

فہرست

۴۷	درس ۷
۴۸	درس ۸
۴۸	درس ۹
۴۹	درس ۱۰
۴۹	درس ۱۱
۵۰	درس ۱۲
۵۳	تمرین شماره ۸
۵۳	درس ۱۳
۵۴	درس ۱۴
۵۴	درس ۱۵
۵۴	درس ۱۶
۵۴	درس ۱۷
۵۵	درس ۱۸
۵۵	درس ۱۹
۵۵	درس ۲۰
۵۶	درس ۲۱
۵۶	درس ۲۲
۵۷	تمرین شماره ۹
۵۸	درس ۲۳
۵۸	درس ۲۴
۵۸	درس ۲۵
۶۰	درس ۲۶
۶۰	درس ۲۷
۶۱	درس ۲۸
۶۱	درس ۲۹
۶۲	درس ۳۰
۶۲	تمرین شماره ۱۰
۶۳	تمرین شماره ۱۱
۶۴	درس ۳۱
۶۵	درس ۳۲
۶۶	درس ۳۳
۶۶	درس ۳۴
۶۷	درس ۳۵
۶۷	درس ۳۶
۶۷	درس ۳۷
۶۸	درس ۳۸
۶۸	درس ۳۹
۶۹	درس ۴۰
۷۰	درس ۴۱
۷۰	درس ۴۲
۷۱	درس ۴۳
۷۱	درس ۴۴
۷۲	درس ۴۵
۷۲	درس ۴۶
۷۳	درس ۴۷
۷۳	درس ۴۸
۷۴	درس ۴۹

♦  
فهرست  
♦

ابتدای کتاب (از راست - شماره صفحه فارسی)

۱۲	آشنایی با مؤلف
۱۴	پیش‌گفتار
۱۶	مروری بر پیشینهٔ دف در ایران
۱۹	مقدمه
۲۱	طرز قرار گرفتن دف/ سه حرکت اصلی در دف‌نوازی
۲۲	تصاویر (نحوه گرفتن دف و اجرای تکنیک‌ها)
۲۸	روش تمرین/ چند یادآوری پیش از آغاز تمرینات و درس‌ها
۲۹	نرمش‌های مناسب و ضروری پیش از شروع تمرینات
۲۹	چگونگی تمرینات
۳۲	علایم عمومی موسیقی به کار رفته در این کتاب
۳۶	علایم اختصاصی دف‌نوازی به کار رفته در این کتاب

ابتدای تمرین‌ها و درس‌ها (از چپ - شماره صفحه انگلیسی)

۳۸	تمرین‌ها و درس‌ها
۳۹	تمرین شماره ۱
۴۰	تمرین شماره ۲
۴۲	تمرین شماره ۳
۴۲	تمرین شماره ۴
۴۳	تمرین شماره ۵
۴۳	تمرین شماره ۶
۴۴	تمرین شماره ۷
۴۵	درس ۱
۴۵	درس ۲
۴۶	درس ۳
۴۶	درس ۴
۴۷	درس ۵
۴۷	درس ۶

۱۰۷	.....	درس ۹۶
۱۰۸	.....	درس ۹۷
۱۰۹	.....	درس ۹۸
۱۱۰	.....	درس ۹۹
۱۱۰	.....	درس ۱۰۰
۱۱۱	.....	درس ۱۰۱
۱۱۲	.....	درس ۱۰۲
۱۱۳	.....	درس ۱۰۳
۱۱۳	.....	درس ۱۰۴
۱۱۴	.....	درس ۱۰۵
۱۱۵	.....	درس ۱۰۶

