

خود را در وضعیت زاویه‌ی راست با سیم‌ها - شکل ۱۱ a - قرار داده و با چرخش دست در جهت چپ به صداهای تولید شده به دقت گوش دهید؛ به زودی متوجه خواهید شد که با چرخش در جهت چپ صدای نرم‌تری را می‌شنوید. چنانچه دست‌تان را سریع بچرخانید، ممکن است صدای غرّ ناخن بیش از حد مطلوب به گوش رسد.

Vi - همانطور که در پاراگراف V به تفصیل شرح داده شد، دیدید که چرخش دست و تغییر زاویه‌ی آن با سیم‌ها می‌تواند، تنوع صدایی بسیاری را شامل شود. حال چنانچه دست راست به طور کامل جابجا شود و در ناحیه‌ی نزدیک خرک قرار گیرد، صدای حاصله سخت، تیز، نافذ و... خواهد شد. در چنین وضعیتی اجتناب از زاویه‌ی راست بین انگشتان و سیم، بی‌مورد است و پرهیز از تشکیل زاویه‌ی راست، تنها زمانی مطرح است که صدایی با کیفیت مطلوب و نرم را در نظر داشته باشیم.

Vii - انگشت شست دارای گستره‌ی صدایی بسیار متنوعی است. چنانچه نوازنده‌ای از گوشه‌ی انگشت شست برای ضربه زدن به سیم‌ها استفاده کند - یعنی بدون دخالت ناخن - صدای نرم و پُری خواهد داشت. برخلاف حالت فوق، اگر شست خود را در وضعیت عمود بر سیم نگه دارد و صرفاً با ناخن به سیم‌ها ضربه بزند، از این ضربه صدای تیزی حاصل می‌گردد. اغلب نوازندگان با زوایای متفاوتی از ناخن شست استفاده می‌کنند که هر یک منحصر به فردند.

به طور کلی هر نوازنده‌ای سلیقه شخصی خود را در مورد تولید صدا دنبال می‌کند؛ برخی صدای تیز و بعضی دیگر با استفاده از چرخش دست و زوایای متفاوت، به دنبال تنوعی از صداها می‌گردند.<sup>۱</sup>

۱- به طور کلی سه منطقه‌ی صدایی متفاوت با تعبرهای ویژه عبارتند از:

Naturall - منطقه اصلی - نزدیک به سوراخ انعکاس صدا

Ponti - cello - ناحیه نزدیک خرک

tasto - نزدیک به صفحه انگشت گذاری یک نوازنده‌ی با ذوق، با حرکت دادن دست در محدوده‌ی این سه منطقه، به

دنبال صدای مطلوب و مورد نظرش می‌گردد - علاوه بر تغییر زاویه بین انگشت و سیم -

تصویر کلی این است که تولید و تنوع صدا شخصی است. مهم نیست که نوازنده به چه صورتی صدا را تولید میکند، بلکه باید بدانید که هر شخص با توجه به ساختار فیزیکی اش قادر به تولید این محدوده‌ی صدایی است. شما نیز راه حل اختصاصی‌ای پیدا کنید که بهترین بازدهی را در ایجاد و پرداخت صداهای متفاوت در برداشته باشد. هیچکس نمی‌تواند و نباید سعی کند که شیوه‌ی اختصاصی نوازنده‌ی دیگر را تغییر دهد. در هر حال، تمام عوامل شرح داده شده تلاش در مطرح کردن فاکتورهای داشته‌اند که بهترین امکان را برای هر نوازنده فراهم سازند.

## ۱۱ - شست

الف) انگشت شست، صرفاً از طریق مفصل پایه حرکت کرده و مانند آونگ مثلثی شکل عمل می‌کند. مفصل سرانگشت تا حد ممکن بدون فشار و به کاربردن نیروی اضافی به پشت خم می‌شود<sup>۱</sup> (شکل ۱۶).

چنانچه مفصل سرانگشت، هنگام ضربه زدن خم شود به سرعت زاویه‌ی ضربه با سیم تغییر کرده و از این طریق صوت حاصله نیز تغییر میکند، به طوری که ممکن است ناخن در عرض سیم خراشیده شده و صدای نامناسبی تولید کند.



شکل ۱۶

در هنگام زدن ضربه‌ی آپویاندوی شست، به هیچ وجه نباید مفصل سرانگشت خم شود؛ اما در ضربه‌ی تیراندو، حرکت اندک بند بالایی به دلخواه نوازنده است و برای بعضی از نوازندگان این حرکت کاملاً بی‌ضرر است - خصوصاً زمانی که این خم شدن پس از به ارتعاش در آوردن سیم باشد -.

۱- شکل انگشت شست در افراد مختلف، متفاوت است و شست هر شخص باید خمش طبیعی‌اش را حفظ کند.

ب - انعطاف پذیری مفصل پایه‌ی شست در شکل‌گیری ضربه‌ی تیراندو نقش مهمی دارد و باعث می‌شود که شست - پس از ضربه زدن - به شکل قوس مسطحی از سیم بعدی بگذرد. هر دو نوع ضربه - تیراندو و آپویاندو - کاربرد عملی دارند و قطعات بسیاری نوشته شده است که از هر دو ضربه استفاده می‌گردد.

ج) شکل ناخن شست نیم‌رخ از نمای پایینی‌اش است. طول ناخن شست بستگی به شکل هندسی دست فرد دارد.

انگشت شست در دو حالت ارزیابی می‌گردد:

i - شست در وضعیت نرمال است و ناخن با ماهیچه جفت می‌شود؛ که در این حالت صدای نرم و پُری تولید می‌کند.

ii - ممکن است ناخن شست با ماهیچه جفت نشود، که در این حالت با تغییری جزئی در وضعیت ناخن، باز هم می‌توان صدای نرم و پُر را ایجاد کرد.

## ۱۲ - انگشت کوچک

انگشت کوچک به سبب کوتاه بودن به عنوان انگشتی غیر فعال محسوب می‌گردد.<sup>۱</sup>

ب - انگشت کوچک باید در وضعیتی طبیعی و کاملاً راحت قرار گیرد؛ و مکان قرار گرفتن آن طوری است که با انگشت حلقه در یک خط قرار می‌گیرد. به تصور بعضی‌ها، تمایل انگشت کوچک به سمت بیرون نشانه رفتاری مودبانه است - خصوصاً وقتی در حال نوشیدن یک فنجان چای هستند - این تصور اشتباه است و در حین نوازندگی سعی کنید از حرکت رو به بیرون انگشت کوچک جلوگیری کرده و این انگشت به طور راحت قرار گیرد و حتماً تحت کنترل شما باشد.

اشتیاق یا تمایل انگشت کوچک به سمت فشردن یا سایر انگشتان دست راست و به

۱- انگشت کوچک در ضربه‌ی را سگوادوی چهار ضربه‌ای نقشی برابر با سایر انگشت‌ها دارد و در این تکنیک رایج گیتار فلانکو بسیار استفاده می‌شود. به خاطر جبران نقص کوتاهی‌اش، نوازنده‌ی گیتار فلانکو، باید اندکی ناخن انگشت کوچک خود را بلندتر از دیگر ناخن‌ها نگه دارد.



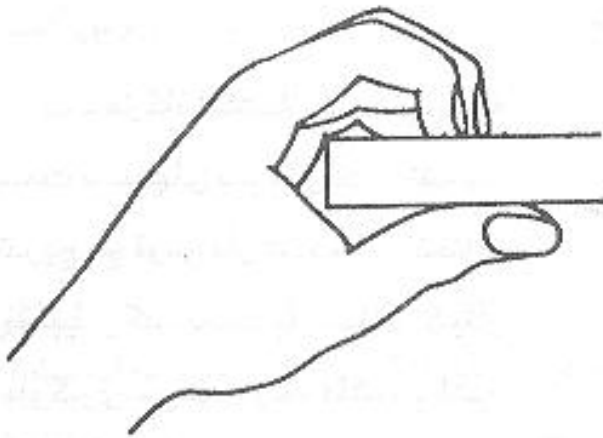
عبارتی گرایش بیش از حد آن به طرف کف دست، نیز باید کاملاً کنترل و مهار شود. انگشت کوچک و حلقه به ندرت از یکدیگر جدا می‌شوند و این نزدیکی هیچ تأثیر منفی روی حرکت انگشت حلقه ندارد.

