

صداي
واکلام
کتابي

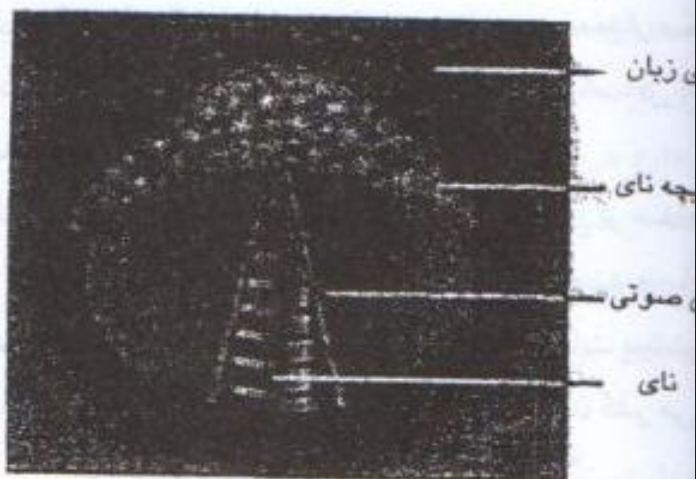
سپين سين سيناران



بمختلف است، اما صدای انسان اغلب یک راز محسوب می‌شود. اینکه ما نمی‌توانیم دستگاه صوتی خود را ببینیم دیگر اینکه هیچ شری مشابهی وجود ندارد که ترکیبی از ساز بادی و سیمی باشد. ما قرار گرفته و تمام بدن ما را برای ایجاد طنین و لحن صدا برد. آنچه می‌دانیم اینست که ما دهان خود را باز می‌کنیم و صدا از می‌آید.

طرات و فعالیت هائی که موجب می‌شود موسیقی و کلمات از گلوئی ما جاری شوند، پدیده‌ای پیچیده و جالب است. اما لا منظور ماست اینست که شما اطلاعاتی کلی در این زمینه داشته ضمن تمریناتی که انجام خواهید داد به شما در تجسم آنچه که رخ کمک کند.

ما دارای یک وسیله‌ی زهی هستیم که به آن فوت می‌کنید. داخل دو مجرا در کنار هم قرار دارد. در قسمت پیشین مجرائی است که طریق دماغ و دهان بهره‌ها می‌رساند. در قسمت پشت مجرائی غذا و مایعات را به معده می‌رساند. بالای مجرای هوا جعبه‌ای



نمای تارهای صوتی از بالا

گر در یک رستوران با سرویس چهار ستاره غذا خورده باشید متوجه شده‌اید که لیوان آب شما هرگز خالی نمی‌شود. شما لب بید، گپ می‌زنید و می‌خورید، اما هر دفعه که دست به لیوان پر می‌باشد. اعجاز کار در این است که پر کردن مجدد لیوان بدون مانع و مزاحمت انجام می‌شود که به نظر نامرئی می‌رسد. این‌که نفس ما موقع ایجاد صدا راحت و نامرئی باشد، تمرین است، اما وقتی آن را به دست آوردیم بهترین زمینه ممکن برای ایجاد لخواه خود را کسب کرده‌ایم.

تنفس مورد نیاز چه مدت طول می‌کشد؟

شاگرد بسیار علاقه‌مندی مانند تونی باینس (Tony Bobbins) که برین بیست دقیقه به تنفس خود متمرکز می‌شد، مدت زیادی طول احساس کرد که بازدم را به حالت خود می‌گذارد که انجام شود. روز اول راهش را از بازدم توام با تنش به بازدم بدون تنش پیدا کرد. خیلی کوچک بلافاصله وسیله‌ای شد تا به احساس آزادی جدید خود دست یابد.

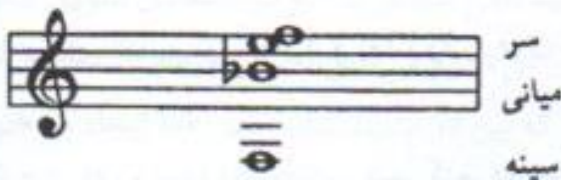
برای شما ساعت‌ها، یا روزها، یا حتی هفته‌ها طول بکشد تا از عضلات که در راه بازدم ایجاد خلل می‌کرد رها شوید. اما اگر خود را انجام دهید و من پیشرفت شما را تضمین می‌کنم. من می‌کند هر روز دو یا سه نوبت وقت گذاشته و به مدت پنج دقیقه نفس خود فکر کنید.

بیج خوب ممکن باشیم

دیافراگمی بخشی از تکنیک صدائی است که مرا قادر کرده

یافتن موسیقی مناسب صدای شما

اگر به نت‌های آهنگهای مورد علاقه خود نگاه کنید به راحتی می‌توانید متوجه شوید که چه مقدار از آنها در محدوده صدای سینه، میانی، یا سر می‌باشد. خانم‌ها باید دنبال نت‌هایی باشند که بین سی بمل و می یا فا با می دارند که در این محدوده آنها به صدای میانی می‌رسند. اگر می‌توانید به صدای میانی بروید اما هنوز ضعیف هستید، دنبال آهنگ بروید که در حدود سی تا دو دیز هستند. این بخشی از صدای میانی که هنوز می‌تواند خیلی سینه‌ای باشد. این محدوده باربارا استرو است و شما می‌توانید آهنگهای واقعی با امکانات زیبا در این محدوده بخوانید. (اگر مطمئن نیستید به دیاگرام زیر نگاه کنید تا ببینید این روی کاغذ چگونه‌اند.)



محدوده نت‌ها - خانم‌ها

اگر مرد هستید صدای میانی روی صفحه نت بین می یا فا و سی است. آهنگ‌های اولیه شما باید بالاترین نت‌شان حدود سی باشد. در این محدوده شما بدون فشار زیاد فرصت آزمایش صدای خود را خواهید داشت. (دیاگرام بعدی این نت‌ها را روی صفحه نت می‌دهد.)

با یادگیری تکنیک‌های ساده راجر لاو هنر کسی می‌تواند صاحب صدایی قوی برای صحبت کردن و صوتی زیبا برای خواندن شود.

او با نظریه انقلابی و ارائه مفهوم صدای میانی، شما را به دنیای جدیدی از آموزش سخنوری و آواز وارد کرده و عقیده دارد که با دستیابی و مهارت در صدای میانی به بخش‌های باور نکردنی از صدای خود دسترسی پیدا خواهید کرد که هرگز از آن استفاده نکرده بودید.



دایره‌زنگی