

جزوة آموزش مداحی دکتر محمد فراهانی

ستایشگری و ذکر مصائب اهل بیت (علیهم السلام)، مقام و منصب ولایی است که برای ادای دین و انجام بهتر تکلیف ولایی محوله....



تصحیح، ویراستاری و پاورقی

دکتر محمد فتح اله زاده

تبریز - مهر 1404

فهرست مطالب

عنوان

پیشگفتار

جلسه اول: مقدمات، پیش‌نیازها و اهداف

پیش‌نیازهای آموزش مداحی

تعیین اهداف مداحی

تعاریف و اصول و فنون مداحی و صوت و لحن

جلسه دوم: شیوه‌ها و راهکارهای عملی و اجرایی آموزش مداحی

آموزش و یادگیری گوشه‌ها و نغمات دستگاه‌های موسیقی

تقلید الحان و سبک‌های صحیح مداحی

راهکارها و رفع معایب تقلید

روش‌های اصولی و سیر مراحل تقلید

جلسه سوم: اجرای اجزای یک مجلس کامل

آشنایی با ارکان مداحی

سه اصل مهم در اجراء

اقسام مجالس

اجرای کامل اجزاء یک مجلس

دسته‌ها و بندی کتب تاریخی و مقتل

فرم مداحی

جلسه چهارم: انواع مداحی، حفظ اشعار و جایگاه آن در مداحی

انواع مداحی

دکلمه و خوانی

قصیده و خوانی

غراخوانی

مرصع و خوانی

پرده خوانی

چاووش و خوانی

حفظ شعار و جایگاه آن در مداحی

جلسه پنجم: اقسام مجالس مداحی و ویژگی‌های آن

انواع مجالس

مجالس مناسبتی

مجالس هفتگی هیئات

مجالس ادعیه و خوانی

مجالس چاووش و خوانی

مجالس ختم

مجالس عروسی

جلسه ششم: صداسازی و جایگاه آن در مداحی (قسمت اول)

صداسازی چیست؟

آشنایی با واژه‌های مرتبط

جلسه هفتم: صداسازی و جایگاه آن در مداحی (قسمت دوم: تمرینات تارآوایی)

تمرینات صداسازی

تمرین آزادسازی ماهیچه‌ها؛

تمرینات نوک؛

عوامل موثر در صداسازی و تمرینات

جلسه هشتم: گرفتگی صدا، عوامل و راه کارهای رفع آن

عوامل گرفتگی صدا

تقویت حنجره

تعریف اخلاق صوتی

تقسیم؛

مزاج های چهارگانه طب سنتی

روش تشخیص مزاج؛

منابع

پیش؛

ستایشگری و ذکر مصائب اهل بیت (علیهم السلام)، مقام و منصب والایی است که برای ادای دین و انجام بهتر تکلیف ولایی محوله از سوی آن ذوات مقدس، نیاز به مهارت، احساس مسئولیت و آگاهی؛ های لازم اعتقادی، فرهنگی و مذهبی دارد. هر کسی که توفیق حضور در این عرصه را پیدا می‌کند باید برای فراهم کردن شرایط لازم عمومی و اختصاصی اهتمام ورزد. از جمله آن شرایط اختصاصی کسب آموزش؛ ها و مهارت های حرفه؛ ای مرتبط است. این آموزش؛ ها در گذشته به صورت سنتی و آموزش؛ های غیرمستقیم بود که با حضور در محضر اساتید فن در جلسات و هیئات اتفاق می افتاد. اما در حال حاضر، با تغییر شرایط و گسترش امر مداحی و ارتقاء سطح آگاهی دینی مخاطبین، علاوه بر آداب و روش؛ های سنتی، باید اصول و فنون مداحی به صورت عمیق و همه جانبه با روش؛ های علمی آموزش داده شده و سایر علوم مرتبط و لوازم ستایشگری نیز فراگرفته شود. متأسفانه علی رغم سپری شدن چهل و پنج سال از انقلاب شکوهمند اسلامی که یک انقلاب فرهنگی می‌باشد؛ متون آموزشی لازم جامع و متناسب با مخاطبین در رده؛ های سنی نونهال، نوجوان و جوان هنوز طراحی نشده و خلاء اساسی وجود دارد. سازمان تبلیغات اسلامی بر اساس یکی از وظایف ذاتی خود در دهه نود سرفصل هایی در قالب 60 واحد درسی تعریف و برای آموزش در مراکز آموزش مداحی تحت پوشش ابلاغ نموده است. مشخص نبودن دقیق سرفصل؛ های برخی عناوین، نبود منبع آموزشی بعضی واحدهای درسی و عدم تعریف دوره؛ های مقدماتی و تکمیلی متناسب با مخاطبین، اعم از سن و تحصیلات، از جمله مشکلات می باشد.

این کمترین در حین برگزاری دوره؛ های آموزش مداحی مرکز نورالهدی تبریز، در جستجوی منبع و سرفصل آموزشی برای عنوان درس «اصول و فنون عملی مداحی»، به سلسله جلسات دوره؛ های آموزش مداحی ذاکر باصفای اهل بیت (علیهم السلام)، استاد دکتر محمد فراهانی در فضای اینترنت برخورد کردم که پس از ملاحظه، آنها را مناسب برای آموزش اصول و فنون عملی مداحی در مرکز مذکور یافتم. با مطالعه و بررسی بیشتر، بنده حقیق بر آن شدم از باب نیکوکاری و نشر خوبی؛ ها، با پیاده؛ سازی جلسات هشتگانه موجود بازنگری؛ های علمی و ادبی را انجام داده و بعد از اعمال برخی اصلاحات لازم، مستندسازی و درج پاورقی، حاصل کار را در قالب جزوه ای مکتوب در اختیار هنرآموزان مداحی قرار دهم. با اتمام کار و آماده شدن جزوه، از نظر اخلاقی و شرعی بر خود واجب دانستم از مدرس دوره، جناب آقای فراهانی کسب اجازه کنم. ضمن تماس تلفنی، بعد از معرفی و توضیح کار، ایشان را در جریان انجام این امر قرار داده و کسب اجازه نمودم. خوشبختانه آقای دکتر فراهانی هم با کمال بزرگواری درخواست بنده را اجابت و موافقت کردند که این جزوه منتشر و در اختیار مداحان عزیز قرار بگیرد.

شایان ذکر است که این ذاکر مخلص، دارای مدرک تحصیلی دکتری در رشته علوم قرآنی و حدیث بوده و سال؛ ها است که با برگزاری جلسات آموزش اصول و فنون مداحی و روضه؛ خوانی در تهران، در احیای امر اهل بیت (علیهم السلام) کوشا هستند. در این مجال لازم دانستم از تلاش؛ های فرهنگی مذهبی و آموزشی ایشان و اجازه؛ ای که دادند؛ از صمیم دل قدردانی نموده و آرزوی سلامتی و توفیق روزافزون داشته باشم. امید است این کار علمی فرهنگی، مورد مرضی خداوند سبحان و امام عصر (علیه السلام و عجل؛ الله فرجه) قرار گرفته و با تربیت ستایشگران در تراز اهل بیت و انقلاب، گامی در راستای احیای امر حضرات معصومین (علیهم السلام) برداشته باشیم.

جلسه اول:

مقدمات، پیش‌نیازها و اهداف

پیش‌نیازهای آموزش مداحی: غالباً در دروس دانشگاهی دروسی، به نام دروس پیش‌نیاز تعریف و تعیین می‌شود که دانشجوی قبل از گذراندن این دروس، اجازه ورود به دروس اصلی را ندارد. بحمدالله امروزه مداحی، به یک علم دانشگاهی تبدیل شده است و با پیگیری‌های انجام شده؛ رشته تخصصی آن نیز در دانشگاه‌ها، ایجاد گردیده است. اگر بخواهیم برای مداحی پیش‌نیازی تعریف کنیم؛ شاید بتوان گفت: دو آیت: اخلاص و صدق، که مرحوم محدث نوری در کتاب ارزشمند «لؤلؤ و مرجان» از آن به عنوان پایه منبر و مداحی یاد می‌کند؛ اصلی‌ترین پیش‌نیازها در بحث معنوی مداحی است. البته با توجه به شرایط خاص امروزه، رکن سوم این پیش‌نیاز، بصیرت است تا راه را از چاه، و اسلام انقلابی را از اسلام آمریکایی و انگلیسی تشخیص داد؛ یعنی همان چیزی که امام سجاد(علیه السلام) اینگونه از آن یاد می‌کند: «رحم الله عمی العباس إِيَّاهُ كَانَتْ تَأْفِذُهُ بَصِيرَةً». و آن را ویژگی بارز عمومی گرانقدرش حضرت عباس(علیه السلام) می‌داند. در بُعد ظاهری نیز، آماده بودن صوت و حنجره اصلی است که نمی‌توان بدون داشتن آن، پیشرفت قابل قبولی کسب نمود. البته ممکن است عده‌ای از این اصل به عنوان صوت زیبا یاد کنند؛ هرچند اگر افراد دارای صوت زیبا باشند؛ موفقیتشان دو چندان خواهد شد؛ اما صوت زیبا پیش‌نیاز و شرط اصلی نیست؛ بلکه ایجاد آمادگی‌ها و توانائی‌های لازم برای اجرای الحان، پیش‌نیاز است نه صوت زیبا. در مورد اخلاص و صدق، مقتل درست خواندن و روضه دروغ و تحریفی نخواندن، ان شاءالله در جلسات بعدی بحث خواهیم کرد و به این دو اصل مهم و حساس به طور مفصل خواهیم پرداخت.

جایگاه و اهمیت صوت زیبا

اما صوت؛ به راستی صوت زیبا چه جایگاهی دارد و از چه درجه‌ای بر خوردار است؟ آیا صوت زیبا اکتسابی است یا خدادادی؟ و نکته بعدی اینکه آیا بدون صوت زیبا هم می‌توان مداح شد یا خیر؟ اما جواب اولین سوال، یعنی جایگاه و اهمیت صوت زیبا در کتب روایی، احادیث زیادی در این خصوص داریم؛ مثلاً در باب قرآن گفته شده که «إِنَّ حَسْنَ الصَّوْتِ زِينَةُ الْقُرْآنِ» و یا «زَيَّنُوا الْقُرْآنَ بِأَصْوَاتِ الْحَسَنِ» و احادیث دیگری که در این زمینه وجود دارد؛ اما نتیجه <rm>گیری از احادیث فوق، با این سخن امیرالمؤمنین(علیه السلام) میسر می‌شود که فرمودند: «إِنَّا كِتَابُ اللَّهِ تَاطَقَ؛ و بر همین اساس است که شیعه معتقد است اهل بیت(علیهم السلام) قرآن ناطق هستند. پس نتیجه می‌گیریم احادیث فوق در مورد مداحی اهل بیت (علیه السلام) هم صدق می‌کند و همان‌گونه که وظیفه داریم قرآن را با صوت نیکو بخوانیم؛ مداحی هم باید اینچنین باشد. در ثانی، تاثیر مثبت صوت زیبا و تاثیر منفی صوت نارسا، در اینجا هم صدق می‌کند. پس ما وظیفه داریم مداحی را در کنار لحن صحیح با صوت زیبا ارائه دهیم تا موجب جذب مردم به اهل بیت(علیهم السلام) شویم نه این که خدای ناکرده، مردم را از مجالس اهل بیت(علیهم السلام) فراری دهیم.

اما سوال دوم؛ آیا صوت زیبا اکتسابی است یا خدادادی؟ ما عرض می‌کنیم هر دو، یک عده به صورت خدادادی صوت زیبا دارند؛ یک عده هم با تلاش فراوان به آن می‌رسند. اما نکته مهم، این است که اگر ما می‌خواهیم مداح شویم و جز گروه اول نیستیم و صوت زیبا نداریم؛ حتماً باید خودمان را جز گروه دوم، قرار دهیم و این، یک وظیفه است.

و اما جواب سوال سوم، آیا بدون صوت زیبا هم می‌توان مداح شد یا نه؟ ما عرض می‌کنیم بله می‌شود. درست است که صوت زیبا، عامل مؤثری در این زمینه است؛ اما مهمتر از صوت زیبا، آمادگی صوتی است که لازم و واجب است هر مداحی آن را در مدارج عالی کسب کند. در واقع در بحث صوت، ما با دو مقوله: الف) ویژگی‌های صوتی ب) توانائی‌های صوتی مواجه هستیم؛ آیت‌هایی همچون زیبایی صوت، زیر و بم بودن صوت، جزء ویژگی‌های صوتی است و قابل تغییر نیست. اما ویژگی‌هایی همچون وضوح صدا، ولوم صدا، بلندی و ارتفاع صدا، قابلیت انعطاف <rm>پذیری و توانایی ایجاد تحریر توسط تارهای صوتی، جزء توانائی‌های صوتی است و اکتسابی می‌باشد. هر چند ممکن است بعضی از افراد، به صورت خدادادی هم این ویژگی‌ها را داشته باشند. دقت داشته باشید ما مداحان بزرگی داشتیم که صوت زیبایی نداشته‌اند؛ اما با ایجاد توانائی‌های صوتی و انتخاب لحن زیبا و تمرین زیاد، این نقیصه را رفع کرده‌اند.

لازم است هر مداحی، ضمن نظرخواهی از متخصصین و اهل فن، قبل از این که برای مردم بخواند صدای خود را ضبط کند و خودش یا به همراه افراد صاحب نظر، به این صوت به عنوان یک مستمع، گوش کند؛ ببیند چقدر قابل قبول و قابل تحمل است. البته این بدان معنا نیست که اگر کسی صوت زیبا نداشت نمی‌تواند مداح شود. ما از نظر اعتقادی، چنین اجازه‌ای نداریم که بگوییم کسی می‌تواند مداح شود یا نه! فردای قیامت اگر از ما سوال کنند که به چه اجازه‌ای گفتید فلانی می‌تواند مداح شود یا نه؟ هیچ جوابی نخواهیم داشت. بلکه معنی حرف ما این است کسی که صوت زیبا و توانمند ندارد. باید با تمرین و ممارست مدام و اصولی و زیر نظر اساتید فن، توانائی‌های لازم را در صوت خود ایجاد کرده و آن را به زیبایی نزدیک کند.

سوال بعدی که باید مورد توجه قرار بگیرد میزان تلاش و تمرین مورد نیاز افراد است که به چه اندازه باید باشد؟ متأسفانه بعضاً دیده شده است که در این خصوص، اظهار نظر کلی می‌شود که این امر صحیح نیست. ما نمی‌توانیم در ارزیابی افراد مختلف دو

تقسیم‌بندی: الف) افرادی که صوتشان آمادگی لازم را دارد ب) افرادی که صوتشان آمادگی لازم را ندارد؛ را به صورت مطلق و کلی داشته باشیم! زیرا افراد گروه دوم یعنی کسانی که صوتشان آمادگی لازم را ندارد؛ نسبی هستند. یعنی اینکه فردی ممکن است صوت و حنجره اش ۱۰ درصد آماده باشد؛ نفر دوم ۳۰ درصد، نفر سوم ۶۰ درصد و نفر چهارم ۸۰ درصد آماده باشد و طبیعی است که میزان و نوع تلاش و تمرینات صوتی این افراد، متفاوت خواهد بود و طبیعی و لازم است که فرد اول، هشت برابر نفر چهارم تلاش و تمرین داشته باشد. نکته مهم، این است که ما باید صوتمان را قابل تحمل کنیم تا موجب فرار مردم از مجلس اهل بیت(علیهم السلام) نشویم که فردای قیامت نینیم به جای ثواب ضرر کردیم. به قول شاعر:

رفتم به بر خدای خود، توبه کنم وز هر گنه و خطای خود، توبه کنم

تحقیق گناه می نمودم دیدم باید ز ثواب های خود، توبه کنم

تعیین اهداف مداحی: بعد از کسب پیش نیازهای مداحی، شما باید هدف خود را از مداحی مشخص کنید. به راستی هدفمان از وارد شدن به این عرصه مقدس چیست؟ آیا صرفاً برای رضای خداوند و اهل بیت(علیهم السلام) و قربه الی الله می خواهیم مداح شویم یا خدای ناکرده؛ برای کسب شهرت، یا این که مردم به ما به به و چه چه بگویند یا در خیابان و مجالس، به ما احترام بگذارند؛ یا برای پول؟ لطفاً نه به خود، نه به مردم، دروغ نگوئیم. یقین بدانید هدف هر چه که باشد به آن خواهید رسید. چرا که این خانواده همگی رحمه للعالمین هستند. چنانچه در زیارت جامعه کبیره می خوانیم «و سَلَّاهُ التَّيِّبِينَ وَ صَفَّوهُ الْمُرْسَلِينَ». پس اهل بیت(علیهم السلام) همگی رحمه للعالمین هستند. آن قدر کریم هستند که اگر کسی خدای ناکرده، آنقدر کوچک و خوار باشد که بخواهد از راه مداحی کسب درآمد کند و یا هر یک از مسایلی که عرض کردیم؛ به او عطا خواهند کرد. اما برای همیشه این حدیث یادمان باشد اِنَّمَا الْأَعْمَالُ بِالنِّيَّاتِ...؛ یعنی به هر کسی آنقدر می رسد که در نیت اوست. درگاه الهی و اهل بیت(علیهم السلام) شریک بردار نیست. نمی توان گفت هم اهل بیت(علیهم السلام) و هم کسب درآمد. هم اهل بیت(علیهم السلام) و هم شهرت. باور کنید هر ناخالصی که وارد این کار شود؛ کار را خراب می کند. در اخبار وارده هست که اگر کسی برای جلب توجه فردی بخواهد نمازش را طولانی کند یا کار دیگری کند؛ نمازش مورد قبول درگاه حق نخواهد بود. گاهی ممکن است شروع نماز کاملاً مخلصانه و فقط برای خدا باشد؛ اما در بین نماز بر اثر غفلت، توجه به دیگران را نیز لحاظ کنیم و ... در مداحی نیز می تواند خدای ناکرده اینگونه باشد و شیطان رجیم اخلاصمان را برپاید و به انحراف بکشاند. پس اگر کسی برای پول، شهرت، احترام یا مداحی کند؛ دیگر نمی تواند انتظار داشته باشد در قیامت اجر مداحی اهل بیت(علیهم السلام) را به او عطا کنند. زیرا او برای پول و شهرت و ... خوانده و مزدش را هم در دنیا گرفته است. به قول محدث نوری در کتاب «لؤلؤ و مرجان»، نام این افراد را باید به جای ثبت در دفتر مداحان، باید در دفتر تجار ثبت نمود. همچنین کسی که شهرت می خواسته در دنیا به او عطا شده است و همین طور تا آخر.

در این مجال، بی هیچ توضیحی به ذکر سه حدیث در مذمت کسب مال از طریق اهل بیت(علیهم السلام) اشاره می کنیم:

۱. امام باقر(علیه السلام) می فرمایند: يَا أَبَا النُّعْمَانِ لَأَسْتَأْكِلَ يَتَاالنَّاسَ قَلْبًا يَزِيدُكَ اللَّهُ يَذْلِكَ إِلَّا فَقْرًا؛ ای ابا نعمان! به وسیله ما مال مردم را مخور که خدای تعالی به این کسب، برای تو جز فقر و پریشانی را نیفزاید.

۲. امام صادق(علیه السلام) فرمودند: مَنْ أَرَادَ الْحَدِيثَ لِمَتَقَعَةِ الدُّنْيَا لَمْيَكُنْ لَهُ فِي الْآخِرَةِ نَصِيبٌ وَ ...؛ هرکس قصد کند از حدیث(یعنی از یاد گرفتن و نقل آن از برای دیگران) منفعت دنیوی را که به وسیله آن مالی به دست آورد؛ برای او در آخرت حظ و نصیبی نخواهد بود و

۳. حضرت اباعبدالله(علیه السلام) فرمودند: ... وَ فِرْقَهُ أَحَبُّونَا وَ سَمِعُوا كَلَامَنَا وَ لَمْيُقْصِرُوا عَنْ فِعْلِنَا لَيْسَتْ أَكْلُوا النَّاسَ يَتَا فِيمَئِذَا اللَّهُ يُطَوِّعُهُمْ تَارًا يُسَلِّطُ عَلَيْهِمُ الْجُوعَ وَ الْعَطَشَ وَ ...؛ و فرقه ای دوست داشتند ما را و سخنان ما را شنیدند و در کردارهای ما کوتاهی نکردند؛ به جهت اینکه به سبب ما، اموال مردم را بخورند. پس پُر خواهد کرد خدای تعالی شکم های ایشان را از آتش جهنم و مسلط کند بر ایشان تشنگی و گرسنگی را و

آری در روایاتی گفته شده که ائمه از مداحان تقدیر می کردند و این سنت نیکویی است که صاحبان مجالس، در صورت تمایل و البته داشتن توان مالی و به هر اندازه که خود صلاح بدانند؛ خود را از این فیض عظیم محروم نخواهند کرد؛ اما اینکه انتظار داشته باشیم حتماً از ما تقدیر شود؛ این پسندیده نیست و قطعاً آفتی است برای ما. حتی اگر این انتظار را هیچ گاه به زبان نیاوریم که گفته اند: اِنَّمَا الْأَعْمَالُ بِالنِّيَّاتِ. انسان باید بسیار تهذیب نفس کرده باشد که بتواند نفس لوامه را لگام زده تا او چنین درخواستی نکند و کسی که به چنین مقامی رسیده باشد بی شک هیچ گاه اکسیر سعادت و جاودانی را با مشتی خاک معاوضه نمی کند. پس باید هدف و نیت را در ابتدای راه مشخص کنیم تا خدای ناکرده، به بی&img alt="decorative symbol" data-bbox="485 785 515 805"/>راه نرویم. هدفمان از مداحی، حتی نباید به گریه در آوردن مردم هم باشد که اگر اینگونه بود؛ ممکن است هر حرفی به ذهنمان برسد بگوئیم تا مردم را به گریه در آوریم. متأسفانه این، آفتی است که بعضی ها گرفتار آن شده اند. فلسفه گریه بر اهل بیت(علیهم السلام)، بحثی است گسترده و مفصل که در این مقال نمی گنجد؛ اما اگر بخواهیم در چند جمله کوتاه آن را بیان کنیم؛ باید گفت: گریه بر اهل بیت(علیهم السلام)، گره خوردن عاطفه ها با اهل بیت(علیهم السلام) است و پُلی است به سمت ارتباط با این اسوه های الهی. گریه عامل بیداری عاطفه و مانع موت قلب است. گریه بر اهل بیت(علیهم السلام)، اندوه از دست دادن یا نشناختن اسوه های ایمان، صبر، ایثار، اخلاق و ... است و در نتیجه، در ما مراقبت از این ارزش&img alt="decorative symbol" data-bbox="485 890 515 910"/>ها را برمی انگیزد. چنانچه مقام معظم رهبری (حفظه الله) نیز فرمودند: «عزاداری، فقط برای گریه نیست؛ گریه وسیله ای است برای اینکه دل&img alt="decorative symbol" data-bbox="485 905 515 925"/>ها پاک بشود». در یک کلام، گریه وسیله ای است برای تقرب به خدا، اصلاح اعمال، الگو برداری از گفتار و کردار ائمه در زندگی و بهانه ای است برای بازگشت به سوی

خدا و توسّل جستن به آن ها برای وساطت جهت پذیرش توبه ها، چنان که فطرس بعد از هفتصد سال با توسّل به گهواره امام حسین(علیه السلام) توبه اش قبول و پال سوخته اش دوباره به او اعطا شد. حضرت آدم(علیه السلام) نیز متوسّل به پنج تن آل و عبا شد تا توبه اش را بعد از سیصد سال عبادت، حضرت باریتعالی پذیرفت! پیغمبر اکرم(صلی الله علیه و اله) فرمودند: آدم(علیه السلام) برای پذیرش توبه اش، نوح(علیه السلام) هنگام سوار شدن به کشتی، ابراهیم(علیه السلام) موقع فرود آمدن در آتش و موسی(علیه السلام) زمانی که عصا را انداخت و اژدها شد؛ همگی متوسّل به پنج تن شدند و خدا را به این اسماء مقدّس سوگند دادند و در امان ماندند.

سیدالشهداء(علیه السلام) هم در سخنانشان با عبیدالله خَرّ جُعی در منزل قصر بنی مُقَاتِل، برگشت خَرّ جُعی به سوی امام(علیه السلام) را مایه آمرزش گناهان اعلام کردند. در حدیث دیگری امام رضا(علیه السلام) فرمودند: گریه بر حسین(علیه السلام) موجب آمرزش گناهان بزرگ است. پس گریه بر اهل بیت(علیهم السلام)، عامل بخشش گناهان است. از این رو، بی عقلی و بی دینی است که ما بخواهیم برای گریه کردن و گریاندن مردم، مرتکب گناه کبیره ای چون جعل حدیث و تحریف سخن امام(علیه السلام) شویم. یکی دیگر از فلسفه های گریه بر مصائب ائمّه(علیهم السلام)، ابراز و عمل به دو رکن از ارکان دین یعنی توّلّی و تبری است. آیا تحقیر امام، خوار و ذلیل نشان دادن اهل بیت(علیهم السلام) و جعل سخنان آنان، تولّای اهل بیت است یا تولّای به دشمنان آنان؟! مصداق های فراوانی هست، ولی ذکر همین چهار مورد بس است.

پس از مطالب مستند یاد شده، نتیجه می گیریم مجالس اهل بیت(علیهم السلام)، دواى روح بیمار ماست تا به سوی خدا برگردیم. هرچند شأن اهل بیت(علیهم السلام)، بسیار بالاتر از این ها و در اصل محبّتشان و توسّل به آن ها، اکسیر جاودانی و سعادت است. همه می دانیم اطباء در عالم پزشکی، موقّتی ترین دارویی که تجویز می کنند مُسکن است؛ یعنی وقتی که دردی را تشخیص نمی دهند مُسکن می دهند تا موقّتا درد فروکش کند تا در فرصت مناسب، راه درمان قطعی را پیدا کنند؛ به راستی چگونه است که در بعضی، همچون بنده این گریه ها و عزاداری ها در حدّ مسکن هم عمل نمی کند؟ و در همان مجلس اهل بیت(علیهم السلام)، مرتکب گناهانی همچون تمسخر دیگران، تکبّر، غیبت، سوءظنّ، کوچک شمردن دیگران و ... می شوم! آیا علت این نیست که گریه و حال مان، عاری از معرفت و شناخت نسبت به امام بوده والا آن گریه، مانع چنین گناهانی می شد. آیا در محاسبات و عملکردهایمان نلغزیده و راه را اشتباه نرفته ایم؟! آیا نباید به این سخن پیامبر عمل کنیم که حَاسِبُوا أَنْفُسَكُمْ قَبْلَ أَنْ تُحَاسَبُوا، پس اگر هدفمان فقط گریاندن مردم شد؛ بی شک به دو وجه دیگر زندگانی اهل بیت(علیهم السلام)، نپرداخته ایم. لذا هر چیزی را که به ذهن برسد بازگو می کنیم و می خواهیم به هر قیمتی مردم را بگریانیم؛ حتّی به بهای تحقیر اهل بیت(علیهم السلام)، زیر سؤال بردن آن ها و روضه غلط و دروغ خواندن! و این وظیفه مدّاحان با سابقه و عالم است که مدّاحان نوپا را با این مسائل، آشنا کنند و نگذارند مدّاحان جوان، دچار خطا و اشتباه شوند. به سخن صحیح تر، بازگویی وقایع زندگانی اهل بیت(علیهم السلام)، باید چند وجه و ضلع داشته باشد.

وجه اوّل این بازگویی، ارائه سوز و مصیبت آن می&lrms;باشد که بسیار شایسته و بایسته است. اما شاید بتوان گفت بیش از حدّ به آن پرداخته شده است و متأسّفانه گاهی هم همراه آفت ها بوده است. در واقع پرداختن به این وجه، باید در راستا و خدمت به دو اصل بعدی باشد.

ضلع دوّم این بازگویی، پرداختن به پیام ها و فلسفه زندگانی اهل بیت(علیهم السلام)، است که این موضوع در سخنان و خطبه های ائمّه(علیهم السلام)، آمده است.