### دست چپ

اگر شی‌ای به ضخامت تقریبی « $\frac{2}{3}$  سانتی‌متر بین شست و نوک انگشتان دیگر قرار گیرد، ویژگی‌های اساسی انگشتان دست چپ هر فرد مشخص می‌گردد. این ویژگی به طور طبیعی در افراد مختلف متفاوت است.

با توجه به این تنوع طبیعی دست‌ها، مواردی را که در کاربرد بهینه‌ی دست چپ تأثیر گذارند، بر می‌شماریم:

۱- بازو، بیش از حد لازم به طرف چپ متمایل نگردد.



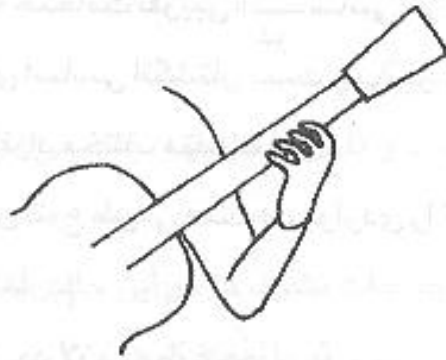
شکل ۱۷

الف) آرنج دست چپ به طرف بالا می‌آید و بیشترین تلاش صرف نگه‌داری‌اش می‌شود. هنگام نوازندگی در پوزیسیون اول، آرنج بالاتر آمده و از این طریق سایر قسمت‌های دست - که شامل بازو نیز می‌شود - به طرف بالاتر منتقل می‌شوند؛ همانطوری که وزن‌شانه اضافه می‌گردد، تلاش برای نگه‌داری دست افزایش می‌یابد.

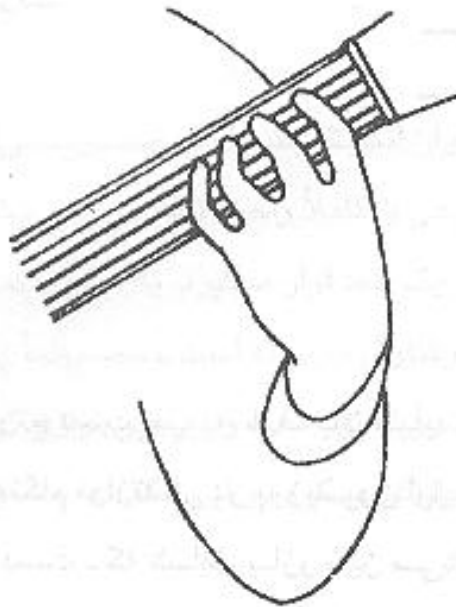
ب) دست که در حالت طبیعی آویزان قرار گیرد، به علت وزنش قادر به جابجایی است و از این جابجایی تا آنجا که برای صحیح قرار گرفتن دست ضروری است، استفاده می‌گردد.

۲- وضعیت اصلی میچ، بدون قوس و کاملاً راست: (الف) در بعضی از شرایط، لازم است که دست بازو بسته شود - مثلاً در تغییر پوزیسیون‌ها - اما میچ، مادامیکه بر روی سیم‌های پایین مستقریم، باید کاملاً در وضعیت<sup>۱</sup>

راست قرار گیرد، به طوری که پشت دست در امتداد ساعد باشد (شکل ۱۸)



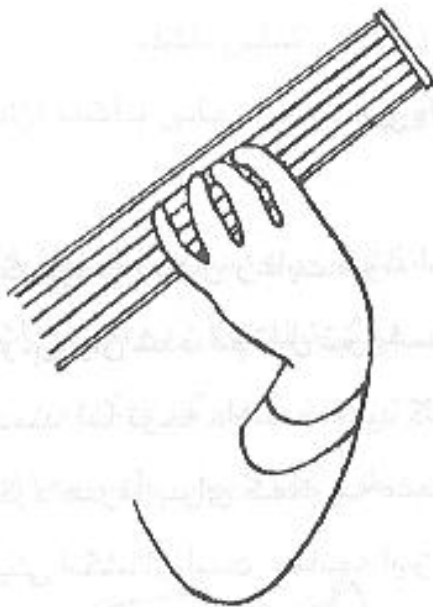
شکل ۱۸



ب - هرگاه انگشتان دست چپ به سمت سیم‌های بم حرکت کنند، به تدریج میچ قوس دار شده و این انحنا از چسبیدن کف دست به دسته‌ی گیتار جلوگیری می‌کند. توجه داشته باشید که قوس میچ به اندازه‌ی نیاز و تا حد ممکن کم باشد.

شکل ۱۹

۱- از خم شدن میچ به طرف داخل و یا بیرون خودداری شود. خمش بیش از حد میچ به هر طرف، باعث تضعیف میچ شده و مفصل آن بسیار آسیب‌پذیر می‌گردد.



شکل ۲۰

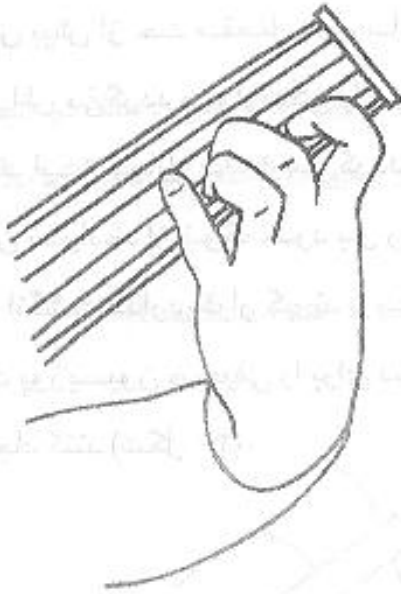
قوس بیش از حد مفصل میچ، باعث ناراحتی اش می‌گردد و نوازندگی را سخت می‌کند. این تمایل باعث می‌گردد تا انگشتان نتوانند از نوک خود بر روی صفحه انگشت گذاری قرار گیرند و بدین صورت پوزیسیون ضعیفی را برای دست چپ ایجاد کنند (شکل ۲۰).

چنانچه انحنای لازم - تا حد امکان - متمرکز در خود انگشتان باشد، مؤثرترین کمک برای به حداقل رساندن قوس میچ است.

### ۳ - انگشتان به نرمی خم می‌شوند

الف - هنگام نوازندگی، انحنای انگشتان دست چپ در تمام مفاصل پخش شده و تنها به روی یک مفصل متمرکز نمی‌باشد. انحنای بندهای بالایی و میانی به سهولت قابل دسترس است، اما قوس مفصل پایه به ساختمان دست فرد بستگی دارد. در ارتباط با نکات بالا به موارد زیر توجه کنید:

بعضی از افراد قادرند به سهولت انحنای لازم در هر انگشت را فراهم کنند، اما برخی دیگر، توانایی اندکی در ایجاد قوس مفاصل پایه دارند. هنگام نوازندگی در پوزیسیون سر دسته، انگشتان دست چپ نمی‌توانند در بهترین وضعیت مستقر شوند، زیرا برای ساعد مشکل است که بچرخد و در راستای مفاصل قرار گیرد. برای سازگاری با وضعیت فوق، انحنای معکوسی در مفاصل پایه ایجاد می‌شود، که اغلب نوازندگان این را طبیعی می‌دانند. (به شکل ۲۱ نگاه کنید)

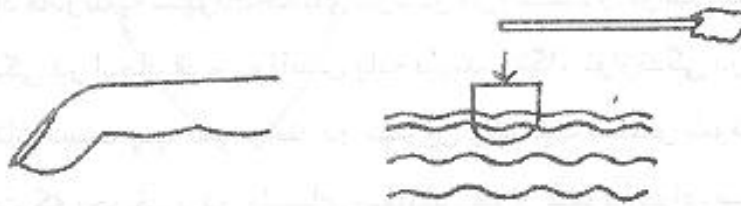


شکل ۲۱

اگر جانب اعتدال رعایت شود، انحنای معکوس بیان شده، هم قابل قبول است و هم سودمند؛ اما توجه داشته باشید که این عملکرد صرفاً برای کمک به محدودیت فیزیکی انگشتان است. چنانچه این قوس معکوس بیش از اندازه باشد، انگشتان دچار

ضعف شده و در این وضعیت، هرگونه تلاشی جهت کسب قدرت بیشتر برای پنجه‌ها، باعث قفل کردن شانه می‌شود و مانع از سهولت حرکت انگشتان خواهد شد.

