

موسیقی هم می‌تواند به قسمتهای کوچک تبدیل شود. او همچنین اضافه می‌کند: "من پنج قانون انگشت گذاری دارم. قوانینی مانند انگشت گذاری به تنهایی، انگشت گذاری در حرکت، انگشت گذاری برای حافظه و غیره. بسیاری از پیانیست‌ها در اجرای یک قطعه از هر انگشت گذاری استفاده می‌کنند که بسیار نادرست است. باید به دقت در مورد اینکه از کدام انگشت استفاده می‌کنی و علت استفاده‌ی از آن، بسیار فکر کنیم و آن را یادداشت کنیم. (او این قسمت را با صدای بلند گفت، گویی به نوازندگان جوان بیشمار این نکته را صدها بار تذکر داده است.) اما من هرگز

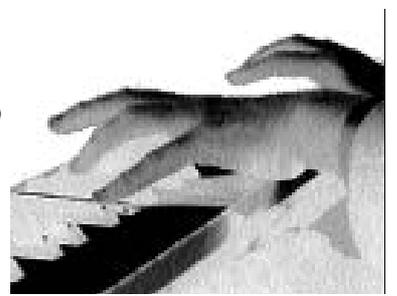
نیازمند تمرکز بسیار بالایی است. در حقیقت کیفیت تمرین از خود تمرین مهم‌تر است. هنرجویان با هرگونه توانایی باید با یک هدف اولیه شروع کنند. آنها باید دقیقاً بدانند از هر جلسه تمرین خود چه انتظاراتی باید داشته باشند. فیلیپ فوک^۱ با سی سال تجربه تدریس و پروفیسور پیانو در کالج موسیقی ترینیتی می‌گوید: "من کلمه‌ی تمرین را دوست ندارم." او ترجیح می‌دهد از واژه‌هایی مانند "پژوهش" یا "آزمایش" استفاده کند. اکثر مردم هنگامی که راجع به "پیانو زدن" صحبت می‌شود، دست و پای خود را گم می‌کنند، در صورتیکه پیانو فقط یک جعبه با مقداری سیم

آیا تمرین کردن برای شما لذت بخش است یا دشوار؟ با داشتن یک سری برنامه‌های خاص می‌توانید از زمان تمرین خود حداکثر استفاده را ببرید. به یاد داشته باشید که حتی بزرگترین نوازندگان، مجبورند تمرین کنند هنگامی که از پیانیست بزرگ اهل آدسا^۲، شورا چرکاسکی^۳ می‌پرسیدند که چگونه تمرین می‌کند، اغلب با لهجه غلیظ روسی خود پاسخ می‌داد: "آهسته، خیلی آهسته" همانطور که می‌دانید بسیاری از موسیقیدان‌های بزرگ، خود آموخته بودند، اما متأسفانه بسیاری از ما از چنین استعدادی برخوردار نیستیم که تمرین کردن برایمان



هنر تمرین کردن

مترجم: لیلا خانی



چیزی در پارتیتور شاگردانم نمی‌نویسم. اگر هنرجویان انگشت گذاری به خصوصی را می‌خواهند، بگذارید خودشان آن را در پارتیتور یادداشت کنند. این تنها روشی است که آن را به خاطر می‌سپارند. انگشت گذاری یک علم است که روی اهمیت آن به اندازه‌ی کافی تاکید نشده است. به عنوان مثال به انگشت گذاری شوین توجه کنید. پیشنهاد او برای نواختن ۳-۳-۳ و غیره برای یک جمله لگاتو، بسیار عالی است. اما حالا این نکته را به یک هنرجوی جوان بگویید. احتمالاً به شما می‌گوید، برو به جهنم!! باید حتماً برای فراگیری قطعات جدید سه قانون اصلی را دنبال کرد؛ قانون اول انگشت گذاری است، قانون دوم انگشت گذاری است^۴ و . با کمی تأمل می‌گوید . قانون سوم انگشت گذاری است، خیلی فرقی نمی‌کند به چه ترتیبی آنها را قرار دهید.

تفریح و سرگرمی

موری مک‌لاچلن^۵ پیانیست و رئیس دپارتمان پیانو در مدرسه موسیقی چنهام منچستر می‌گوید: اغلب تفاوت بین "تمرین" و "نواختن" کمی گیج‌کننده است. بسیاری از پیانیست‌های تازه کار

است. اما یک موسیقیدان جوان یا یک پیانیست تازه کار که نوازندگی اش هنوز به سطح پیشرفته نرسیده است، چطور باید تمرین کند؟ چطور باید یک قطعه‌ی جدید را تمرین کرد یا قطعه‌ای که سالها خواسته ایم آن را اجرا کنیم؟ فینگرها^۶ در این مورد می‌گوید یک پیانیست باید مراحل کار را جدای از پیانو شروع کند. همیشه داشتن تصویری از چگونگی پیشرفت یک قطعه، بسیار مهم است. وقتی چیزی در ذهن داشته باشید، می‌توانید بنشینید و شروع به نواختن آن قطعه کنید و اولین تاثیر آن را ببینید. هنگامیکه به این مرحله رسیدید باید روی انگشت گذاری کار کنید.