ضلع سوّم، آموزه های دینی، رفتاری، اخلاقی و تربیتی است که در کردار، گفتار و رفتار اهل بیت(علیهم السلام) ملموس است و باید آن ها را استخراج کرده و با زندگی امروزمان تطبیق داده و به کار بندیم.

ضلع دوّم و سوّم زندگانی اهل بیت(علیهم السلام)، بسیار بسیار مهم تر و حیاتی تر از ضلع اوّل است؛ اما متأسّفانه سهواً، مورد بی مهری یا کم مهری و غفلت واقع شده است و همین امر باعث شده است که بعضاً دچار خطاهایی بشویم که به هیچ وجه پذیرفتنی نیست. غفلت و دوری از ضلع دوّم و سوّم، بیش و پیش از اینکه ظلم به اهل بیت(علیهم السلام)، باشد؛ ظلم به خودمان است و از این بابت متضرّر خواهیم شد. شاید این گونه بتوان گفت که ضلع اوّل بیست درصد و ضلع دوّم و سوّم هشتاد درصد است و ما ندانسته هشتاد درصد مهم تر را رها کرده و فقط به بیست درصد مابقی پرداخته ایم و تأسّف بار تر اینکه در این بیست درصد هم، گاهی امانت دار خوبی نبوده ایم و گاهی غفلت ها و عدم توجّه ویژه، باعث شده که شیطان بتواند به صداقت و اخلاص مان خدشه وارد کند. پس هدف مداحی، به گریه در آوردن مردم نیست؛ هر چند گریه خود به خود حاصل خواهد شد. نمی گویم نباید مردم را گریه درآورد؛ عرض می&lrms;کنم هدف این نیست. ما در سوره اعراف داریم که خداوند می&lrms;فرماید: وَ لِلّٰهِ الْأَسْمَاءُ الْحُسْنٰی قَادِعُوْهُنَّا، یعنی برای خدا نام های نیکوی است پس او را به همان نام ها بخوانید. نام هایی است که خداوند آن ها را قرار داده تا با خواندن آنها، توبه ما قبول بشود. امام صادق(علیه السلام) در تفسیر این آیه می فرماید: «به خدا قسم ما هستیم آن اسما حسنی و قبول نکند خدای حق تعالی هیچ عملی را مگر به معرفت و شناخت ما». این همان تفسیر یا معنای عبارت «وَ الدَّعْوَةُ الْحُسْنٰی» در زیارت جامعه کبیره است. مگر امام رضا(علیه السلام) از قول پدرانسان و از قول مقدس حضرت باری تعالی نفرمودند: کَلِمَةً لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ حِصْنِيَّ وَ مَنْ دَخَلَ حِصْنِيَّ آمِنَ مِنْ عَذَابِيَّ؟. راوی می گوید: وقتی شتر به راه افتاد؛ آن حضرت بانک برآورد؛ بشُرْوطها و آتَا مِنْ شُرْوطها؛ پس مداحی که امامش را نشناخته است؛ چگونه می تواند از مدح و فضایل او برای مردم بگوید؟! اهل بیت(علیهم السلام) که نیاز به گریه من و شما ندارند؛ آنها معدن رحمت الهی هستند. در فرازهای دیگر زیارات می&lrms;خوانیم: گریه بر اهل بیت، باب جدیدی است که ما از درگاه خدا دور نشویم و اگر دور شدیم؛ باب استغفار باز باشد.

گرچه حسین و جمله یاران فدا شدند زان رو بود که باب جدیدی شد انتخاب

نکته مهم و قابل توجه بعدی، این است که هیچ گاه اهل بیت(علیهم السلام) را جدای از قرآن ندانیم؛ اگر کسی اهل بیت(علیهم السلام) را جدا از قرآن بداند؛ اولین گام را در گمراهی برداشته است. اهل بیت، قرآن ناطق هستند. همان طور که امیرالمومنین(علیه السلام) فرمودند: «أَتَا كِتَابُ اللَّهِ النَّاطِقُ» و یا می فرمایند: «أَتَا عِلْمُ اللَّهِ وَ أَتَا قَلْبُ اللَّهِ الْوَاَعِي وَ لِسَانُ اللَّهِ النَّاطِقُ وَ عَيْنُ اللَّهِ النَّاطِرُ وَ أَتَا جَنْبُ اللَّهِ وَ أَتَا يَدُ اللَّهِ»؛ قرآنی که در دست من و شما هست قرآن صامت است و اهل بیت(علیهم السلام) قرآن ناطق هستند. پس هرآنچه دستور در مورد قرآن ذکر شده است باید در مورد اهل بیت(علیهم السلام) هم رعایت شود. مثلاً اگر در مورد تلاوت قرآن دستور است که: إِنَّ الْقُرْآنَ نَزَلَ بِالْحُزْنِ، قَافِرُوهُ بِالْحُزْنِ؛ در مورد اهل بیت(علیهم السلام) هم صدق می کند و ما اجازه نداریم مدح اهل بیت(علیهم السلام) را با هر آهنگی بخوانیم. در خصوص صوت زیبا در مداحی نیز که قبلاً توضیحات لازم ارائه شد. شاید بتوان گفت: یک تفسیر از حدیث ثقلین پیامبر(صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَ آلِهِ) هم اشاره به همین موضوع دارد که هر آن چه دستور در مورد قرآن هست؛ در مورد اهل بیت هم رعایت کنیم.

شاید بتوان گفت یکی از دلایل ابتلای بعضی از مداحان گرانقدر به آفت های فوق الذکر، عدم آشنایی لازم و کافی به جایگاه، شأن و اختیارات ائمه(علیهم السلام) باشد و بهترین مرجع برای این شناخت، زیارت ارزشمند و گرانقدر جامعه کبیره است. به همین دلیل هست که ما تأکید داریم؛ هر مداح باید تفسیر زیارت جامعه کبیره را بداند و در مداحی مورد استفاده قرار دهد. تفسیر زیارت جامعه کبیره، علاوه بر این که امام شناسی مداح را تقویت می کند و مداح باید این امر را به مستمع خود منتقل کند؛ حرف زدن به مداح یاد می دهد. آن هم حرف های جدید و مستند. یکی از مشکلاتی که بعضی از مداحان مواجه هستند؛ این است که حرف جدید برای گفتن ندارند و می خواهند حرف تکراری زنند؛ شروع می کنند به گفتن حرف های بی محتوا و بعضاً کفرآمیز که منجر می شود به موضوع؛ گنجینه بحق مراجع تقلید و علما. زیارت جامعه کبیره، حرف زدن مستند و امام شناسی به مداح می آموزد که اصلی ترین وظیفه مداح است. پس مداح باید امام شناسی و انتقال آن به مردم را در برنامه ها و اهداف خود بگنجانند. زیرا این شناخت، به غیر از مداحی ها، در زندگی روزمره نیز کاربرد دارد و ما را از خطا مصون می دارد. در تاریخ بنگرید کسانی که شناخت لازم و کافی از ائمه نداشته اند؛ دچار لغزش شده اند. به عنوان مثال، خوارج افراد بی دینی نبودند؛ اکثرشان حافظ قرآن بودند؛ اما چون معرفت نداشتند؛ امیرالمومنین(علیه السلام) را به فضایلش نمی شناختند و کورکورانه اطاعت می کردند. وقتی قرآن ها بالای نیزه شد؛ دانستند چه کار کنند و بزرگترین اشتباه تاریخی را دچار شدند. پیامبر اکرم(صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَ آلِهِ) می فرمایند: کسی که امام خود را نشناسد و بمیرد؛ به مرگ جاهلیت مرده است.

تعاریف و اصطلاحات اصول و فنون مداحی و صوت و لحن:

بعد از آشنایی با پیش نیازهای مداحی و تعیین هدف در این امر مقدس، حال می رسیم به آشنایی مختصر با تعاریف واژه ها و اصطلاحات که با آنها سر و کار خواهیم داشت. اولین چیزی که ما باید با آن آشنا شویم؛ صوت و لحن است. بر خلاف آنچه که در بین مردم رایج است؛ صوت و لحن دو مقوله جداگانه است با تعاریف متفاوت و تمرین های جداگانه. پس نتیجه آن که از تمرین هایی که برای آموزش و تقویت لحن استفاده می کنیم؛ نمی توان برای تقویت صوت بهره جست. ابتدا با این معانی و تعاریف آشنا می شویم.

صوت: صوت به معنی بانگ و آواز و صدایی است که از به ارتعاش درآمدن تارهای صوتی، به وسیله جریان هوا ایجاد می شود. در مداحی هم، منظور ما همان صوت مداح است با ویژگی های ذاتی خود از قبیل ارتفاع، شدت، طنین، زنگ، وضوح و صافی صدا، انعطاف و روانی، زلال بودن صدا، کلفتی و نازکی صدا. دقت داشته باشید همان گونه که قبلاً هم ذکر شد؛ در بحث صوت، ما با دو مقوله مستقل به نام «ویژگی های صوتی» و «توانائی های صوتی» مواجه هستیم و تمرینات صوتی در راستای تقویت و ارتقاء توانائی های صوتی است.

لحن: لحن عبارت است از آهنگ دادن به صوت یا به عبارتی، شیرین و زیبا خواندن که یکی از معانی لحن است. در واقع لحن، دارای معنای کاملی است که به شرح زیر می باشد:

الف) لحن، به معنای خواندن با صوت است و حالت دادن به صدا را لحن می گویند.

ب) لحن، به معنای خوش خوانی است که انسان از شنیدن آن، لذت ببرد. اصطلاح بلبل خوش الحان هم، در همین معنی است و گرنه خوش الحان معنی دیگری ندارد.

ج) به لهجه و زبان محلی نیز لحن گفته می شود که توصیه می گردد هر کس به لهجه منطقه خود مداحی کند. زیرا در تقلیدها، این معنی لحن قابل تقلید نیست و صحیح نمی باشد.

د) منظور رعایت لحن متناسب با معنا و مفهوم کلی شعر می باشد که بسیار حائز اهمیت است. یعنی اگر شعر مورد استفاده، مولودی است به صورت شاد و اگر مرثیه است به صورت محزون و یا اگر شعر حماسی است به صورت حماسی خوانده شود. یکی از مشکلاتی که برخی مداحان در خصوص لحن دارند و جزء معانی لحن هم می گنجد؛ این است که برای تمام اشعار با موضوعات مختلف همچون مرثیه، مدح، مولودیه و اشعار حماسی یا روانی، یک لحن خاص و ثابت را که فرا گرفته اند بکار می برند؛ در صورتی که این کار کاملاً اشتباه است. زیرا اشعار مولودی با شعرهای مرثیه، لحنشان باید متغیر باشد؛ همچنانکه شعرهای حکایتی یا حماسی، لحن خاص خود را دارند. متأسفانه این معنای لحن کمتر مورد توجه قرار می گیرد. برای آنکه شدت زشتی این اشتباه فاحش، بیشتر برایتان ملموس و ظاهر شود؛ این جمله را «در سالروز ولادت حضرت علی بن موسی الرضا، خیل عظیم شیفتگان آن حضرت، از سراسر ایران اسلامی، به پابوس آن امام همام شرف یاب شدند» را بدون آهنگ، اما به حالت(لحن) محزون بخوانید. و یا اینکه این جمله را «صبح امروز، زلزله شدیدی با قدرت هفت ریشتر، بخش هایی از شهرستان بم را فرا گرفت

و بخش زیادی از هم وطنان، جان خود را از دست دادند»، بدون آهنگ، اما به حالت (لحن) شاد یا حماسی قرائت کنید؛ آنگاه خواهید دید چقدر ناشایست خواهد بود و به چه میزان شما را منع خواهند کرد.

ه) لحن به معنای خواندن متناسب با معنی و حالات شعر است که در آموزش اصول و فنون مداحی، بیشتر این معنی مدنظر است. یعنی اگر جمله یا بیت شعری، پرسشی است پرسشی بخوانیم؛ اگر تعجبی است تعجبی خوانده شود. برای این که معنای لحن بهتر مشخص شود؛ به این جمله و مثال توجه کنید: «من دیروز شما را با علی، در خیابان بوعلی دیدم». فکر می کنید این جمله را چند نوع می توان با الحان مختلف گفت؛ بدون اینکه اعرابش را تغییر داد؟

۱. لحن خبری؛ به صورت کاملاً معمولی و بدون هیچ تأکیدی بر روی کلمات آن که جمله خبری خواهد شد.

۲. به صورت سوالی؛ حال اگر این لحن تأکید سوالی را بر روی هر کلمه اجرا کنید؛ معنا و مفهوم جدیدی خواهد یافت. مثلاً اگر لحن تأکید پرسشی، بر روی کلمه دیروز باشد؛ پرسش شما در مورد روز است. اگر بر روی کلمه شما باشد؛ پرسش در مورد خود فرد خواهد بود. اگر بر روی کلمه علی باشد؛ پرسش مربوط به علی است. و اگر بر روی کلمه خیابان بوعلی باشد؛ پرسش در مورد مکان خواهد شد.

۳. جمله نهی؛ می‌توان لحن مورد استفاده معنای نهی و منع داشته باشد که این لحن نهی تأکیدی، همچون لحن پرسشی بالا، اگر بر روی هر کدام از کلمات ذکر شده اجرا شود؛ می‌تواند نهی فرد از روز مورد نظر، فرد مخاطب ذکر شده و یا مکان خیابان بوعلی را در بر بگیرد.

۴. لحن تعجبی؛ و یا هر یک از جملاتی که در دستور زبان فارسی هست را می توان روی این جمله پیاده کرد؛ بدون این که کوچکترین تغییری در اعراب و کلمات ایجاد شود که در مداحی های ما، خیلی کم مورد توجه قرار می گیرد. اصلاً انتقال مفهوم و منظور شعر با رعایت این اصل مهم است. به قول آقای انسانی، شعر را حرام می‌کنیم و این غلط است.

با توجه به آنچه ذکر شد؛ دریافتیم که لحن معانی کامل و جامعی دارد و رعایت این نکات است که خواندن ها را زیبا کرده و روح، مفهوم، معنا و منظور شعر را به خوبی، به مستمع منتقل می کند و می تواند در مستمع تحول ایجاد کند. شاید یکی از دلایلی که عامل می شود؛ بعضی مجالس روح و شور و حال لازم را نداشته باشند؛ عدم توجه و رعایت این نکات باشد.

موسیقی؛ کلمه موسیقی مأخوذ و گرفته شده از کلمه موسیقار است. موسیقار، نام پرنده ای افسانه ای است که صوت زیبایی داشته و به هر کس که خیلی زیبا می خوانده می گفتند همانند موسیقار می خواند. در اصطلاح علمی هم، به فن و علمی گفته می شود که به ترکیب و تجزیه اصوات و الحان می‌پردازد؛ به گونه ای که باعث لذت خواننده و شنونده بشود. متأسفانه بعضاً وقت ها دیده شده که جبهه‌های گری‌های غیر معقولانه ای در مورد موسیقی گرفته می شود و افراط و تفریط در این زمینه زیاد است، شاید این جبهه گیری ها، به دلیل استفاده ناشایستی است که بعضی از علم موسیقی دارند؛ اما ما باید منطقی برخورد کنیم و این واقعیت را بپذیریم که هر خواندنی، در دستگاه های موسیقی قرار دارد؛ ولو این که خواننده هیچ آشنایی با دستگاه های موسیقی نداشته باشد و به صورت غلط و ناقص، گوشه ها و نغمات دستگاه موسیقی را اجرا کند.

نت: نت در واقع همان الفبای موسیقی است. به عبارت دیگر، نت علامتی است که به وسیله آن آواهای موسیقی نشان داده می شود و شامل هفت حرف « دو - ر - می - فا - س - لا - سی » می باشد.

پرده صوتی؛ به فاصله بین نت های موسیقی، پرده صوتی یا طبقه صوتی می گویند. فاصله بین هر دو نت، یک پرده یا نیم پرده صوتی است که چگونگی آن، به این شرح است:

۱. مابین « دو » و « ر » یک پرده صوتی ۲. ما بین « ر » و « می » یک پرده صوتی

۳. مابین « می » و « فا » یک پرده صوتی ۴. مابین « فا » و « س » یک پرده صوتی

۵. مابین « س » و « لا » یک پرده صوتی ۶. مابین « لا » و « سی » یک پرده صوتی

۷. مابین « سی » و « دو » یک پرده صوتی که به مجموع این فواصل و پرده ها، اکتاو گویند.

اکتاو: همان طور که ذکر شد؛ عبارت است از مجموعه نت‌ها و پرده‌های صوتی. در واقع، هر اکتاو، از شش نت و هفت پرده تشکیل شده است.

بالا ترین صداها و تقسیم‌بندی صداها؛ بالاترین صدایی که ما می‌توانیم بشنویم؛ هشت اکتاو است و بالاترین صوتی که توسط حنجره انسان تولید می شود؛ بین دو تا دو و نیم، یا به ندرت، سه اکتاو است. به عبارتی، حنجره انسان، بین یک تا هجده پرده صوتی می‌تواند صدا تولید کند که در اصطلاح عامیانه، به شش قسمت از یک دانگ تا شش دانگ تقسیم کرده اند. با این تفاسیر، هر دانگ، دارای سه پرده صوتی است و هر دو دانگ، تشکیل یک اکتاو را می‌دهند.

تذکر: تقسیم‌بندی ذکر شده از نظر علم موسیقی است؛ ولی ممکن است که بعضی تقسیم بندی از یک تا شش دانگ را بر اساس توانایی فرد در تولید صدا محاسبه کنند. یعنی اوج صدای خواندن هر مداح را شش دانگ صدای او محسوب کنند در صورتی که آن شش دانگ، در پرده صوتی هجده نباشد.

بم‌خوانی و زیر‌خوانی؛ جدای از اینکه صدای افراد، به دو دسته صدای بم و صدای زیر تقسیم می شود؛ یک قاعده کلی نیز وجود دارد و آن، این است که هر چه طبقه صوتی ما پایین تر باشد؛ صدا بم تر خواهد بود و اصطلاحاً به آن بم‌خوانی می‌گویند و هرگاه مداح با طبقات صوتی بالا مداحی کند؛ به همان نسبت پرده های صوتی ریزتری ایجاد می‌کند و در نتیجه صدایش نازک تر می‌شود که در اصطلاح به آن زیرخوانی می‌گویند.

تذکر: یادمان باشد به هنگام زیرخوانی، نباید صدای ما حالت جیغ به خود بگیرد. این نکته ای مهم است.

ارتفاع صوت: منظور همان قدرت و طنین صدا و صوت است که آن را با واحدی به نام بسامد اندازه‌گیری می‌کنند و نباید

آن را با ولوم صوت اشتباه گرفت. شدت یا ولوم صوت؛ منظور همان توان و حجم خروجی صدا است که حداکثر تا هجده پرده صوتی تولید می شود.

جلسه دوم:

شیوه‌ها و راه کارهای عملی و اجرایی آموزش مداحی

بعد از آشنایی مختصر با اصطلاحات، تعاریف و اصول و فنون کلی مداحی، به شیوه ها و راهکارهای عملی و اجرایی آموزش مداحی می پردازیم. اصولاً آموزش الحان و سبک‌ها؛ مداحی از دو راه زیر انجام می شود:

۱. آموزش و یادگیری گوشه‌ها و نغمات دستگاه‌ها؛ نغمات موسیقی (ردیف‌ها؛ آوازی): آموزش گوشه ها و نغمات دستگاه های موسیقی، چه در باب مداحی و چه در باب موسیقی سنتی، غالباً به یکی از دو روش زیر انجام می شود: الف) یادگیری نت‌خوانی و نت‌نویسی و به تبع آن، شناخت گوشه ها و نغمات مختلف آوازی، که این کار بیشتر توسط دانشگاه هنر صورت می پذیرد و مستلزم صرف وقت چند ساله است و بیشتر برای افرادی کاربرد دارد که می خواهند به عرصه ساخت موسیقی وارد شوند.

ب) آموزش گوشه ها و نغمات دستگاه های موسیقی به صورت سمائی، یعنی اینکه استاد مربوطه مثلاً درآمد دستگاه افشاری را در ابیاتی اجرا می کند و شما نیز بعد از چند بار گوش دادن، همراه او همخوانی می کنید و سپس چندین بار، به تنهایی تکرار و تمرین نموده تا آنکه به خوبی آن را فرا بگیرید. سپس استاد گوشه جامه دران را اجرا می نماید و مراحل بالا دوباره تکرار می شود و الی آخر. هم اکنون در انجمن های موسیقی سراسر کشور، آموزش دستگاه ها و نغمات موسیقی به این شیوه می باشد. در واقع می توان گفت: آموزش سمائی دستگاه ها و ردیف های آوازی، به صورت تقلیدی است و شاگردان گوشه‌ها؛ های مختلف را از استاد خود، با نام و مشخصات هر گوشه تقلید می کنند. ما این روش را به دلایل فنی و تخصصی، برای شروع آموزش مداحی صلاح ندانسته و توصیه نمی کنیم؛ هر چند بر مداحان لازم و واجب است بعد از کسب مهارت‌ها؛ های اولیه و کسب پیشرفت‌ها؛ های لازم، در مراحل بعدی، به یادگیری گوشه‌ها و نغمات دستگاه های موسیقی که در مداحی ها کاربرد دارند؛ بپردازند.

اگر بخواهیم بطور مختصر و مفید، دلایل این مخالفت را بیان کنیم؛ باید گفت: اولاً در بحث آموزش مداحی، مسائل زیر بنایی بسیاری هست که بسیار واجب تر است و اول باید آنها را بیاموزید. دوم اینکه یادگیری دستگاه های موسیقی، نیازمند آمادگی کامل حنجره و تارهای صوتی و پختگی صداست که غالباً افراد در ابتدای کار، فاقد این ویژگی ها و توانمندی ها هستند. سوم اینکه دستگاه های موسیقی، دارای گوشه ها و نغمات فراوانی است که خیلی از این گوشه ها، مناسب شأن مداحی و اهل بیت نیست. در مورد قرائت قرآن، حدیث هست که «إِقرء القرآن یصوت الحزن»؛ قرآن را با صوت محزون بخوانید». و یا «إِنَّ القرآنَ نزلَ بالحزن، فاقراءوه یالحزن، یعنی همانا قرآن با حزن نازل شده؛ پس شما نیز آن را با حزن بخوانید». همان طور که امیرالمؤمنین(علیه السلام) فرمودند: اهل بیت، قرآن ناطق هستند. پس نتیجه می گیریم این حدیث، در مورد اهل بیت و مداحی هم صدق می کند و ما مجاز به استفاده بعضی از گوشه‌ها نیستیم و افراد نوآموز توانایی تفکیک و تشخیص این نکات را در ابتدای امر آموزش ندارند. جدای از این امر، چرا ما دستگاه هایی را یاد بگیریم که کاربردی در مداحی ندارد؟! معقول تر، این است این وقت را صرف مسایل مهم تری بکنیم. ضمن اینکه همان گوشه‌ها؛ های مجاز در مداحی هم، سبک کلی آن با کمی تغییر در مداحی قابل استفاده است. لذا می‌توانیم اساتید بزرگ موسیقی همچون استاد شجریان و ... سبک خاص خود را دارند و قادر به مداحی نیستند. البته همان طور که گفته شد؛ بسیار خوب است که دوستان بعد از طی مراحل مقدماتی و کسب تبحر لازم در اصول و فنون مداحی و صوت و لحن، به فراگیری دستگاه های موسیقی هم بپردازند و لحن صحیح و کامل اجرای دستگاه های مختلف را فرا بگیرند؛ البته نه اینکه بروند اسامی را یاد بگیرند و در الفاظ گرفتار شوند؛ نه، اینها آفات مداحی محسوب می شوند. کاربردی یاد بگیرید نه تفخیری!

۲. تقلید الحان و سبک‌ها؛ های صحیح مداحی از اساتید فن و مداحان ذی‌صلاح: بهترین راه کار و اولین اقدام در شروع آموزش مداحی برای افراد نوآموز، با توجه به اینکه آشنائی لازم را با مبانی و اصول صوت و لحن و مداحی ندارند؛ تقلید کردن از اساتید فن و مداحان ذی‌صلاح باسابقه است که البته این امر، حتماً باید تحت نظر افراد با تجربه و متبحر انجام شود؛ با توجه به عدم آشنایی نوآموزان با ارکان و اصول فنی صوت و لحن و مداحی، ما این راه را بهترین شیوه ممکن برای پیشرفت صحیح و اصولی در مداحی می دانیم. در واقع، همان طور که در بالا هم ذکر شد؛ حتی شیوه مرسوم و رایج آموزش دستگاه‌ها؛ های موسیقی در کشور هم (آموزش سمائی موسیقی) از راه تقلید است. همچنان که آموزش قرائت قرآن مجید نیز که نسبت به آموزش مداحی- شاید بتوان گفت- تخصصی‌تر بوده و از ظرافت‌ها و قواعد و پیچیدگی های بیشتری برخوردار است؛ به همین شیوه انجام می‌شود. اگر مروری بر زندگانی قاریان مشهور و مطرح کشور و دنیا داشته باشیم متوجه می شویم که آنان نیز قرائت قرآن را با تقلید از اساتید بزرگ شروع کرده اند و پس از مدتی که مهارت های لازم را فرا گرفته‌اند خود صاحب سبک شده و دست از تقلید کشیده اند. البته شیوه آموزش تقلیدی، مختص مداحی یا قرائت قرآن نیست؛ بلکه در بسیاری از هنرهای دیگر همچون خیاطی، نقاشی، خطاطی و ... از همین شیوه بهره می برند. به عنوان مثال، در هنر خطاطی، استاد سرمشق می نویسد و شاگردان از روی آن سر مشق، تقلید می کنند. در خیاطی نیز مدل یا الگو می‌دهند. در نقاشی هم مدل ارایه می‌شود. نکته حائز اهمیت، این است که در هنرهای ذکر شده، اصولاً قواعد و الگوهای قابل اندازه‌گیری

وجود دارد. به عنوان مثال، در خطاطی گفته می شود حرف ب بزرگ، به اندازه پنج نقطه است. ابتدای آن باید به اندازه یک نقطه از خط، بالاتر باشد و با این وجود، استاد سرمشق می دهد و به نوعی، از روی سرمشق استاد تقلید می شود؛ اما در مداحی، هیچ قاعده تعریف شده قابل اندازه گیری و مکتوبی وجود ندارد؛ بلکه تمام ارکان آن، سماعی است. لذا لزوم تقلید در آموزش آن، ملموس تر می باشد.

شاید بتوان گفت که راه سومی هم وجود دارد که کاملاً اشتباه و غلط می باشد و آن، راه خودخوانی است. یعنی اینکه مداح بدون آشنایی با گوشه و نغمات موسیقی و بدون داشتن یک مرجع و الگوی صحیح از اساتید فن، شروع به خواندن و تمرین مداحی کند که کاملاً اشتباه است. زیرا اکثر این افراد، ضمن اینکه دچار کندی پیشرفت و درجا زدن خواهند شد؛ بعضاً آسیب های جبران ناپذیری به حنجره و تارهای صوتی خود وارد می کنند. متأسفانه بعضی افراد، بدون اینکه بدانند در دراز مدت، چه آسیب هایی متوجه آنان خواهد شد؛ به این شیوه نادرست روی آورده اند.