ب - اگر بندهای پایه و میانی در مسیری مستقیم قرار گیرند و انحنای صرفاً در بند سرانگشت متمرکز گردد، وضعیت بسیار ضعیفی برای انگشتان دست چپ فراهم می‌آید. حالت انگشت در این وضعیت، شبیه آن است که شخصی در تلاش برای نگه داشتن شی شناوری در آب، به جای آنکه آن را مستقیم به طرف پایین فشار دهد، با هل دادن آن به توسط یک چوب بلند - با زاویه‌ی راست - این کار را انجام میدهد که قطعاً منجر به عدم موفقیت او منتهی می‌شود.



۲۲a

شکل ۲۲b



- ۴- در هیچ شرایطی، کف دست نباید با کناره‌های دسته در تماس باشد.
- الف - چنانچه هر قسمت از کف دست با کناره‌های دسته در تماس باشد، آزادی حرکت انگشتان دست چپ مختل می‌گردد.
- ب - بخش فوقانی کف دست - یعنی محل اتصال انگشتان به دست - باید با خط کناره‌های دسته موازی بوده و همانطور که اشاره شد، هرگز نباید با آن در تماس باشد؛ با انحنای انگشتان و یا حتی مچ - به مقدار لازم - باید از این تماس جلوگیری کرد.
- ۵- تا آنجایی که ممکن است، بند بالایی انگشتان به طور عمود بر روی سیم‌ها قرار می‌گیرند.



شکل ۲۲

الف - بهترین استفاده از قدرت طبیعی انگشتان، از عملکرد گرفتن پیروی کرده و از این طریق، بندهای بالایی مستقیماً به طرف پایین حرکت می‌کنند.

- ب - هنگامی که انگشتان بر روی فرت‌ها قرار گیرند از تمایل‌شان به طرف سیم‌های بالاتر - به طوری که سیم را به طرف سیم‌های بم بکشند -، کاملاً جلوگیری کنید.<sup>۱</sup>
- ج - انگشتان، کاملاً نزدیک سیم زیرین خود قرار می‌گیرند - بدون آنکه با سیم پایینی در تماس باشند.

۱- ساختار طبیعی انگشتان در افراد مختلف متفاوت بوده و ممکن است در برخی از اشخاص انگشت کوچک‌شان و در بعضی دیگر انگشت اشاره و در دسته‌ای نیز هر دو انگشت اندکی مایل قرار گیرند، این مورد نباید باعث نگرانی نوازنده شود.



د - اگر مفاصل سر انگشت به سمت سیم‌های زیرین خم شوند، وضعیت ضعیفی را برای دست چپ فراهم می‌کنند.



شکل ۲۴

۶ - بهترین محل برای فشار دادن سیم‌ها نزدیک میله‌ی فرت‌هاست.  
الف - اگر سیم‌ها در پشت میله‌ی فرت فشرده نشوند و انگشت را کمی دورتر یعنی در مرکز فرت و یا عقب‌تر - قرار دهید، برای تولید صدا نیاز به فشار بیشتری است و حتی ممکن است، در اینصورت هم صوت مطلوبی ایجاد نگردد.

ب - بهترین وضعیت برای دست چپ آن است که انگشتان در تمام مدت باز باشند و هر انگشت در روی فرت مورد نظر خود قرار گیرد. از بسته نگه داشتن انگشتان خود جداً خودداری کنید. نگه داشتن انگشتان در وضعیت فوق، از هر گونه حرکت توجیه نشده‌ی دیگر ممانعت به عمل می‌آورد و این کار سه هدف زیر را تأمین می‌کند:

i - حداقل حرکت انگشتان

ii - سرعت بیشتر

iii - انگشت گذاری مطمئن‌تر

۷ - گرفتن باره‌ی کامل یا نیم‌باره براساس مهارت طبیعی عملکرد «گرفتن» است.

الف - در حالت باره‌ی کامل، انگشت اشاره شش سیم‌گیتار رامی‌فشارد و نقش تیغه‌ی سر دسته را به عهده می‌گیرد. اگر سه سیم گیتار را بفشارید، نیم‌باره نامیده می‌شود<sup>۱</sup> (شکل ۲۶).

۱ - گرفتن شش سیم گیتار را کاپو caop یا Barre کامل می‌گویند. کاپو واژه‌ای ایتالیایی و باره، فرانسوی است و هر دو به یک معنی‌اند. گرفتن چهار سیم را  $\frac{4}{6}$  و پنج سیم را  $\frac{5}{6}$  می‌نامند و هر دو مورد بعنوان باره‌ی ناتمام محسوب می‌گردند.

ب - از آنجایی که برای گرفتن باره‌ی کامل، انگشت اشاره باید در راستای انگشت شست قرار گیرد، نمی‌توان قوس آن را در مفصل سرانگشت حفظ نمود و این خود مغایر با حالت طبیعی عمل گرفتن است؛ اما چاره‌ای نیست و به خاطر نیاز افزایش فشار بر روی سیم ناگزیر در انجام این عمل‌ایم.

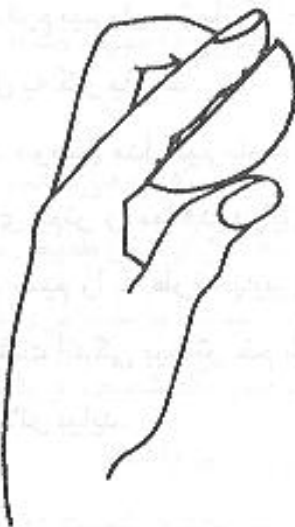
در حالی که هر شش سیم را به طرف پایین فشار می‌دهیم، باید از اتلاف نیرو جلوگیری کرده و مراقب باشیم که دست خسته نباشد.



ج - اگر طول انگشتان اجازه دهد، استفاده از بندهای سر انگشت و میانی برای پایین نگه داشتن سیم‌ها کافی است. در این حالت بند پایه به عقب خم شده و تا حد امکان انگشت را در وضعیت گرفتن قرار میدهد.

شکل ۲۵ ا

در انگشتان بلند، حالت مستقیم انگشت اشاره وضعیت نامطمئنی را برای گرفتن باره ایجاد می‌کند؛ زیرا هیچ آدم نرمالی برای گرفتن یک شی با انگشت اشاره و شست، انگشت اشاره‌اش را کاملاً مستقیم نگه نمی‌دارد.<sup>۱</sup>



شکل ۲۵ ب

۱- در افرادی که دارای انگشتان کوتاه‌ترند، انگشت اشاره در حالت مستقیم قرار می‌گیرد و هر سه بند انگشت در نگه داشتن باره‌ی کامل نقش دارند.

در هنگام نواختن باره‌ی کامل، چنانچه انگشت شست در وضعیت صحیح قرار گیرد، فشار انگشت اشاره به طرف شست متمایل می‌شود و این کاملاً طبیعی است و هیچگونه تلاشی جهت اصلاح آن نباید صورت گیرد. وضعیت فوق به خاطر آن است که تمامی سیم‌ها فشرده شوند و از تولید صدای خف‌های سیم‌ها جلوگیری به عمل آید.

۸- دو نوع نیم باره وجود دارد که هر کدام براساس تنوع و تغییری در مهارت طبیعی فن گرفتن بنا شده است.



شکل ۲۶

الف - اولین نیم باره با کاهش باره‌ی کامل ایجاد می‌گردد؛ به طوری که فقط دو یا سه سیم فشرده می‌شود. در این حالت دو مفصل میانی و پایه خمیده شده تا اتحنای لازم ایجاد شود و بدین ترتیب انگشت در وضعیتی متناسب با مهارت طبیعی گرفتن، قرار گیرد.