۷۴	.....	درس ۵۰
۷۴	.....	درس ۵۱
۷۵	.....	درس ۵۲
۷۵	.....	درس ۵۳
۷۶	.....	درس ۵۴
۷۶	.....	درس ۵۵
۷۶	.....	درس ۵۶
۷۷	.....	میزان ترکیبی
۷۷	.....	درس ۵۷
۷۹	.....	درس ۵۸
۸۰	.....	درس ۵۹
۸۰	.....	درس ۶۰
۸۱	.....	درس ۶۱
۸۱	.....	درس ۶۲
۸۲	.....	درس ۶۳
۸۲	.....	درس ۶۴
۸۳	.....	درس ۶۵
۸۳	.....	درس ۶۶
۸۴	.....	درس ۶۷
۸۵	.....	درس ۶۸
۸۵	.....	درس ۶۹
۸۶	.....	درس ۷۰
۸۶	.....	درس ۷۱
۸۷	.....	درس ۷۲
۸۸	.....	درس ۷۳
۸۹	.....	درس ۷۴
۹۰	.....	درس ۷۵
۹۰	.....	درس ۷۶
۹۱	.....	درس ۷۷
۹۲	.....	درس ۷۸
۹۳	.....	درس ۷۹
۹۳	.....	درس ۸۰
۹۴	.....	درس ۸۱
۹۴	.....	درس ۸۲
۹۶	.....	درس ۸۳
۹۶	.....	درس ۸۴
۹۷	.....	درس ۸۵
۹۸	.....	درس ۸۶
۹۹	.....	درس ۸۷
۱۰۰	.....	درس ۸۸
۱۰۱	.....	درس ۸۹
۱۰۲	.....	درس ۹۰
۱۰۳	.....	درس ۹۱
۱۰۴	.....	درس ۹۲
۱۰۵	.....	درس ۹۳
۱۰۵	.....	درس ۹۴
۱۰۶	.....	درس ۹۵
۱۰۷	.....	درس ۹۵



## طرز قرار گرفتن دفا<sup>۱</sup>

انگشت شست دست چپ را در قسمت فرورفتگی در داخل کمان دفا قرار دهید، به گونه‌ای که وجه بیرونی کمه دفا (بدنه دفا) روی آخرین بند انگشت سیابه شما قرار گیرد (تصاویر ۱، ۲، ۳، ۴ و ۵) و هیچ‌گاه دفا را روی کف دست خود قرار ندهید. در این حالت ساعد و بازوی شما تقریباً زاویه ۹۰ درجه پیدا می‌کند. دست چپ شما باید حالتی معمولی داشته و به بدن شما نچسبد. همچنین، نباید دست چپ خود را بیش از حد از بدن خود دور نمایید. بازوی چپ نیز باید در محدوده بدن شما بوده و جلو یا عقب‌تر از بدن نباشد. سنگینی دفا باید به سمت چپ متمایل و با کمک شست تعادل برقرار شود. سعی کنید دفا را به گونه‌ای بگیرید که قسمت سمت راست آن نزدیک به شما و قسمت سمت چپ اندکی از بدن شما دور باشد. این حالت به شما کمک می‌کند تا دست راستان با تسلط بیشتری به دفا ضربه بزنند. دقت کنید تنها انگشتان شست و سیابه دست چپ وظیفه نگهداری دفا را بر عهده داشته و باقی انگشتان دست چپ آزاد باشند. اکنون شست دست راست را روی کمه، در ناحیه ربع پایین دفا، نزدیک به نقطه مرکزی، قرار دهید. اگر شست دست راست بالاتر از این محل قرار گیرد، امکان سرند کردن و حرکات تند و ریز را از بین خواهد برد. پایین‌تر قرار گرفتن دست راست نیز باعث می‌شود تا دو دست برای یکدیگر مزاحمت ایجاد کنند (تصاویر ۱۰، ۱۱ و ۱۲). شست دست راست، علاوه بر ایجاد امکان برای پرتاب ضربات تم و بک، به ثبات دفا بر روی دست کمک می‌کند (تصویر ۱۳).

## سه حرکت اصلی در دف‌نوازی

**تم:** همان‌طور که پیش‌تر گفته شد، وظیفه اجرای تم بر عهده دست راست است. انگشتان دست راست باید به هم چسبیده و گرد باشند. دقت کنید در این حالت انگشتان به هم چسبیده و قوس داشته باشند، به گونه‌ای که اگر با همان حالت کف بزنید، صدای گپ تولید کند. توجه کنید که صدای تم در حکم صدای باس (بم) دفا بوده و نباید حالت شلاقی و تیز داشته باشد. دست شما باید بدون انقباض باشد و به سمت دفا پرتاب شود. دقت کنید که با نرمه بند اول هر چهار انگشت به پوست ضربه بزنید (تصاویر ۷، ۸ و ۹).