تذکر بسیار مهم: باید توجه داشت که بین تقلید اصولی و درست در مداحی، با کپی کاری، تفاوت های فاحشی وجود دارد اما متأسفانه کمتر مورد توجه قرار می گیرد و بسیاری از مداحان نوپا به جای تقلید درست و اصولی، به کپی کاری متوسل شده و به اشتباه فکر می کنند؛ این کار اشتباه آنان تقلید است. در واقع، وقتی مداح نوپا، از اول تا آخر مجلس دقیقاً عین مداحی که از او تقلید می کند بخواند؛ یعنی غزل ابتدایی، شعر مرثیه، روضه ارائه شده و حتی گریزها و سخنان جانبی و پراکنده هم از روی نوار تقلید شود؛ دیگر این کار، تقلید نام ندارد بلکه کپی کاری محسوب می شود که امری کاملاً نادرست و مضر است. زیرا به ندرت پیش می آید که فضا و شرایط حاکم بر هر دو مجلس (مجلسی که مقلد شونده در آن خوانده است با مجلسی که تقلید کننده می خواند) یکی باشد؛ ضمن اینکه در کپی کاری به دلیل شرایط خاصش، فرصت پیشرفت از مداحان نوپا گرفته می شود؛ قدرت ابتکار عمل را از او سلب می کند؛ او را از تفکر و اعمال سلیقه محروم می سازد؛ فرصت طلائی آشنایی با اشعار و مقاتل و روضه های صحیح از مداح گرفته می شود؛ عرصه آموزش و تکلم، جمله سازی، گریز و ... را از شما می ستاند و از مداحان نوپا افرادی ضعیف، تنبل و وابسته می سازد که همیشه محتاج آن هستند که همه چیز به صورت آماده در اختیارشان قرار داده شود و چیزی به معلومات علمی و صحیح آنان اضافه نشود. شاید این روش کاملاً غلط، عامل شده است که بعضی از صاحب نظران، امر تقلید را کلاً مذموم و مردود بدانند و اگر برای آنان تشریح شود که فرق بسیاری بین تقلید اصولی با رعایت نکاتی که گفته شد با کپی کاری وجود دارد؛ قطعاً آنان نیز مدافع شروع آموزش مداحی با روش تقلید اصولی و صحیح خواهند شد.

معایب و محاسن تقلید در آموزش مداحی: هر چند که ما بهترین راه برای شروع آموزش مداحی را تقلید اصولی و صحیح، از اساتید فن و مداحان ذی صلاح عنوان کردیم و توصیه اکید داریم نوآموزان آموزش مداحی، با این روش کار خود را شروع نمایند؛ اما این بدان معنا نیست که امر تقلید بی نقص است و معایبی ندارد. بلکه این کار نیز همچون هر روش دیگری، دارای معایب و محاسنی است که لازم است در همین ابتدا، با آنها آشنا شویم تا با برنامه ریزی، معایب آن را برطرف کرده و یا اینکه به حداقل ممکن برسانیم و محاسن آن را افزایش دهیم.

الف) مقلد (فرد تقلید کننده) هرچقدر هم که پیشرفت کند نمی تواند از مقلد (کسی که از او تقلید می شود) پیشی بگیرد و بالاتر رود و این اولین سد و بزرگترین مانع در پیشرفت مراحل تکمیلی محسوب می شود.

ب) اگر ایراد یا اشتباهی در خواندن مقلد باشد (چه از نظر شعر، مقتل، یا اصول و فنون مداحی) به طور طبیعی به مقلد هم منتقل می شود؛ که متأسفانه موارد متعددی هم مشاهده شده است. متأسفانه یکی از ریشه های انتشار بی رویه روضه های غلط و تحریفی، تقلید بدون تحقیق و یک جانبه از دیگران است. البته این موضوع، به آن معنا نیست که مقلد صلاحیت لازم برای مرجع قرار گرفتن را ندارد. زیرا ممکن است این اشتباه مقلد به دلایل مختلفی باشد؛ مثلاً برای لحظاتی، اتفاقاتی در جلسه ای که مقلد در آن می خواند اتفاق افتاده که موجب برهم خوردن تمرکز مداح شده و سهواً شعری را جایجا یا به اشتباه خوانده است؛ و یا دلایلی دیگری همچون فراموشی؛ عدم اطلاع از اصل شعر و

ج) در بسیاری از مواقع، دیده شده است که سطح مجلسی که مقلد (کسی که از او تقلید می شود) در آن خوانده است با مجلسی که تقلید کننده می خواند از نظر نوع، سن، سلیقه، سطح تحصیلات و ... مخاطبین، مکان و زمان برقراری جلسه و ... یکی نیست و مطالب ارائه شده در جلسه اول قابل ارائه در جلسه دوم نیست و نوآموزان بدون توجه به این امر مهم، اقدام به اجرای نوار تقلیدی خود در مجلسی کرده اند که هیچ تناسبی نداشته است. مثلاً مداح مقلد، غزلی وزین در سبک هندی با استعارات بالا، برای اساتید دانشگاه یا در جمع علما خوانده است؛ حال مداح نوآموز، اگر این لحن و شعر را در جمع جوانان و نوجوانان یا افرادی که از سطح تحصیلات بالایی برخوردار نیستند بخواند؛ طبیعتاً مضامین اشعار را آن گونه که باید درک نکرده و نفهمیده و نمی تواند با این شعر ارتباط برقرار کنند و طبیعتاً، آن شور و حال لازم هم ایجاد نخواهد شد.

د) موارد متعددی اتفاق افتاده است که فضا و حس و حال مجلسی که مقلد (کسی که از او تقلید می شود) در آن خوانده است با مجلسی که تقلید کننده می خواند با هم هیچ تناسبی ندارند و اجرای لحن آن نوار، در مجالس دیگر صحیح نیست. مثلاً در جلسه ای که مقلد (کسی که از او تقلید می شود) خوانده است شور و حال عجیبی حاکم بوده است و مستمعین با صدای بلند گریه کرده و ابراز احساسات داشته اند و طبیعتاً آن مداح نیز با طبقه صوتی بالا و متناسب با آن فضا مداحی نموده است؛ حال اگر مقلد (فرد تقلید کننده) آن لحن و حس و حال را در مجلسی که مستمعین آرام هستند و عکس العمل خاصی نشان نداده اند اجرا کند؛ اشتباه محض است و قطعاً مورد سرزنش و یا تعجب مخاطبین قرار خواهد گرفت.

ه) ممکن است مقلد(کسی که از او تقلید می‌گردد؛ شود) در هنگام مداحی خود، از فنون و استعاراتی استفاده کند که مقلد(فرد تقلید کننده) هیچ آشنایی با آن ندارد و باعث شود اشتباهات برداشتی داشته باشد و همین اشتباه را به مستمعین منتقل کند. مثلاً مقلد در لابلای ابیات شعری که می‌خواند یک تک بیت، برای تبیین شعر بیاورد و یا اینکه کلمه‌ای را به عنوان منادا، تلفظ کند؛ متأسفانه، بسیار دیده شده است مقلدین که آشنایی لازم و کافی را با صنعت شعر و اصول مداحی ندارند اینگونه موارد را جزء خود شعر حساب کرده‌اند و ...

راهکارهای رفع معایب تقلید: علیرغم تمام معایبی که برای تقلید ذکر شد و معایب احتمالی دیگری که ممکن است وجود داشته باشد و ما به آنها اشاره نکرده باشیم؛ باز هم بهترین راه برای شروع آموزش مداحی، تقلید از اساتید فن و مداحان ذی صلاح است. اما به شرط رعایت چند اصل مهم و اساسی تا بتوانیم معایب فوق‌الذکر را بر طرف نمائیم که اگر این اصول رعایت نشود؛ مداحان نوآموز راه به جایی نخواهند برد. ضمن اینکه ممکن است دچار انحراف شده و به خود هم ضربه بزنند. اما چند شرط اصلی و مهمی که باید حتماً در امر تقلید از بزرگان و اساتید رعایت شود.

شرایط اصلی تقلید از بزرگان و اساتید:

1. امر تقلید در آموزش مداحی، حتماً باید تحت نظر یکی از افراد با سابقه مثبت در امر مداحی صورت بگیرد تا ضمن راهنمایی‌های لازم در شیوه و روش‌های صحیح‌تر و سریع‌تر آموزش، اگر اشتباهی از نظر شعری یا مقتلی یا ... در خواندن مقلد بود(که متأسفانه مواردی هم مشاهده شده است) آن را تشخیص داده و به ما یادآور شود که آن اشتباه را ما تکرار نکنیم. البته لازم و واجب است هر مداح در کنار آموزش و تمرینات لحنی، آموزش آشنایی با قواعد شعری همچون ردیف قافیه، انواع قالب‌های شعری و اوزان اشعار را در برنامه خود داشته باشد. همچنین مقاتل را شخصاً از کتب معتبر مطالعه کند و یک دوره تفسیر زیارت جامعه کبیره را هم که بهترین مرجع امام‌شناسی است؛ بگذراند تا به مرور آشنایی و تسلط کامل بر این علوم پیدا کند و اشتباهات احتمالی مداحان برتر را خود تشخیص داده و از تکرار آن خودداری کند.

2. تقلید در مداحی‌ها، حتماً باید به صورت موقتی باشد و مداحان باید بعد از یک یا حداکثر سه سال، تجربیات خود را به اندازه کافی افزایش داده و صاحب سبک مخصوص بشوند و دست از تقلید بردارند. ضمن اینکه این امر موقتی نیز، دارای اصول و مراحل است که باید رعایت شود. یعنی اینکه شیوه تقلید در ماه اول با ماه‌های شش و هفت، تقلید کردن در ماه شش و هفت، با ماه دوازدهم تقلید متفاوت است. به همین دلیل توصیه و تاکید داریم که امر تقلید نیز، تحت نظر یک استاد باتجربه باید انجام بشود.

3. نکته بسیار مهم و حائز اهمیتی که بعضاً مورد توجه قرار نمی‌گیرد و عدم رعایت آن مضرات فراوانی را در پی دارد؛ نوع تقلید است. هیچ گاه فراموش نکنیم تنها چیزی که ما اجازه داریم تقلید کنیم؛ الحان صحیح مداحی‌هاست. در واقع همان گوشه‌ها و نغمات آوازی مجاز در امر مداحی است که در اینجا بدون نام بردن از اسم دستگاه و گوشه مربوط انجام می‌شود. پس به هیچ عنوان و تحت هیچ شرایطی از شعر، روضه و مقتل و حتی گریزها و ... نمی‌توان تقلید نمود. اگر چنین اشتباه بزرگی صورت بگیرد؛ دیگر اسم این کار ما تقلید نیست؛ بلکه کپی‌کاری است که امری کاملاً اشتباه و مردود می‌باشد. مثلاً در تقلید از روضه‌ها، بعضاً شاهد تقلید نابجا از روضه‌های تحریفی و غلط هستیم که این موضوع، علاوه بر گسترش روضه تحریفی و انتساب سخن ناروا به حضرات معصومین(علیهم السلام)،(که این امر، جزء گناهان کبیره است) باعث می‌شود معلومات پایه‌ای شما نیز بر اساس جعلیات بنا شود.

نکته مهم بعدی که باید به شدت از آن پرهیز نمود؛ تقلید از صدای مقلد است. بعضی از مداحان ناخواسته سعی می‌کنند صدای خودشان را شبیه صدای مداحی کنند که از او تقلید می‌کنند که این امر کاملاً اشتباه است و در بلند مدت، صدمات جبران‌ناپذیری را به حنجره و تارهای صوتی ایجاد می‌کند. فراموش نکنید که شما فقط مجاز هستید؛ لحن مورد استفاده را تقلید کنید و باید به شدت از شبیه‌سازی صدای خود و زیر و بم کردن صدایتان به صورت مصنوعی پرهیز نمایید.

4. همیشه به یاد داشته باشید هر نوار و هر سی دی که به دست شما رسید؛ قابل تقلید نیست. سعی کنید خواندن‌هایی از مقلدان را برای تقلید انتخاب کنید که از حالت متوسطی برخوردار باشد تا با مشکل عدم همخوانی فضای عمومی و حس و حال جلسات مواجه نشوید.

5. لحن مورد تقلید را پس از یادگیری کامل و تسلط بر آن، به جهت تثبیت لحنی و تکمیل سیر مراحل تقلید، حتماً بر روی یک یا چند شعر دیگر اجرا کنید و این اشعار جدید را در مجالس مختلف اجرا کنید. با این کار، ضمن تسلط کامل بر الحان فراگرفته، مشکل عدم همخوانی سطح مخاطبین نیز برطرف خواهد شد(در این خصوص، در بخش مراحل تقلید توضیحات کاملی ارائه خواهد شد).

سوال: به چه دلیل فقط می‌توانیم از الحان صحیح و اصولی تقلید کنیم و اجازه نداریم از چیز دیگری تقلید کنیم؟ ممکن است کسی سوال کند چرا این موارد را تقلید نکنیم؟ موارد متعددی دیده شده که متأسفانه حتی مداحان کشوری، مقاتلی خوانده‌اند که سند معتبری نداشته است؛ شما مقاتل و روضه‌ها را باید شخصاً از روی کتب معتبر بخوانید. کتبی همچون لهوف سیدبن‌طاووس، ارشاد شیخ مفید، اعلام‌الوری طبرسی، کشف‌الغمه محدث اربلی، جلاءالعیون و بحارالانوار علامه مجلسی، نفس‌المهموم و منتهی‌الامال شیخ عباس قمی و کتب معتبری که در این باب وجود دارند؛ تا اگر کسی از شما در مورد مطالبی که خوانده‌اید سوال کرد؛ بتوانید جواب مستند و محکم ارائه دهید.

مضرات تقلید صوت: صوت نیز قابل تقلید نیست و از نظر فنی مردود بوده و مضرات فراوانی دارد که به چند مورد اشاره می‌شود:

1. در تقلید صوت، به دلیل فشار مضاعف و نادرستی که مقلد به حنجره وارد می‌کند؛ تارهای صوتی دارای خش شده و پس از

مدتی، صدای مداح اصطلاحاً دو رگه می شود.

۲. همان گونه که گفته شد در تقلید صوت، فشار مضاعفی به حنجره وارد می‌شود که این فشار مضاعف و غیر اصولی، غالباً موجب بروز بیماری های حنجره همچون پولیپ حنجره، ندول صوتی و ... می گردد.

۳. در هنگام تقلید صوت، به دلیل فشاری که به حنجره وارد می شود؛ مداح خیلی زود خسته شده و در ناحیه گلو و فک احساس درد یا کوفتگی می کند.

۴. اینگونه افراد، غالباً در مداحی هایشان با کمبود نفس مواجه می شوند.

۵. در اکثر مواقع، خواندن این افراد تصنعی بوده و روحی ندارد و به تبع آن، مجلس هم حس و حالی ندارد.

سوال: چه افرادی، از چه کسانی می‌توانند تقلید کنند؟

دو سوال مهم و اساسی وجود دارد که قبل از هر اقدامی، باید پاسخ آنها مشخص شود تا بر اساس جواب سوالات فوق‌الذکر ضمن برطرف کردن معایب تقلید، اقدامات بعدی مشخص و تعیین گردد و بر آن اساس اقدام نمائیم. اول اینکه، چه کسی باید تقلید کند؟ دوم اینکه از چه افرادی می‌توانیم تقلید کنیم؟

اما جواب اینکه چه کسانی باید تقلید کنند؟ افرادی که تازه وارد عرصه مقدس مداحی شده‌اند؛ با توجه به اینکه هیچگونه شناختی از الحان و اصول و فنون صوت و لحن و مداحی ندارند؛ باید تقلید کنند. در واقع می‌توان اینگونه گفت: تقلید برای افراد مبتدی، امری واجب و برای افراد متوسط مباح است. و برای کسانی که حرفه‌ای هستند؛ پسندیده نیست، البته تقلید برای هر یک از این افراد، باید متفاوت باشد. فردی که تازه تقلید را شروع کرده و فردی که چندین ماه است به تقلید پرداخته و فردی که بیش از یکسال است سابقه تقلید دارد؛ هر یک باید به شیوه‌ای مختلف تقلید نمایند و به یک شیوه یکسان نمی‌توانند تقلید کنند. به همین دلیل گفتم امر تقلید را تحت نظر یک فرد خبره و صاحب فن انجام دهید. و نکته بعدی آنکه همان گونه که قبلاً هم متذکر شدیم؛ مراقب باشید تقلیدتان به کپی‌کاری یا تقلید صدا، حتی نزدیک هم نشود.

اما جواب سوال دوم، از چه کسانی می‌توانیم تقلید کنیم؟ پاسخ این است که از هر کسی نمی‌توان تقلید نمود. زیرا بسیار دیده شده است تقلید نابجا از افرادی که فاقد صلاحیت می‌باشند؛ نه تنها موجب پیشرفت اصولی و درست در امر آموزش مداحی نشده؛ بلکه افراد را به انحراف و اشتباه هم انداخته است. لذا باید از کسی تقلید نمود که:

اولاً: حداقل آشنایی نسبی به نغمات و دستگاه‌های موسیقی را داشته باشد و خود او در اشتباه نباشد.

ثانیاً: آشنایی لازم و کافی به شعر و ادبیات داشته باشد که اشعار را غلط نخواند که متأسفانه بعضاً این مورد دیده شده است.

ثالثاً: از مقبولیت لازم برخوردار باشد و جزئی افرادی نباشد که علما و مراجع، به دلیل اشتباهات فاحش و مکررشان آنها را طرد کرده‌اند.

رابعاً: از نظر ویژگی‌های صوتی تشابه‌هایی بین دو نفر (مقلد و مقلد) وجود داشته باشد یا حداقل اینکه در تضاد هم نباشند. مثلاً اگر مقلد دارای صدای زیر و نازک است از کسی که صدای بم و کلفت دارد؛ تقلید نکند.

روش اصولی و سیر مراحل تقلید: قبل از این که سیر مراحل تقلید را تعیین و تشریح کنیم؛ ذکر این نکته ضروری است که توجه داشته باشید هر مرحله از مراحل مختلف تقلید، به اندازه خود مهم است و هر عزیزی که هر یک از این مراحل را انجام ندهد؛ به همان اندازه، در میزان یادگیری تأخیر و خلل ایجاد خواهد کرد. لذا تأکید داریم مراحل ذکر شده برای تقلید را دقیقاً رعایت بفرمائید.

۱. انتخاب مقلد (کسی که می‌خواهیم از او تقلید کنیم): لازم است در انتخاب مقلد از همین ابتدا، با تأمل، تحقیق و مشورت با افراد ذی صلاح اقدام کنید تا تصمیم درست و قطعی بگیرید. چرا که پس از انتخاب مقلد، دیگر به صلاح نیست او را تغییر داده و پس از مدتی به سراغ فرد دیگری بروید. زیرا این کار، یکی از آفت‌های امر تقلید محسوب می‌شود و علاوه بر اینکه عامل کندی در پیشرفت و باعث دوگانگی خواهد شد؛ مضراتی نیز برای تارهای صوتی و دستگاه تکلم شما خواهد داشت که از آن جمله می‌توان دو رگه شدن صداها، یا سوختن صدا اشاره کرد. پس توصیه اکید داریم در انتخاب مقلد، دقت لازم را داشته باشیم و بر اساس معیارهایی که قبلاً گفته شد پس از مشورت با افراد متبحر، یکی از مداحان ذی‌صلاح را جهت تقلید الحان صحیح مداحی از او انتخاب کنید. همان گونه که گفته شد؛ اولین و شاید مهم‌ترین معیار انتخاب مقلد، میزان علاقه‌مندی به اوست. شاید در گذشته در بحث آموزش، به میزان اهمیت این فاکتور مهم پی نبرده بودند و به همین دلیل کمتر مورد توجه قرار می‌گرفت؛ اما امروزه در روانشناسی آموزشی در دانشگاه‌ها و در آموزش و پرورش، به این امر توجه ویژه دارند و از نظر علمی ثابت شده‌است؛ میزان علاقه‌مندی، در میزان پیشرفت بسیار تأثیرگذار است. چه بسا اگر شما از کسی تقلید کنید که علاقه‌مندی لازم را نداشته باشید؛ قطعاً میزان پیشرفت شما یک دهم کسی خواهد بود که علاقه‌مند است. دومین ویژگی، تشابه صدای مقلد با مقلد است، البته این بدان معنا نیست که می‌توان از صدای مقلد تقلید کرد؛ بلکه همان طور که گفته شد ما به هیچ عنوان اجازه نداریم از صدای کسی تقلید کنیم؛ بلکه صرفاً می‌توانیم از الحان صحیح مداحی تقلید کنیم. اما تشابه صدا را بدین خاطر مطرح می‌کنیم که اگر صدای مقلد با مقلد، متفاوت باشد ممکن است مقلد ناخودآگاه سعی کند صدای خود را شبیه صدای مقلد کند و این کار در واقع همان تقلید صداست که کاملاً مردود و غلط است. سومین ویژگی را مقبولیت داشتن در بین علما، اهل فن و مردم است و چهارمین ویژگی، داشتن تبحر لازم و کافی در زمینه‌های شعر، مخاطب‌شناسی، مجلس‌داری و ... می‌باشد تا خود او اشتباه نداشته باشد که مقلد را هم به گمراهی بکشاند. به همین دلیل، همواره از عبارت مداحان ذی‌صلاح (دارای صلاحیت)‌های مختلف مورد نیاز) نام برده و یاد می‌کنیم. پنجمین ویژگی، در دست بودن منابع می‌باشد؛ یعنی کسی را انتخاب کنیم که به اندازه کافی، نوار قابل تقلید از او در دسترس باشد و در میانه راه با مشکل نبود مرجع مطمئن مواجه نشویم. لازم به ذکر است که باید توجه داشته باشید تمام

نوارها یا سی دی&lrmd؛ها و مداحی&lrmd؛ها مقلد شما، قابل تقلید نیست.

2. انتخاب نوار یا سی دی مورد نظر برای تقلید: بعد از انتخاب مقلد، گام بعدی انتخاب یکی از مداحی&lrmd؛های مقلد، برای تقلید کردن است. انتخاب اولین الگوی تقلیدی از مقلد، از حساسیت بالایی برخوردار است؛ اما در نوارها یا سی دی&lrmd؛های بعدی حساسیت کمتر خواهد شد. اگر ندانیم چه سی دی یا نوازی را برای تقلید کردن انتخاب کنیم ممکن است با شکست یا کندی در پیشرفت مواجه شویم. با توجه به آنچه گفته شد؛ اولین نوار و خواندنی که برای تقلید کردن انتخاب می&lrmd؛کنیم؛ باید چند ویژگی داشته باشد تا بتوانیم نتیجهٔ بهتری بگیریم:

الف) سعی کنید نوازی را انتخاب کنید که مقلد در آنها، شعرهایی را خوانده که طول مصرع&lrmd؛های بلندی ندارد؛ بلکه کوتاه است. اشعاری که در اوزان «فعولن فعولن فعول»، «مفاعیلن، مفاعیلن، مفاعیلن»، «فاعلاتن فاعلاتن فاعلن»، «مفتعلن مفتعلن فاعلن»، «فاعلاتن مفاعلن فاعلن»، مثل این شعر:

دلم در هوای شما بود کاش سرم خاک پای شما بود کاش
نه تنها فقط خاک پای شما که گرد عباي شما بود کاش

سعی کنید خواندن&lrmd؛هایی که در آن اشعاری با طول مصراع&lrmd؛های بلند همچون شعر زیر است را برای اولین کار تقلیدتان انتخاب نکنید.

سجده&lrmd؛های فاطمه، شب زنده&lrmd؛دارم می&lrmd؛کند مهر او، زیباتر از فصل بهارم می&lrmd؛کند
هرچه دارم؛ از دعای مادرم دارم که او با دعایش، لطف زهرا را نثارم می&lrmd؛کند

زیرا غالباً شما در ابتدای کار، استرس زیادی خواهید داشت و از تأثیرات استرس زیاد، کم آوردن نفس است. دلیل پزشکی آن هم، این است که وقتی شما دارای استرس هستید؛ به طور طبیعی، از تپش قلب بالایی نیز برخوردارید و نبضتان هم سریع&lrmd؛تر و بیشتر از مواقع دیگر می&lrmd؛زند که این موضوع موجب گردش خون سریع&lrmd؛تر می&lrmd؛گردد و در نتیجه شش&lrmd؛ها باید اکسیژن بیشتری به خون منتقل و دی اکسید کربن بیشتری هم دریافت کنند که نهایتاً منجر به کم آوردن نفس می&lrmd؛گردد. پس سعی کنید خواندن&lrmd؛هایی را برای اولین تقلیدتان انتخاب کنید که در آنها اشعاری با طول مصراع کوتاه خوانده شده باشد تا بتوانید راحت تر به امر تقلید بپردازید.

ب) مداحی نوار انتخاب شده در پرده و طبقهٔ صوتی بالا اجرا نشده باشد که افراد مبتدی از تقلید آن عاجز باشند؛ بلکه لازم است در پرده&lrmd؛های صوتی پائین(پرده صوتی ۲ الی ۹) خوانده شده باشد. غالباً غزلیاتی که در ابتدای مجالس خوانده می شود یا اشعاری که در اواخر جلسه(بعد از سینه زنی، شور و ...)، در این پرده های صوتی است. لذا توصیه می&lrmd؛شود برای شروع کار تقلید، شش یا هفت بیت اول این غزلیات را تقلید کنید مابقی را بگذارید برای مراحل بعد. ضمناً گاهی مواقع مداحان در خواندن&lrmd؛های خویش، اشعار زمزمه&lrmd؛ای را نیز می&lrmd؛خوانند که غالباً به صورت نرم و در پرده&lrmd؛های صوتی پائین اجرا می شود که بعضی از این اشعار زمزمه&lrmd؛ای، به دلیل اینکه علاوه بر نرم خوانی از آهنگ دارای ریتم منظم و ملایمی برخوردار هستند مناسب برای شروع(جلسه اول) امر تقلید می&lrmd؛باشند. اما توصیه می&lrmd؛شود تقلید سینه&lrmd؛زنی را مبنای کار و تمرین خود قرار ندهید زیرا هر چند سینه&lrmd؛زنی، علی&lrmd؛الظاهر سبکی سبک و راحت است - آن هم به دلیل ریتمی بودن آن است که تقلید را ساده می&lrmd؛کند- اما آموزهٔ لحنی ندارد و پیشرفتی برای شما محسوب نمی&lrmd؛شود. برای اثبات ساده بودن تقلید سینه&lrmd؛زنی دقت کنید. به طور مثال کودکان خردسال که می&lrmd؛خواهند تقلید کنند از سینه&lrmd؛زنی و شورخوانی شروع می&lrmd؛کنند؛ اما از نظر صوت و لحن، دارای ارزش آنچنانی نیست. یعنی چیزی به آموخته&lrmd؛های لحنی شما اضافه نمی&lrmd؛کند. هر چند شما باید سبک&lrmd؛های سینه&lrmd؛زنی را یاد بگیرید؛ اما اولاً اینکه در شروع کار، وقت این امر نیست. ثانیاً در سینه&lrmd؛زنی، مسایل مهم&lrmd؛تری وجود دارد که در جلسات بعدی به آن اشاره خواهیم کرد.

چند تذکر مهم:

۱. کسانی که به امر تقلید روی آورده&lrmd؛اند؛ علی&lrmd؛الخصوص افرادی که مبتدی هستند؛ لازم است از تمرین و حتی گوش دادن به نوارهای دیگر مداحان پرهیز کنند.

۲. تا نوازی را به طور کامل یاد نگرفته اند؛ به هیچ عنوان سراغ نوارهای دیگر نروند.

۳. تا بیت اول شعر را بخوبی فرا نگرفته اند؛ به تمرین ابیات دیگر روی نیاورند.

۴. در ابتدای کار، باید حداقل روزی یک ربع تمرین لحن(تقلید) داشته باشند و اگر صوت افراد آماده نیست؛ علاوه بر تمرین لحنی، حداقل باید روزی نیم ساعت هم تمرینات صوتی داشته باشد. فراموش نکنید که اگر بهترین اساتید و بهترین استعداد را داشته باشید؛ اگر تمرین صحیح و منظم نداشته باشید به جایی نمی&lrmd؛رسید. دو شاه کلید موفقیت شما، در این یک جمله «تمرین صحیح و منظم» نهفته است.

5. اگر افرادی تقلید کامل و جزء به جزء در اولین نوار تقلیدی برایشان مشکل بود؛ می&lrmd؛توانند استثناءً در اولین تقلید نکات کلی، همچون فرم کلی خواندن مانند سرعت خواندن، تند خواندن، نوع کلی تحریرها، تکیه کلام&lrmd؛های صوتی و لحنی و لفظی را یاد بگیرند و ریزه&lrmd؛کاری&lrmd؛ها را از نوار دوم به بعد فرا گرفته و تقلید کنند.