این فرم نیم باره، زمانی دارای اهمیت است که سایر انگشتان، بر روی همین سه سیم مشغول به کار باشند.



شکل ۲۷

ب - دومین مدل نیم باره، امکان دسترسی به سیم‌های بم‌تر را میدهد. در این نیم باره، بند سر انگشت سیم را به طرف پایین فشار داده و مفصل سرانگشت اندکی بیشتر خم شده تا بند اول انگشت کمی بالاتر بیاید.



این نیم باره با خمش انگشت اشاره و شست استقرار می‌یابد و هیچ گونه تلاش دیگری جهت حفظ آن لازم نیست و کاملاً با قدرت بر روی سیم‌ها می‌نشیند. دست یابی به این نیم باره برای کسانی که سر انگشت انعطاف‌پذیر ندارند میسر نیست.

۹- از حداقل فشار انگشتان بر روی سیم‌ها استفاده شود.

الف - فشار بیش از اندازه بر سیم‌ها، نه تنها بی‌فایده است بلکه از راحتی حرکت انگشتان نیز جلوگیری می‌کند. بسیاری از نوازندگان از فشار بیش از اندازه استفاده می‌کنند، اما این عمل نباید مورد تقلید قرار گیرد.

ب - فشار مورد نیاز به میزانی است که سیم‌ها بلافاصله در پشت میله‌ی فرت فشرده شوند (به شکل ۲۴ نگاه کنید).

ج - در طی تمرینات عملی، انگشتان میزان فشار مورد نیاز را برای به صدا در آوردن یک نت و یا آکُرد - حس می‌کنند.

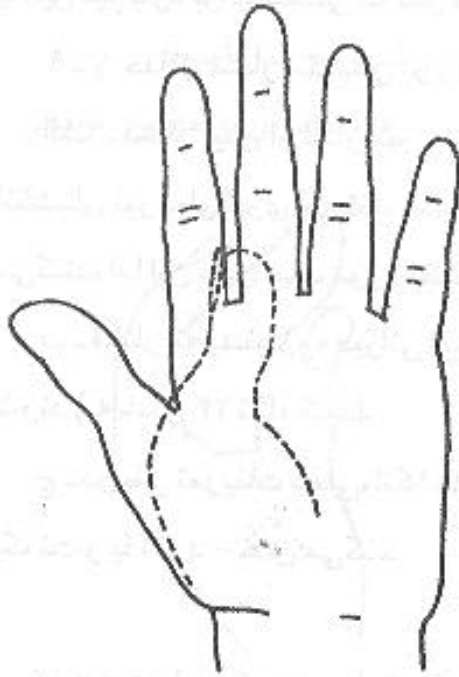
**تمرین عملی:** یک نت و یا یک آکُرد را گرفته و فشار دهید، آنقدر بنوازید و به تدریج انگشتان‌تان را شُل کنید تا صدایی غیر شفاف تولید شود. عکس تمرین فوق نیز بسیار مفید است طوری که با فشار کم روی فرت‌ها شروع کرده و کم‌کم به میزان فشار بیفزایید تا صدایی کاملاً شفاف حاصل گردد. دو تمرین فوق برای دست‌یابی به میزان فشار مورد نظر بسیار مفیدند.

۱۰- از شست در حالت طبیعی‌اش و بدون فشار بیش از حد استفاده می‌گردد.

الف - محل قرار گرفتن شست - در پشت دسته‌ی گیتار - به ویژگی‌های طبیعی شست نوازنده بستگی دارد. در بیشتر متدهای چاپ شده وضعیت شست با تصویری نشان داده شده است؛ این تصاویر و عمل کردن به آن، برای شخصی که شست او با شست ترسیم شده، تفاوت دارد، ممکن است مفید، بی‌فایده و یا حتی مضر باشد.

ب - مفصل بالایی شست خمش طبیعی خود را حفظ می‌کند و شست در همین وضعیت ثابت می‌ماند. شست در هر وضعیت دیگر دارای بی‌ثباتی است و برای حفظ آن

در حالت‌های دیگر نیاز به تمرکز و اتلاف انرژی است. اگر شست به سمت انگشتان دیگر خم شود، فاصله‌اش با آنها کم شده و در این شرایط نمی‌توان از انگشتان در وضعیت مناسب استفاده کرد.



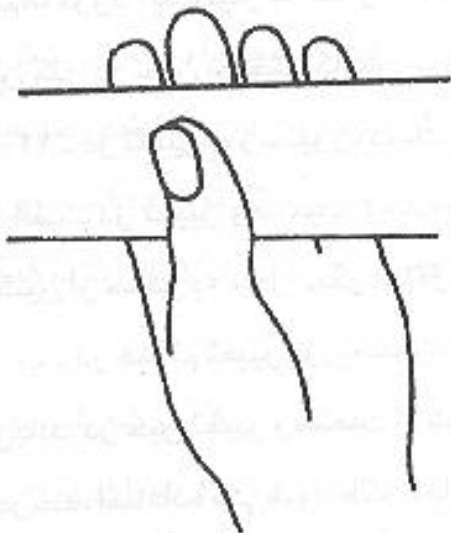
ج - وضعیت شست به سادگی و بدون نیاز به گیتار مشخص می‌شود. دست را با انگشتان باز و در حالت راحت قرار داده و شست را طبق مورد «ب» پشت دسته‌ی گیتار بگذارید - مانند شکل ۲۸ - به نظر میرسد دست در حالتی که کف بین می‌خواهد، قرار گرفته است. حال شست را به طور آگاهانه حرکت داده تا در وضعیت مشابه با شکل ۲۸ قرار گیرد. قرار گرفتن شست بین انگشتان (۱ و ۲) رایجترین وضعیت آن است.<sup>۱</sup>

شکل ۲۸

طی بررسی به عمل آمده، مشخص شده است که محل قرار گرفتن شست در نوازندگان متفاوت منحصر به فرد است. به عنوان نمونه، شست جولیان بریم، گردن گیتار را به طور عمود لمس کرده و اغلب سمت گوه‌تی انگشت با دسته‌ی گیتار تماس است و شست سگویا از ناحیه‌ی گوشه‌ی انگشت با دسته در تماس است و نزدیک انگشتان دیگر قرار می‌گیرد. هر یک از دو حالت فوق، برای نوازنده‌اش حالتی صحیح بوده و با انگشتان دیگر در انطباق است.

۱- بسته به ساختار طبیعی شست، محل قرار گرفتن آن متغیر است: ا - بین انگشتان ۱ و ۲ - ii - روی انگشت ۱  
iii - متمایل به طرف سر دسته، یک بند انگشت عقب‌تر از انگشت ۱  
بهرتر است بدانید که شست در بین این سه محدوده، هر جایی قرار گیرد، مجاز است و دنبال بهترین حالت برای وضعیت شست خود باشید.

توجه داشته باشید که یک شست قابل انعطاف به راحتی در پشت هر یک از انگشتان قرار میگیرد یکی از هنرجویان من، شست‌اش آنقدر قابل انعطاف بود که حتی پشت



انگشت چهارم نیز قرار می‌گرفت. با همهی این تفاسیل، چنانچه شست بین انگشت اول و دوم قرار گیرد، برای انگشتان مقاومت بیشتری ایجاد کرده و بین آنان بالانس ایجاد می‌کند.

شکل ۲۹

- از شست به عنوان سکانی جهت ثبات و هدایت انگشتان استفاده می‌گردد.  
الف - واکنش شست سبب میشود تا فشار انگشتان در جهت خلاف آن میسر شود.  
ب - فشار انگشتان، دسته‌ی گیتار را به طرف نوازنده سوق می‌دهد؛ این فشار با دو نیروی دیگر مهار میشود:

- فشار انگشت شست

- نیروی وزن ساعد دست راست

ج - در ثبات ساز، سه نیروی متفاوت نقش فعالی دارند:

i - فشار انگشتان

ii - فشار خنثی کننده‌ی شست

iii - نیروی وزن ساعد

این نیروها تنش و کشش دست چپ را به حداقل رسانده و صرفاً انگشتان فشار خود را به روی فرت‌ها منتقل می‌کنند و بدین ترتیب دست چپ هیچ نقشی در ثبات گیتار نخواهد داشت.



