

فهرست

مقدمه	۱۱
فصل اول: چرا سه تار؟	۱۷
— نقش علاقه در انتخاب ساز	۱۹
— تار یا سه تار	۲۲
فصل دوم: شناخت ساختمان سه تار	۲۵
— ساختمان سه تار	۲۷
— سرپنجه	۲۷
— گوشی ها	۲۸
— سیم ها	۲۸
— شیطانک	۲۹
— دسته	۲۹
— کاسه	۳۰
— صفحه	۳۱
— خزک	۳۱
— سیم گیر	۳۱
— پرده	۳۲
— گستره صدای سه تار	۳۲
— جدول معرفی پرده های سه تار	۳۴

فصل سوم: شناخت انواع سرپنجه و الگوهای کاسه	۳۵
— انواع سرپنجه و الگوهای کاسه	۳۷
— سرپنجه سنتی	۳۸
— سرپنجه طرح قنبری	۳۹
— سرپنجه طاووسی (طرح جدید قنبری)	۴۰
— الگوهای مختلف کاسه	۴۱
فصل چهارم: انتخاب ساز مناسب	۴۳
— صفحه سه تار	۴۶
— خرک	۴۶
— سیم گیر	۴۷
— کاسه	۴۸
— محل اتصال دسته به کاسه	۴۹
— دسته	۵۰
— پرده ها	۵۱
— شیطانک	۵۲
— شاه پرده (شیطان پرده)	۵۲
— گوشی	۵۳
فصل پنجم: شیوه نوازنده سه تار	۵۵
— نواختن سه تار	۵۷
— شیوه دست گرفتن سه تار	۵۷
— شیوه نواختن مضراب	۶۰
— شیوه قرار گرفتن دست چپ	۶۴
— انطباق دست راست و چپ	۶۸
فصل ششم: اصول و قواعد انگشت گذاری	۷۱
— شیوه های مختلف نگارش انگشت گذاری	۷۳
— نکته هایی در رابطه با انگشت گذاری و نحوه عملکرد انگشت های دست چپ	۷۵
روی دسته ساز	
— حرکات دست چپ	۷۸
— حرکت طولی (پوزیسیونی)	۷۸
— حرکت عرضی	۸۴

— مزایای رعایت حرکت پوزیسیونی	۸۶
— انواع حافظه و نقش حافظه عضلانی	۸۷
فصل هفتم: شناخت تکنیک‌های سه‌تارنوازی و علامت‌های آن‌ها	۸۹
— ۱. مضراب راست	۹۱
— ۲. مضراب چپ	۹۱
— ۳. دُزاب	۹۳
— دُزاب از بالا یا پایین	۹۵
— دُزاب سه نتی	۹۵
— دُزاب از دست‌باز	۹۶
— دُزاب با گزش به بالا	۹۶
— ۴. شلال	۹۸
— ۵. تکیه	۱۰۲
— ۶. گنده	۱۰۷
— ۷. پنجه‌کاری	۱۱۱
— ترکیب دو گنده	۱۱۱
— ترکیب سه گنده	۱۱۲
— ۸. تحریر سینه‌مال	۱۱۳
— شیوه اجرا	۱۱۸
— شیوه نگارش	۱۲۱
— ۹. شست دست چپ	۱۲۲
— ۱۰. شست دست راست	۱۲۳
— ۱۱. ریز	۱۲۴
— ۱۲. تکریز	۱۲۶
— ۱۳. اشاره	۱۲۸
— ۱۴. اشاره با مضراب (تکیه با مضراب)	۱۳۱
— ۱۵. کمان	۱۳۳
— ۱۶. تریل	۱۳۵
— ۱۷. پژواک	۱۳۹
— ۱۸. مالش افقی و عمودی (وبراسیون)	۱۴۰
— وبراسیون دست راست	۱۴۱
— وبراسیون دست چپ	۱۴۱
— الف) وبراسیون عمودی (عرضی)	۱۴۱

— ب) ویراسیون افقی (طولی)	۱۴۳
— ۱۹. اتصال تدریجی (گلیساندو)	۱۴۵
— ۲۰. تکسیم (بدون واخوان)	۱۴۷
— ۲۱. پوش، باز (جابه‌جایی مضراب)	۱۵۰
— ۲۲. خراش	۱۵۳
فصل هشتم: کوک سه‌تار	۱۵۵
— عوامل مؤثر در کوک	۱۶۰
— نام کوک‌ها در قدیم	۱۶۱
— کوک ساز برای اجرای ردیف میرزا عبدالله (نوشته داریوش طلابی)	۱۶۴
— کوک ساز برای اجرای ردیف آقا حسینقلی (نوشته رضا وهدانی بر اساس روایت و اجرای علی‌اکبر شهنمازی)	۱۶۵
— کوک ساز برای اجرای ردیف هفت دستگاه موسیقی ایرانی (نوشته موسی معروفی)	۱۶۶
— کوک‌های علی‌نقی وزیری	۱۶۷
— کوک‌های احمد عبادی	۱۶۹
— شیوه انتخاب کوک	۱۸۰
فصل نهم: آداب تمرین	۱۸۵
— اهمیت تمرین صحیح	۱۸۷
— همراهی با یک هنرجو	۱۸۷
— تمرین صحیح چیست؟	۱۸۹
— زمان تمرین	۱۹۱
— مکان تمرین	۱۹۲
— حالت کلی بدن	۱۹۳
— شیوه تمرین صحیح	۱۹۵
— تمرین یک قطعه از روی نت	۱۹۵
— قسمت اول: تمرین بدون ساز	۱۹۶
— قسمت دوم: تمرین روی ساز	۱۹۶
— تمرین یک قطعه بدون نت	۱۹۷
— آموختن قطعه	۱۹۸
— تمرین قطعه	۱۹۸
— حفظ کردن و از حفظ نوختن	۱۹۹
— رهایی از دام‌های اشتیاق آتشین و رخوت	۲۰۳