3. بعد از انتخاب نوار نوبت می&lrmd؛رسد به سیر مراحل تقلید که ما آن را به سه مرحله زیر تقسیم کرده ایم:

الف) گوش دادن دقیق به نوار: در ابتدا لازم است چندین بار نوازی را که قرار است تقلید کنید؛ به دقت تمام گوش بدهید. تعداد دفعات آن، بستگی به میزان هوش و استعداد افراد دارد؛ یعنی فردی ممکن است نیاز به پنج بار و فرد دیگر نیاز به ده بار و فرد

سوم نیاز به بیست بار گوش دادن داشته باشد. اما نکته مهم این است که باید نوار را گوش بدهید نه اینکه بشنوید. فراموش نکنید بین شنیدن و گوش دادن بسیار فرق است. به عنوان مثال، ممکن است شما در حین گوش دادن به نوار، صداها را دیگری را که در اطراف شماست هستند مثل حرف زدن اطرافیان یا ... را بشنوید و اگر در مورد آنها از شما سوال کنند؛ تقریباً می توانید بگوئید چه می شنید؟ گفتند که این شیوه، گوش دادن کارآمد نیست؛ اما گاهی مواقع شما در حین گوش دادن؛ کردن به نوار، آنقدر تمرکز و دقت دارید که دیگر صداها را اطراف را نمی شنوید که این نوع گوش دادن مد نظر ما می باشد. بعضی از دوستان، در ابتدای کار به شیوه اول به نوارها گوش می دهند که متمرکز نمی شوند و تمرین نخواهد بود.

ب) پس از اجرای مرحله اول، این بار شعری که خوانده شده را بنویسید و سعی کنید آن را حفظ کنید. حضرت علی (علیه السلام) فرمودند: «علم را در بند کنید تا همواره در دسترس شما باشد. عرض کردند چگونه علم را در بند کنیم؟ فرمودند: با نوشتن آن». نوشتن اشعار، تأثیر به سزائی در حفظ آن دارد.

ج) بار دیگر نوار را به خوبی گوش دهید؛ اما این بار، در حین گوش دادن بر روی شعری که نوشته می باشد؛ علامت گذاری (تث گذاری) کنید. لازم است یک سری علامات قراردادی برای خودتان وضع کرده و بر آن اساس، با توجه به لحن نوار بر روی شعر علامت گذاری کنید. مثلاً برای هر یک از انواع مختلف تحریر، علامتی وضع کنید و ضمن نگارش آن علامت، بر روی کلماتی که تحریر مورد نظر بر روی آن اجرا شده است یک عدد نیز بنویسید که نشانگر مدت زمان (ثانیه) اجرای آن تحریر است. یا برای کشش ساده کلمات، علامت مد را قرار دهید. یا اینکه اگر در وسط مصراع بر روی کلمه ای؛ پرده صوتی تغییر کرده و بالاتر رفته، با علامت فلش رو به بالا و یک عدد که نشانگر میزان افزایش پرده صوتی است؛ آن را مشخص نمایید. همچنین در ابتدای هر مصرع، با نگارش یک عدد از 2 تا 18 تعیین کنید آن مصرع در چه پرده صوتی؛ خوانده شده است و ...

د) در مرحله چهارم، بار دیگر نوار مورد تقلیدتان را به خوبی گوش دهید؛ لیکن در این مرحله، لازم است علائم قراردادی وضع شده توسط خود را بیشتر با نوار مقایسه کنید تا اختلافی بین آن دو نباشد و با تکرار این عمل، سعی کنید این علائم قراردادی بر روی هر کلمه را نیز حفظ کنید (دقت داشته باشید که در چهار مرحله اول، به شدت باید از زمزمه؛ خوانی، خواندن و همراهی کردن با نوار خودداری کنید و فقط به آنچه که در بالا اشاره کردیم؛ عمل نمایید).

ه) در مرحله پنجم، با دقت کامل همراه نوار زمزمه خوانی داشته باشید. لازم است این زمزمه؛ خوانی، همزمان و همراه باشد. با نگاه دقیق شما به شعر نوشته شده و علائم تعیین شده بر روی کلمات آن، این کار نیز باید چندین بار تکرار شود که تعیین دفعات آن، بستگی به میزان استعداد افراد دارد. اما آنچه برای تمام افراد برابر می باشد؛ این است که در هر بار و به تدریج، صدای شما بالاتر رفته و صدای نوار کمتر می شود.

دو نکته مهم و حیاتی:

نکته اول اینکه اجرای این مرحله، باید کاملاً با دقت و دقیقاً همراه نوار و مطابق آن باشد تا مؤثر واقع شود. بعضی اوقات دیده می شود بعضی از نوآموزان عزیز، بدون توجه به نوار، زمزمه؛ خوانی می کنند؛ به عبارتی، نوار برای خودش و فرد نوآموز نیز برای خودش می خواند؛ خواند که این امر کاملاً اشتباه است. زمزمه؛ خوانی شما، نه باید جلوتر از خواندن مقلد باشد نه عقب؛ تر از آن. میزان مکث؛ ها، طول مصراع؛ ها و ... نیز باید دقیقاً عین نوار باشد. نکته مهم بعدی، این است که بر اساس اصول روانشناسی آموزشی، همیشه یاد گرفتن اولیه، ساده؛ تر از پاک کردن آموخته؛ های غلط و جایگزین کردن لحن صحیح است و اگر شما در این مرحله، توجه و دقت لازم را نداشته باشید؛ ممکن است ناخودآگاه لحن غلطی که شما به اشتباه فکر می کنید همان لحن مقلدتان است؛ در ذهن شما ثبت شود. پس واجب است که خوب گوش کرده و با دقت تمام و همراه نوار زمزمه؛ خوانی کنید تا لحن غلط در ذهن شما نقش نبندد که زحمتتان چند برابر شود و مجبور شوید ابتدا آن لحن غلط را پاک کنید و برای بار دوم لحن صحیح را فرا بگیرید.

و) مرحله ششم، تقلید نفس به نفس است. یعنی اینکه ابتدا بیت اول نوار را گوش می کنید و بعد نوار را خاموش کرده و خودتان سعی می کنید دقیقاً شبیه مقلد (کسی که از او تقلید می کنید) آن بیت را بخوانید. توصیه اکید داریم تا بیتی را به خوبی فرا نگرفته و آن را دقیقاً عین مقلدتان اجرا نکرديد؛ به سراغ بیت بعدی نروید. زیرا کاملاً اشتباه است و در روند یادگیری و پیشرفت شما اثر عکس دارد.

ز) پس از تقلید نفس به نفس و تمرین لازم و به اندازه کافی، در مرحله هفتم، کل شعر خوانده شده را به تنهایی بخوانید و خواندن خود را ضبط نموده و با خواندن مقلدتان مقایسه کنید تا بفهمید در کدام یک از ابیات، نتوانسته؛ اید دقیقاً شبیه مقلدتان (کسی که از او تقلید می کنید) مداحی کنید. دقت داشته باشید که شما به هیچ عنوان، هنگام خواندن خود نمی؛ توانید تشخیص دهید که دقیقاً عین نوار می؛ خوانید یا خیر. در واقع ضبط خواندن خود و مقایسه آن با خواندن مقلد، مهم؛ ترین و اثرگذارترین مرحله در مراحل تقلید است. انجام ندادن ضبط خواندن خود، شبیه آن است که فردی در کل طول یک ترم به دانشگاه برود؛ اما در پایان ترم آزمونی ندهد تا مشخص گردد آیا اجازه رفتن به ترم؛ های بعدی را دارد یا خیر. و اگر کسی صدای ضبط شده خود را با خواندن مقلد مقایسه نکرده و درصد رفع ایرادات احتمالی برنماید؛ شبیه آن است که پس از شرکت در آزمون، برگه دانشجو تصحیح نگردد تا مشخص شود به چه میزان اشتباه داشته است. در مقایسه فایل ضبط شده خواندن خود، با نوار مقلد، باید نکاتی همچون برابری و تشابه الحان بکار رفته، سرعت خواندن، برابری مدت زمان اجرای هر مصرع و کل ابیات به طور جداگانه، برابری طبقات صوتی ابیات مختلف با نوار مرجع و ... مد نظر قرار بگیرد.

توصیه می؛ شود چنانچه امکان ضبط خواندن خود را ندارید و یا آنکه به تنهایی قادر نیستید ایرادات احتمالی و تفاوت؛ های

خواندن خود با مقلدات را تشخیص دهید؛ این کار را با مشارکت دوستان مداح خود انجام دهید تا آنها ایرادات احتمالی شما را تشخیص داده و به شما متذکر شوند تا در روند تقلید بهتر نتیجه بگیرید. در واقع تمرین گروهی چند نفر که از یک فرد تقلید می‌کنند؛ روش بسیار مؤثری در سرعت بخشیدن به پیشرفت است.

ح) بعد از یادگیری کامل لحن مورد نظر و بر طرف کردن ایرادات احتمالی، حال در این مرحله برای آنکه تسلط خود را بر لحن فرا گرفته بیشتر و کامل کنید؛ لازم است آن لحن را در طبقات و پرده‌های مختلف صوتی بخوانید. مثلاً اگر مقلد شما (کسی که از او تقلید می‌کنید) این لحن را در پرده صوتی ۸ تا ۱۰ خوانده است؛ شما بعد از اجرا در این پرده‌های صوتی، چند بار دیگر در پرده‌های صوتی پائین‌تر (پرده صوتی ۵ تا ۸) و بالاتر (پرده صوتی ۱۱ تا ۱۴ و ۱۵ تا ۱۸)، اجرا کنید. اگر بتوانید این مرحله را به خوبی انجام دهید؛ نشانگر تسلط کامل شما بر لحن آموخته شده است. یکی دیگر از نشانه‌های تسلط کامل، اجرای فی‌البداهه از ابیات وسطی شعر آن لحن است؛ یعنی اینکه لازم نباشد؛ شما هم حتماً مانند نوار از اول شروع کرده تا بتوانید لحن مثلاً بیت پنجم را خوب اجرا کنید.

ط) آخرین مرحله از مراحل نه‌گانه تقلید، اجرای لحن فرا گرفته بر روی یک یا چند شعر دیگر است. این کار علاوه بر اینکه تسلط شما را بر لحن مورد نظر کامل می‌کند؛ باعث می‌شود که از تقلید صرف دوری کنید. در واقع این مرحله، از نظر فنی مرحله تثبیت لحنی گفته می‌شود. توصیه اکید ما، این است که ضمن اجرای این مرحله در مداحی‌های خود بین هیأت‌ها، حتماً این مرحله را اجرا کنید. زیرا اگر شما هم همان شعری را که مقلداتان (کسی که از او تقلید می‌کنید) خوانده بخوانید قطعاً تعدادی از مستمعین متوجه خواهند شد که شما از چه کسی و چه چیزی را دارید تقلید می‌کنید و این موضوع می‌تواند جذابیت خواندن شما و جذب مستمع را که از اصول اصلی مخاطب شناسی است؛ تحت تأثیر قرار بدهد.

جایگاه و اهمیت مرحله نهم؛ علاوه بر مطالب ذکر شده که مهم‌ترین وجه تمایز تقلید و کپی‌کاری را اجرای مرحله نهم تعیین می‌کند؛ این مرحله که از آن به عنوان تثبیت لحنی یاد کردیم؛ مهم‌ترین نقش پایدار کردن آموخته‌های شما را دارد. به عنوان مثال، شاید برای شما اتفاق افتاده باشد که مطلبی را در شب امتحان می‌خوانید و فردای آن روز امتحان می‌دهید و نمره قبولی هم می‌گیرید؛ اما بعد از مدتی، مطالب مورد مطالعه خودتان را فراموش می‌کنید! علت هم، این است شما شب امتحان مطالب را به حافظه موقت سپرده‌اید و به علت عدم تکرار، به مرور از حافظه موقتتان هم پاک شده است. لذا برای ثبت آموخته‌ها در حافظه بلندمدت، باید تمرینات مستمر و گوناگون مرتبط داشته باشید (از نظر پزشکی مغز و حافظه انسان، شامل دو بخش حافظه موقت و حافظه دائم است).

برای اثبات موضوع، مثال ساده‌تری می‌زنیم. شاید بتوان گفت؛ ساده‌ترین آموزه‌های هر فرد، آموزه‌های تصویری اوست. مثلاً اگر شما با فردی برای اولین بار مواجه و آشنا شوید؛ بعد از چند دقیقه مکالمه و ... ، چهره او به حافظه موقت شما سپرده می‌شود و اگر این فرد چند ساعت بعد و حتی فردا یا در چند روز آینده به شما مراجعه کند؛ به خاطر خواهید آورد که او کیست و کجا همدیگر را دیده‌اید. حال اگر این فرد، بعد از چند ماه با شما ملاقات کند؛ دیگر قادر نخواهید بود او را سریع به خاطر بیاورید و چه بسا لازم باشد از او سوال کنید که کجا با هم ملاقات داشته‌اید! حال اگر با این فرد چند وقت آشنا بوده و ملاقات داشته باشید؛ چهره او به حافظه دائم شما سپرده شده است و حتی اگر یکسال هم او را نبینید و بعد از یکسال باهم ملاقات داشته باشید بلافاصله اولین دیدارتان، بعد از گذشت یکسال او را به خاطر خواهید آورد؛ بدون اینکه نیاز به تفکر داشته باشید. حال با مثال بالا به خوبی درمی‌یابید که نقش سپردن آموخته‌هایتان به حافظه دائم، چقدر مهم و با اهمیت است و اگر محفوظات و آموخته‌هایتان را به حافظه دائمی خودتان نسپارید و به حافظه موقت اکتفا کنید؛ قطعاً در آینده با مشکل مواجه خواهید شد.

نکته: در اجرای مرحله نهم، تقلید انتخاب شعر جایگزین از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است و چنانچه شعر مناسب انتخاب نشود در اجرای این مرحله مشکل خواهید داشت. لذا باید سه نکته مهم را در انتخاب شعر جایگزین مدنظر قرار داد:

1. شعر انتخاب شده از نظر موضوعی با شعری که مقلد خواند؛ یکی باشد. مثلاً اگر شعر اول مرثیه است؛ شما شعر مولودی انتخاب نکنید یا به عکس.
2. هر دو شعر در یک وزن سروده شده باشند و اگر در یک وزن نیستند؛ اوزان اشعار از نظر نصاب به هم نزدیک باشند. مثل وزن «مفاعیلن مفاعیلن مفاعیل» با وزن «فعولاتن فعولاتن فعولن».
3. بهتر است قالب دو شعر نیز یکی باشد. مثلاً اگر شعر اول مثنوی است؛ شعر انتخابی شما هم مثنوی باشد. رعایت این سه نکته شما را کمک خواهد کرد تا در اجرای مرحله تثبیت لحنی- که بسیار مؤثر است و شما را از تقلید صرف دور می‌کند بهتر پیشرفت کرده و نتیجه‌گیری کنید.

جلسه سوم: اجرای اجزای یک مجلس کامل

آشنایی با ارکان مداحی

بعد از فراگیری شرایط و مراحل مختلف تقلید و چگونگی آن، حال باید بدانیم که برای اجرای یک مجلس کامل، چه چیزهایی را باید مدنظر داشت و رعایت و اجرا نمود. قبل از هر چیز، باید بدانیم که یک مداح خوب، باید در سطح خود با ارکان مداحی، آشنایی مطلوب و قابل قبولی داشته باشد و هر روز باید این اطلاعات خود را افزایش دهد؛ والا نمی‌تواند مداح خوبی بوده و پیشرفت قابل قبولی داشته باشد. این ارکان عبارتند از:

۱. آشنایی کامل با اصول و فنون مداحی که در جلسات بعد به طور مفصل، بخش‌های مختلف آن را ارائه خواهیم داد.

2. آشنایی با زندگانی ائمه و مقاتل آنان، که این رکن نیز فقط باید از طریق مطالعه کتب معتبر کسب شود. البته می توان فن پردازش، فن بیان و لحن آن را به طور موقت از اساتید و مداحان ذی‌ارم و صلاح تقلید نمود؛ ولیکن صحت آن روضه و متن و شرح آن را باید از روی کتب مقاتل معتبر کسب نمود.

۳. آشنایی با قواعد و صنایع شعری همچون: ردیف، قافیه، قالب های شعری، اوزان شعری و صنایع لفظی و معنوی شعر تا شعر صحیح را از شعر ناصحیح تشخیص داد.

۴. آشنایی کامل با قواعد روخوانی و تجوید قرآن و ادعیه و در مراحل بالاتر آشنایی با اصول لازم و کاربردی قواعد صرف و نحو عربی در مداحی ها.

۵. آشنایی با تفسیر زیارت جامعه کبیره که در واقع یکی از مهم ترین منابع آشنایی با شأن، منزلت و جایگاه و اختیارات ائمه (علیهم السلام) می باشد.

۶. آشنایی با گوشه ها و نغمات دستگاه موسیقی در مداحی ها، که این اصل باید در مراحل بالاتر و پس طی مراحل مقدماتی کسب شود.

سه اصل مهم در اجرای برنامه

یک مداح خوب و حرفه ای در اجرای برنامه خویش، باید ابتدا سه اصل مهم را مدنظر قرار بدهد و بر آن اساس اجرای برنامه داشته باشد؛ اول اینکه حتماً مداحی او شامل بخش ورم ورم های مختلف توسل به امام زمان، پندیات، مدح و کرامات اهل بیت، شعر مرثیه ای و نهایتاً سینه ورم ورم و شورخوانی باشد (در مراسم عزاداری و هیات ها، وگرنه در مجالس مولودی ورم ورم خوانی یا مجالس ولیمه یا مجلس ختم، این الگو تغییر خواهد داشت).

دوم اینکه مدت زمان اختصاص داده شده به او را مدنظر قرار بدهد و بر اساس آن برنامه ورم ورم ریزی کند. مثلاً اگر به او گفته شده است در حد ۱۰ تا ۱۵ دقیقه مداحی کند - غالباً در مجالس مجمع ورم ورم الذاکرین هر شهرستان یا استان و یا مجالسی که چندین مداح وجود دارد؛ اینگونه عمل می شود - دیگر نمی تواند در بخش پندیات یک غزل کامل بخواند؛ بلکه بهتر است به یک رباعی بسنده کند و یا در بخش توسل به امام زمان (عجل الله تعالی فرجه) نباید یک غزل کامل و بلند بخواند؛ بلکه بالعکس یک رباعی یا یک غزل ۴ یا ۵ بیتی کوتاه بخواند. و اگر فرصت یک ساعته به او داده اند؛ صحیح نیست که با اشعار کوتاه و متعدد که بعضاً مضامین آن هم یکی نیست به ارائه برنامه بپردازد؛ بلکه باید در این مواقع، یک قصیده و یا مثنوی بلند انتخاب کرده و بخواند.

و سومین نکته که باید مدنظر قرار داد؛ نوع سلیقه و تحصیلات مستمعین است. مثلاً اگر مستمعین شما افراد مسن هستند؛ دیگر اجرای سبک ورم ورم های مختلف سینه ورم ورم و طولانی کردن آن معنا ندارد، و یا اگر مستمعین شما، افراد تحصیل کرده و اساتید دانشگاه هستند؛ حتماً باید اشعاری با مضامین پربار و صنایع شعری بالا انتخاب و خوانده شود. چنانچه باید برای افراد بی سواد یا کم ورم ورم سواد برعکس عمل نمود.

تذکر مهم: گاهی مواقع دیده شده است که بعضی از افراد که جسارتن نمی توان از نظر تعریف حرفه ای آنان را مداح دانست؛ در مداحی های خود، فقط به یک بخش که اصولاً سینه ورم ورم ورمی است توجه دارند. این روش کاملاً غلط و مردود است. این افراد معمولاً در توجیه این اشتباه بزرگ خود می گویند که مستمعین ما چنین چیزی از ما می ورم ورم خواهند. اولاً اینکه این توجیهی غلط است و بیشتر برای پنهان کردن عدم توانایی خود در اجرای مختلف بخش ورم ورم های مداحی بکار برده می شود. ثانیاً درست است که گفته شد باید به سلیق و خواسته های مستمعین توجه داشت؛ اما این بدان معنی نیست که تسلیم محض خواسته های مستمعین باشیم. در بحث های اخلاق مداحی بخشی وجود دارد به نام «تعامل و تزاید». در تعریف این بخش گفته می شود تعامل یعنی اینکه به خواسته ها و سلیق مستمعین هم توجه کنیم. اما این توجه، باید همراه با تزاید باشد. یعنی اینکه باید تلاش کنیم به مرور سطح معلومات تمايلات و ذائقة مستمعین را ارتقاء دهیم. در واقع تعامل بی ورم ورم تزاید معنا ندارد و مردود است.

اقسام مجالس

اما قبل از پرداختن به اصل بحث، لازم است انواع و اقسام مجالس نیز بازگو شود. زیرا اجزاء هر مجالس و مطالبی که باید ارائه شود؛ با توجه به فضای آن متفاوت است.

1. جلسه هیاتی که ممکن است میلادیه و یا مرثیه (شهادت و مرثیه) باشد.

۲. مجالس ادعیه ورم ورم خوانی.

۳. مجالس ختم و فاتحه ورم ورم خوانی.

۴. مجالس ولیمه یا مجالس چاووشی ورم ورم خوانی (بازگشت از مکه یا عتبات عالیات).

5. مجالس عروسی که بعضی از آنها مطابق شأن اهل بیت (علیهم السلام) هم نیست و توصیه می شود از رفتن به این گونه مجالس جداً خودداری فرمائید.

اجزاء کامل اجرای یک مجلس

با توجه به مطالب گفته شده؛ در زیر اجزاء کامل اجرای یک مجلس، بر اساس دو تایم ۱۰ دقیقه و یک ساعت، تشریح می گردد:

۱. بخش ورم ورم های مختلف یک جلسه ده دقیقه ای شامل:

الف) خواندن یک رباعی صلوات.

ب) خواندن یک رباعی امام زمانی و یا دعای فرج و یا چند فراز کوتاه از زیارت جامعه کبیره به انتخاب مداح و متناسب با فضای مجلس.

ج) خواندن یک غزل کوتاه مدح و منقبت.

د) خواندن یک شعر حاوی روضه مربوط.

نکته مهم: گاهی مواقع در چنین جلسه ای ممکن است قبل از شما مداحی خوانده و بدون ختم کردن میگروفون و مجلس را به شما واگذار نموده است که در چنین مواقعی، شما دیگر مجاز نیستید؛ بخش‌های مختلف گفته شده در بالا را اجرا کنید. بلکه باید ادامه خواندن مداح قبلی را دنبال کرده و متناسب با خواندن او و حال و هوای مجلس، جلسه را ادامه داده و مستفیض فرمائید.

۲. بخش‌های مختلف یک جلسه یک ساعته به مناسبت شهادت حضرت زهرا (سلام الله علیها):

الف) ابتدا باید یک رباعی صلوات بخوانید و یا اینکه ذکر شریف صلوات را به طور جمعی زمزمه کنیم. این رباعی بیشتر به این منظور است که ضمن اینکه مستمعین را به سکوت و همراهی دعوت می کنید؛ جلسه نیز با ذکر صلوات معطر می شود و به این طریق، به توصیه ها و احادیث فراوانی که در این خصوص وارد شده است؛ عمل کرده اید. همچنین مستمعین در مداحی شما به نوعی مشارکت داشته و پس از ذکر صلوات، دیگر به عواملی همچون تعریف کردن، حواس پرتی و ... مشغول نباشند.

ب) خواندن دعای مقدمه ای استغفار؛ (أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ؛ الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ ذُو الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ؛ وَ أَسْأَلُهُ أَنْ يَتُوبَ عَلَيَّ تَوْبَةً عَبْدٍ ذَلِيلٍ خَاصِعٍ قَئِيرٍ بَائِسٍ مُسْكِنٍ مُسْتَجِيرٍ لَا يَمْلِكُ لِنَفْسِهِ نَفْعًا وَلَا ضَرًّا وَلَا (مَوْتًا وَلَا حَيَاةً وَلَا تُشُورًا)). ما در خصوص خواندن قرآن، آیه داریم که می‌فرماید: (لَا يَمْسُئُ إِلَّا الْمُطَهَّرُونَ) یعنی قرآن را مس نمی کنند مگر آنان که مطهر باشند. لذا از آداب تلاوت قرآن، با وضو بودن، طهارت داشتن و ... تعیین شده است. طهارت نیز منظور هم طهارت ظاهری است و هم طهارت روحی. با توجه به اینکه در روایات، ائمه قرآن ناطق نامیده شده اند و همان شأن و منزلت و حرمت قرآن برای آنان نیز باید رعایت شود؛ پس نتیجه می گیریم قبل از مداحی و بردن نام اهل بیت (علیهم السلام) با تمسک به آیه (لَا يَمْسُئُ إِلَّا الْمُطَهَّرُونَ) استغفار می‌کنیم تا از گناه های احتمالی خود پاک شویم.

ج) خواندن دعای فرج و سپس یک رباعی یا غزل امام زمان (عج)، به تناسب حجم مطالب و وقت شما. شروع مجلس با نام امام زمان (عج) نیز یک وظیفه است. چنانچه به قول شاعر:

ارباب دل چو روی به سوی خدا کنند اول به جان گمشده خود دعا کنند.

اما نکته بسیار مهم و قابل توجه اینکه باید مراقب باشیم خواندن دعای فرج نباید برای مقدمه یا رفع همه‌مه یا تنظیم صوت باشد. شاید بتوان گفت: مهمترین بخش مداحی شما همین بخش است و باید با توجه کامل همراه با حضور قلب و ملتسمانه مداح و مستمعین باشد. گاهی دیده شده است به این اصل مهم توجه نمی شود که این غفلت نابخشودنی، بیشتر از آن که جفا به حضرت باشد؛ ظلم به خودمان است. نکته بعدی اینکه غزل امام زمانی انتخاب شده، باید متناسب به همان مناسبت (شهادت حضرت زهرا سلام الله علیها) باشد.

د) بعد از آن، یک غزل یا قصیده یا مثنوی (متناسب با وقت و حجم مطالب)، در مدح حضرت زهرا (سلام الله علیها) خوانده شود که در حین خواندن قصیده، لازم است یک حدیث و یا یک کرامتی از بی بی که معمولاً متناسب با معنی یکی از ابیات قصیده است بخوانید.

ه) در بخش بعد، یک غزل یا قصیده یا مثنوی مصیبت (متناسب با وقت و حجم مطالب) انتخاب و خوانده شود. سعی کنید لحن و آهنگ این بخش، متفاوت با بخش قبل باشد تا تنوعی هم ایجاد شود. مثلاً شعری به صورت آهنگین یا زمزمه ای اجرا شود و در لابه لای آن و یا آنکه پس از آن، روضه و زبانحال خوانده شود.

و) ذکر سینه‌ها؛ زنی که به ترتیب متناسب با وقت مجلس شامل بخش‌های: زمینه، واحد، سنگین، شور می باشد.

ز) بخش پایانی جلسه که شامل یک غزل یا یک رباعی ختم جلسه و سپس دعای جلسه می باشد.

دو تذکر بسیار مهم:

1. اول اینکه فراموش نکنید که روضه های خوانده شده توسط شما، باید ضمن اینکه حفظ حرمت اهل بیت (علیهم السلام) در آن رعایت شود؛ مستند و صحیح نیز باشد و همان گونه که در بحث‌های مراحل تقلید هم گفته شد؛ این بخش را شما اجازه ندارید تقلید کنید؛ بلکه حتماً باید خودتان آن را از روی کتب معتبر مطالعه کنید. خب! شناسایی مقاتل معتبر و نامعتبر هم بخشی از مطالبی است که هر مداح باید با آن آشنایی داشته باشد.

