

## تلفیق شعر و موسیقی

۱۴

از دکتر مهدی فروغ

اکنون که راجع بانواع صدای مردودن و دامنه هر يك اطلاع كافی پیدا کردیم تذکر چند نکته کلی در تعریف آواز مناسب بنظر میرسد .  
آواز يك تعبیر عبارتست از بیان فکر و احساس بوسیله صدا و کلام .  
در الفبا حرکات بتوسط صوت و حروف یا استفاده از ادات بیان که عبارتست از لبها و زبان و قسمت نرم سقف دهان بیان میشود . صوت بوسیله عبور هوا از حنجره بوجود می آید . بنابراین جهاز تنفس که عبارت است از دهان و مجاری بینی و حلق و حنجره و نای و ریه ها در ایجاد صوت مؤثر می باشد و مقدار هوایی که برای تنفس در ریه ها جمع میشود در حقیقت «مایه» برای تولید صوت است و هر چه قدر که این مایه زیادتر باشد صوتی که حاصل میشود از لحاظ قوت و شدت کشش کاملتر و مطبوعتر خواهد بود و هر چه قدر هم که جهاز تنفس در کار خود ورزیده تر باشند عمل ایجاد صوت بهتر انجام خواهد گرفت .

حنجره که در انتهای فوقانی نای و در عقب برآمدگی زیر گلو (که در این اواخر آنرا سیب آدم مینامند) قرار دارد عبارتست از يك سلسله غضروف باشکال مختلف که بتوسط الیافی بیکدیگر متصل شده اند. در انتهای این مجموعه غضروف که حلقه نسبتاً بزرگی را تشکیل میدهد تارهای صوتی که در واقع دنباله چین خوردگیهای مخاط میباشد قرار دارد، و بالای این تارهای صوتی حفره ایست که صوت حاصل شده در آن بارتعاش در می آید و تقویت می شود.

شدت صوت متناسب با هواییست که از ریه خارج میشود و همان قواعدی که در مورد کشش و طول سیم سازهای زهی در موقع نواختن زخمه یا کشیدن کمان برای ایجاد صوت صادق است در مورد تارهای صوتی حنجره نیز صدق میکند. یعنی زبر ریمی صدا بسته بطول آن قسمت از تارهای صوتی است که در حال ارتعاش میباشد و فشار هوا سبب میشود که ارتفاع ارتعاشات تغییر یابد و در نتیجه شدت صوت به نسبت کمی و زیادی فشار هوا متغیر است. بنا بر این صدای اشخاص بر حسب شکل و اندازه حفره های حنجره و حلق و دهان و بینی و نحوه تنفس و ورزیده گی جهاز تنفس متفاوت است. هنگامی که شخص صحبت نمیکند و بطور عادی نفس میکشد تارهای صوتی در حال استراحت است و هوا بدون برخورد با مانع از شکافی که بین آنها ایجاد شده عبور میکند.



شکل تارهای صوتی هنگام آهسته حرف زدن



شکل تارهای صوتی هنگام تولید صدای سینه



شکل تارهای صوتی هنگام تنفس

و در موقعی که خواننده صدائی را که در اصطلاح موسیقی صدای سینه مینامند ایجاد میکند تارهای صوتی بیکدیگر نزدیک میشوند و ضمن جریان هوا از لای آنها ارتعاشهایی تولید میشود.



وقتی ما آهسته صحبت میکنیم در قسمت جلو تارهای صوتی ماسوراخی  
بوجود می آید و تارهای صوتی بوسیله عضلات که به انتهای آن متصل است  
کشیده میشود .

بنابراین حنجره و پرده های صوتی سبب قسمت اعظم تغییراتی است  
که در صوت انسان ایجاد میشود. برای اینکه پرده های صوتی قوی و برای  
ایجاد در اصوات مورد نظر ورزیده شود باید با صبر و حوصله تمرین های  
صحیح و مفید در نظر گرفت و هر روز آن تمرینها را عمل کرد . خنده از جمله  
تمرین های بسیار مناسبی است که هم موجب میشود حبابهای ریه از هم کاملاً  
باز شود و هوا بتمام نقاط آن برسد و هم موجب تقویت تارهای صوتی میشود.  
مادر حال عادی آنطور که باید عمل تنفس را انجام نمیدهیم یعنی به قسمتهای  
پائین ریه ما هوا نمیرسد . در نتیجه ذخیره هوا در ریه بسیار کم است و در  
موقع صحبت کردن یا آواز خواندن نفس ما میسوزد . تمرین نفس عمیق  
بشرط اینکه درست انجام شود برای خواننده بسیار ضروری و مفید میباشد.  
تارهای صوتی از اعضای بسیار لطیف بدن است و رعایت سلامت آن برای  
خواننده بسیار ضروری است. فشار زیاد به تارهای صوتی موجب خستگی و تورم  
آنها میشود و در صورتیکه این فشار ادامه یابد بتدریج تارهای صوتی لطافت  
خود را از دست میدهد؛ از خاصیت ارتجاعی آن کاسته و کلفت میشود و در  
نتیجه صدای خواننده خشن میگردد .

در اینجا تذکر این نکته مخصوصاً برای معلمان سرود و موسیقی  
بسیار ضروری بنظر میرسد. اغلب دیده و شنیده شده است که متصدیان سرود  
و موسیقی مدارس سرودهایی میسازند که برای دامنه صدای کودکان دبستان  
یا کودکان مناسب نیست و اطفال هنگام خواندن آن سرودها مجبورند به  
تارهای صوتی خود فشار بیورند و این بصدای آنها لطمه وارد میسازد .  
مصنف سرود باید مراقب باشد که دامنه صوت را در مورد دبستانها با مطالعه  
دقیق معین کند و در مورد کودکان دبستانها از فاصله پنجم تجاوز نکند .

