

خوانندگی را تجربه کنیم

کریم زارعی

www.ketab.ir

شماره کتابشناسی ملی: ۳۴۶۷۳۴۵

تلف: ۰۲۱۶۶۹۱۶۷۳۴ - ۰۲۱۶۶۹۱۶۷۳۴ - ۰۹۱۲۳۰۱۷۶۱۶

نشر پژوهشی

قیمت: ۳۵۰۰۰۰ ریال

https://t.me/khf_sharif

فهرست

۷.....	پیشگفتار
۹.....	مقدمه
۹.....	عنصر شهامت
۹.....	آواز اوج رهایی و آزادی است
۱۰.....	یک خاطره
۱۱.....	چیدمان آجرهای طلایی باورها بواسطه تقویت ضمیر ناخودآگاه
۱۱.....	نام خدا
۱۲.....	استراحت
۱۲.....	آرامش
۱۲.....	تصاویر ذهنی
۱۳.....	چگونگی احساس خوب آواز
۱۴.....	بستن چشم ها
۱۴.....	شادی و نشاط
۱۵.....	بخشش و گذشت
۱۶.....	عواطف و ارتباطات مثبت
۱۷.....	چه آوازی و چه سبکی را انتخاب کنید؟
۱۷.....	هنگام اجرا اولویت لذت با کیست؟
۱۸.....	خدایان
۱۹.....	چه عواملی شوق آواز را در شما تشدید می کند؟
۲۳.....	چگونه واژه (oooooooooooo) / om / m در وجود خود نهادینه کنیم؟
۲۴.....	صدای خش دار؟

۲۵	کیسه هوای آواز.....
۲۸	"کیسه هوای آواز را چگونه فعال کنیم؟".....
۳۰	تمرین: (۳×۹۰).....
۴۰	"کیسه های فرضی هوا؟".....
۴۲	واژه (د)=(d/) و (p>۱/p>۱/p>۱/)=(popopopo/).....
۴۳	[شوخی با خوانندگان].....
۴۴	"چگونه از سلامت تارهای صوتی خود مطمئن شویم؟".....
۴۴	"پیشگیری از تیق زدن".....
۵۰	اهمیت حرف (آ)=(a/) و ادای تحریر(چهچهه).....
۵۱	مصوت ها:.....
۵۲	رهایی از نفس حبس شده.....
۵۳	تمرین حفظ ریتم.....
۵۳	احساس یا نفس گیری.....!!!!
۵۴	اولین ترانه.....؟
۵۵	Imitation یا تلقین پذیری.....
۵۷	خروس بی محل نباشید.....
۵۷	القای رهایی و آرامش.....
۵۷	نوع غذا قبل از اجرا و طرز نشستن هنگام اجرا.....
۵۹	تقلید صدا.....
۶۱	چگونه تقلید صدا نکنیم؟.....
۶۱	شاید.....
۶۲	آیا؟.....
۶۳	چند اصل مهم.....
۶۴	نتیجه گیری از شادی و نشاط:.....

پیشگفتار



کریم زارعی

شاید فرصت زندگی من چندان زیاد نباشد که به خود بگویم؛ وقت زیاد دارم؛ باشد و بماند؛ این اثر را می گذارم در اولویت های بعدی. در واقع تمایل اولیه ی من بعد از نوشتن داستان بلند فیلمنامه با نام "خلیم بادمجان" یک فیلمنامه دیگر بود. ولی چی شد برای نوشتن کتاب اقدام نمودم؛ خودم نیز در عجبم!!؟ کتابی با نام "خوانندگی را تجربه کنیم".

ساختار این کتاب؛ حاصل تجربیات خودم در آواری که هرگز متأسفانه حرفه ای نشد. و نتیجه ی کمی مطالعه و دقت نظر در کتاب "توان بی پایان" نوشته ی دکتر آنتونی رابینز بر اساس فن "تقلید یا مدل سازی" و الهام از روش N.L.P^۱؛ همچنین گوش دادن به لوح های فشرده ی "سیستم تکنولوژی فکر" دکتر علیرضا آزمندیان در زمینه ی تقویت و شارژ ضمیر ناخودآگاه؛ جهت رسیدن به کمال و تبدیل به یک انسان برتر و بی نظیر؛ و همینطور گفتار دکتر بختیاری که از طریق یکی از شبکه های تلویزیونی شنیده ام.

شما عزیزان حتما بر این امر واقفید که آواز خواندن تکنیک خاصی را میطلبد که بر اساس روش مطلوب و معقول توسط یک شخص خواننده به کار گرفته شده تا به نحو احسن اجرا و عرضه شود. اما متأسفانه این فنون و تکنیک ها به لحاظ قاعده محافظه کارانه از خانه ی اشخاص بیرون نمی رود و در یک محیط بسته به صورت ارثی یا اکتسابی به فرزندان خود؛ منتقل می کنند. یا اینکه خود شخص با علاقه؛

پشتکار و داشتن انگیزه؛ که مایه‌ی اصلی و اولیه‌ی هر کار می‌باشد؛ این راه طولانی را می‌پیماید و تجربه می‌کند. با مطالعه این کتاب و انجام کارهای بسیار ساده که بنده متذکر شده‌ام از جمله؛ یک سری نرمش و سوق دادن تمایلات درونی جهت مثبت اندیشی و تجربه‌های خوب از راه گذشت؛ انفاق و جمع‌آوری خاطرات شیرین و به زبانه‌دان تاریخ انداختن هرآنچه حس بد در شما تداعی می‌کند متوجه خواهید شد آواز خوانی دور از دسترس نیست و دیگر لازم نیست در حسرت خواندن آواز صدای خود را عمری پنهان کنید. شما خواننده‌ی محترم به درستی درک خواهید کرد داشتن این کتاب و حفظ آن برایتان الزامی است؛ ضمن اینکه حق نگارنده محفوظ می‌ماند. به یاد آوری مبانی احساسی و برانگیخته شدن مطلوب فکری و روحی؛ به خصوص انجام نرمش و ورزش صحیح برای آمادگی قبل از آواز؛ همه و همه شما را بر آن خواهد داشت تا این کتاب گران بها را به دیگری پاس ندهید؛ بلکه با توصیه و تبلیغ؛ دیگران را به تهیه‌ی آن تشویق خواهید کرد. سعی من بر آن بوده توانسته باشم خدمتی بس ناچیز به جامعه‌ی هنری و هنردوستان، علی‌الخصوص در رشته‌ی آواز نموده و آنچه بر دلم سال‌ها سنگینی می‌کرد در طبق اخلاص در خدمت شما عزیزان گذاشته باشم. در پایان؛ این کتاب را به فرزندان عزیزم هدیه می‌کنم. امید است سرمایه مالی و معنوی خوبی برای آن‌ها رقم زده و به ارمغان آورد.

در آخر از زحمات خانم‌ها مرجان زارعی و دکتر پری کلاهی بابت ویراستاری و سعیده زارعی بابت تایپ کتاب و همچنین از آقای حمید بزمی جهت نقاشی‌های زیبا، موجود در کتاب تشکر می‌نمایم.