دسته‌ها؛ بندی کتب تاریخی و مقتل ائمه (علیهم السلام)

محققین کتب تاریخی مربوط به زندگانی و مقتل ائمه را به سه دسته تقسیم‌ها؛ بندی کرده اند:

الف. کتب دسته اول تاریخی: یعنی کتب تألیف شده بین قرون اول تا هفتم هجری قمری. هر مطلبی که ما می خوانیم حتماً باید در یکی از کتب دسته اول تاریخی آمده باشد تا مستند محسوب شود و کتب دسته دوم و دسته سوم تاریخی، حتماً باید مطالبشان را به یکی از کتب دسته اول تاریخی مستند کنند تا مستند محسوب شود. البته این بدان معنا نیست که هر آنچه در کتب دسته اول تاریخی هم آمده صحیح است؛ بلکه گاهی مواقع مطالب غیر واقع و نادرست هم در این کتب دیده شده است که البته تعداد آن خیلی کم است. بعضی از کتب دسته اول تاریخی به ترتیب قرون عبارتند از:

قرن دوم: مَقْتَلُ الْحُسَيْنِ (جابر بن یزید جعفی)، مَقْتَلُ الْحُسَيْنِ (عمّار ذهنی)، تَسْمِيَةُ الْحُسَيْنِ؛ مَن قَتَلَ الْحُسَيْنِ (فضیل بن زبیر)، مَقْتَلُ الْحُسَيْنِ (ابی مخنف).

قرن سوم: تاریخ یعقوبی (احمد بن ابی‌عقوب)، انساب الاشراف (یحیی بن بن‌الحسن)، جابر بلاذری، بصائر الدراجات فی قضايل آل محمد (محمد بن صقار)، تاریخ خلیفه (بن‌خلیاط)، الامامه و السیاسه المعروف بتاريخ

الخلفاء (ابن قتيبه؛ rlm&؛ ديتوري)، الطبقات الكبرى (محمد بن سعد)، مقتل الحسين (هشام كلبی)، الاخبار الطوال (ابو حنيفة ديتوري).

قرن چهارم: كامل؛ rlm&؛ الزيارات (ابن قولويه)، تاريخ الامم والملوك معروف به تاريخ طبري (محمد بن؛ rlm&؛ جرير طبري)، شرح؛ rlm&؛ الاخبار في فضائل؛ rlm&؛ الاثمه؛ rlm&؛ الأطهار و كتاب المناقب و المثالب (قاضي؛ rlm&؛ نعمان مغربي)، تاريخ اهل البيت (ابن ابی الثلج)، كتاب الفتوح (ابن اعثم كوفي)، العقد؛ rlm&؛ الفريد (احمد بن؛ rlm&؛ محمد اندلسي)، مروج الذهب و معادن؛ rlm&؛ الجوهر (حسين؛ rlm&؛ بن؛ rlm&؛ علي مسعودي)، مقاتل الطالبين (ابو الفرج اصفهاني)، أمالي و عيون اخبار الرضا (شيخ صدوق)، اثبات الوصية للإمام علي؛ rlm&؛ بن أبي طالب (علي بن حسين مسعودي)، بشاره المصطفى لشيعة المرتضى (عماد الدين طبري)، تاريخنامه طبري (بلعمي).

قرن پنجم: رجال التجاشي (علي نجاشي)، أمالي، الارشاد و مسار الشيعة (شيخ مفيد)، اليد و التاريخ (مطهر بن؛ rlm&؛ طاهر مقدسي)، تجارب الامم (ابو علي مسكويه)، مقتل الحسين (شيخ طوسي)، التوادر للراوندي (سيد فضل الله راوندي).

قرن ششم: روضه الواعظين (قتال نيشابوري)، مقتل الحسين (موفق؛ rlm&؛ بن؛ rlm&؛ احمد خوارزمي)، اعلام الوري يا اعلام الهدى (فضل بن حسن طبرسي)، الاحتجاج على اهل اللجاج (احمد بن علي طبرسي)، مناقب آل ابي طالب (ابن؛ rlm&؛ شهر آشوب)، الثاقب في المناقب (ابن حمزه طوسي)، تاج المواليد في مواليد الاثمه (فضل؛ rlm&؛ بن؛ rlm&؛ حسن طبرسي)، تاريخ دمشق (ابن عساكر)، الخرائج و الجرائح (قطب راوندي)، الممتظم في تاريخ الامم و الملوك (ابن جوزي).

قرن هفتم: اللهوف على قتل الطوف، مصباح الزائر و اقبال الاعمال (سيد بن طاوس)، كشف؛ rlm&؛ الغم في معرفه الاثمه (محدث اربلي)، مثير الاخوان (ابن نماي حلي)، تذكره الخواص (سيط ابن جوزي)، الكامل في التاريخ (ابن اثير)، ثغره؛ rlm&؛ الطلب في تاريخ حلب (ابن العديم)، الدرر النظيم في مناقب؛ rlm&؛ الاثمه (حاتم شامي)، مطالب السؤول في مناقب آل الرسول (محمد بن؛ rlm&؛ طلحه شافعي)، الكامل في السقيه (كامل بهاني) و مناقب الطاهرين (عماد الدين طبري).

ب. كتب دسته دوم تاريخي (كتب تأليف شده بين قرون هشتم تا دوازدهم) که اين کتب نیز در درجه دوم اهميت قرار دارند. بعضی از کتب دسته دوم تاريخي به ترتيب قرون عبارتند از:

قرن هشتم: الدياته و التهايه (ابن گنير).

قرن نهم: تسليه؛ rlm&؛ المجالس و زينه؛ rlm&؛ المجالس (موسوي حائري)، فصول؛ rlm&؛ المهمه في معرفه؛ rlm&؛ الاثمه (صباغ مالکي)، غمده الطالب في انساب آل ابي طالب (ابن؛ rlm&؛ عنبه حسيني).

قرن دهم: روضه الشهداء (ملا حسين کاشفي)، اين کتاب تحريفي است.

قرن يازدهم: بحار الانوار و جلاء العيون (علامه مجلسي)، احقاق؛ rlm&؛ الحق و ارهاق؛ rlm&؛ الباطل (مرعشي تستري)، الممتخب؛ rlm&؛ في؛ rlm&؛ جميع المرائي (محمد بن؛ rlm&؛ علي طبري)، اين کتاب اخير تحريف شده است.

قرن دوازدهم: عوالم العلوم (عبدالله بحراني).

ج. کتب دسته سوم تاريخي (کتب تأليف شده بعد از قرن دوازدهم) که اين به خاطر فاصله زماني زياد، حتما بايد مطالبشان به يکی از کتب دسته اول تاريخي مستند باشد. متأسفانه در اين دوره، کتب نامعتبر و غير مستند هم چاپ شده است که غالبا در دسترس مداحان هم قرار مي؛ rlm&؛ گيرد. بعضی از کتب دسته سوم تاريخي به ترتيب قرون عبارتند از:

قرن سيزدهم: الذمعه؛ rlm&؛ الساكبه (بهبهاني)، مهيج؛ rlm&؛ الاخوان (يزدي حائري)، ناسخ؛ rlm&؛ التواريخ (محمد تقی سپهر)، اسرار الشهاده (دربندي)، اين چهار کتاب، تحريفي هستند.

قرن چهاردهم: لؤلؤ و مرجان (محدث نوري)، نفس؛ rlm&؛ المهوم و منتهى؛ rlm&؛ الامال (شيخ عباس قمي)، ذخيره؛ rlm&؛ الدارين (حائري شيرازي)، کبريت احمر (بيرجدي)، قمقام؛ rlm&؛ رخار (فرهاد ميرزا)، مقتل؛ rlm&؛ الحسين (مقمر)، لوايح؛ rlm&؛ الاشجان، اعيان؛ rlm&؛ الشيعه (امين عاملي)، وقايع؛ rlm&؛ الايام (خياباني)، منخب؛ rlm&؛ التواريخ (خراساني)، بررسی تاريخ عاشورا (دکتر آيتي)، تحقيق درباره اول اربعين (شهيد قاضي طباطبائي).

قرن پانزدهم: مقتل معصومين (محققين سازمان تبليغات اسلامي)، مقتل جامع (پژوهشگران موسسه امام خميني)، آينه در کربلاست (سنگري) و

2. توصيه دوم ما، اين است که سعي کنيد تمام روضه را يکباره نخوانيد؛ بلکه آن را در لابه لاي اشعار پخش کنيد که با اين کار چند سود مي برید:

الف) اگر مجلساتن براي شنيدن ادامه روضه آماده نشود، به راحتی دنباله روضه را نمي خوانيد و حرمت روضه و اهل بيت (عليهم السلام) را بهتر و بيشتتر حفظ مي کنيد.

ب) فرصت بيشتري براي انتخاب جملات زيباتر، تحريك کننده تر، پرسوزتر و پرمعنا تر پيدا مي کنيد. جملات شما بايد دارای مفاهيم امام؛ rlm&؛ شناسی باشد (حتی روضه ها) که لازم است روی اين موضوع کار کنيد. در صورتي که اگر روضه را يکجا بخوانيد؛ اين فرصت را کمتر داريد. و گاهی جملات به کار برده شده، همراه با غلط های ادبي است که در صورت انتخاب جملات کوتاه و به کار بردن آن در لابه؛ rlm&؛ لاي اشعار، اين غلط ها هم مي تواند به کمترین برسد.

ج) طول گزيه و حال جلسه، در کل خواندن شما استمرار خواهد داشت و اين يك ابتکار عمل و حسن سليقه است. برای اين کار شعري براي خواندن انتخاب کنيد که متناسب با روضه شما باشد و اين نکاتي که عرض شد در شعر هم لحاظ شده باشد. وقتي کل روضه را يکباره مي خوانيد؛ ممکن است چند دقيقه بشود و اگر هم موفق به اجراي خوب روضه بشويد و مردم خوب گزيه کنند؛ در همان چند دقيقه است و سپس دست و بال شما بسته مي شود. چرا که همه چيز را گفته ايد و اغلب در اين مواقع است که

بعضی مداحان شروع می کنند؛ به ایراد حرف های نامربوط، به پندار خودشان با گفتن حرف جدید، به گونه ای مجلس را گرم و اداره کردند. اگر هم مجلس نگرید شروع می کنند روضه بازتر خواندن، و سلاخی کردن، که کاملاً غلط و اشتباه است. یکی از اصول مجلس&lrmi؛ داری، این است که شنونده را همیشه تشنه روضه نگه دارید.

فرم مداحی: یکی از اصول بکار برده شده در اصول و فنون مداحی، عبارت فرم مداحی است و منظور، این است که مداحی فرد، باید دارای یک سری ویژگی ها، معیارها و الزاماتی باشد که اصطلاحاً به آن، فرم مداحی گویند. به عنوان مثال، شروع خواندن باید در پرده ۲ یا ۳ باشد. اصولاً حنجره انسان بین ۱ تا ۱۸ پرده صوتی می تواند صدا ایجاد کند که در اصطلاح عامیانه آن را به ۱ تا ۶ دانگ تعبیر می کنند. در واقع بهترین پرده صوتی مناسب برای شروع مداحی، پرده ۲ یا ۳ است. یعنی همان حالتی که به طور طبیعی و معمولی صحبت می&lrmi؛ کنیم. پس از دو بیت، کم&lrmi؛ کم در هر بیت، یک پرده صوتی به صدای خود می&lrmi؛ افزایش تا به پرده ۱۸ یا همان شش دانگ برسیم و پس از اجرای یک یا حداکثر دو بیت در اوج شش دانگ، دوباره به پرده های صوتی پائین&lrmi؛ تر باز می&lrmi؛ گردیم. در واقع خواندن و مداحی شما باید شبیه پرواز یک هواپیما باشد یعنی شما هم باید با یک لحن و پرده مناسب شروع کرده؛ سپس کم کم آن را افزایش داده تا به اوج برسید و سپس دوباره به پرده های پائین باز گردید که رعایت این روند را فرم مداحی گویند. البته فرم مداحی علاوه بر طبقات صوتی، باید در الحان بکار برده شده نیز رعایت شود. به عنوان مثال، برای شروع باید با گوشه درآمد دستگاه افشاری شروع نمود و در ابیات بعدی، به گوشه جامه دران و سپس ... را اجرا نمود. در واقع مداحی شما چه از نظر طبقات و پرده های صوتی و چه از نظر الحان مورد استفاده، نباید یکنواخت و یک دست باشد. زیرا هم برای خود شما و هم برای مستمعین خسته&lrmi؛ کننده و کسل&lrmi؛ آور خواهد شد. به رعایت نکات مذکور، اجرای صحیح فرم مداحی گویند.

سوال: چرا نباید برای شروع از طبقات صوتی بالا و یا نغمات میانی و الحان سخت استفاده کنیم؟ شاید برای شما این سوال پیش بیاید که به چه دلیل باید قواعد و قوانین فرم خواندن را رعایت کنیم و هر طور دلمان خواست شروع نکنیم؟ در پاسخ باید گفت:

اولاً در هنگام شروع مداحی، اصولاً حنجره شما گرم نشده است و آمادگی لازم برای اجرای الحان سخت یا مداحی در طبقات صوتی بالا را ندارد و انجام این کار، موجب ایجاد فشار مضاعف بر حنجره شده که این فشار زیاد در طول زمان موجب ایجاد بیماری ندول حنجره می شود.

ثانیاً در ابتدای خواندن شما، مردم این انتظار و آمادگی لازم را ندارند که شما در پرده های صوتی بالا مداحی کنید و انجام این کار می&lrmi؛ تواند موجب مشوش شدن ذهن مستمعین شده و در نتیجه نتوانید مستمعین را به طور شایسته همراه و هم نوای خود گردانید. ضمناً به لحاظ حرفه ای و فنی، شما باید متناسب با عکس&lrmi؛ العمل مستمعین خود، پرده صوتی و لحن مناسب را انتخاب و اجرا کنید.

ثالثاً وقتی شما با طبقه صوتی بالا شروع کنید؛ جدای از مضرات گفته شده؛ اصولاً دیگر قادر نخواهید بود به پرده های صوتی بالاتر بروید و این یعنی یکنواختی مداحی شما که این یکنواختی هم موجب خستگی و دلسردی خود شما خواهد شد و هم موجب کسالت و بی&lrmi؛ میلی مستمعین می گردد.

جلسه چهارم:

انواع مداحی، حفظ اشعار و جایگاه آن در مداحی

الف) انواع مداحی (روش های مختلف مداحی):

۱. دکلمه&lrmi؛ خوانی: دکلمه&lrmi؛ خوانی، یکی از روش های مؤثر مداحی می&lrmi؛ باشد که البته میتوان آن را جزئی از روش های دیگر هم در نظر گرفت. دکلمه&lrmi؛ خوانی، یعنی اینکه خواننده بدون استفاده از سبک و دستگاه&lrmi؛ های صوتی، اشعار و مطالب خود را بخواند. بسیاری از مداحان دیده می شوند که بدون سبک می&lrmi؛ خوانند و به مراتب تأثیر کلامشان، بیشتر از مداحانی است که با سبک و آهنگ می خوانند. گاهی با توجه به شرایط، بهتر است شعر به حالت دکلمه ای خوانده شود. مثلاً جایی که مداحان مختلف خوانده اند و مستمع از شنیدن سبک های مختلف، اشباع شده است؛ اینجاست که اگر مداح، از روش دکلمه&lrmi؛ خوانی استفاده نماید؛ خواندنش، به مراتب، مؤثرتر از خواندن با سبک و آهنگ خواهد بود.

نکات قابل توجه در دکلمه&lrmi؛ خوانی

آشنایی کامل با اصول ادبی شعر؛ شاید آنقدر که در دکلمه&lrmi؛ خوانی آشنایی با موازین ادبی لازم است؛ در مداحی با سبک و آهنگ نیست. چرا که در مداحی به روش دکلمه&lrmi؛ خوانی، سبک و ریتم و آهنگ نیست تا نقاط ضعف شعری را بپوشاند. احساس و تأثیر سخن و هیجان در این نوع مداحی، بسیار مورد توجه است. آشنایی با اصول فنی و اصول معنوی مداحی نیز عامل مهمی محسوب می&lrmi؛ شود.

آشنایی با فنون حرکات و اشارات: لازم است کسانی که دکلمه خوانی می کنند با جایگاه و نحوه حرکات و تأثیر آن در انتقال بهتر مفاهیم آشنا باشند تا در واقع با کمک این حرکات، به انتقال بهتر مفاهیم اشعار بپردازد. علاوه بر مطالب فوق، از حفظ خواندن و احاطه به اشعار و مطالب و آیات و روایات مربوط به مطلبی که توسط مداح دکلمه خوان اجرا می شود؛ تقوا و اخلاص و ارتباط قوی با خدا و اهل بیت(علیهم السلام) نیز اهمیت بسزایی دارد. در این نوع مداحی، افرادی موفق هستند که از جهت سوز و اشک و حال با مستمع همراه می شوند و اکثر مداحان موفق این روش، سوزشان، اشکشان و بغض و حالشان، از مستمعین بیشتر

است و همه حضار به این گونه افراد رشك می برند.

۲. قصیده&lrm؛ خوانی: این روش معمولاً در خواندن موضوعات حماسی، مدحی و پندی معمول است که آن را به قصیده&lrm؛ خوانی تعبیر کرده اند. قصیده یکی از قالب های شعری است که بین ۲۰ تا ۲۰۰ بیت ممکن است سروده شود که مصراع اول و مصراع های زوج در آن هم قافیه می باشند. دارای کلماتی محکم و استوار می باشد. در مورد اینکه قصیده چیست و اجزاء و درونمایه و مباحث دیگر به تفصیل در جای دیگر بحث کرده ایم. در اینجا از قصیده خوانی به عنوان یکی از انواع مداحی بحث می کنیم. در حقیقت خواندن قصیده در محافل بهتر است با شرایط زیر همراه باشد:

رعایت تنوع سبکی: به جهت اینکه ابیات قصیده معمولاً طولانی است، لذا تنوع سبك در آن باید رعایت شود. چرا که در صورت عدم تنوع سبکی، حالت یکنواختی در مجلس ایجاد شده و خمودگی همگان را در پی دارد.

اجمال در تحریر و کشش مصوت ها: در قصیده&lrm؛ خوانی، تحریرهای زیاد و کشش های طولانی، نباید به کار رود و بهتر است که تحریر و بازی با صدا، به طور خلاصه و مختصر باشد.

شمرده&lrm؛ خوانی در ابتدا و تندخوانی در ادامه: شمرده خوانی در قصیده خوانی، بیشتر در ابتدای قصیده صورت می گیرد و قسمت&lrm؛ های میانی و پایانی تندتر خوانده می شود تا مستمع احساس خستگی نکند.

محکم خوانی: یکی از خصوصیات قصیده، استحکام و استواری کلمات در آن است. لذا باید از جهت لحنی و بیانی و سبکی هم، استحکام و استواری لحاظ شود.

اجمال در روضه: روضه خواندن در قصیده خوانی، نباید مفصل باشد و بیشتر به صورت تفسیری و خلاصه و شرح ابیات باشد و روضه با همان شعر پیاده می شود.

3. غرّا&lrm؛ خوانی: غرّاخوانی یعنی مداحی با نثر که شاید بتوان به آن مقتل&lrm؛ خوانی نیز گفت. پس کسانی که با زبان نثر، به ذکر مصائب اهل بیت(علیهم السلام) و مدح و منقبت آنها اشتغال دارند را غراخوان و یا روضه خوان می گویند.

4. مُرّصَع&lrm؛ خوانی: مداحانی را که با صوت و آهنگ می خوانند؛ مرصع&lrm؛ خوان نامیده اند. مرصع&lrm؛ خوانی از اصطلاحاتی است که آواز خوانان ردیف نیز آن را به کار می برند و آن غیر از مرکب&lrm؛ خوانی است. زیرا مرکب خوانی، اجرای يك آواز در چند مقام و چند دستگاه است؛ حال آنکه مرصع خوانی به آوازی اطلاق می شود که شعر و مقام با بینش تمام برگزیده شود و تحریرها و ریزه&lrm؛ کاری های آواز به موقع اجرا گردد. در فوت نامه، در مورد مرصع&lrm؛ خوان نقل شده است که « اما مرصع&lrm؛ خوان به مداحانی می گویند که نظم و نثر را باهم می خوانند. گاهی معنی مقصود را به نثر می گویند و بعد شعر خوانده می شود و گاهی بالعکس».

۵. پرده&lrm؛ خوانی: گروه دیگری در روزگار ما هستند که به ظاهر اهل معرکه و نقل می باشند؛ اما چون عمل و هنر آنان به شرح سیره و تاریخ اهل بیت(علیهم السلام) اختصاص دارد و به نظم و نثر، مناقب خاندان اهل بیت را می گویند؛ به معنی مداح هستند. گروه فوق را نباید با نقالان و افسانه&lrm؛ گویان و شاهنامه&lrm؛ خوانان اشتباه گرفت؛ اگر چه با آنان بی&lrm؛ ارتباط نیستند.

۶. چاووشی&lrm؛ خوانی: نغماتی است که برای زائران و مسافران عتبات عالیات خوانده می شود و هنگام مشایعت، در پیش آنها می خوانند که در بحث اقسام مجالس به آن خواهیم پرداخت.

ب) حفظ اشعار و جایگاه آن در مداحی :

یکی از مباحث مهم و حساس در امر مقدس مداحی، که گاهی هم اختلاف نظر در آن وجود دارد؛ بحث حفظ اشعار مورد استفاده است. بی شک، یک مداح خوب باید برای هر مناسبتی، چند شعر مناسب برای سطوح مختلف حفظ باشد تا بتواند به مقتضای جلسه ای که در آن شرکت می کند؛ از آنها استفاده کرده و به امر مداحی بپردازد. البته بعضی از افراد با این استدلال نادرست که حفظ شعر عامل می شود؛ افراد بیشتر شعر تکراری بخوانند و تنوع خواندن نداشته باشند(زیرا هر روز نمی توان شعری جدید حفظ نمود) لزوم حفظ شعر را مورد سوال قرار داده و حتی گاهی پا را فراتر گذاشته و با آن مخالفت می کنند. اما در پاسخ آنان باید گفت: اگر کمی تأمل و جستجو کنند؛ مداحان موفقی را در سطح کشوری یا استانی می&lrm؛ بیند که علیرغم اینکه همواره از اشعار محفوظات خود استفاده می&lrm؛ کنند؛ اما کمتر پیش آمده است که شعر تکراری بخوانند و اتفاقاً این افراد بسیار موفقی&lrm؛ تر از کسانی عمل می کنند که اشعار را حفظ نمی کنند. در زیر، به دلایل مختلف لزوم حفظ شعر و میزان تأثیر گذاری آن در مداحی&lrm؛ ها اشاره خواهیم کرد:

1. یقیناً کسی که شعرش را حفظ نیست؛ به طور طبیعی چهل تا پنجاه درصد یا حتی بعضی مواقع تا هفتاد هشتاد درصد، ذهنش درگیر یافتن کلمات شعر بر روی صفحه کاغذ و همچنین درست تلفظ کردن آنها است و در این حالت، اصلاً بعید نیست؛ لحن صحیح را رعایت نکند. زیرا اگر خاطرتان باشد؛ در معانی کامل و جامع لحن عرض کردیم که لحن یعنی چه؟ و چه ویژگی&lrm؛ هایی را باید رعایت کنیم. طبیعی است کسی که قسمت اعظمی از ذهنش درگیر یافتن کلمات شعر باشد؛ دیگر نمی تواند بطور شایسته به بحث لحن و ویژگی های آن بپردازد. علاوه براین، این افراد از خواندن لحن های متنوع و زیبا هم عاجز خواهند بود. در صورتی که اگر شعر را حفظ باشیم؛ ذهن را معطوف زیبا خواندن و ادای کامل و صحیح لحن می&lrm؛ کنیم. نکته مهم بعدی اینکه مداح باید در حین خواندن خود، به باز خوردها و عکس&lrm؛ العمل&lrm؛ های مستمعین هم توجه کند و بر آن اساس، لحن، طبقه صوتی، گریز یا ... خود را انتخاب کرده و اجرا نماید و مسلم است که با توضیحاتی که در بالا ارائه شد چنین امری ناممکن یا لااقل بسیار مشکل است. ضمن اینکه مداح باید در خواندن خود، به حس و حال و سوز و گداز خود و ارتباط با معشوق و معبود هم توجه ویژه نماید تا در سایه این سوختن و ارتباط برقرار ساختن، مستمعین را هم به سر منزل مقصود برساند. طبیعی است که این امر برای

افراد مبتدی و نیمه حرفه‌ای، با شدت تاثیرگذاری بیشتری مطرح بوده و ملموس است. ۲. ممکن است در برخی مجالسی که شما در حال خواندن هستید؛ برق را خاموش کنند یا برق کلاً قطع شود؛ شما نمی توانید به مستمعین بگویید که سواد من در کاغذ است؛ و یا اینکه ممکن است در حین مثلاً سینه زنی دست کسی به دست شما خورده و کاغذ شعرتان به زیر پای سینه‌زنان بیفتد و ... ؛ یا اینکه هنگام شروع متوجه شوید شعری را که آماده کرده بودید؛ به همراه نیاورده اید یا به هر دلیلی گم شده است. این اتفاقات و ده‌ها اتفاق مشابه این، بارها و بارها برای مداحان مختلف اتفاق افتاده و قطعاً باز هم اتفاق خواهد افتاد. در ثانی تا کی می خواهید به این روش غلط ادامه دهید. بی شک تا چند سال آینده سن شما هم بالاتر خواهد رفت و به تبع آن، چشم‌هایتان ضعیف خواهد شد! در آن زمان چه خواهید کرد؟ آن موقع دیگر قادر نخواهید بود؛ به خوبی از روی کاغذ هم شعری بخوانید. ضمن اینکه حافظه شما هم دیگر شما را برای حفظ اشعار، به خوبی یاری نخواهد کرد و قطعاً افسوس خواهید خورد. چرا در زمانی که توانایی حفظ شعر را داشتید؛ به این امر نپرداختید تا در آن روز گره‌گشای مشکلاتان باشد.

۳. متأسفانه یکی از ایرادات بعضی از مداحان، این است که شعری آماده می‌کنند برای مجلسی، وقتی وارد مجلس می‌شوند می‌بینند فضای حاکم بر جو جلسه با آن شعری که آماده کرده‌اند؛ اصلاً همخوانی ندارد. یا افرادی در آن مجلس هستند که این شعر برای آنها مناسب نیست. یکی از مباحث مهم مجلس حرفه‌ای، این نکته است که هر شعری را برای هر مجلسی و هر مستمعی نباید خواند و یا اینکه ممکن است شعر متناسب با افراد آن جلسه باشد؛ اما جو جلسه در آن روز خاص، پذیرای این شعر نباشد و از آن استقبال نکنند. خب در این مواقع، مداح باید شعر را عوض کند و به هیچ وجه نباید آن شعر را بخواند. بلکه لازم است شعری متناسب با فضای جلسه بخواند. ولی اگر مداح شعر دیگری حفظ نباشد یا این که به همراه نداشته باشد؛ مجبور میشود همان شعر را بخواند و این کار اشتباه است و خواندن در این مواقع، بهتر از خواندن است.

۴. یکی از مجالس هیئت‌ها، مجالس بزمی حرفه‌ای یا ردیف‌خوانی است که در این اینگونه مجالس مداح باید چند بیتی در راستا و متناسب با اشعاری که مداح قبلی خوانده است بخواند. اگر مداح محفوظات کافی نداشته باشد؛ نمی تواند ادامه جلسه را به خوبی اداره کند و بسیار دیده شده است اینگونه افراد بیشتر مجالس را به هم زده‌اند تا اینکه اداره کنند و قطعاً خواندن این افراد در این مجالس بهتر است.

۵. بسیار دیده شده است که مداحی وارد مجلسی می شود؛ می‌بیند مداح قبلی در حال خواندن شعری است که او آماده کرده است و بعضی اوقات دیده شده مداح بعد از او نیز شعری را خوانده است که ایشان به عنوان شعر دوم انتخاب کرده است؛ در این گونه مواقع اگر شما محفوظات کافی نداشته باشید با مشکل جدی مواجه خواهید شد و ذهن مستمعین نسبت به شما منفی خواهد شد.