— برنامه‌ریزی برای تمرین	۲۰۴
— برنامه‌ریزی زمان تمرین	۲۰۵
— برنامه‌ریزی محتوای تمرین	۲۰۵
— تمرین درس‌های گذشته	۲۰۶
— تمرین در سطوح بالاتر	۲۰۷
— طرح ریزی یک تمرین روزانه	۲۰۷
— اجرای توالی اصوات	۲۰۸
— مرور درس‌های گذشته	۲۰۹
— تمرین اصلی	۲۰۹
— تمرین ردیف‌نوازی	۲۱۰
— آمادگی برای شرکت در آزمون‌ها و جشنواره‌ها	۲۱۱
فصل دهم: آشنایی با ارکان موسیقی ایران	۲۱۳
— ردیف	۲۱۵
— دستگاه	۲۱۶
— آواز	۲۱۷
— گوشه	۲۱۷
— شاهد	۲۱۸
— فاصله‌ها	۲۲۰
— صدای شاهد	۲۲۲
— صدای ایست و خاتمه	۲۲۵
— صدای متغیر	۲۲۵
— انتقال	۲۲۷
— انتقال نظری	۲۳۰
— راست‌کوک، چپ‌کوک	۲۳۰
— انتقال روی دسته ساز	۲۳۲
— دستگاه‌ها و آوازها در ردیف‌های مختلف	۲۳۹
— نسبت و ارتباط دستگاه‌ها و آوازهای موسیقی ایرانی	۲۴۳
فصل یازدهم: گونه‌های مختلف اجرای موسیقی ایرانی	۲۴۵
— ردیف‌نوازی	۲۴۸
— ساز و آواز	۲۵۰
— جواب آواز	۲۵۱

— پیش درآمد	۲۵۲
— تصنیف	۲۵۳
— چهارم ضرباب	۲۵۵
— رنگ	۲۶۰
— قطعه ضربی	۲۶۳
— علامت‌ها و عبارت‌های توصیفی	۲۶۴
<hr/>	
منابع و نمایه	۲۷۱
— منابع	۲۷۲
— نمایه	۲۷۷



«ضریب مخالف»، حسین علیزاده (ده قطعه برای تار، ص ۱۶، خط ۳)

حالات‌های معمولی تحریر «سینه‌مال» در قطعه‌های کلاسیک ایرانی، شامل موارد ذکر شده است که معمولاً در «پیش‌درآمد» یا «تصنیف» ظاهر می‌شوند، اما در مواردی نیز تعداد صدای تشکیل‌دهنده آن بیشتر از چهار صدای می‌شود. به نمونه‌های زیر توجه کنید: شش تایی با تک مضراب اول:



«سوگ»، حسین علیزاده (ده قطعه برای تار، ص ۱۸، خط ۴)

هفت تایی:



«دل‌کشا»، حسین علیزاده (ده قطعه برای تار، ص ۱۴، خط ۸)

هشت تایی:



«سوگ»، حسین علیزاده (ده قطعه برای تار، ص ۱۹، خط ۲)

نام دستگاه یا آواز	راست کوک	چپ کوک
	صدای خاتمه، صدای شاهد، مایه‌نما	صدای خاتمه، صدای شاهد، مایه‌نما
دستگاه شور		
ابوعطا		
بیات ترک یا بیات زند		
افشاری		
دشتی و بیات کرد		
دستگاه همایون		
آواز بیات اصفهان		
دستگاه سه‌گاه		
دستگاه چهارگاه		
دستگاه توا		
دستگاه ماهور		
دستگاه راست پنجگاه		

بسیاری از تک‌نوازها و بداهه‌نوازهای بزرگ، برای اجرای خود کوک‌هایی ابداع کرده‌اند که علاوه بر صدای دلنشیں و زیبا، در اجرای دقیق و کامل مطالب موردنظرشان کارآمد بوده است. از بین این تک‌نوازان برجسته، احمد عبادی (فرزند میرزا عبدالله)، که در سه‌تار‌نوازی ذوق و مهارت بسیاری داشت، کوک‌های متداول برای اجرای دستگاه‌ها و آوازهای موسیقی ایرانی را به همراه کوک‌های ابداعی خود، در آلبوم صوتی «کوک‌های سه‌تار» معرفی کرده که در سال ۱۳۷۰ توسط انتشارات سروش منتشر شده است^۱. با توجه به اینکه این آلبوم نایاب بوده و متأسفانه نظر آن سال‌ها پیش متوقف شده است، کوک‌های معرفی شده را به صورت تفکیک شده (براساس دستگاه‌ها و آوازها) و طبق ترتیبی که عبادی در نوار اجرا کرده است، در جدول‌های زیر آورده‌ایم.

دستگاه سه‌گاه

ردیف	شاهد	کوک (سیم‌ها با شماره مشخص شده‌اند)
۱	چپ‌کوک (می‌کرن)	
۲	چپ‌کوک (می‌کرن) (بهتر است مخالف در پایین دسته اجرا شود)	
۳	راست‌کوک (لا کرن)	
۴	راست‌کوک (لا کرن)	

۱. متأسفانه این آلبوم به صورت رسمی بازنشر نشده است بنابراین فایل‌های صوتی آن را می‌توانید در اینترنت بایدید.