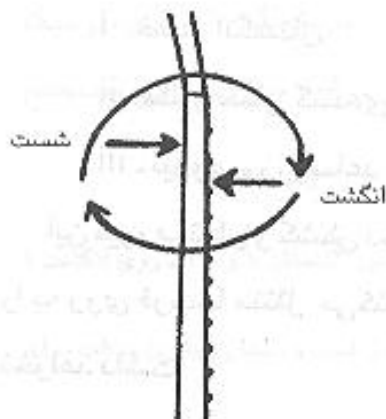
د - تماس شست با دسته‌ی گیتار - اما بدون فشار - حس اطمینان خاصی ایجاد می‌کند. اگر از انگشتان به طور مناسبی استفاده شود و آنها با حداقل فشار بر روی سیم‌ها فرود آیند، نیاز به فشار خنثی کننده‌ی شست نیز به حداقل رسیده و از این طریق تنش کلی در حین نواختن کاهش می‌یابد.

۱۲ - در تغییر پوزیسیون، دست به طور کامل منتقل می‌گردد.  
الف - در تغییر وضعیت، دست به عنوان یک واحد کامل حرکت کرده و شبیه یک ماشین از محلی به محل دیگر منتقل شده تا وظایف محوله‌ی خود را انجام دهد.  
ب - در هنگام تغییر پوزیسیون، شست نیز، تابع انگشتان دیگر حرکت کرده و انتقال می‌یابد. در حین تغییر وضعیت از شست به عنوان محوری که سایر انگشتان بر روی آن بچرخند، استفاده نمی‌شود بلکه همانطور که گفته شد، دست به طور کامل انتقال می‌یابد؛ اگرچه در بعضی تغییرات گذرا، شست می‌تواند در جهت دیگر بچرخد.

ج - فشار حداقل شست و انگشتان با کمترین نیرو، سبب می‌گردد تا شست بتواند به حالت راحت در پشت دسته آویزان بماند.

**نکته:** در تکنیک گلیساندو، انگشتان با فشار به روی سیم‌ها قرار گرفته و نمیتوانند خود را به راحتی از این فشار برهانند و از روی سیم‌ها کنده شوند؛ به همین دلیل است که صدای سرانندن انگشت‌ها بر روی سیم‌ها به گوش می‌رسد.

د - اگر در انتقال پوزیسیون، انگشت شست ثابت بماند، توازن و تعادل انگشتان به هم می‌خورد و این حالت مانند آن است که اساساً انگشت شست در پشت دسته قرار نگیرد - البته در پوزیسیون اول و هنگام نوازندگی نرمال -.



شکل ۳۰ نشان می‌دهد که چگونه نیروهای فوق‌الذکر حرکت گرداننده‌ای را به روی دسته ایجاد می‌کنند. توجه داشته باشید که نیروهای سخت‌تر به روی دسته‌ی گیتار مستقرند و هنگام تغییر وضعیت میتوان به سرعت آنها را از روی دسته جدا کرد.

شکل ۳۰

۱۳ - فاصله‌ی انگشتان دست چپ تا سیم‌ها کم باشد.

الف - فاصله‌ی انگشتان تا سیم‌ها به اندازه‌ی باشد که با سیم‌های آزاد برخورد نکند و مزاحم ارتعاش‌شان نگردد.

ب - اگر فاصله‌ی انگشتان از سیم‌ها بیش از اندازه باشد، سیم‌ها با سختی بیشتری تحت کنترل در می‌آیند. این امر - یعنی فاصله‌ی بیش از حد - دقت در زمانبندی صحیح حرکت انگشت‌ها را از بین برده و زمان بیشتری صرف می‌شود تا انگشت‌ها بر روی فرت‌هاشان مستقر شوند و این نیز خطر بی‌دقتی را افزایش می‌دهد. انگشتان نزدیک به سیم، به راحتی اهداف دست‌نیافتنی را ممکن می‌سازند.

ج - تمایل به بلند کردن انگشتان بیش از حد لازم - به خاطر آن است که شخص می‌خواهد کف دست خود را در حالت طبیعی‌اش قرار دهد؛ اما توجه داشته باشید که بر طبق مهارت طبیعی گرفتن، دست باید قوس داشته باشد.

### فلاسه

بهترین تکنیک نوازندگی گیتار بر پایه‌ی حداقل اتلاف انرژی و حداکثر راحتی استوار

است:

۱- نگه داشتن و ثبات گیتار به روی پا، با حداقل تمرکز و کمترین انرژی باشد.

۲- انگشتان هر دو دست، دارای انحنای نرمی باشند، مچ دست بیش از حد ضروری

خم نشود، طوری که حالت گرفتن و مهارت‌های طبیعی دست نیز حفظ گردد.

۳- از امکان خمیدگی مفاصل سر انگشت - در هر دو دست، به طرق مختلف استفاده

میگردد.

۴- انگشتان دست چپ، تا حد امکان نزدیک به سیمها قرار گیرند و آنها را در پشت

میله‌ی فرت بفشارند. در این منطقه با حداقل فشار صدایی شفاف خواهیم داشت.

۵- از حرکات غیر ضروری انگشتان دو دست خودداری شود، زیرا هر گونه حرکت

اضافی، اتلاف انرژی است.

۶- جابجایی آرنج چپ بیش از حد لازم نباشد؛ طوری که بتواند راحتی دست را فراهم

کند. توجه داشته باشید که آرنج چپ، طبق فیگور طبیعی‌اش با قسمت‌های دیگر دست -

یعنی ساعد و کف دست - جابجا می‌شود.

در این کتاب، اصول فیزیکی، ساده و منطقی‌ای مطرح شده‌اند که بر خلاف متدهای

منتشر شده، مبتنی بر ویژگی‌های متفاوت هر شخص است.

در خاتمه، مجدداً یادآور می‌شوم، که اصول و نتایج مطرح شده در این کتاب، باید به

درستی درک و تحلیل شوند و سپس مورد استفاده قرار گیرند. از هیچیک از موارد گفته

شده در این کتاب، به عنوان مدل‌های تقلیدی استفاده نکنید.

پایان



## ضمیمه ۱

### نافن‌ها و ماهیچه‌ی انگشت

در حال حاضر، استفاده از ناخن در بین نوازندگان کنسرت متداول است؛ اما این موضوع آنقدرها هم که به نظر می‌رسد، ساده نیست. گفته می‌شود که نوازنده می‌تواند با ناخن - به تنهایی - یا با گوشت و ناخن - هر دو با هم - به سیم‌ها ضربه بزند؛ این مطلب کاملاً تایید شده است. جهت آشنایی، ذکر نحوه‌ی اجرای سه نفر از بهترین نوازندگان، نشان می‌دهد که حتی در سطوح حرفه‌ای نیز، نظریات مختلفی وجود دارد.

**نوازنده ۱ -** ضربه‌ی تیراندو - ناخن به تنهایی - ضربه آپویاندو - گوشت و ناخن همراه هم، زیرا این یک صدای لطیف‌تر و پُرتری ایجاد می‌کند.

**نوازنده ۲ -** هر دو روش، با توجه به تأثیر مورد نظر قابل استفاده‌اند، اما با کمی اختلاف

**نوازنده ۳ -** در هر دو نوع ضربه، فقط ناخن به تنهایی شرکت می‌کند

**آزمایش :** ابتدا با ناخن - به تنهایی به سیمی ضربه بزنید، سپس بدون تغییر دادن زاویه‌ی انگشت، با گوشت و ناخن به همان سیم ضربه بزنید، مشاهده می‌کنید که اختلاف میان کیفیت صدایی این دو ضربه، ناچیز است.