انگشت گذاری باید اساس بسیاری نکات باشد. هر دست را به طور جداگانه تمرین کنید، میزان به میزان، ضرب به ضرب و در تمام مراحل به انگشت گذاری خود توجه کنید. همینطور به این نکته که کدام انگشت گذاری برای لگاتو، استاکاتو، و غیره مناسب‌تر است.^۷ فوک می‌گوید: حتی پیچیده‌ترین قطعات

غیرضروری باشد. حتی راخمانینف موسیقیدان بزرگ مجبور بود، کنسرتو پیانو شماره ۳ عظیم خود را (روی یک پیانو مشقی در داخل یک کشتی)، قبل از اجرای خود در آمریکا تمرین کند. اگر راخمانینف مجبور بود تمرین کند پس ما هم مجبوریم. اما به نظر نمی‌رسد که فقط مشکل تمرین کردن باشد. بلکه مساله اصلی این است که "چطور باید تمرین کرد" که بتوان بهترین نتیجه را به دست آورد. باید قبول کنیم که همه‌ی ما می‌خواهیم سریع‌ترین و بی‌دردسرتین راه را برای رفتن از قسمت اول قطعه به قسمت دوم بدانیم.

مدت زمان تمرین

مارگارت فینگرها^۸ پروفیسور پیانو در کالج رویال نورترن منچستر می‌گوید: "به نظر می‌رسد که هیچ‌کس ذاتاً نمی‌داند چطور تمرین کند. تمرین مستلزم انضباط شخصی فوق‌العاده‌ای است، و بیشتر افراد در این مورد شکیبانی لازم را ندارند. همه می‌خواهند خیلی سریع به مقصد برسند. جان بایرن^۹ رئیس دپارتمان پیانو در مدرسه موسیقی ولز و پروفیسور پیانو در رویال کالج در این مورد می‌گوید: تمرین کردن کار مشکلی است زیرا



بزنند، فقط یک چیزی بزنند اما آنقدر راجع به آن فکر نکنند. او ادامه می‌دهد: "در هنگامیکه هنرجویان این موضوع را تجربه می‌کنند، نوازندگی شان به کلی تغییر می‌کند."

پس راه و روش کار چه می‌شود؟ فینگر هات می‌گوید: اولاً، اگر همه چیز خیلی آسان باشد، نوازندگی بسیار کسل‌کننده می‌شود. به هر حال کارهایی هستند که می‌توانید با انجام آنها، تمرینات خود را موثرتر کنید به خصوص اگر از نظر زمانی محدودیت دارید. معلم من سایرل اسمیت سابقاً از من می‌خواست با هر دو دست، یک دست روی کلاویه‌ها و دیگری روی چوب، تمرین کنم. این

یک خط قطعه تمرکز کنید، مشکلات را تجزیه و تحلیل کنید و سپس دنبال راهی بگردید که مشکل را حل کند. باید هدف‌تان کیفیت باشد. هر بار که برای تمرین می‌نشیند هدفی را برای خود مشخص کنید، و فقط تا زمانی که می‌توانید تمرکز کنید، تمرین کنید.

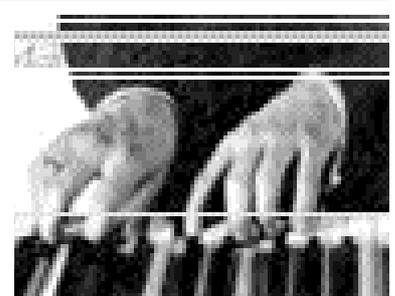
راه و روش کار

فوک می‌گوید: "تمرین چنان مقوله‌ی وسیعی است که غیر ممکن است تنها یک مقاله بتواند تمامی مطالب و اطلاعات را در برگیرد. راه و روش‌های به خصوصی هستند اما فراگیری افراد تا حد زیادی از درک مطالب به شیوه‌ی خودشان