در نتیجه ورزیدگی تارهای صوتی و عضلانی که با آنها مربوط میشود  
کار آنها به اراده و اختیار ما در خواهد آمد و ما میتوانیم در هر موقع هر طور  
که بخواهیم آنها را بکار ببریم . این موضوع حاصل نمیشود مگر اینکه

خواننده از لحاظ جسمی و عقلی هر دو ورزیده باشد. موقعی که تارهای صوتی زیاد بهم نزدیک است صدا تیز و شاید هم کمی گوش خراش باشد و اگر خیلی از هم دور باشد صدا شل و پنبه‌ای خواهد بود. تارهای صوتی باید با اختیار خواننده و ارتعاشاتش منظم باشد و هر یک از قسمت‌های حنجره در جای مناسب قرار گیرد تا صدا مطبوع و باطنین باشد.

مراقبت در کار تنفس بسیار ضروری است. قفسه سینه و دنده‌ها و عضلات شکم و حجاب حاجز همه در تقویت ارتعاشات صوت مؤثر است. همچنین حلق و قسمت نرم سقف دهان و خلاء پشت بینی و سر همه در تقویت صدا اثر دارد. تحقیق درباره کیفیت ایجاد و تقویت این ارتعاشات مبحث مفصلی است که از حوصله این مقاله خارج است.

حیوانات و پرندگان نیز کم و بیش بنا به همین قاعده آواز می‌خوانند یا ایجاد صوت میکنند. بعضی دارای صدائی لطیف و زیبا و برخی صدای خشن و ناهنجار دارند. در صدای گاو تفاوت بین صدای سینه و فالستو *Falsetto* کاملاً آشکار است. یعنی از صدای سینه شروع و به صدای فالستو ختم میکند ولی شیبه‌اسب بعکس آن است. اسب اول از صدای فالستو شروع و به صدای سینه ختم میکند. هر نغمه باید کشش کافی داشته باشد تا گوش بتواند آنرا درک کند.

با توضیح این مقدمات اکنون باید درباره غلت در آواز ایرانی چند کلمه بیان کنیم.

اگر وضع تارهای صوتی را در موارد مختلف در نظر بگیریم همانطور که باختصار بیان شد نتیجه می‌گیریم که تارهای صوتی هنگام ادای صوت بهم نزدیک و ضمناً از دو طرف کشیده میشوند و در نتیجه عبور هوا با فشار از بین آنها یک سلسله ارتعاشات متوالی بوجود می‌آید. بدیهی است هر چه این ارتعاشات منظمتر باشد صدا مطلوبتر و مطبوعتر خواهد بود. مایه صدا به نسبت طول قسمتی از پرده‌های صوتی که در حال ارتعاش است تغییر می‌یابد. اگر ما انگشت خود را در امتداد طول سیم تارها یا سه تار تغییر دهیم صدای آن زیر و بم میشود. صدای انسان نیز بنا به کم و زیاد شدن قسمت مرتعش تارهای صوتی زیر و بم میشود. ولی در همان حین که ارتعاش تولید میشود



تقبه کوچکی هم در امتداد شکاف بین تارهای صوتی بوجود می آید و برای هر يك غلت حبابی از هوا از آن خارج میشود. اگر این تقبه در جای خود روی تارهای صوتی ثابت باشد غلتها متوالی و یکنواخت خواهد بود مثل اینکه نای زنی يك انگشت خود را مدام از روی سوراخ نای بردارد و بگذارد، ولی اگر این تقبه در امتداد شکاف بین تارهای صوتی بالا و پائین رود غلتها در مایه های مختلف ایجاد میشود.

خواننده ایرانی باید سعی کند غلت هایش شفاف و روشن و از هم متمایز و دارای نظم و ترتیب معین و مشخص باشد برای ورزش عضلات مربوط به تارهای صوتی و حلقه غضروفی حنجره خواننده باید تحت نظر استاد بصیر و مطلع ترین های مناسب برای خود ترتیب دهد و هر روز بموقع عمل کند. خواننده هائی هستند که در موقع غلت دادن صدای خود را با اصطلاح میدزدند یعنی صدای آنها خفیفتر و ضعیف تر از معمول بگوش میرسد. این نقص بدو علت ممکن است پدید آمد. یکی اینکه جهاز تنفس و رزیده نیست که هوای کافی در ریه ذخیره کند و دوم اینکه در اثر نداشتن تمرین کافی عضلات حنجره قوی نیست. مقدار هوائی که هنگام غلت دادن از سینه خارج میشود بمراتب بیشتر از موقع دیگر است از اینجهت باید مصرف هوا را طوری تنظیم کرد که در پایان يك سلسله غلت نفس نسوزد. این دو نقص هر دو با تمرین رفع میشود. وقتی خواننده صدا را به خلاف پشت بینی براند غلت های غنه ای ایجاد میشود.

خواننده باید حتی المقدور روی تمام شش حرکت ساده بتواند غلت دهد. اغلب خوانندگان فعلی روی حرکت «آ» و «ای» غلت میدهند در حالیکه غلت روی حرکات دیگر در صورتیکه بموقع و بهرورد باشد مخصوصاً هنگام قرائت شعر بسیار متناسب و با لطف خواهد بود. زشت ترین غلتها روی حرکت زیر است.