با پایین آوردن انگشت - برای افزایش میزان تماس گوشت انگشت با سیم صدا حالت پُرتری پیدا می‌کند. توجه داشته باشید که کیفیت صدایی در حالت بالا، تنها زمانی نامطلوب می‌شود که تماس گوشت انگشت و سیم زیاد باشد.

صدای پُر حاصله از ضربه‌ی آپویاندو مبتنی بر موارد زیر است:

- ۱ - با نواختن ضربه‌ی آپویاندو، سیم در جهت درست خود مرتعش می‌شود - یعنی مستقیم به طرف بالا، به عبارتی به طرف سیم بعدی.
- ۲ - با تغییر زاویه‌ی انگشت، گوشت انگشت، بیشتر با سیم تماس خواهد داشت. علاوه بر تغییر وضعیت دست و ماهیت ضربه، دو عامل تعیین کننده‌ی زیر نتیجه‌ی نهایی را کنترل می‌کنند:

**i** - وقتی ناخن به تنهایی در ضربه زدن شرکت می‌کند، در واقع با قسمت انتهایی ناخن به سیم ضربه می‌زنید. هر چقدر طول ناخن بلندتر باشد، صدای حاصله ضعیف‌تر خواهد بود؛ زیرا طول اهرم در نقطه‌ی اتصال ناخن به گوشت نسبتاً نرم انگشت، بلندتر است و با فشار سیم، ناخن بیشتر به سمت عقب متمایل می‌شود. به هر حال طول ناخن و سیم، هر چقدر به گوشت انگشت نزدیک‌تر باشند، صدای حاصله یکنواخت‌تر خواهد بود. تماس سطحی سیم با گوشت انگشت، تماس سیم و ناخن را در محلی نسبتاً صاف، تضمین میکند - حتی در صورتی که گوشت هیچ دخالتی در ضربه نداشته باشد. از مورد بالا، میتوان به عنوان یک راهنما استفاده نمود.

**ii** - وقتی با شی باریک و نوک تیزی به سیم ضربه می‌زنید - در مقایسه با شی پهن‌تر یا گرد - صدای تیزتری خواهید داشت؛ حتی اگر جنس هر دو شی یکی باشد به نظر میرسد که شی تخت یا گرد در نقطه‌ی تماس منحنی، زاویه‌ی ملایم‌تری در سیم ایجاد می‌کند، که اجزای تیز و بلندتر صدا را از بین می‌برد. گوشت انگشت چنین تأثیری داشته و ناخن باریک و نوک تیز، عکس این حالت را داراست. حال می‌توانیم عوامل فوق را با یکدیگر مرتبط کنیم.

**الف** - هر چه طول ناخن بلندتر باشد، در نتیجه صدای حاصله ضعیف‌تر خواهد شد.  
**ب** - اگر گوشت انگشت به صورت سطحی، با سیم تماس شود تا به نقطه‌ی صاف ناخن برخورد کند، هر چه ناخن بلندتر باشد، طول بیشتری باید طی شود تا سیم به گوشت انگشت برسد و این امر به صدای تولید شده لطمه خواهد زد و صوت نامطلوبی ایجاد می‌گردد.

ج - با توجه به موارد «الف» و «ب» با استفاده از ناخن بلند، حتی اگر جنس آن قوی و محکم باشد - چیزی به دست نمی‌آوریم، بلکه از کیفیت و شدت صدای آن می‌کاهیم.

د - این نکته درست است که «وقتی از گوشت انگشت استفاده میکنید، در نهایت ناخن است که با سیم تماس حاصل کرده و وضعیت را کنترل می‌کند» اما جامع و کامل نیست. برای وضوح بیشتر به تشریح ضربه می‌پردازیم:

در عمل ضربه زدن، سیم به سرعت از گوشت انگشت به سمت ناخن حرکت می‌کند - در کسری از ثانیه - و در این مدت کوتاه سیم نمی‌تواند در فاصله‌ی بین ضربه‌ی گوشت و ناخن به نوسان درآید. این تأثیر، برای تضمین صدای شفاف و پُرتر، نسبت به حالتی که صرفاً از ناخن به تنهایی استفاده می‌شود، کافی است. توجه کنید که هر چه تماس سیم با گوشت انگشت یکنواخت‌تر باشد، صدای حاصله، قطعاً مطلوب‌تر به گوش می‌رسد.

هر چه سیم با فشار یکنواخت‌تری با گوشت انگشت تماس پیدا کند، به نقطه‌ی اتصال ناخن نزدیک‌تر میشود - سطح صاف ناخن - و سپس این دو عامل یکدیگر را تقویت کرده و صدای پُر و قوی‌تری تولید می‌شود.

و - هر چه دست راست از موقعیت خود نسبت به صفحه‌ی انگشت گذاری یا خرک، بیشتر بچرخد، طول حرکت سیم - یعنی مسیری که باید از گوشت تا ناخن طی شود. از گوشت دست تا ناخن کوتاه‌تر شده و این به پُرتر و نرم‌تر شدن صدا می‌انجامد. در صورتی که مچ به اندازه‌ای خم شود، ناخن و گوشت انگشت همزمان به سیم برخورد می‌کنند مانند عملکرد شست.

ز - ضربه‌ی آپویاندو امکان نوسان سیم را به صورت موازی با صفحه‌ی صدا، با قدرت بیشتری نسبت به ضربه‌ی تیراندو، فراهم کرده و این امر نیز به شدت و قدرت صدایی ضربه‌ی آپویاندو، می‌افزاید.

ح - ضربه آپویاندوی gliding ابداع شده توسط «سگویا» نیز دارای تأثیر یکنواخت کردن ارتعاش سیم است و صدای پُری ایجاد می‌کند. این ضربه در کتاب حاضر تشریح نمی‌شود، زیرا در حیطه‌ی بحث اصلی کتاب نیست.



## ضمیمه ۲

### مراقبت از ناخن

برای نوازنده‌ی گیتار کلاسیک، سالم بودن ناخن حیاتی بوده و بدون اغراق قابل مقایسه با پاشنه‌ی آشیل است. تمایل ناخن نسبت به شکستن، خم شدن، ترک خوردن و ساییده شدن شناخته شده است. عدم رعایت بهداشت در بروز ضایعات فوق دخیل است اما به ندرت عامل اصلی محسوب می‌گردد.

در کل وضعیت ناخن به دو عامل بستگی دارد:

۱ - عامل ژنتیکی - که غیر قابل کنترل است و شکل و ضخامت ناخن به این عامل بستگی دارد.

۲ - مواد تأثیر گذار در رشد ناخن - که با رژیم غذایی و ... قابل کنترل است.

از مدت‌ها پیش مشخص شده است که خوردن برخی از مواد، می‌تواند ناخن را محکم و قوی کند. به عنوان مثال، چنانچه بدن شخصی با کمبود کلسیم مواجه باشد، خوردن قرص کلسیم، بسیار مفید است و اگر بدن به مقدار زیادی اسیدهای آمینه نیاز داشته باشد، رژیم غذایی دارای ژله برایش مفید است. شخص دچار کمبود ویتامین می‌تواند از قرص‌های ویتامین استفاده کند. همه اکسیرهای فوق مفید و کارسازند، اما نه در مورد همه‌ی افراد؛ و در کل این روش‌ها مبتنی بر آزمون و خطااند.

در حال حاضر ماده‌ای تحت عنوان Taff Nail به بازار عرضه شده که از محلولی آبی تشکیل شده و تمامی مواد سازنده‌ی آن در رشد ناخن مؤثرند. باماساژ دادن یک

قطره از محلول فوق روی گوشت انتهای ناخن و پوست مجاورش می‌تواند مثرثر باشد و مصرف یکبار در روز کافی است. حتماً قبل از استفاده، دست خود را شسته و خشک کنید.

الف - Taff Nail تنها بر رشد ناخن تازه در ریشه‌ی ناخن تأثیر می‌گذارد و ناخن قبلی تا زمان رشد ناخن تازه، بدون تغییر باقی می‌ماند. مدت زمان لازم برای رسیدن ناخن جدید به نوک انگشت، در افراد مختلف متفاوت است، اما معمولاً ۳ تا ۴ هفته طول می‌کشد.