۶. روان نبودن اجرای مداح حرفه‌ای؛ها از دیگر ایرادات و تبعات حفظ نکردن شعر است. زیرا همان طور که گفته شد حداقل چهل تا پنجاه درصد ذهن مداح، دنبال یافتن کلمات است و همین عامل می‌شود سرعت خواندن مداح در جاهای مختلف، متفاوت بوده و از آن مهم‌تر متناسب معنا نباشد. لذا برای رعایت نکات فوق، لازم است تسلط کامل بر شعر داشته باشیم که این تسلط کامل در سایه حفظ آن به دست می‌آید.

نکته بعدی اینکه افرادی که شعرشان را حفظ نیستند؛ معمولاً نمی توانند کنترل مجلس را به دست بگیرند. علت هم این است که چشم مداح به دنبال یافتن کلمات است. در صورتی که اگر مداح شعر را حفظ باشد؛ گوشه و کنار مجلس را زیر نظر قرار می دهد تا اگر کسانی مشغول انجام کارهای متفرقه بودند؛ به آنان متذکر شده و اداره کامل جلسه را به دست بگیرد. همچنین دیگر نمی‌توان به خوبی ابتکار عمل داشت و برای جا انداختن بهتر معنا و مقصود شعر، با آوردن ابیات تشبیهی یا شاهد مثال آوردن از دیگر اشعار اقدام نمود و معمولاً از این اصل غافل می‌شوند.

با توجه به آنچه گفته شد؛ نتیجه می‌گیریم حفظ شعر از اهمیت ویژه ای برخوردار است و هر مداحی لازم است برای پیشرفت و ارائه یک مجلس خوب به آن تمسک جوید و همواره آن را نصب‌العین خود قرار دهد. و اگر بخواهیم با دیده اغماض به این رکن مهم بنگریم؛ حداقل باید گفت: حفظ شعر برای افراد مبتدی و نیمه حرفه‌ای، امری واجب و برای افراد حرفه‌ای، امری پسندیده و مستحب است. زیرا معمولاً افراد مبتدی که شعرشان را حفظ نیستند نه می‌توانند لحن خوبی ارایه دهند و نه شعر را صحیح بخوانند و دچار اشتباه می‌شوند و ما موظف به رفع این مسایل هستیم. نکته بعدی این که هیچگاه خود را گرفتار این توجیه نادرست که ممکن است مردم متوجه خطاهای ما نشوند؛ نکنید. به قول شاعر:

هر بیشه گمان نبر که خالیست شاید که پلنگ خفته باشد

ممکن است عده حرفه‌ای با طرح بهانه های مختلف از جمله مشغله فکری و ... بگویند امکان حفظ شعر برایشان مقدور نیست که این توجیه حرفه‌ایها عذر بدتر از گناه است. زیرا اولاً ما اجازه نداریم در بارگاه اهل بیت کم کاری کنیم. ثانیاً بر اساس تحقیقات انجام شده، هر فردی با ضریب هوشی ضعیف هم می تواند در عرض پنج دقیقه یک بیت را حفظ کند و اگر تنها روزی ۱۵ دقیقه وقت صرف کرده و روزانه سه بیت شعر حفظ نماید؛ در پایان هر سال، حداقل ۱۲۰ غزل ۹ بیتی حفظ کرده است.

جلسه پنجم:

انقسام مجالس مداحی و ویژگی‌های آنها

انواع مجالس مداحی:

در پنجمین جلسه از مباحث اصول و فنون آموزش مداحی، به انواع مجالس مداحی می پردازیم. به طور کلی جلسات مداحی در یک تقسیم بندی به شش دسته زیر تقسیم می شود:

۱. مجالس مناسبتی 2. مجالس هفتگی هیأت ۳. مجالس ادعیه خوانی ۴. چاووشی خوانی 5. مجالس ختم 6. مجالس عروسی

۱. مجالس مناسبتی: معمولاً در مناسبت های مذهبی همچون ولادت ها؛ شهادت ها؛ اعیاد ائمه مجالسی برگزار می شود که به آن مجالس مناسبتی گفته می شود؛ مداح در اینگونه جلسات معمولاً از وقت کافی برخوردار است و اگر تنها مداح آن مجلس باشد؛ باید طوری برنامه ریزی کند تا از تکرار خوانی جلوگیری کرده و بهتر است به ترتیب زیر عمل کند:

الف) ابتدا یک رباعی بخوانید که با این رباعی ذکر صلوات از مردم گرفته شود؛ و یا اینکه ذکر شریف صلوات را با لحن بخوانید تا هم مستمعین به مشارکت و آرامش دعوت شوند و هم جلسه با ذکر صلوات معطر شده و هم به این طریق به توصیه ها و احادیث فراوانی که در این خصوص وجود دارد؛ عمل کرده باشید.

ب) خواندن دعای مقدمه ای استغفار؛ (أَسْتَغْفِرُ اللَّهَ الَّذِي لَا إِلَهَ إِلَّا هُوَ الْحَيُّ الْقَيُّومُ، الرَّحْمَنُ الرَّحِيمُ ذُو الْجَلَالِ وَالْإِكْرَامِ؛ وَ أَسْأَلُهُ أَنْ يَتُوبَ عَلَيَّ تَوْبَةً عَبْدٍ ذَلِيلٍ خَاضِعٍ قَبِيرٍ بَائِسٍ مُسْكِنٍ مُسْتَجِيرٍ مُسْتَجِيرٍ لَا يَمْلِكُ لِنَفْسِهِ نَفْعًا وَلَا ضَرًّا وَلَا مَوْتًا وَلَا حَيَاةً وَلَا تُشُورًا) تا با این استغفار، از گناه های احتمالی پاک و آماده بردن نام اهل بیت (علیهم السلام) باشیم.

ج) خواندن دعای فرج و سپس یک رباعی یا غزل امام زمان (عج)، به تناسب حجم مطالب و وقت شما.

د) بعد از آن یک غزل یا قصیده یا مثنوی (متناسب با وقت و حجم مطالب) در مدح امامی که مناسبت جلسه به نام او می باشد؛ خوانده شود که در حین خواندن قصیده، یک کرامتی از حضرت که معمولاً متناسب با معنی یکی از ابیات قصیده است بخوانید.

ه) در بخش بعد یک غزل یا قصیده یا مثنوی مصیبت (متناسب با وقت و حجم مطالب) و سپس روضه و زیانحال خوانده شود. و پس از آن یک نوحه واحد و سپس شور ...

با توجه به اینکه در خصوص جایگاه، اهمیت و نقش هر یک از پنج بخش فوق، در جلسه سوم به طور کامل توضیحات لازم ارائه شده است؛ لذا جهت جلوگیری از تکرار مکررات، از توضیح بیشتر خودداری کرده و شما را به مطالعه جلسه سوم یعنی «اجزاء مختلف اجرای یک مجلس» دعوت می کنیم.

۲. مجلس هفتگی هیأت ها؛ مجالس هفتگی هیأت ها نیز از نظر محتوا و اجرای برنامه تقریباً شبیه مجالس مناسبتی می باشد تنها با این تفاوت که معمولاً در این گونه مجالس مداح مخاطب ثابت خود را دارد و به همین دلیل با توجه به شناختی که در طرف ایجاد شده است؛ بهتر می تواند به اجرای برنامه های خود بپردازد.

۳. ادعیه خوانی: به مجالسی گفته می شود که محور اصلی مجلس خواندن ادعیه هایی همچون: دعای کمیل، دعای ندبه دعای سلمات، زیارت جامعه کبیره، زیارت عاشورا و ... می باشد و البته در اینگونه مجالس هم باید قبل و بعد از خواندن دعا مطالب دیگری به فراخور حال و وقت جلسه ارائه و خوانده شود. گاهی مواقع دیده شده است که بعضی از مداحان متأسفانه در قرائت صحیح ادعیه مشکل دارند و نمی توانند به درستی از انجام این وظیفه برآیند که این عیب بسیار بزرگی است و به هیچ وجه از هیچ مسلمانی مورد قبول نیست تا چه برسد به مداحانی که قرار است مروج دین اسلام و مکتب اهل بیت (علیهم السلام) باشند. اصولاً اینگونه افراد از پذیرش دعوت اینگونه مجالس به بهانه های سری و باز می زند تا شاید این کاستی خود را پنهان کنند و گاهی نیز دیده می شود که عنوان می کنند ما دعاخوان نیستیم که این بهانه نیز، عذر بدتر از گناه می باشد و به هیچ عنوان پذیرفته نیست.

یک مداح خوب مداحی است که در تمام زمینه های مداحی همچون مدح و مدح خوانی، روضه خوانی، دعاخوانی، سینه زنی و ... دارای تبحر باشد و از هر کدام در موقع خود استفاده کند. بارها گفته ایم اگر بخواهیم مثالی بزنیم؛ شاید بتوان گفت: یک مداح خوب باید همچون یک سوپر مارکت باشد که تمام اجناس مشتریان را داشته باشد تا کسی دست خالی نرود؛ نه همچون یک بقالی که تنها چند جنس ... دارد. لذا مداح باید در تمام اصول و ارکان مداحی همچون مدح و مدح خوانی، روضه خوانی، مولودی خوانی، مولودی خوانی، روضه خوانی، ادعیه خوانی، سینه زنی و ... تبحر لازم را داشته و با رعایت اصول فنی آن ایفای نقش کند. اما برای ادعیه خوانی لازم است اصولی رعایت شود که به تعدادی از این اصول، به شرح زیر اشاره می کنیم:

الف) رعایت اصول و قواعد روخوانی و روان خوانی متون عربی: باید ادعیه با رعایت کامل قواعد روخوانی و تجویدی خوانده شود تا معانی کلمات تغییر نکنند. لذا لازم است تا ضمن تمرین و مرور لازم که منتج به تسلط کامل شود؛ در هنگام خواندن نیز باید دقت نمود تا اعراب کلمات اشتباه نشده و به درستی تلفظ شود. همچنین رعایت نکات تجویدی از الزامات ادعیه خوانی است؛ به عنوان مثال در دعای فرج عبارت «اللهم کن لولیک ...» خوانده می شود؛ «اللهم کل لولیک ...». زیرا حرف نون ساکن به لام به حروف یرملون رسیده است؛ لذا نون ساکن حذف و حرف لام از حروف یرملون مشدد خوانده می شود.

ب) بهتر است ادعیه را با لحن عربی قرائت کنید؛ علی الخصوص تلفظ حروف متشابه الزامی است. زیرا در صورت عدم رعایت این اصل، ممکن است در معنای کلمات تغییر حاصل شود. ما در زبان فارسی تمام حروف را شبیه هم تلفظ می کنیم مثلاً در لهجه فارسی چهار حرف «ز - ذ - ض - ظ» یک جور تلفظ می شود؛ اما در زبان عربی تلفظ هر کدام متفاوت با دیگر حروف است و هر حرف دارای مخرج مشخص است و عدم رعایت مخارج حروف می تواند موجب تغییر در معنا شود. به عنوان مثال، کلمه «صمد» به معنی بی نیاز است؛ اما اگر در تلفظ کلمه «صمد» را «سمد یا ثمد» تلفظ کنیم دیگر معنای بی نیاز نمی دهد. اگر دقت

کرده باشید مداحانی که با لحن فارسی ادعیه می خوانند در خارج از کشور علی&irm؛الخصوص کشورهای عربی با مشکل مواجه می شوند و معمولاً با اعتراض مستمعین و گاه با برخوردهای تند آنان مواجه می شوند. زیرا اعراب که واقف به الفاظ و معانی آنها هستند؛ متوجه این تغییر در معنا شده و در نتیجه معترض می شوند.

ج) لازم است قبل از خواندن در مجالس ادعیه ضمن تسلط بر روخوانی ادعیه، مروری هم بر معانی فرازهای دعاها داشته باشیم و حتی در صورت وجود فرصت تفاسیر یا شرح&irm؛های ادعیه را مطالعه کنیم تا در هنگام خواندن با توجه به معانی فرازهای مختلف دعا، لحن متناسب با آن فراز از دعا را انتخاب کرده تا در نتیجه بهتر بتوانیم هم خودمان ارتباط برقرار کنیم و هم کمک کنیم تا مستمعین این ارتباط را برقرار کنند. اگر خاطراتان باشد در مباحث جلسه اول در معانی لحن گفتیم که یکی از معانی لحن یعنی خواندن متناسب با معنای کلمه است. ضمن اینکه لازم در طول دعاخوانی بعضی از فرازها برای مستمعین معنا شود و یا اینکه جملاتی در تبیین یا تشریح و یا تحریک احساسات مستمعین بیان شود که متناسب با متن آن فراز دعا باید باشد تا هم ادعیه خوانی شما از یکنواختی خارج شود و هم مستمعین ضمن آشنایی با معانی دعا، ارتباط بهتری برقرار کرده و شما را همراهی و یاری کنند.

د) سعی کنید با توجه به توصیه های علما و مراجع از خواندن روضه یا اشعار و یا حرف های غیر مرتبط در وسط ادعیه خوانی جداً پرهیز نمایید. زیرا این کار ضمن اینکه ممکن است موجب کم&irm؛رنگ شدن روح حاکم بر دعا و انقطاع آن شود؛ مستمعین را نیز از توجه لازم به روح دعا و فلسفه آن دور کند. گاهی دیده شده است بعضی از مداحان که تسلط لازم را به معانی ادعیه ندارند با تقطیع نابجای ادعیه موجب می شوند که معانی ادعیه نیز ایتر بماند. به همین دلیل علما و مراجع، توصیه اکید دارند از خواندن شعر، روضه و... در وسط ادعیه پرهیز شود. لذا بهتر است اشعار و روضه ها قبل از آغاز تلاوت دعا و یا در پایان آن خوانده شود و در وسط دعاخوانی صرفاً جملاتی مرتبط با معانی فرازهای مختلف دعا ذکر شود.

ه) با توجه به توصیه های مؤکد علما و مراجع که بر اساس روایت وارده است؛ از کم و زیاد کردن فرازهای ادعیه جداً خودداری نمائید. زیرا اگر قرار بود کمتر و یا بیشتر باشد؛ خود امام معصوم چنین چیزی را توصیه می فرمودند. به عنوان مثال در دعای کمیل در آن فرازی که سه بار عبارت «یارب یا رب یا رب» ذکر شده است؛ اجازه نداریم آن را بیشتر یا کمتر کنیم. زیرا اگر لازم بود بیشتر باشد؛ قطعاً خود امیرالمومنین(علیه السلام) چنین توصیه ای را به کمیل بن زیاد می &irm؛فرمودند. اگر بخواهیم برای روشن تر شدن موضوع مثالی بزنیم باید گفت؛ وقتی به پزشک مراجعه می کنید و یک نوع قرص خاص را برای هر شش ساعت یک عدد تجویز کرده است؛ شما نمی توانید به تشخیص خود آن را کم یا زیاد کنید و بگوئید که این قرص داروی درمان من است و تجویز شده دکتر است پس برای اینکه زودتر خوب شوم به جای هر شش ساعت یک عدد، هر سه ساعت یکی یا هر شش ساعت دو عدد بخورید که قطعاً اگر اینگونه عمل کنید نه تنها نتیجه&irm؛ای نخواهید گرفت که بر عکس مضر هم خواهد بود.

و) باید توجه داشته باشید که روح حاکم بر هر دعا با دعای دیگر متفاوت است و لذا لازم است همان طور که در تعاریف کامل لحن هم گفتیم؛ لحن انتخابی متناسب با معانی آن باشد. به عنوان مثال، فضای حاکم بر زیارت عاشورا یا زیارت ناحیه مقدسه، کاملاً محزون و مرثیه ای است و لحن روضه دارد؛ اما در دعای کمیل یا دعای جوشن کبیر و مجیر، لحن مناجاتی باید انتخاب و اجرا شود و یا اینکه فضای متن زیارت جامعه کبیره معرفتی است؛ لذا باید لحنی متناسب با همین معنا انتخاب شود. ضمن اینکه باید توجه داشت گاهی مواقع فرازهای مختلف یک دعا با دیگر فرازهای دیگر همان دعا متفاوت است که باید مد نظر قرار بگیرد.

۴. چاووشی&irm؛خوانی: به مجالسی که به عنوان ولیمه بازگشت حجاج، زائرین عتبات و... برگزار می گردد؛ اصطلاحاً مجالس چاووشی&irm؛خوانی گویند. چهارچوب کلی محافل چاووشی&irm؛خوانی بسم&irm؛الله و عرض زیارت قبولی، جملات عربی ابتدای مجلس و عرض ادب به امام زمان(عج) و شعر ولایی، شعر چاووشی تصنیف مدحی دعا و مناجات پایان مجلس است. اما در مجالس چاووشی خوانی لازم است نکات زیر را رعایت فرمائید:

الف) با توجه به فضای حاکم بر اینگونه مجالس، بهتر است از طولانی نمودن مداحی ها پرهیز نمائید. زیرا معمولاً افراد حاضر در این مجالس، آمادگی و حوصله لازم را ندارند.

ب) توصیه می شود از خواندن روضه در اینگونه مجالس خودداری کنید. زیرا معمولاً در اینگونه مجالس، عده ای از افراد یا در حال میوه میل کردن هستند و یا در حال تعریف کردن و فضای حاکم بر مجلس آماده پذیرش روضه نیست.

ج) بهتر آن است در اینگونه مجالس، اشعار ولایی یا شعری در جایگاه و ثواب زیارت ائمه(علیهم السلام) همچون شعر زیر خوانده شود که اگر مستمعین دقت و توجه لازم را هم نداشتند؛ حرمت و شأن مصائب اهل بیت(علیهم السلام) رعایت شود.

نمونه ای از شعر چاووشی زبان حال حجاج:

کردم طواف قبله&irm؛گه خاص و عام را دیدم صفا و مروه و رکن و مقام را
وادی مشعر و عرفات و منا و خیف قریانگه خلیل علیه السلام را

کردم پی طواف به تن جامه&irm؛ای تمیز کز هم دهم تمیز حلال و حرام را
نمونه ای از شعر چاووشی زائرین کربلا:

خرم دلی که منبع انهار کوثر است کوثر کجا ز دیده پُر اشک بهتر است

نام حسین و کرب&irm؛و&irm؛بلا هر دو دلریاست نام علی اکبر از آن دلربا تر است

رفتم به کربلا به سر قبر هر شهید دیدم که تربت شهدا مشک و عنبر است

۵. مجالس ختم: محفلی است که به مناسبت درگذشت عزیزان از دست رفته برگزار می گردد و معمولاً این محافل، به عنوان ختم، هفتم، چهلم و سالگرد برگزار می گردد که آداب مخصوص به خود را دارد که متأسفانه بعضی اوقات دیده شده است که

کتر موجب توجه قرار می گیرد و باید مورد تجدیدنظر واقع شود. در زیر به نکات مهم و حائز اهمیتی که باید در مجالس ختم مورد توجه و اهتمام ویژه قرار گیرد؛ اشاره می کنیم:

الف) فراموش نکنیم این مجالس بیش و پیش از آنکه برای تسلی بازماندگان باشد؛ باید مجلسی برای آرامش روح مرحوم و رسیدن خیرات به او باشد و در مرحله دوم تسلی خاطر بازماندگان مدنظر قرار گیرد. لذا شایسته است از اعمال، گفتار، رفتار و کرداری که نه تنها سودی برای فرد فوت شده ندارد؛ بلکه شاید موجب رنجش و... او شود؛ اعمالی همچون عدم رعایت اصول اخلاقی و اسلامی، دامن زدن به رسوم و باورهای غلط که ریشه در دین هم ندارد و یا چابلوسی، ریا، بدعت؛ های غلط و ... پرهیز نمود.

ب) همان گونه که گفته شد از این مجالس، باید بهره و ثوابی به مرحوم برسد. لذا لازم است دقت شود که قرائت قرآن با رعایت نکات روخوانی و تجویدی باشد تا موجب آمرزش مرحوم و رسیدن خیرات به او شود. و کمتر وقت جلسه را به تقدیر و تشکر از یکدیگر و ... اختصاص داد. بعضاً دیده می شود آنقدر در این خصوص افراط می شود که بیشتر وقت جلسه به عرض تسلیت؛ ها و تعریف و تمجیدهای کذایی اختصاص می یابد که کاملاً اشتباه است.

ج) در قرائت قرآن، باید آداب تلاوت قرآن همچون: وضو داشتن، لحن محزون و لحن صحیح، استعاذه، تصدیق و ... رعایت شود تا در سایه رعایت این نکته، بهره و ثوابی نثار روح مرحوم شود. بعضی وقت؛ ها دیده می شود قرائت قرآن؛ بدون استعاذه و بسم الله الرحمن الرحیم و یا دیگر آداب تلاوت قرآن انجام می شود. مثلاً بسیار دیده می شود که در وسط قرآن خواندن و بدون صدق الله العلی و العظیم گفتن، متن؛ های تسلیت و تشکر گفته می شود که کاملاً اشتباه و نادرست است و مغایر شأن و حق قرآن کریم است.

د) بهتر است در تلاوت قرآن از آیات و سوری همچون آیات 200-185 سورة آل عمران، آیات 118-97 سورة مؤمنون، آیات 69-56 سورة عنکبوت، آیات 75-42 سورة زمر، سورة ق و سورة واقعه استفاده شود که مرتبط با مرگ و قیامت و رستاخیز است تا ضمن اینکه ثواب قرائت آن به میت برسد؛ برای مستمعین نیز پند و اندرز و عبرت بوده و برای بازماندگان نوعی دل؛ تسلی باشد که بدانند عاقبت همه مرگ است. ضمن اینکه خوب است از وقت قرائت قرآن، زمانی برای خواندن ترجمه آن اختصاص داده شود تا مستمعین از محتوای آیات قرائت شده، بهره بیشتری را ببرند.

ه) لازم است آیات با نغمات و دستگاه؛ های قرآنی قرائت گردد نه با الحان مداحی. چرا که در روایات نقل شده است: «إقروء القرآن بالألحان العربی و أصواتها»؛ یعنی قرآن را با الحان و آوای عرب تلاوت نمایید.

و) قبل از شروع قرائت، برای پیشگیری از صحبت و بی؛ توجهی احتمالی مستمعین هنگام قرائت قرآن، آیات و روایات مرتبط در اهمیت سکوت و توجه، هنگام خوانده؛ شدن قرآن، مثل آیه: «وَ إِذَا قُرِئَ الْقُرْآنُ فَاسْتَمِعُوا لَهُ؛ وَ أَنْصِتُوا لَعَلَّكُمْ تُرْحَمُونَ»؛ یعنی: هنگامی که قرآن خوانده شود؛ گوش فرا دهید و خاموش باشید؛ شاید مشمول رحمت خدا شوید؛ را بیان نموده و از حاضرین بخواهید به احترام قرآن سکوت نموده و به آیات تلاوت شده توجه بفرمایند.

ز) همان گونه که گفته شد؛ مجالس ختم، بعد از خیرات برای میت، باید باعث دل تسلی بازماندگان شود؛ لذا از گفتن جملاتی که یادآور خاطرات آنهاست و باعث تحریک احساسات بازماندگان است و بیشتر حکم نمک بر زخم پاشیدن دارد؛ پرهیز نمایند. بلکه باید با گفتن روایت؛ های همچون: امام رضا(علیه السلام) فرمود: «يَا ابْنَ شَيْبٍ إِنَّ كُنْتَ بَاكِيًا لَيْشِي»؛ «قَابِكُ لِلْحُسَيْنِ»؛ یعنی ای فرزند شبیب! اگر می خواهی برای چیزی گریه کنی برای حسین(علیه السلام) گریه کن. کسی که بر حسین گریه کند؛ جایگاهش در بهشت کنار معصومین خواهد بود. و امام صادق(علیه السلام) فرمودند: در تمام مصیبت؛ ها صبر کردن و جزع و فزع نکردن ثواب دارد مگر در مصیبت جد ما ابا؛ عبدالله؛ الحسین(علیه السلام) که هرچه جزع و فزع بیشتر باشد؛ فضیلتش بالاتر است. آنان را دل؛ تسلی داده و به سمت اهل بیت(علیهم السلام) هدایت نمود.

ح) بعضی از افرادی که در مجالس ختم شرکت می کنند؛ شاید در طول سال در هیچ هیأتی شرکت نکنند؛ لذا شایسته است از این فرصت استفاده نمود و ضمن خواندن اشعار پندآموز و اشعار اخلاقی، با ذکر روایاتی همچون روایات زیر آنها را به سمت هیأت و اهل بیت دعوت و هدایت نمود:

- قَالَ النَّبِيُّ(صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَ آلِهِ) : «مَنْ مَاتَ عَلَى حُبِّ آلِ مُحَمَّدٍ مَاتَ شَهِيدًا، أَلَا وَ مَنْ مَاتَ عَلَى حُبِّ آلِ مُحَمَّدٍ مَاتَ مَغْفُورًا، أَلَا وَ مَنْ مَاتَ عَلَى حُبِّ آلِ مُحَمَّدٍ مَاتَ تَائِبًا، أَلَا وَ مَنْ مَاتَ عَلَى حُبِّ آلِ مُحَمَّدٍ مَاتَ مُؤْمِنًا مُسْتَكْمِلَ الْإِيمَانِ، أَلَا وَ مَنْ مَاتَ عَلَى حُبِّ آلِ مُحَمَّدٍ بَشْرَةً مَلَكَ الْمَوْتَ يَالِجَنَّةِ ثُمَّ مُنْكَرٌ وَ تَكْوِيْرٌ، أَلَا وَ مَنْ مَاتَ عَلَى حُبِّ آلِ مُحَمَّدٍ فَتِيْحٌ لَهُ فِي قَبْرِهِ بَابَانِ إِلَى الْجَنَّةِ، أَلَا وَ مَنْ مَاتَ عَلَى حُبِّ آلِ مُحَمَّدٍ جَعَلَ اللَّهُ قَبْرَهُ مَرَارَ مَلَائِكَةِ الرَّحْمَةِ، أَلَا وَ مَنْ مَاتَ عَلَى حُبِّ آلِ مُحَمَّدٍ مَاتَ عَلَى السَّئَةِ وَ الْجَمَاعَةِ، أَلَا وَ مَنْ مَاتَ عَلَى بُغْضِ آلِ مُحَمَّدٍ جَاءَ يَوْمَ الْقِيَامَةِ مَكْتُوبٌ بَيْنَ عَيْنَيْهِ آيِسٌ مِنْ رَحْمَةِ اللَّهِ، أَلَا وَ مَنْ مَاتَ عَلَى بُغْضِ آلِ مُحَمَّدٍ مَاتَ كَافِرًا، أَلَا وَ مَنْ مَاتَ عَلَى بُغْضِ آلِ مُحَمَّدٍ لَمْ يَشْمَرْ رَائِحَةَ الْجَنَّةِ». یعنی پیامبر مکرم(صلوات الله علیه و آله) فرمود: «هر کس بر محبت آل؛ محمد از دنیا برود؛ شهید مرده است. هان! و هر کس بر محبت آل؛ محمد بمیرد آموزیده است. هان! و هر کس بر محبت آل؛ محمد بمیرد؛ با ایمان کامل از دنیا رفته است. هان! و هر کس بر محبت آل؛ محمد بمیرد؛ دربی از قبرش به بهشت گشوده می؛ شود. هان! و هر کس بر محبت آل؛ محمد بمیرد؛ خداوند قبر او را جایگاه زیارت ملائکه رحمت قرار می؛ دهد. هان! هر کس بر محبت آل؛ محمد بمیرد؛ بر راه و روش پیامبر و جماعت مؤمنین مرده است. هان! و هر کس با کینه آل؛ محمد بمیرد؛ روز قیامت که می آید؛ بر پیشانی او نوشته است: «مأیوس از رحمت خدا». هان! و هر کس بر بغض آل؛ محمد

بمیرد؛ کافر از دنیا رفته است. هان! و هر کس بر بغض آل‌محمد بمیرد؛ بوی بهشت را استشمام نخواهد کرد». خواندن اشعار پندآموز از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است و می‌تواند نقش کلیدی داشته باشد. البته توصیه می‌شود به شدت از نصیحت صریح پرهیز کنید. زیرا احتمال دارد نتیجه معکوس داشته باشد. لذا در همان قالب اشعار پندآموز مطالب را بیان کنید و هنگام شرح اشعار، خودتان را خطاب قرار دهید تا مستمع، به صورت غیرمستقیم پیام شما را دریافت نماید.