فقط می‌خواهند از نواختن لذت ببرند. وارد شدن به دنیای جدی تمرین بسیار مشکل است. البته تخلیه‌ی انرژی در بسیاری مواقع بسیار مهم است، اما باید تفاوت این دو را به خوبی دانست. "ارن" می‌گفت که عاشق تمرین کردن است. او شیفته‌ی پرورش احساسات بود، پراهیا^۶ در این مورد می‌گفت: اگر به تمرین به عنوان یک هدف بنگرید، چیزی بیش از یک تمرین خواهد بود، که می‌تواند باعث شود روزی شش ساعت در روز بنشینید و بدون اینکه خسته شوید به تمرین پیانو بپردازید. به هر حال، بسیاری از ما نمی‌توانیم حتی یک ساعت در روز تمرین کنیم چه برسد به شش ساعت، پس



هر بار که برای تمرین می‌نشیند هدفی را برای خود مشخص کنید، و فقط تا زمانی که می‌توانید تمرکز کنید، تمرین کنید



تمرین واقعاً در هماهنگی، ریتم و بسیاری موارد دیگر کمک فراوانی می‌کند و باعث می‌شود ذهن روی هر دست به طور جداگانه تمرکز کند که این تمرین برای فوگهای باخ بسیار عالی است، زیرا باید به هر خط به طور جداگانه توجه داشته باشید. بایرن استفاده از مترونوم را برای پاساژهای دشوار تکنیکی، یا در اجرای ریتم‌های پیچیده، به موسیقیدان‌های کم تجربه پیشنهاد می‌کند. از مترونوم برای نگه داشتن ضرب استفاده کنید با استفاده از ضرب دست ریتم را جدای از موسیقی مطالعه کنید، یعنی با یک دست ضرب، و با دست دیگر ریتم‌های مشکل را نگه دارید. همچنین با صدای بلند بشمارید، اما همیشه تمپو را کنترل کنید، مهم تر از همه این است که سرعت را آخرین دستور کار خود قرار دهید.

تکنیک

پیانست‌های تازه کار باید برای به دست آوردن یک تکنیک مطمئن تلاش بسیاری بکنند. بایرن، فوک و فینگر هات همگی استفاده از سری کتابهای تانکارد و هریسون^۷ را برای تمرینات

است. مسلماً هنگامی که پشت پیانو می‌نشینید، خیلی بالا یا پایین، یا خیلی نزدیک یا دور نمی‌نشینید، بلکه طوری می‌نشینید که هنگام نواختن راحت باشید. بسیاری از معلمین مدام راجع به اضطراب صحبت می‌کنند و به محض اینکه هنرجویان این کلمه را می‌شنوند دست و پای خود را گم می‌کنند. اغلب می‌توان مشکل بالا یا پایین بودن مچ دست را با انگشت‌گذاری صحیح حل کرد. طبیعتاً هنرجویان باید گام‌ها و دیگر نکات تکنیکی را خود تمرین کنند، و باید همه آنها را خود تجربه کنند. همه تمرینات را فقط در گام دو مازور انجام ندهید. گام‌ها را تا سه اکتاو، با انگشت‌گذاری‌های مختلف و غیره تمرین کنید. سعی کنید خلاق و انعطاف پذیر باشید. فوک همچنین از هنرجویانش می‌خواهد که بداهه نوازی کنند و به این ترتیب سعی می‌کند آنها را از برنامه‌ی محدودی که در اتاق تمرین دارند، بیرون بکشد. فقط کافی است که به کلمه‌ی بداهه نوازی در مقابل یک هنرجو اشاره کنید تا خیس عرق شود. از آنها می‌خواهم با آرنج خود روی کلاویه‌ها

چطور می‌توانیم مدت زمان تمریناتمان را پرثمرتر کنیم؟

فینگر هات می‌گوید: "روال عادی تمرینات خود را تغییر دهید، چون خیلی زود بی‌حوصله می‌شوید من همیشه می‌گویم باید نه بار فکر کرد و یک بار نواخت."

مک لاپلن می‌گوید: "سعی کنید مشکلات اصلی را از وهله‌ی نخست مشخص کنید. دنبال راه حلی بگردید که مشکلات شما را در کل قطعه حل کند. ممکن است مشکل یک جمله‌ی به خصوص باشد. یک نت، یک ملودی که به عنوان نشانه‌ای برای درک آنچه باید در ادامه انجام دهید باشد. سومین اتود شوپن را در نظر بگیرید، اپوس ۱۰ شماره ۳. باید در این قطعه، روی بیرون آوردن یک ملودی زیبا در دست راست تمرکز کنید. آن را مانند یک نور مادون قرمز در نظر بگیرید، و از آن به عنوان وسیله‌ای برای رسیدن به قلب قطعه استفاده کنید. بایرن پیشنهاد می‌کند که از یک جدول زمان‌بندی شده استفاده کنید. به عنوان مثال اگر فرصت کمی دارید، در روز روی