ب - Taff Nail باعث ضخیم‌تر شدن ناخن نمی‌شود. نازکی ناخن ژنتیکی است و شخص باید با آن کنار بیاید و شرایط موجود خود را بپذیرد. این ماده، صرفاً باعث کاهش تمایل ناخن نسبت به شکستن، ترک خوردن و یا خم شدن می‌شود.

ج - اگر ناخن از ته بشکند، با تکرار سیکل شستن دست و استفاده از این محلول - چند بار در روز - به رشد ناخن سرعت داده خواهد شد. در مواردی مشاهده شده که با استفاده‌ی مرتب از این محلول، رشد ناخن تا شش برابر افزایش پیدا کرده است.

از روش‌های مصنوعی دیگری نیز می‌توان استفاده نمود که تأثیر کمتری دارند:

۱ - داروسازان موادی را برای رنگ کردن ناخن تهیه کرده‌اند. اکثر این مواد مبتنی بر فرماید و مواد شیمیایی مربوطه‌اند که الیاف ناخن را به یکدیگر متصل می‌کنند - مانند بستن یک دسته چوب به وسیله‌ی سیم - این مواد کارآ هستند؛ اما مصرف بیش از حد آنها، به شکنندگی و خشک شدن ناخن‌ها می‌انجامد.

۲ - روش دیگر که قدری ساده‌تر است، استفاده از لاک ناخن می‌باشد. برای مردان لاک بدون رنگ، مطلوب‌تر است؛ البته لاک رنگی در ایجاد پوشش محکم و چسبندگی خوب به ناخن مؤثرتر است. مارک‌های مختلف لاک ناخن از نظر چسبندگی و استحکام پوشش، با یکدیگر متفاوت هستند و تنها با تجربه و آزمایش کردن و استفاده از انواع مختلف می‌توان بهترین آنها را پیدا کرد.

**نموهی استفاده:** ابتدا باید سطح ناخن را با باند یا پاک کننده‌ی لاک ناخن پاک کرد تا چربی و دیگر مواد خارجی که چسبندگی پوششی را کاهش میدهند از روی ناخن زدوده شوند. باید لاک را در لایه‌های متوالی - هر بار فقط یک دفعه لاک را روی ناخن بکشید - به ناخن بمالید و قبل از زدن لایه‌ی بعدی، اجازه دهید تا لایه‌ی قبلی کاملاً خشک شود. به جای فوت کردن روی ناخن‌تان، اجازه دهید تا لاک مألیده شده با جریان طبیعی هوا خشک شود؛ در این حالت استحکام پوشش آن بهتر خواهد شد. توجه داشته باشید که صدای حاصله از ناخن لاک زده، هیچگاه به خوبی ناخن بدون لاک نمی‌شود.

۲- هرگاه هیچ یک از روش‌های فوق قابل استفاده نباشند، میتوان از ناخن مصنوعی استفاده کرد. در این مورد نیز، همانطور که تجربه شده است برخی مارک‌ها<sup>۱</sup> از برخی دیگر بهترند. طبق آنچه که در بالا شرح داده شد، ناخن را تمیز کنید، لایه‌ای چسب به ناخن طبیعی زده، بگذارید قدری خشک شود، لایه‌ای چسب نیز به پشت ناخن مصنوعی بمالید و سپس آن را روی ناخن طبیعی قرار دهید. با چند بار آزمایش بهترین عملکرد را خواهید یافت. در نهایت، باز هم صدای حاصله از ناخن مصنوعی به خوشایندی ناخن طبیعی نیست و صدای «کلیک» ناخن همراه با صدای سیم به گوش می‌رسد، که حذف آن تقریباً غیر ممکن است.

## نگهداری :

برای آنکه ناخن‌هایتان همیشه در شرایط خوبی برای نواختن باشند به دو عامل زیر توجه کنید:

### ۱- کوتاه کردن و شکل دادن

نگهداری و مراقبت روزمره‌ی لبه‌ی ناخن، به مرتب و منظم کردن آن مربوط میشود؛ اما مهم‌تر از آن، کوتاه کردن ناخن در فواصل زمانی مشخص است.

۱- پیشنهاد جان دوآرت مارک Durofix است



دو روش متداول برای این کار :

الف - استفاده از ناخن‌گیر

ب - استفاده از سوهان

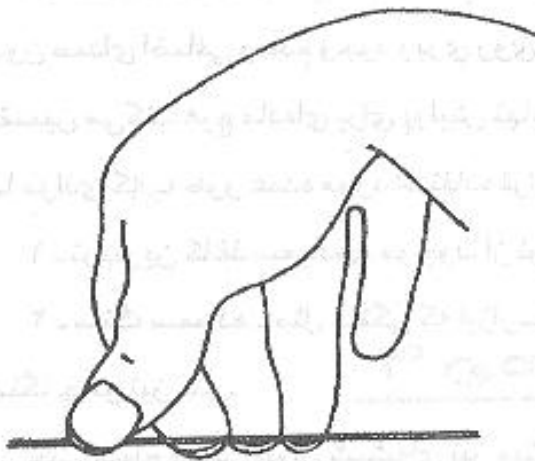
**نکته:** اگر همیشه ناخن را سوهان بکشیم و هیچگاه کوتاه‌شان نکنیم، به مرور زمان، استحکام ناخن کاهش پیدا می‌کند. البته نباید بگذاریم تا طول ناخن‌ها بیش از اندازه بلند شود.

**سوهان فلزی نافن یا سنباده -** فرقی نمی‌کند، چقدر نرم باشد - نه تنها طول ناخن را کوتاه می‌کند، بلکه چسبندگی فیبرهای ناخن را نیز در لبه‌ی آن کاهش می‌دهد. این امر شکاف قابل رویتی در جهت رشد ناخن ایجاد نمی‌کند؛ اما اگر ناخن به صورت تصادفی با چیزی تماس پیدا کند مانند روتختی یا پارچه‌های پُر زردار - این شکاف را حس می‌کنید. بهترین روش کوتاه کردن ناخن استفاده از سوهان نوع Diamon Deb است که با عمل قطع کردن ناخن را کوتاه می‌کند و هیچ برجستگی‌ای که باعث شکستن آن شود، بر جا نمی‌گذارد. اگرچه قیمت این سوهان گران است؛ اما طول عمر کارکرد آن بسیار زیاد است و اغلب موارد قبل از کُند شدن، گم می‌شود. بعد از سوهان زدن و رسیدن به طول و قوس مناسب، لبه‌های داخلی ناخن را به آرامی با سوهان تمیز کرده تا بقایای ناخن که کاملاً جدا نشده‌اند، پاک شود.

## ۲ - سوهان زدن

روش سوهان زدن ناخن در تضمین یکنواختی صدا بسیار مهم است. دست را طوری در مقابل خود قرار دهید که کف دست به سمت صورت و ناخن با چشم شما هم تراز باشد و در این حالت قوسی بسازید که منحنی نوک ناخن با منحنی انتهای انگشت منطبق باشد.

نکته مهم آن است که نیم دایره‌ی ناخن باید در تمامی انگشتان یکسان بوده و به یک طریق با سیم‌ها تماس پیدا کند.



شکل ۳۱

اگر ناخن قوسی برابر با نوک انگشت داشته باشد، هر سه انگشت  $A, m, i$  با زوایای متفاوت به سیم‌ها برخورد می‌کنند (فرقی نمی‌کند که زاویه‌ی دست چگونه باشد).

یک ورق کاغذ سمباده بسیار نرم - درجه‌ی متوسط، خیس یا خشک - را روی سطح صاف قرار دهید؛ حال دست خود را در وضعیت نواختن قرار داده و ناخن‌ها را به آرامی از راست به چپ روی کاغذ سمباده بکشید. محل لکه‌های سفید تولید شده روی ناخن، مرکز منحنی ناخن‌ها را نشان می‌دهد. در دست متوسط - از نظر اندازه - محل این لکه‌ها به شرح زیر است:

الف - انگشت اشاره - متمایل به سمت شست

ب - انگشت میانی - متمایل به سمت وسط ناخن

ج - انگشت حلقه - تقریباً در وسط ناخن

**نکته:** محل دقیق این نقاط به وضعیت دست هر فرد بستگی دارد و آنچه با قطعیت

می‌توان گفت، این است که نقاط مشروحه در مرکز سر انگشت واقع نمی‌شوند.