ی) در اواخر مجلس ختم سوره الرحمن قرائت می‌شود که معمولاً تا آیه «كُلٌّ مِّنْ عَلَيْهَا فَاِنَّ» ادامه پیدا می‌کند. هنگام قرائت سوره الرحمن وقتی آیه «قِيَّايْ اَلَا رَّيْگَمَا تُكْذِّبَان» خوانده می‌شود؛ مستحب است جمله؛ «لَا يَشْتَبِيْ»؛ مِنْ اَلَايْكَ رَبِّ اُكْذِّبْ؛ قرائت شود. فلسفه آن نیز، این است که امام صادق(علیه السلام) فرمود: «مَنْ قَرَأَ سُورَةَ الرَّحْمَنِ فَقَالَ عِنْدَ كُلِّ قِيَّايِ اَلَا رَّيْگَمَا تُكْذِّبَان؛ لَا يَشْتَبِيْ»؛ مِنْ اَلَايْكَ رَبِّ اُكْذِّبْ؛ قَرَأَهَا لَبِئْسَ ثُمَّ مَاتَ شَهِيداً و اِنْ قَرَأَهَا نَهَاراً ثُمَّ مَاتَ شَهِيداً». فرمود: «هر کس سوره الرحمن را تلاوت کند و پس از قرائت هر جمله "پس کدام یک از نعمت‌های خدا را تکذیب می‌کنید؛ بگوید: "من هیچ يك از نعمت‌های تو را ای پروردگار من تکذیب نمی‌کنم؛" اگر این سوره را شب هنگام خوانده باشد و همان شب بمیرد؛ شهید از دنیا رفته باشد و اگر آن را در روز تلاوت کند و همان روز از دنیا برود؛ شهید مرده است». به همین دلیل در برخی محافل، مستمع پس از قرائت آیه مذکور، این جمله را قرائت می‌کند. خوب است قاری نیز این جمله را با مستمعین تکرار نماید.

۶. مجالس عروسی: ممکن است در بعضی از مجالس عروسی نیز از مداح‌ها برای اجرای برنامه دعوت کنند که در اینگونه مواقع، قبل از هر چیزی باید بررسی کنید که آیا مسائل شرعی و اسلامی در آن مجلس رعایت می‌شود یا خیر؟ و اگر رعایت نمی‌شود به هیچ عنوان پاسخ مثبت به اینگونه دعوت‌ها ندهند. زیرا باید توجه داشت که آبروی یک جمعیت مطرح است نه یک فرد. مثلاً اگر قرار باشد قبل یا بعد از مداحی نوار نامناسبی پخش شود؛ و یا اینکه حجاب و حدود شرعی رعایت نشود؛ به هیچ عنوان نباید در چنین مجلسی شرکت نمود. اما در حالت کلی، چهارچوب محافل عروسی اینگونه است: بسم الله ... و عرض تبریک جملات عربی ابتدای مجلس و عرض ادب به امام زمان(عج)، شعر ولایی، شعر عروسی، تصنیف مدحی، مراسم تشکر و تقدیر داماد از والدین، دعا و مناجات پایان مجلس.

در بعضی از محافل، با توجه به زمان کافی و مناسبی که در اختیار مداح می‌باشد؛ جملات عربی ابتدای مجلس به تفصیل و کامل ارائه می‌گردد. در این محافل، عرض ادب شعری به امام زمان(عج) معمول نیست و به دعای فرج و ارائه آیات و روایات مرتبط اکتفا می‌شود؛ اما در صورت مناسب بودن شرایط، می‌توان به عرض ادب شعری هم پرداخت. نمونه‌هایی از جملات عربی مورد استفاده در ابتدای مجالس مختلف مداحی:

- عرض ادب به امام زمان(عج): «يَا رَبَّ الْحُسَيْنِ، يَحَقِّ الْحُسَيْنِ، إِشْفِ صَدْرَ الْحُسَيْنِ، يَطْهُرُ الْحُجَّةَ، يَا رَبَّ الْحُجَّةَ إِشْفِ صَدْرَ الْحُجَّةَ يَطْهُرُ الْحُجَّةَ، يَا رَبَّ الْمُؤْمِنِينَ إِشْفِ صُدُورَ الْمُؤْمِنِينَ يَطْهُرُ الْحُجَّةَ».

- جملات مناجاتی: «يَا دَائِمَ الْقَضَلِ عَلَى الْبَرِّيَّةِ، يَا بَاسِطَ الْيَدَيْنِ بِالْعَطِيَّةِ، يَا صَاحِبَ الْمَوَاهِبِ السَّنِيَّةِ، صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ وَآلِهِ خَيْرَ الْوَرَى سَجِيَّةٍ، وَ اغْفِرْ لَنَا يَا ذَا الْعُلَى فِي هَذِهِ الْعَشِيَّةِ» (مفاتح الجنان، اعمال شب جمعه).

- جملات مناجاتی: «الهي قلبي محجوب، و نفسي معيوب، و عقلي مغلوب، و هوائي غالب، و طاعتي قليل، و معصيتي كثير، و لساني مفر بالدثوب، فكيف حيلتي، يا ستار العيوب و يا علام الغيوب و يا كاشف الكرب، اغفر ذنوبي كلها، يخرمه محمداً و آل محمداً، يا عَقَّارُ يَاقَعَّارُ يَرْحَمُكَ يَا أَرْحَمَ الرَّاحِمِينَ» (مفاتح الجنان، ص ۶۲ و شرح دعا؛ دعا؛ صبح آقای خوئی، ص ۲۰۴). معنای دعا فوق این است: خداوند دلم در پرده و حجاب است؛ و نفسم آلوده به عیب‌هاست؛ و عقلم مغلوب هوا و هوس است؛ و هوای نفسم غالب؛ طاعات و عباداتم اندک و کم است؛ و گناهانم بسیار زیاد است؛ و زبانم اقرارکننده به گناهانم می‌باشد؛ پس چه چاره‌ای می‌توانم داشته باشم؟ ای پرده‌پوش عیب‌ها! و ای دانای اسرار پنهانی! و ای برطرف کننده‌اندوه‌ها! بیامرز تمام گناهانم را! به مقام محمد و خاندانش! ای آمرزنده! ای آمرزنده! ای آمرزنده! به حق رحمتت ای مهربان‌ترین مهربانان!

جلسه ششم:

صداسازی و جایگاه آن در مداحی (قسمت اول تنفس صحیح و تمرینات آن)

بعد از آشنایی با مباحث تئوری در پنج جلسه قبل (به غیر از جلسه دوم که مباحث تقلید و سیر مراحل آن بود) از این جلسه بیشتر وارد مباحث عملی می‌شویم تا گام مؤثرتری را برای پیشرفت برداریم (هرچند یادگیری مباحث جلسه اول تا پنجم نیز بسیار ضروری و لازم است). اولین و مهم‌ترین چیزی که هر مداح باید با آن آشنا شده و با تمرین‌ها؛ مدام بر آن تسلط پیدا کند؛ مباحث مربوط به صداسازی و راه‌های حفظ صوت است. در واقع، شاید بتوان گفت: این علم پیش‌نیاز مداحی و خوانندگی می‌باشد.

صداسازی چیست؟ صداسازی به مجموعه روش‌های گفته می‌شود که باعث تقویت صدا و افزایش قابلیت‌های دستگاه تکلم (شش‌ها، نای، حنجره و تارهای صوتی، دهان، زبان، لب‌ها) شود. به عبارت صحیح‌تر یعنی مداح بتواند از تمامی بازه‌های صوتی خود به بهترین شکل ممکن استفاده کند.

بنابراین صداسازی یعنی علمی که آگاهی شما را نسبت به بدنتان به عنوان یک ساز نشانه می‌گیرد. و به این مساله می‌پردازد که چگونه بتوانیم از امکانات صوتی بدنمان به طور صحیح و طبیعی استفاده کنیم. یعنی بیاموزیم که چگونه می‌توانیم در هنگام مداحی بدون اینکه خم و راست شده یا چهره‌مان کبود و رگ‌های گردنمان بیرون بزنند؛ به تمامی و بالاترین قابلیت‌های صوتی لازم دست پیدا کنیم.

سه تذکر بسیار مهم و حیاتی: در همین ابتدای بحث، لازم است سه نکته !rmای که عمل به آن می تواند عامل پیشرفت و عدم توجه به آن باعث درجا زدن و عقب ماندگی شما خواهد شد را یادآور شویم:

1. باید بدانیم که حفظ کردن این مطالب بدون اینکه با تمرین مداوم و روزانه بر آنها مسلط شده و به آنها عمل کنیم؛ هیچ کمکی به پیشرفت ما نخواهد کرد. به عبارت دیگر، نداشتن تمرین مستمر و عمل نکردن به این مباحث، مثل این می ماند که شما برای درمان درد خود به پزشک مراجعه کرده و داروهای تجویز شده او را نیز خریداری می کنید؛ اما آنها را مصرف نمی کنید تا بهبود یابید! دانستن اینکه هر کدام از این داروها چه خواص و تأثیری دارد؟ هیچ کمکی به بهبودی شما نخواهد کرد! بلکه مصرف درست و صحیح آن مطابق نظر پزشک(نه خود سرانه) شما را بهبود خواهد بخشید.

2. نکته مهم بعدی اینکه این مباحث دارو نیست که با تزریق آنها به بدن، به اهداف خود دست یابید؛ بلکه تنها راه رسیدن به نتیجه مطلوب، تمرین روزانه و مستمر و عمل کردن به تک تک توصیه ها است و بس!

3. برخلاف آنچه در بین عوام و حتی بعضی از کلاس!rmهای آموزشی مطرح است؛ صوت!rmو!rmلحن دو مقوله مجزای از هم، اما مکمل همدیگر است و هر کدام از این دو علم(صوت + لحن)، دارای مباحث علمی مستقل و همچنین تمرینات مجزا می باشد که مباحث و تمرینات صداسازی مربوط به صوت و مباحث نغمات و دستگاه های موسیقی مربوط به لحن است. در واقع می توان گفت: مباحث صداسازی، پیش!rmنیاز ورود به علم لحن می باشد که لازم است به آن توجه ویژه شود. اما قبل از اینکه وارد مبحث اصلی شویم؛ لازم است با توجه به مطالب و اصطلاحات این درس، ابتدا با بعضی از اصطلاحات آشنا شده و سپس به بحث اصلی بپردازیم.

آشنایی با واژه!rmهای مرتبط

صوت: در تعریف کلی صوت پدیده ای در طبیعت است که انسان با گوش خود احساس نموده و یا اصطلاحاً می شنود. مثلاً ارتعاش و لرزش اجسام مادی مانند سیم های یک ساز سه تار، موجب پیدایش امواج صوتی می شود. اما در مبحث آموزشی ما، صوت به معنی بانگ و آواز و صدایی است که از به ارتعاش در آمدن تارهای صوتی، به وسیله جریان هوا ایجاد می شود. ضمناً در مباحث آموزشی صوت، ما با دو مقوله مستقل به نام «ویژگی های صوتی» و «توانائی های صوتی» مواجه هستیم که تمرینات صوتی در راستای تقویت و ارتقاء توانائی های صوتی است.

طول موج و فرکانس: از آن جا که صوت به صورت موجی حرکت می کند؛ دارای طول موج بوده و اندازه طول موج تعیین کننده زیر یا بم بودن صدا می باشد. تعداد طول موج در واحد زمان را فرکانس می نامند.

ارتفاع صوت: منظور همان قدرت و طنین صدا و صوت است که آن را با واحدی به نام بسامد اندازه!rmگیری می کنند و نباید آن را با ولوم صوت اشتباه گرفت. در واقع، با طی کردن صدا به صورت پله!rmوار از حالت بم به حالت زیر، ارتفاع صوت افزایش می یابد. شدت یا ولوم صوت: منظور همان توان و حجم خروجی صدا است که حداکثر تا هجده پرده صوتی تولید می شود و با واحدی به نام دسی بل سنجیده می شود.

طنین و زنگ: عامل اصلی رزنانس است که به صدا تن زیبا و مواج و درخشان می دهد. طنین صدا عامل مهمی در زیبایی آن است.

تقسیم!rmبندی!rmتمرینات صداسازی: قبل از هر چیز باید بدانیم که تمرینات صداسازی به دو دسته تقسیم می شوند:

الف) تمرینات تنفسی. ب) تمرینات تارآوایی.

تمرینات تنفسی اساس صداسازی است و لازم است ابتدا به این مبحث بپردازیم؛ یعنی اینکه چگونه نفس بگیریم و یا اینکه یاد بگیریم چه زمانی نفس را نگه داریم و چه زمانی از آن استفاده کنیم. این نکته را باید در نظر داشت که در صداسازی باید این دو تمرین(تمرینات تنفسی و تمرینات تارآوایی) با همدیگر انجام شوند.

تنفس صحیح: اولین چیزی که باید بیاموزیم؛ این است که طریقه تنفس صحیح چگونه است و چه تفاوتی با تنفس ما دارد؟ معمولاً افراد از طریق دهان نفس می کشند که کاملاً اشتباه است؛ زیرا هوای موجود در فضا خشک، کثیف و سرد است که هر سه ویژگی برای حنجر مضر است. اما تنفس صحیح، آن است که از راه بینی انجام شود. با این روش، اولاً سردی هوا قبل از رسیدن به تارهای صوتی و حنجره در مجرای بینی گرم می شود؛ ثانياً آلودگی هوا توسط موهای داخل بینی گرفته می شود؛ ثالثاً خشکی هوا نیز به خاطر رطوبت طبیعی بدن گرفته می شود و در نتیجه هوایی گرم، مرطوب و تمیز به حنجره خواهد رسید! شاید بتوان گفت: تنفس، پایه و اساس صداست.

نکته مهم بعدی آنکه تنفس ما نباید از طریق سینه باشد؛ بلکه تنفس صحیح، تنفسی است که از طریق حجاب حاجز یا پرده دیافراگم صورت بگیرد. در واقع این نوع تنفس، همان روشی است که در موقع خوابیدن نفس می کشیم و علامت انجام آن، این است که بعد از عمل مکیدن هوا، این شکم شما است که متورم می شود نه سینه شما. برای مشخص!rmتر شدن موضوع، لازم است ابتدا با پرده دیافراگم و وظایف آن در بدن آشنا شویم.

حجاب حاجز یا دیافراگم: حجاب حاجز یا دیافراگم، پرده ای است که در وسط بدن قرار دارد و بدن را به دو قسمت مشخص تقسیم می کند؛ در قسمت فوقانی، قلب و ریه است و در قسمت پایین، معده، کبد و روده و سایر اعضای حیاتی است؛ در واقع پرده دیافراگم ریه را از معده و روده جدا می سازد و قابلیت انعطاف!rmپذیری دارد که این قابلیت با تمرین های تنفسی قابل افزایش است. هنگامی که ما نفس عمیق می کشیم؛ ریه که عملکردی همچون اسفنج دارد؛ پُر از هوا شده و منبسط می شود در نتیجه برای اینکه هوای بیشتری در خود جای دهد؛ باید بزرگ تر شود! لذا نیاز به فضای بیشتری دارد. در حالی که اطراف ریه با دنده های سینه محدود شده و دنده ها خیلی اجازه بزرگ!rmتر شدن به ریه را نمی دهند؛ اما بهترین و آسان ترین راه برای

انباشت بیشتر هوا در ریه، آن است که به طرف پایین یعنی به طرف حجاب حاجز یا دیافراگم توسعه یابد تا بتواند هوای بیشتری را در خود جای دهد.

یکی دیگر از دلایلی که لازم است با انجام تنفس دیافراگمی منبسط کردن شش‌ها را به طرف پائین یعنی به طرف شکم هدایت کنیم؛ این است که وقتی شش‌ها در درون سینه منبسط شود؛ عامل می گردد که فشار مضاعفی به گردن و ماهیچه های گردن بیاورد و این فشار مضاعف عامل خستگی سریع حنجره و حتی گرفتگی تارهای صوتی در هنگام مداحی می گردد.

اکثر مداحان در خواندن های خود علی الخصوص در مداحی‌های طولانی با کمبود نفس و خستگی ناشی از آن مواجه هستند و این امر باعث می شود نتواند اجرای خوبی داشته باشند. پس لازم است تمریناتی داشته باشید تا ضمن افزایش ظرفیت ریه و شش‌ها کنترل خروج نفس را به بالاترین حد خود برسانید. در این تمرین، ابتدا ریه خود را با تنفس از طریق پرده دیافراگم تا حد ممکن پُر از هوا کنید و سعی کنید این هوا را در ریه حبس کرده و بعد از ۳۰ ثانیه با تلفظ کلمه «هیس» و در مدت زمان ۳۰ ثانیه هوای حبس شده در شش‌ها را خارج کنید. در مرحله دوم به جای تلفظ کلمه «هیس» کم‌کم در لابلای صحبت کردن و یا خواندن خارج کنید. البته احتمال دارد اجرای این تمرین در ابتدای کار برای بعضی از افراد مشکل باشد. لذا توصیه می شود در دفعات اول تمرین، فقط به حبس هوا در ریه اکتفا نمایند. در مراحل بعد که سعی کنند بعد از مدت 30 ثانیه حبس هوا در ریه، هوا را کم‌کم و در چند مرحله خارج کنید و در مرحله سوم تمرین هوای حبس شده در ریه را در خلال صحبت کردن خارج سازند و در مرحله چهارم این هوای حبس شده در خلال مداحی کردن یک بیت یا یک مصرع خارج شود.

کنترل خروج هوا، یکی از اساسی ترین نکاتی است که هر مداح باید آن را آموخته و بر آن مسلط شود؛ لذا چنانچه انجام تمرین فوق برایتان مشکل بود؛ می توانید با کمک یک تشبیه آب این کار را انجام دهید. یعنی بعد از تنفس عمیق دیافراگمی و انبساط هوا در ریه، صورت خود را در داخل تشبیه آب فرو برده تا از خروج یکباره هوا جلوگیری کند. همچنین ورزش شنا در زیر آب هم می تواند برای این امر مؤثر و مفید باشد. دو نکته در این تمرین باید رعایت شود: اول اینکه نباید هوای حبس شده به یکباره خارج شود و دوم آنکه در هر بار از تمرین، لازم است مدت زمان حبس هوا در ریه افزایش دهید. این تمرین را هر روز چند مرتبه و هر بار برای مدت ۵ دقیقه تکرار کنید تا به تنفس عمیق و صحیح عادت کنید. کسی که تنفس عمیق و صحیح برایش ملکه شده باشد؛ هنگام خواندن قسمت های دارای کشش تحریری، کشش ارتفاعی یا دارای حجم بالای صدا، نفس کم نمی آورد.

همان طور که قبلا گفتیم ریه عملکردی همچون اسفنج دارد و با انبساط هوا در آن منبسط می شود؛ شاید بتوان گفت که عملکرد ریه همچون یک بادکنک است؛ وقتی شما یک بادکنک تازه داشته باشید؛ برای بار اول تا حد کمی می توانید آن را باد کنید و اگر بیش از آن بادکنک را باد کنید می ترکد. اما با چندین بار باد کردن و خالی کردن آن، کم گنجایش بادکنک بیشتر شده و شاید تا دو برابر بار اول بتوانید آن را باد کنید! حال، ریه انسان نیز چنین عملکردی دارد و تمرینات تنفسی یعنی تنفس به کمک پرده دیافراگم و حبس کردن هوا در درون شش‌ها می تواند عامل افزایش فضای شش شود؛ این تمرین علاوه بر اینکه باعث افزایش فضای ریه و کنترل خروج هوا می شود؛ عامل می گردد که قابلیت انعطاف‌پذیری پرده دیافراگم هم بیشتر شده و فشار زیادی برای خروج هوا به ریه وارد نکند!

تذکرات بسیار مهم:

۱. در تمرینات تنفسی و در هنگام مداحی ها به هیچ عنوان نباید سر را پائین انداخته و یا خم شده و قوز کرد؛ زیرا این کار باعث جمع تر شدن قفسه سینه و فشار به ریه و عضلات حنجره و نتیجتاً فشار بر تارهای صوتی می گردد. بلکه لازم است به صورت کاملاً عمودی نشسته و حالت گردن و سر نسبت به شانه ها ۹۰ درصد باشد تا ریه و عضلات حنجره در بهترین حالت ممکن قرار بگیرند.

۲. سعی کنید تمامی تمرینات تنفسی، آوایی یا لحنی را در فضای باز و پاک انجام دهید. بعضی اوقات دیده شده است که برخی افراد این تمرینات را در اتاق های در بسته و دم کرده و یا مکان های آلوده به دود سیگار یا ... انجام داده و با مشکل مواجه شده اند. فضای دم کرده و سنگین اتاق ها باعث فشار مضاعف به حنجره و تارهای صوتی می گردد.

۳. توجه داشته باشد که در صورت تمرین در فضای باز هوای اطراف شما خیلی سرد نباشد؛ زیرا هوای سر باعث منقبض شدن ماهیچه ها شده و علاوه بر اینکه برای حنجره و تارهای شما مضر است؛ باعث فشار چندین برابری در تمرینات خواهد شد. لذا در چنین هوایی، حتما باید تمهیدات لازم را همچون پوشیدن البسه مناسب و ... اتخاذ نمائید.

۴. نظم در زمان تمرین: امروزه علم پزشکی و روانشناسی ثابت کرده است که تمرین منظم در ساعات خاص می‌تواند به طور چشم گیری در پیشرفت شما مؤثر باشد. یعنی اگر شما هر روز در ساعات خاصی به تمرینات تنفسی، آوایی، یا لحنی بپردازید؛ بعد از چند وقت، بدن شما به طور طبیعی در آن ساعت آمادگی بیشتری برای حفظ محفوظات و یا انجام تمرینات مورد نظر شما را دارد. با یک مثال ساده به اثبات این مبحث علمی می پردازیم. شاید شما هم افرادی را دیده باشید که بعد از بازگشت از خدمت سربازی تا چند وقت صبح بسیار زود از خواب بر می خیزند و علیرغم میل باطنیشان خوابشان نمی برد؛ زیرا مدت چندین ماه صبح زود از خواب بیدار شده و بدنشان در آن ساعت خاص به طور طبیعی بیدار می شود. به همین دلیل است که در علم منطق جمله معرفی وجود دارد که می گویند: «انسان موجودی است شرطی». حال اگر شما برای مدتی هر روز در ساعاتی خاص به تمرین و مداحی بپردازید؛ بعد از این مدت، بدن شما به طور طبیعی در آن ساعات آمادگی بسیار بالاتری نسبت به دیگر ساعات برای انجام خواسته های شما دارد؛ لذا توصیه اساتید فن، این است که بسیار لازم است نظم در تمرین داشته باشید.

سوال: بهترین ساعت برای تمرینات مداحی چه ساعتی است؟ از نظر ما، بهترین ساعت برای تمرینات صوت و لحن و مداحی صبح زود است. زیرا صبح زود دارای خصوصیات و ویژگی‌هایی است که دیگر ساعات روز از آن برخوردار نیستند.

۱. هوای پاک، سالم و سکوت حاکم بر این وقت صبح که مانع از حواس پرتی می‌شود؛ از ویژگی‌های این وقت از روز است.
۲. آمادگی جسمی: بدن انسان بعد از چندین ساعت خواب و استراحت و زدودن خستگی، بسیار آماده‌تر از ساعات دیگر برای تمرینات است.
۳. آرامش فکری: لازم است تمرینات در آرامش کامل فکری و به دور از دغدغه‌های روزانه انجام شود و معمولاً صبح زود انسان وارد امورات روزمره نشده و از آرامش فکری بیشتری برخوردار است.

دو تمرین دیگر در تنفس صحیح و آماده‌سازی حنجره:

۱. ابتدا با دستان خود، دو طرف پهلوی‌تان را بگیرید و به آن تا آنجا که امکان دارد؛ فشار بیاورید (نه خیلی کم و نه خیلی زیاد که موجب رنجستان شود). سعی کنید انگشتان به ناحیه شکم و شصت‌ها به ناحیه کمر فشار وارد کنند. سپس تنفس عمیقی با روش صحیحی که در بالا گفته شد؛ بکشید و بعد از ۱۵ ثانیه به طور آهسته و به آرامی اجازه دهید عمل بازدم صورت بگیرد. اگر این کار را خوب انجام دهید احساس می‌کنید که راه گلو در حال باز شدن است. برای گرم کردن صدا و آزاد شدن و باز شدن راه گلو این تمرین را ۳۰ بار انجام دهید.
۲. در این مرحله می‌خواهیم یک تنفس عمیق ۳۶۰ درجه‌ای را انجام دهیم و سپس با صدای حرف «س» مانند خارج شدن هوا از بادکنک، هوا را از ریه‌ها خارج کنیم. این تمرین را در زمان‌های ۱۵، ۲۵، ۳۵ و ۴۰ ثانیه انجام دهید. در هنگام این تمرین، مراقب باشید که عضلات گردن، شانه‌ها و فک در استراحت کامل باشند.

جایگاه و اهمیت ریه در تولید صدا و مداحی: برای آنکه اهمیت و نقش شش‌ها در تولید صدا مشخص شود؛ به این نکته اشاره می‌کنیم که اگر شما سیم‌ها را از آلات موسیقی همچون سه تار، سنتور، ویالون یا ... را از روی آن باز کرده و بر روی دیواری نصب کنید؛ آنگاه خواهید دید حرکات انگشتان شما بر روی این سیم‌ها، صدایی بسیار ضعیف و یکنواخت تولید خواهد کرد. در واقع فضای زیر این سیم‌ها هستند که صدای مطلوب و متنوع را ایجاد کرده و متناسب با آن فضا، صدایی مجزا از دیگر آلات موسیقی تولید می‌کند. حال ریه و شش‌ها نیز چنین نقش مشابهی دارند و در شدت و کیفیت ارتفاع صدا، قدرت صدا، وضوح صدا و حجم صدا نقش مؤثری دارد.

کنترل نفس و اهمیت آن: اهمیت کنترل نفس به حدی است که محال است بتوانیم بدون کنترل نفس هنرمندانه مداحی کنیم. وقتی ریه از هوا پُر شده و منبسط می‌گردد؛ واکنش طبیعی ریه، آن است که با خروج یکباره هوا منقبض شود. در این قسمت باید حلق حکم نگهدارنده هوا در ریه را داشته باشد تا بتوانید با اختیار و آرام آرام، نفس حبس شده در ریه را استفاده نمایید. طبیعتاً تمرین کنترل نفس، بسیار لازم است و شما باید ابتدا توان کنونی خود را در کنترل نفس مشخص کنید که چند ثانیه است؛ سپس به مرور با تمرین مداوم بر این توان بیفزایید.

تمرین کنترل نفس: ۱. تعیین مدت زمان نفس کنونی ۲. تمرین و افزایش این مدت زمان.

به کارگیری نوك زبان: در خواندن باید تمرین کنید تا نوك زبان نیرومند و چابك شود و بیشتر کار را در خواندن، نوك زبان انجام بدهد و قسمت عقب زبان در حال استراحت باشد و بی‌حرکت بماند. زیرا قسمت عقب زبان به حنجره متصل است و استفاده از این قسمت زبان، موجب وارد شدن فشار زیاد غیر لازم بر او می‌شود. گاهی هنگام خواندن پشت‌ها سر هم عبارات ادعیه، یا خواندن سلسله‌وار و تند اشعار حماسی، یا خواندن نوحه‌ها و سرودهایی که ریتم تند دارند - مخصوصاً در شور که سرعت ضرب تند می‌شود - زبان شما دچار لکنت می‌شود و اصطلاحاً گیر می‌کند. این با تمرین در به کارگیری نوك زبان در خواندن حل خواهد شد.