**بک:** دست راست را مانند حالت وجب کردن باز کنید و به سمت دفا پرتاب کنید. در این حرکت انگشت کوچک یا انگشت انگشتر به کنار لبه تیز دفا اصابت می‌کند و بقیه انگشتان هم‌زمان به پوست ضربه می‌زنند. دست در این حرکت باید آزاد و شل باشد. بین صدای بک و تم باید تفاوت احساس شود، به این معنا که صدای تم باس و صدای بک تیز و شلاقی است (تصاویر ۱۰، ۱۱ و ۱۲).

**چپ (پلنگ):** نام پلنگ در تمبک‌نوازی به حرکت تلنگر مانند روی پوست گفته می‌شود، اما این حرکت در دف‌نوازی ضربه‌ای است که با انگشتان دست چپ به پوست وارد می‌شود. در چپ، دست چپ حرکتی پیچشی دارد و انگشتان این دست (به غیر از دو انگشتی که دفا را نگه می‌دارند) با قدرت به پوست ضربه می‌زنند (تصاویر ۴ و ۵).

۱. توضیحات آموزشی این کتاب برای افراد راست دست است. هنرجویانی که چپ دست هستند با جابه‌جایی کلمات راست و چپ این توضیحات را عملی نمایند.





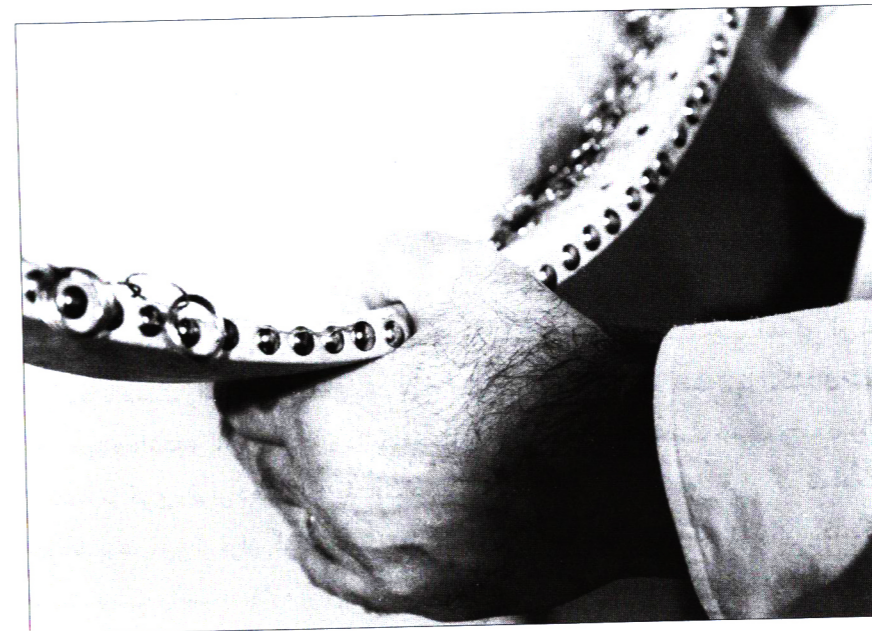
تصویر ۴. طرز نواختن چپ (در تمبک نوازی: پلنگ).  
 اگر تصویر ۴ و ۵ را مقایسه کنید، طرز نواختن مشهودتر است.  
 یادآوری: انگشتان باید ضربه‌ها را به طرف پوست پرتاب کنند و کوچک‌ترین چسبندگی با پوست و یا توقفی در حرکت نداشته باشند. انگشتان بعد از ضربه به حالت اول، یعنی تصویر ۴، برمی‌گردند. نت‌نویسی چپ روی خط سوم حامل است.



تصویر ۵. همان فیگور تصویر ۲، از نمای روبه‌رو.  
 همان‌طور که می‌بینید، انگشتان آزاد هستند و کف دست را می‌توان دید.



تصویر ۱. فیگور دست چپ برای گرفتن شستی (فرورفتگی داخل کمه دَف).  
 دَف روی انگشت اشاره و بین شست و این انگشت قرار می‌گیرد. انگشت اشاره تعادل دَف را حفظ می‌کند و به‌هیچ‌وجه به دَف نمی‌چسبد، به طوری‌که سه انگشت دیگر برای ضربه زدن آزاد باشند. فرارگرفتن دَف روی کف دست چپ اشتباه است و امکان ضربه‌زدن را کمتر می‌کند.



تصویر ۲. گرفتن و نگهداشتن دَف بر روی دست چپ (ادامه تصویر ۱).



تصویر ۳. همان فیگور تصویر ۲ از نمای کناری.