منحنی ناخن در هر فردی با توجه به شکل انگشت، ناخن و نحوه‌ی عمل کرد دقیق

انگشتان، مشخص می‌شود. برای رسیدن به منحنی مناسب هر ناخن، نوازنده باید با

دقت به صدای تولید شده از هر انگشت گوش داده و با استفاده از روش آزمون و خطا،

بهترین تجارب را کسب کند.

در نهایت، پولیش کردن ناخن‌ها، حرکت نرم و لغزش راحت ناخن‌ها را بر روی سیم - بدون صدای اضافی و عدم وجود زبری روی لبه‌ی ناخن که باعث تخریب صدا می‌شود - تضمین می‌کند. هیچ ماده‌ای برای پولیش نهایی وجود ندارد که به اندازه کافی نرم باشد، اما موادی که به طور عمده مورد استفاده قرار می‌گیرند، عبارت‌اند از:

- ۱ - نرم‌ترین کاغذ سمباده‌ی موجود، از نوع خیس یا خشک.
  - ۲ - سنگ سمباده - مثل سنگی که ابزار ساز، ابزار خود را با آن تیز می‌کند - مانند سنگ چاقو تیز کنی.
- حتی سطح داخلی لیوان شیشه‌ای نیز می‌تواند، برای این منظور، مفید باشد.

### ● تذکر:

#### نکات زیر را به خاطر بسپارید:

- ۱ - نوازنده‌ای دارای ناخن‌های نازک یا کاملاً انعطاف‌پذیر، تَن ضعیف و کم حجمی را تولید می‌کند.
  - ۲ - نوازنده‌ای که حرکت دست راست او غلط باشد نیز، صدای ضعیفی تولید می‌کند.
  - ۳ - نوازندگان از دو دسته فوق، با کج کردن دست راست خود به سمت صفحه‌ی انگشت‌گذاری، تا حدی از ساییده شدن ناخن خود جلوگیری می‌کنند.
  - ۴ - نوازندگانی که به دلیل نحوه‌ی نواختن غلط یا استفاده از گیتار کم صدا، صدای ضعیفی از ساز درمی‌آورند. با زدن ضربه‌های قوی سعی در جبران این نقص دارند؛ که این امر نیز باعث سایش ناخن‌ها می‌شود. در صورت عدم اجرای درست مضراب قوی نیز، صدای نامطلوبی تولید میشود که نوازنده برای نرم کردن صدا، دست خود را چرخانده و این امر نیز ساییدگی بیشتری در ناخن ایجاد می‌کند.
- تشخیص صحیح و اعمال اصلاحی به کاهش و حل معضل فوق کمک می‌کند.



## ضمیمه ۳

### ویبر

کاربرد ویبر، از نوع مورد استفاده‌اش در سازهای آرشه‌ای - مانند ویولن - در گیتار امکان‌پذیر نیست؛ زیرا در گیتار، فرت‌ها زیر و بمی‌نت را تعیین می‌کنند و بالا و پایین بردن انگشت در فاصله‌ی بین دو فرت، هیچ تأثیری در زیر و بمی ندارد. حرکت طرفین انگشت داخل یک فرت، باعث ایجاد ویبر می‌شود. اندازه‌ی ویبر را نمی‌توان تشریح و تعیین کرد و کاملاً وابسته به ذائقه و سلیقه‌ی نوازنده است. ویبر تند، با خطر از بین رفتن کشش زمانی نت همراه است و ویبر خیلی کند، به جای تجربه‌ی جدید، صدای نت را ناپایدار می‌کند. اندازه و نوع ویبر با توجه به متن موسیقایی و نیاز به بیان خاصی از متن تغییر میکند و هیچ معیار استاندارد را نمیتوان برای آن تعیین کرد.

با دقت به صدای حاصله از ویبر گوش کرده و با تمرین مداوم بتوانید صدای مطلوب و مورد نظر خود را تولید کنید. برای ایجاد آزادی حرکت مورد نظر - در اجرای ویبر - تأثیر لنگر انداختن شست را می‌توان نادیده گرفت. در اجرای ویبر کامل، حتی میتوان شست را از تماس با دسته‌ی گیتار آزاد نمود و در این حالت، بازو وظیفه‌ی حفظ خنثی کردن فشار انگشتان و نگهداری ساز را انجام می‌دهد.

نوع دوم ویبر به طریق بالا و پایین کشیدن سیم صورت می‌گیرد. ترجیحاً از این ویبر در سیم‌های باس استفاده می‌شود. این روش با روش معمول تفاوت دارد و در آن علاوه

بر افزایش کشش سیم، زیر و بمی نت نیز تا حدی تغییر می‌کند و به خاطر این موضوع، همه‌ی نوازندگان حرفه‌ای، استفاده از این نوع ویبر را نمی‌پذیرند.

**نکته:** اجرای ویبر برای هر نت، نه لازم است و نه کاری است صحیح. زمان استفاده از ویبر به سلیقه‌ی نوازنده و سبک اجرایی قطعه بستگی دارد؛ البته دست باید همیشه آماده‌ی اجرای ویبر باشد. تکنیک ویبر باید به شکل طبیعی اجرا شود و نباید مستلزم فراهم کردن شرایطی خاص باشد.

## ضمیمه ۴

### ثبات و پایداری

در صورت به کارگیری صحیح دست، در حین تماس با سیم‌ها و یا پشت دسته ی ساز، نوازنده از لحاظ ثبات و پایداری آنها، اطمینان حاصل می‌کند. نکته نهایی برای رسیدن به نوازندگی راحت، ایجاد حس وحدت بین نوازنده و ساز است، به طوری که هیچ حایل بین دست‌های نوازنده و ساز وجود نداشته باشد و هنگام نیاز، انگشتان به موقع با سیم‌ها تماس حاصل کنند.

شست دست چپ تماس پیوسته و پایداری با دسته ی ساز دارد و در هنگام ویبر دادن، دیگر انگشتان این نقش را به عهده می‌گیرند. تمرین بلند کردن انگشتان دست چپ در زمان لازم، استفاده از انگشتان مشترک در طول تغییر کردها - در یک پوزیسیون - و یا استفاده از انگشتان راهنما به هنگام تغییر وضعیت به تقویت این حس کمک می‌کند. هنگام نواختن سیم‌های بم، انگشتان ami را می‌توانید روی سیم‌های مربوطه قرار دهید و بالعکس در حالتی که سایر انگشتان مشغول نواختن سیم‌های زیر هستند، شست را روی سیم‌های باس قرار می‌دهیم. هر دو حالت فوق، مانع ارتعاش صداهای ناخواسته از تشدید سیم‌های دست باز و یا هماهنگ‌های آنها، می‌شود.

زمان قرار دادن شست روی سیم به ماهیت و نحوه ی قرار گرفتن دست بستگی دارد. برخی از نوازندگان - مانند سگویا - شست را طوری کج می‌کنند که روی بیش از یک



سیم قرار گیرد، بدون آنکه به انگشتان دیگر خیلی نزدیک شود و برخی دیگر، بدون پایین بردن میج به سمت صفحه‌ی صدا، قادر به انجام این کار نیستند و با حفظ وضعیت صحیح دست راست، تنها می‌توانند یک سیم را بگیرند. در تمامی موارد، شست باید به آرامی روی سیم قرار گیرد و انگشتان در حین عبور از سیم‌ها، فاصله‌ی ثابتی با آن داشته باشند. چنانچه شست در محلی تکیه کرده است، یا تعویض سیم، انگشتان باید، زاویه حرکت خود را تغییر دهند.

آخرین جمله‌ام این است که، هر چه بیشتر با سازتان مأنوس شده و آن را حس کنید، همچنین برای پیشرفت و موفقیت، با تلاش بیشتر و اعتماد به نفس کافی، قدم بردارید.