فوک می گوید: "سودمندترین وسیله برای نوازنده ضبط صوت می باشد. آن موقع است که می فهمید واقعاً چه نواخته‌اید. هنگامی که یک قطعه را می نوازید فقط آنچه را که می خواهید بشنوید، می شنوید اما هنگامی که به نوار گوش می کنید، می توانید آنچه را که واقعاً نواخته‌اید، بشنوید. بایرن می گوید: "نهایتاً کتابها و مقالاتی که راجع به چگونگی تمرین کردن نوشته شده اند، هرگز نمی توانند برای یک تمرین واقعی مناسب باشند. با هر توانایی، زمان و هدفی که دارید، از داشتن یک معلم خوب اطمینان حاصل کنید."

پانوشت:

- ۱) Odessa
- ۲) Shura Cherkassky
- ۳) Margaret Fingerhut
- ۴) John Byrne
- ۵) Philip Fowke
- ۶) Murray McLachlan
- ۷) Arran
- ۸) Perahia
- ۹) Cyril Smith
- ۱۰) Tankard Harrison

منبع: مجله موسیقی پیانیست

بسیاری از نوازندگان در هنگام حفظ یک قطعه مضطرب می شوند، تمرینات بی صدا می توانند بسیار مفید باشند. بالاتر از سطح کلاویه ها تمرین کنید یا دور از پیانو بنشینید و در ذهن خود بنوازید و بشنوید. این امر به شما یک احساس امنیت مضاعف می دهد. "فینگرهات توصیه می کند: "دست راست ملودی را فقط با یک انگشت تمرین کنید، برای اینکه بدانید واقعاً چقدر چیزی را خوب می دانید روش مطمئنی است. همانطور که پیرتر می شوید، حافظه به خوبی قبل کار نمی کند و نمی توان به آن به مانند گذشته اعتماد کرد بنابراین پیشنهاد می کنم که در یک جای راحت بنشینید و روی پای خود به آرامی بنوازید." بایرن اضافه می کند: "همچنین می توانید خود را در یک موقعیت پرتنش قرار دهید، مانند نواختن برای خانواده یا دوستان." فوک در این باره می گوید: "حفظ کردن قطعه نباید هدف اصلی باشد. من به هنرجویانم می گویم که هدفشان حفظ کردن قطعه باشد، اما آنها را مجبور نمی کنم."

گوش دادن

مهمترین قسمت توانایی شنیدن آنچه می نوازید است.

متمرکز پیشنهاد می کنند. بایرن در این مورد می گوید: "با کتابهایی مانند هانون و چرنی می توانید بدون مشکل در اجرای آنها روی مشکلات تکنیکی به خصوصی کار کنید. برای سطح مقدماتی، چرنی اپوس ۲۶۱ و اپوس ۸۲۱ اگر به همراه گام‌ها، آرپژها و آکورد های شکسته و غیره تمرین شوند، بسیار مفیدند." او همچنین تاکید می کند که هیچ متد ثابت و انعطاف ناپذیری در این مورد وجود ندارد و هر شخصی متفاوت از دیگری است، آنچه برای یک نفر مفید است ممکن است برای دیگری چنین نباشد.

بخش اساسی هر برنامه‌ی تکنیکی قسمت گرم کردن آن است. بایرن می گوید: "من اغلب قبل از شروع تمرین دستانم را در آب گرم قرار می دهم. این عمل در شروع تمرین به شما کمک می کند. همچنین یک سری تمرینات کششی کلی را انجام می دهم، فقط به این خاطر که بدنم را گرم کنم. اما هر تمرین تکنیکالی که انجام می دهید، آن را بسیار آهنگین بنوازید. همیشه باید با دقت بسیاری به آنچه می نوازید گوش دهید." آیا برای حفظ کردن هم نکات مهمی وجود دارند؟ بایرن می گوید: "با دانستن این نکته که چقدر

نشر فرزانه منتشر کرد

چاپ دهم

شیوه دف نوازی

عادت‌های

بتیانگزار آموزشی علمی دف نوازی
برنده جایزه کتاب برگزیده سال ۱۳۷۶
کتاب شایسته ترجمه از سوی سازمان جهانی یونسکو
برنده جایزه کتاب مرجع از سوی کتابخانه ملی هندوستان
دریافت عنوان کتاب مرجع و ترجمه در دانشگاه کلمبیا آمریکا

مرکز بخش:

درویش خان ۷۵۳۴۰۲۲ - ۷۵۳۵۸۳۳

آکادمی دف ۹۱۱۲۹۷۳۳۲۸ - ۰۹۱۳۲۰۳۳۹۶۹