simile

AH

AH simile

AH

AH simile

Ex. 15 cont.

The musical score consists of 12 staves, each containing a single melodic line. The notation includes various musical symbols such as slurs, triplets, and dynamic markings. The key signature is one sharp (F#), and the time signature is 4/4. The notation is as follows:

- Staff 1: Melodic line starting on G4, moving up stepwise to A5, then down to G4. Marked with "AH".
- Staff 2: Melodic line starting on G4, moving up stepwise to A5, then down to G4. Marked with "AH". Includes a triplet of eighth notes and a "simile" marking.
- Staff 3: Melodic line starting on G4, moving up stepwise to A5, then down to G4. Marked with "AH".
- Staff 4: Melodic line starting on G4, moving up stepwise to A5, then down to G4. Marked with "AH". Includes a triplet of eighth notes and a "simile" marking.
- Staff 5: Melodic line starting on G4, moving up stepwise to A5, then down to G4. Marked with "AH".
- Staff 6: Melodic line starting on G4, moving up stepwise to A5, then down to G4. Marked with "AH". Includes a triplet of eighth notes and a "simile" marking.
- Staff 7: Melodic line starting on G4, moving up stepwise to A5, then down to G4. Marked with "AH".
- Staff 8: Melodic line starting on G4, moving up stepwise to A5, then down to G4. Marked with "AH". Includes a triplet of eighth notes and a "simile" marking.
- Staff 9: Melodic line starting on G4, moving up stepwise to A5, then down to G4. Marked with "AH".
- Staff 10: Melodic line starting on G4, moving up stepwise to A5, then down to G4. Marked with "AH". Includes a triplet of eighth notes and a "simile" marking.
- Staff 11: Melodic line starting on G4, moving up stepwise to A5, then down to G4. Marked with "AH".
- Staff 12: Melodic line starting on G4, moving up stepwise to A5, then down to G4. Marked with "AH". Includes a triplet of eighth notes and a "simile" marking.

تمرین 16

این یک تمرین پایانی است. فقط آن را به روشی طبیعی بخوانید، با در نظر گرفتن چیزهایی که در تمرین‌های قبلی آموخته‌اید. بدون شک، به دلیل نتایج فوق‌العاده‌ای که از این کتاب به دست آمده است، متوجه بهبود چشمگیری در صدای خود خواهید شد.

[illegible]

موقعیت های دهان



FIG. 2



FIG. 3



FIG 1



FIG. 4



FIG. 5

سخن پایانی

اکنون که تمرین‌های فوق را به پایان رسانده‌اید، بدون شک متوجه بهبود چشمگیری در صدای خود خواهید شد؛ البته اگر تمام دستورالعمل‌ها را با دقت دنبال کرده باشید.

اکنون می‌توانید آهنگی با محدوده متوسط انتخاب کنید و سعی کنید آن را مطابق با ایده‌های مختلفی که از این کتاب آموخته‌اید بخوانید. فقط آهنگ را به روشی طبیعی، بدون فشار، بخوانید و متوجه خواهید شد که صدا همانطور که انتظار می‌رود عمل می‌کند. از پیشرفت خود شگفت‌زده خواهید شد.

هرگز هنگام یادگیری آهنگ‌های جدید بی‌احتیاطی نکنید. اگر عبارتی خاص آنطور که باید به نظر نمی‌رسد، بارها و بارها آن را تکرار کنید تا کاملاً راضی شوید.

به یاد داشته باشید که یک صدای خوب یک شبه ایجاد نمی‌شود و فقط از طریق جاه‌طلبی، مطالعه هوشمندانه، سخت‌کوشی و صبر می‌توانید کنترل کامل صدا را به دست آورید.

دستورالعمل‌ها و تمرین‌های این کتاب به منظور ارائه تمام آنچه که برای تبدیل شدن به یک خواننده موفق لازم است نوشته شده است. با این حال، اگر نیاز به آموزش فردی احساس کردید، پیشنهاد می‌شود که با یک معلم صداسازی قابل اعتماد همکاری کنید.