تأثیرات تنفس صحیح در مداحی‌ها:

۱. محافظت از حنجره و تارهای صوتی در برابر هوای آلوده، خشک و سرد موجود در فضا.
۲. افزایش فضای شش و ریه، برای گنجایش بیشتر هوا و کم‌نیارودن نفس در مداحی‌ها.
۳. جلوگیری از بروز بیماری‌ها؛ حنجره که بر اثر فشار مضاعف به حنجره بروز می‌کند.
۴. صدای شما قدرت مضاعفی پیدا خواهد کرد. برای تست این موضوع، چند عبارت را در حالی که مشغول تنفس صحیح هستید؛ انتخاب کرده و به زبان آورید. سعی کنید همزمان بلندتر صحبت کنید. در چنین حالتی، قطعاً صدای شما پر قدرت تر از گذشته خواهد شد.
۵. صدای شما کلفت‌تر به نظر می‌رسد؛ بدون این که ناحیه حلق و گلو خراشیده شود. به این ترتیب، رزونانس و جاذبه صدا نیز بیشتر خواهد شد.

جلسه هفتم:

صداسازی و جایگاه آن در مداحی

(قسمت دوم، تمرینات تارآوایی)

در قسمت اول مباحث صداسازی گفتیم که تمرینات صداسازی به دو دسته تمرینات تنفسی و تمرینات تارآوایی تقسیم می‌شود.

در آنجا بخشی از تمرینات تنفسی را بیان کردیم. حال در این قسمت، به تمرینات تارآوایی و دیگر مباحث مربوط به صدا سازی می‌پردازیم. قبل از شروع تمرینات صداسازی و یا قبل از مداحی؛ لازم است نکات مهمی را مورد توجه قرار داد و با دقت آنها را رعایت نمود تا بهتر، راحت‌تر و سریع‌تر، به اهداف مورد نظر دست یابیم.

1. راحت بنشینید؛ به طوری که اعضای بدن شما به خصوص مسیر تنفسی و حنجره تحت فشار نباشد. لذا لازم است از قوز کردن، یا پائین انداختن سر در درون سینه و یا هر حالتی که احساس راحتی ندارید؛ اجتناب کنید. بهترین حالت نشستن برای تمرین، حالت چهار زانو است. البته اگر صندلی باشد و بر روی صندلی نشسته مداحی یا تمرین کنید؛ بهتر است. عده‌ای هم به طور ایستاده تمرین یا مداحی می‌کنند که این حالت برای مدت زمان کوتاه اشکالی ندارد؛ اما در مدت طولانی میتواند موجب خستگی و نهایتاً فشار مضاعف بر بدن شود.

2. آزادسازی ماهیچه‌های اعضای تکلم، یکی از پیش نیازهای مهم تمرینات صداسازی است که از اهمیت ویژه‌ای برخوردار است و ما در جای خود، در همین جلسه، بدان خواهیم پرداخت.

3. برای آنکه تغییری در صورت و احیاناً بدن انجام نشود؛ بهتر است تمرین‌ها را مقابل آئینه انجام دهید. زیرا بسیار دیده شده است که نوآموزان در هنگام تمرین چهره، لبها یا دهان خود را ناخودآگاه تغییر داده و حالت نامناسبی به خود می‌گیرد و اگر از ابتدای این نقیصه اصلاح نشود؛ به عنوان یک عادت برای مداح باقی مانده و در هنگام مداحی؛ها در مجامع عمومی برای وی وضعیت نامطلوبی را رقم خواهد زد.

4. لازم است قبل از تمرین یا خواندن، حنجره و تارهای صوتی خود را گرم کنید (چه از نظر پوششی برای فصل پائیز و زمستان و چه از نظر تارهای صوتی که با نرم‌خوانی انجام می‌شود). زیرا اگر حنجره شما گرم و آماده نشده باشد؛ ضمن اینکه شما قادر به اجرای صحیح تمرینات نیستید؛ ناخودآگاه به جای تمرکز روی تکنیک، بر روی بهتر شدن تن و آوای خروجی حنجره تمرکز خواهید کرد. تمرینات گرم کردن صدا علاوه بر کار روی هر بخش مشکل‌دار حنجره، به افزایش دانگ صدای شما نیز کمک خواهد کرد. یادتان باشد که صدای شما هنگام گرم‌کردن به هیچ وجه خوب نخواهد بود. لذا بهتر است یک گوشهٔ دنج گیر بیاورید تا کسی رو اعصابتان نرود. علاوه بر حنجره، سینه و سر را نیز می‌بایست گرم کنید.

5. اجازه ندهید آب بدنتان کم شود؛ زیرا به طور طبیعی بدن افراد خواننده به آب خیلی بیشتری نیاز دارد. لذا بهتر است اول صبح که بیدار می‌شوید؛ حداقل یک لیوان آب بخورید تا خیلی از ارگان‌های بدن باز شوند. فراموش نکنید که حتی اگر شما یک خواننده حرفه‌ای باشید؛ در صورت خشک بودن بدنتان، با مشکل روبرو خواهید شد. کسی که مداحی می‌کند باید حداقل روزی ۸ لیوان آب بنوشد.

6. دقت داشته باشید همان گونه که قبلاً هم ذکر شد؛ در بحث صوت ما با دو مقولهٔ مستقل «ویژگی‌های صوتی» و «توانایی‌های صوتی» مواجه هستیم و تمرینات صوتی در راستای تقویت و ارتقاء توانایی‌های صوتی است. لذا شما ویژگی‌های صوتی همچون زیر و بم بدون صدا را نمی‌توانید تغییر دهید؛ اما با تمرینات صوتی می‌توان توانایی‌های صوتی همچون طنین صدا، وضوح صدا، انعطاف پذیری صدا (حنجره)، استقامت صدا، و ولوم صدا را تقویت کرده و ارتقاء دهید.

7. لازم است در ابتدای امر آموزش، در نزد اساتید اهل فن، تست صوت داده شود تا میزان آمادگی حنجره و میزان استعداد فرد در فراگیری این مباحث مشخص و سپس بر آن اساس، برنامهٔ آموزشی تدوین و بدان عمل شود. لذا هرچه میزان آمادگی حنجره فرد پائین‌تر باشد؛ لازم است فرد نوآموز به همان اندازه تلاش بیشتری در تمرینات داشته باشد. اما نکتهٔ بسیار مهمی که لازم است مورد توجه ویژه قرار بگیرد؛ این است که استاد مدرس و نوآموزان، دو نگاه و دو وظیفهٔ متفاوت نسبت به نتیجهٔ تست صوت باید داشته باشند.

در توضیح این جمله باید گفت؛ بعضی از اساتید بعد از گرفتن تست صوت، به وضوح و با صراحت به نوآموزانی که صوت خوبی ندارند؛ می‌گویند که تو به درد مداحی نمی‌خوری و ... شاید اگر تست صوت برای آموزش آوازخوانی باشد؛ این حرف و شیوهٔ گفتن صحیح باشد؛ اما در بحث مداحی قطعاً نادرست است. چرا که در باب مداحی، اصل معنویت است و مابقی مسائل، ابزار رسیدن زودتر و بهتر به این معنویت است. لذا از نظر اعتقادی هیچ کس اجازه ندارد؛ به کسی بگوید تو مداح می‌شوی یا خیر! از کجا معلوم که سیدالشهداء (علیه السلام) همان مداحی که به زعم ما به درد مداحی نمی‌خورد را بهتر نپذیرد و اگر در روز قیامت سیدالشهداء (علیه السلام) به آن مدرس بگوید: تو با چه اجازه‌ای به محب ما گفتی مداح نمیشود و اجازه مداحی به او ندادی؟ آنگاه پاسخی نخواهیم داشت و شرمنده و سرافکنده خواهیم بود. لذا بهتر است اساتید در اینگونه موارد، ضمن بیان حقیقت، با استناد به احادیثی چون:

1. لِكَلِّ شَيْءٍ حَلِيَهٌ وَ حَلِيَهُ الْقُرْآنِ الصَّوْتُ الْحَسَنُ، که پیامبر خدا (صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَاٰلِهٖ وَسَلَّم) فرمودند: هر چیزی زیور دارد و زیور قرآن صوت خوش است.

2. زَيُّوا الْقُرْآنَ بِأَصْوَاتِكُمْ، پیامبر خدا (صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَاٰلِهٖ وَسَلَّم) فرمودند: قرآن را با صداهای [خوش] خود، زینت بخشید

3. حَسِّنُوا الْقُرْآنَ بِأَصْوَاتِكُمْ؛ فَإِنَّ الصَّوْتَ الْحَسَنَ يَزِيدُ الْقُرْآنَ حُسْنًا. پیامبر خدا (صَلَّى اللّٰهُ عَلَيْهِ وَاٰلِهٖ وَسَلَّم) فرمودند: قرآن را با صدای خوش بخوانید؛ زیرا صدای زیبا، بر زیبایی قرآن می‌افزاید.

و دیگر احادیث موجود و بیان اینکه اهل بیت قرآن ناطق هستند و آنچه در مورد قرآن رعایت می‌شود باید در مورد اهل بیت هم رعایت شود؛ از او خواهیم که لازم است تلاش چند برابری برای رسیدن به حد مورد قبول داشته باشد و بهتر است بطور موقت تا رسیدن به آمادگی صوتی کمتر در مجالس عمومی مداحی کند و برایش آرزو و دعای موفقیت داشته باشد.

اما وظیفهٔ خود نوآموز، چیزی متفاوت با وظیفهٔ مدرس و استاد است. نوآموزانی که از صوت مناسب یا استعداد لازم برخوردار

نیستند؛ وظیفه دارند با استناد به احادیثی که گفته شد؛ فعلاً از خواندن در مجالس عمومی خودداری کنند و نسبت به افراد عادی باید تلاش دو، سه، چهار، پنج یا شش برابری (بنا به وضعیت حنجره و تارهای صوتی) در تمرینات برای رسیدن به حد قابل قبول داشته باشند. به همین دلیل گفتم مدرس و نوآموز، دو نگاه و دو وظیفه متفاوت نسبت به نتیجه تست صوت دارند. و نکته آخر اینکه زیبایی صوت یک چیز و آماده بودن صوت چیز دیگری است. آنچه برای مداحی لازم است؛ داشتن حنجره ای است که توانایی اجرای الحان را به صورت صحیح داشته باشد نه صوت زیبا؛ هر چند اگر مداح علاوه بر آمادگی حنجره، صوت زیبا هم داشته باشد؛ بسیار بهتر می تواند به وظایف خود عمل کند.

قبل از هر چیز لازم است بدانیم صوت چگونه ایجاد می شود؟ هوای بازدم انسان، هنگام خروج با تارهای صوتی که در حنجره قرار دارند؛ برخورد کرده و آن را مرتعش می کند. صدایی که از این ارتعاش به گوش می رسد را صوت می گویند. تمرینات صداسازی

مرحله اول تمرین: ابتدا مجاری تنفسی و ششهای خود را با روش تنفس صحیحی- که در قسمت اول به آن اشاره کردیم- پُر از هوا نموده؛ سپس به آرامی و به مرور بر تارهای صوتی پرتاب کنید. هوای پرتاب شده سبب ارتعاش در آمدن تارها و تولید صدا می گردد. این کار را بدون اعمال هیچگونه فشار و نیرویی انجام دهید و در این مرحله، کنترلی بر صدا اعمال نکرده و تنها صدای نت ها را ایجاد کنید. لازم است به ترتیب از پائین <rm>؛ترین پرده صوتی شروع کرده و هر بار به ترتیب یکی از نت ها را (دو - ر - می - فا - سل - لا - سی) ایجاد کنید و در مرحله بعد نت بعدی را ایجاد کنید و در هر بار سعی کنید یک پرده به صدای خود اضافه کنید. ضمناً سعی کنید در هر بار تمرین مدت کشش ها را بیشتر نمایید. (لازم است با تمرینات منظم مدت این کشش به ۴۰ ثانیه برسد.) با این تمرین، ضمن اینکه به تقویت حنجره و تارهای صوتی خواهید پرداخت؛ کم کم پرده ها و طبقات صوتی را شناخته و به آن تسلط خواهید یافت. به عنوان مثال، در این تمرین مراحل زیر انجام شود:

۱. کشش ممتد نت « دو » در پرده سه صوتی.
۲. کشش ممتد نت « ر » در پرده چهار صوتی.
۳. کشش ممتد نت « می » در پرده پنج صوتی.
۴. کشش ممتد نت « فا » در پرده شش صوتی.
۵. کشش ممتد نت « سل » در پرده هفت صوتی.
۶. کشش ممتد نت « لا » در پرده هشت صوتی.
۷. کشش ممتد نت « سی » در پرده نه صوتی.

بهتر است برای ثبت تمرین، از یک دیپازون (وسیله ای که با آن می توان صدای نت ها را دقیقاً تولید نمود.) استفاده نمایید تا گوش خود را به صدای صحیح نت ها عادت دهید. لازم است این تمرین را متناسب با میزان هوش، استعداد و آمادگی حنجره، روزانه در چند نوبت و هر مرتبه لااقل به مدت پنج دقیقه انجام دهید تا جایی که هم به پرده <rm>؛های صوتی مسلط شوید و هم حنجره شما به حد مطلوب و قابل قبولی برای اجرای لحن های متنوع برسد.

مرحله دوم تمرین: پس از فراگیری درست اداکردن نت ها، در این مرحله با همان روش گفته شده در بالا، از هجاهای (آ - ای - او - ا - اِ - اُ) برای ادا کردن نت ها استفاده کنید. دقت کنید صدا به سقف دهان پرتاب شود و زنگ خاص خود را به دست آورد. این کار در روانخوانی مؤثر است و باعث می شود که به اندازه ظرفیت خود کلام به کلمات نیرو وارد شده و کلمات بی <rm>؛دلیل سنگین نشوند.

مرحله سوم تمرین: بعد از انجام موفقیت <rm>؛آمیز مراحل قبل، در این مرحله با رعایت نکات گفته شده و با همان شیوه، این بار تمرین را با اذان <rm>؛گویی انجام دهید. دقت داشته باشید که این اذان گفتن، با اذان <rm>؛گویی که در مجامع و مساجد صورت می گیرد؛ کمی متفاوت است. زیرا در این تمرین، هدف زیبایی اذان <rm>؛گویی نیست؛ بلکه سه هدف از این تمرین مدنظر است:

۱. تقویت تارهای صوتی و حنجره
۲. آشنایی با پرده <rm>؛های صوتی
۳. تمرینی برای کنترل خروج هوا

لذا لازم است کشش حرف مورد نظر (به صورت مرحله اول همین تمرین) در آخرین کلمه از هر فراز اذان باشد تا تمرینی بشود که شما در تلفظ چند کلمه قبل، تمام هوای تنفس شده را به یکباره خارج ننمائید. نکاتی که لازم است در اجرای این تمرین، مورد توجه و عمل قرار گیرد:

الف) لازم است در اجرای این تمرین و دیگر تمرین <rm>؛ها نکات گفته شده در جلسه قبل مربوط به تنفس صحیح و همچنین نکات گفته شده در ابتدای بحث این جلسه رعایت شود.

ب) دهان خود را به اندازه یک سکه یا یک بند انگشت باز نموده و هجاها و صداها را با حنجره ادا ننمائید.

ج) دقت کنید که صدا در بینی و در حلق نرود (زمانی که زبان کوچک به عقب کشیده می شود؛ صدا در بینی شنیده می شود و زمانی که انتهای حنجره به کار برده شود؛ صدا در حلق شنیده می شود).

د) متأسفانه در بعضی از جلسات آموزشی که تخصص لازم را ندارند؛ بعضاً دیده شده که فرد مدرس به نوآموزان می گوید بروید در محیط باز آنقدر فریاد بریزید تا از حنجره شما خون بیاید. آنگاه صدای شما باز خواهد شد که این امر نشانگر بی <rm>؛سواد و عدم تخصص مدرس است و نتیجه چنین تمرین نادرستی، کشیدگی تارهای صوتی و دیگر امراض حنجره است. در تمرینات صداسازی تا جایی میتوانید به حنجره فشار بیاورید که موجب ضربه <rm>؛زدن به تارهای صوتی و حنجره نشود. لذا هرگاه در حنجره خود

۵. تمرین و ممارست: شاید بتوان گفت که تنها مسئله ای که بیشترین اثر را در صدا دارد؛ تمرین و ممارست است. قابل ذکر است تاکنون بیشتر افرادی که در منصب مقدس مداحی اهل بیت (علیهم السلام) به موفقیتی دست پیدا کرده اند؛ به واسطه تمرین مداوم و منظم بوده است.

جلسه هشتم:

گرفتگی صدا، عوامل و راه کارهای رفع آن

عوامل گرفتگی صدا:

یکی از معضلاتی که غالباً مداحان با آن مواجه هستند؛ گرفتگی صدا در هنگام خواندن و یا بعد از مداحی ها است. هرچند شدت و حدّت و تعداد دفعات آن، متناسب با افراد متغیر است که معمولاً بر اثر عوامل مختلفی همچون سرماخوردگی، داد زدن بیجا، خواندن زیاد، استرس و عصبانیت، بی‌خوابی و خستگی زیاد، داشتن طبع گرم، آلودگی هوا، استعمال دخانیات و مواد الکلی و عدم رعایت بهداشت صوتی عارض می‌شود. ضمناً خوردن بعضی از چیزها نیز بر روی حنجره اثر منفی گذاشته و در نتیجه منجر به گرفتگی صدا می شود که در زیر به تشریح هر یک از موارد ذکر شده می پردازیم:

۱. سرماخوردگی: به‌طور طبیعی در هنگام سرماخوردگی به دلیل عفونت موجود در حنجره و یا به دلیل آلرژی‌های ناشی از سرماخوردگی صدای انسان گرفته می‌شود؛ لذا باید از خواندن و مداحی در این ایام اجتناب کرد. زیرا موجب فشار مضاعف به حنجره و در نهایت ممکن است موجب پلپ حنجره شود (در مورد بیماری پلپ حنجره در مباحث بعدی توضیح خواهیم داد). ضمناً سعی کنید اخلاط مجاری بینی و خیشوم فرو برده نشود که موجب برونشیت شدن حنجره و تبعات ناشی از آن می‌گردد.

۲. دادزدن: بیجا؛ دقت داشته باشید که اوج‌خوانی یا فریاد؛ زدن متفاوت است. بسیار دیده شده که بعضی از مداح‌ها، به دلیل عدم تبخّر به جای اوج‌خوانی فریاد می‌زنند که این امر، علاوه بر اینکه موجب رنجش و آزار مستمعین میگردد؛ عاملی برای گرفتن صدا نیز می‌باشد. دادزدن چه در مداحی کردن، چه در دعوا کردن و یا صدا؛ زدن افراد از راه دور و ... برای حنجره مضر بوده و موجب گرفتگی صدا می‌شود. مخصوصاً در مواقعی که حنجره گرم نشده باشد. نکته مهم بعدی که لازم است مورد توجه ویژه قرار گیرد؛ این است که اوج صدای افراد باهم تفاوت دارد؛ لذا لازم و واجب است ابتدا اوج صدای خود را در نزد اساتید فن یافته و در اوج‌خوانی‌ها هم در حد توان و اوج صدای خود مداحی نمود و از مقایسه یا بهتر بگوئیم از مسابقه با دیگر افراد در این زمینه جداً اجتناب فرمائید.

۳. خواندن زیاد: معمولاً خواندن زیاد، باعث خستگی حنجره میگردد حالا چه در یک مجلس زیاد بخوانیم و چه در چند مجلس پشت سرهم. حال اگر مداح قبلاً آموزش‌های تقویت صوت را انجام داده و نکات گفته شده در تمرینات را رعایت کند؛ می تواند از بروز این نقیصه جلوگیری کند. همچنین که اگر شخص خواننده، از روی خبرگی و استادانه بخواند؛ می‌تواند صدای خود را کماکان باز نگاه دارد. ضمناً صحبت‌های طولانی قبل و بعد از مداحی‌ها نیز موجب خستگی و گرفتن تارهای صوتی می‌شود. لذا توصیه می‌گردد از صحبت کردن طولانی در قبل و بعد از مجالس و یا در بین مداحی‌ها جداً پرهیز کنید و اجازه دهید تا حنجره شما کمی استراحت کرده و تارهای صوتی به حالت عادی و نرمال باز گردند.

تقویت حنجره: برای آنکه در مداحی‌ها، دچار ضعف و یا گرفتگی صدا نشویم؛ لازم است علاوه بر تمرین‌های صداسازی حنجره را تقویت کنیم. شیخ الرئیس، بوعلی سینا، در کتاب قانون در طب، دستورالعملی برای تقویت حنجره تجویز کرده اند. بر اساس این تجویز، ابتدا مواد صمغ عربی، کتیرا، تخم کتان، تخم ریحان، نشاسته و سقز را به اندازه هم تهیه کرده و خوب باهم مخلوط می‌کنید؛ سپس آن را پودر کرده و با کمی آب آن را خمیر کرده و به صورت قرص درآورید. در طول روز آن را در دهان خود قرار داده و مک بزنید. بنابر گفته بوعلی سینا، این معجون در تقویت حنجره و تارهای صوتی مفید و موثر است. همچنین خوردن شیر خنک (دستورالعمل آن در ادامه بحث خواهد آمد.) نیز مؤثر است.

۴. استرس و عصبانیت: استرس و عصبانیت، یکی دیگر از عوامل گرفتگی صدا است. در مورد عصبانیت به همین نکته اشاره میکنیم که علت پزشکی دارد و عصبانیت باعث ترشح هورمون‌هایی می شود که منجر به گرفتگی صدا میگردد. اما استرس به دلیل عدم تمرین کافی و عدم اعتماد به خود، به وجود می‌آید که با رعایت نکات زیر میتوان آن را کنترل کرده و یا به حداقل ممکن رساند:

الف) قبل از مداحی، حتماً تمرین کافی داشته باشیم.

ب) علاوه بر حفظ شعر، کلمات، جملات و حتی لحن مد نظر را کاملاً حفظ کرده و بر آن مسلط باشیم.

ج) مشخص کردن شعر، لحن، گریزها، و حتی طبقه صوتی، قبل از اجرای برنامه و حفظ تمام این‌ها.

د) عدم توجه به عکس‌العمل مستمعین (هر چند این کار در مراحل بالاتر کاملاً اشتباه است؛ اما در این مرحله به طور موقت میتوان از آن برای کاهش استرس کمک گرفت).

ه) تنفس عمیق قبل از شروع خواندن.

۵. بیخوابی و خستگی زیاد: یکی از عواملی که به شدت در گرفتگی حنجر نقش دارد؛ بی‌خوابی است و اگر این بی‌خوابی همراه با خستگی و ضعف بدن باشد؛ خیلی زودتر باعث گرفتگی صدا میشود. لذا توصیه می‌گردد با برنامه‌ریزی صحیح مانع گرفتن صدا بشوید.

محسوب می‌شود.

تعریف اخلاق صوتی: تعریفی که اخلاق صوتی را «واکنش حنجره و تارهای صوتی به غذاها و نوشیدنی‌ها را اخلاق صوتی گویند» می‌داند؛ تعریف ناقصی از اخلاق صوتی است به همین دلیل نیز ما در بالا، از واکنش حنجره به غذاها و نوشیدنیها، به عنوان بخشی از اخلاق صوتی یاد کردیم. اگر بخواهیم تعریف درست و جامعی از اخلاق صوتی بیان کنیم؛ باید بگوئیم هرگونه واکنش اعضای تکلم (شش‌ها، ریه، نای، حنجره، تارهای صوتی، دهان، خیشوم و لب‌ها) به عوامل بیرونی را اخلاق صوتی گویند. پس تنها حنجره و تارهای صوتی و خوراکی‌ها نیستند؛ بلکه تمامی اعضای تکلم ممکن است به هر عامل خارجی همچون: خوراکیها، نوشیدنی‌ها، عطرها و ادکلن‌ها، مکان‌ها، زمان‌ها و دیگر عوامل بیرونی عکس العمل نشان دهند که به مجموع این عکس‌العمل‌ها «اخلاق صوتی» گویند.

برای تبیین بهتر این تعریف، چند مثال ساده می‌زنیم:

الف) بعضی از افراد به بوی بعضی از عطر یا ادکلن‌ها و یا حتی بوی بعضی از گل‌ها حساس بوده و به محض استشمام این بوها صدای آنها می‌گیرد و قادر به خواندن نیستند؛ لذا در این مورد واکنش خیشوم به بوی عطر عامل گرفتگی صدا است و حرفی از حنجره یا خوراکی نیست.

ب) بعضی از مداحان، صبح زود و ناشتا قادر به مداحی نیستند و معمولاً در این ساعات از روز صدایشان گرفته است که در این مورد نیز زمان عامل گرفتگی صدا است.

ج) شاید شما نیز تا به حال دیده باشید که بعضی از خوانندگان، هنگام مسافرت به مناطق شرجی، دچار گرفتگی شدید در صدایشان می‌شوند این افراد دارای مزاج گرم و تر (دموی مزاج‌ها) یا مزاج سردتر (بلغمی مزاج‌ها) هستند که شدت آن در دموی مزاج‌ها بیشتر است. افراد سودا مزاج (مزاج گرم و خشک) در مناطق شرجی، نه تنها دچار گرفتگی صدا نمی‌شوند؛ بلکه بهتر می‌توانند از صدایشان بهره ببرند و این افراد، در مناطق خشک و بیابانی، بیشتر از بلغمی مزاج‌ها دچار مشکل می‌شوند. در این مورد خاص نیز می‌بینیم تغییر مکان موجب گرفتگی صداست.

تقسیم‌بندی اخلاق صوتی: اخلاق صوتی به دو دسته اخلاق صوتی پایدار و اخلاق صوتی ناپایدار تقسیم می‌شوند: الف) به آن دسته از عکس‌العمل‌هایی که ناشی از مزاج‌های چهارگانه است (مثل گرفتن صدا در مناطق شرجی) اخلاق صوتی پایدار گویند. این عادات قابل تغییر نیست و هرگونه تلاش برای تغییر آن نادرست است. مثل کسی که سعی می‌کند با تقلید صدای دیگران، صدای خود را به طور غیر طبیعی زیر یا بم کند که در دراز مدت موجب بروز مشکلاتی خواهد شد.

ب) به آن دسته از عکس‌العمل‌هایی که ناشی از مزاج‌های چهارگانه نبوده؛ بلکه بر اساس عادت ایجاد شده باشد (مثل گرفتن صدا در صبح زود) اخلاق صوتی ناپایدار گویند و این عادات به مرور زمان و با تمرین و ممارست قابل تغییر هستند. با توجه به آنچه که گفته شد یاد گرفتیم که بخش عمده‌ای از عکس‌العمل‌های دستگاه تکلم به عوامل بیرونی نشأت گرفته از مزاج‌های چهارگانه است و هر مداح باید ضمن شناسایی مزاج خود، به اخلاق صوتی خود واقف و آشنا باشد و بداند چه چیزهایی برای حنجره و تارهای صوتیاش مضر و چه چیزهایی مفید و سودمند است. در واقع آشنایی و تسلط بر اخلاق صوتی، مهم‌ترین چیزی است که هر مداح باید بداند و آن را رعایت کند تا در این امر مقدس با مشکل مواجه نشود. به قول بعضی از اساتید، بهترین دکتر برای حنجره و صدای شما، خودتان هستید و شما بهتر از هر کسی می‌توانید تشخیص دهید؛ چه چیزهایی برایتان، مضر و چه چیزهایی مفید است. منتها به شرط آشنایی کامل و تسلط بر اخلاق صوتیتان. لذا در ادامه بحث به شرح مزاج‌های چهارگانه، ویژگی‌های هر کدام و غذاها، مضر و سودمند برای هر کدام خواهیم پرداخت.

قبل از آنکه به بحث مزاج‌ها بپردازیم؛ ذکر یک تذکر ضروری است و آن اینکه، بعضی از مداح‌ها به محض گرفتگی صدا، از آمپول دگزا، برای باز کردن صدای خود استفاده می‌کنند که این امر اشتباه می‌باشد. زیرا درست است که آمپول دگزا عامل باز شدن گرفتگی صدا می‌گردد؛ ولیکن باید بدانید که در کنار این خوبی، مضرات متعدد دیگری هم دارد. لذا تا جایی که می‌توانید از داروهای شیمیایی برای درمان استفاده نکنید.

مزاج‌های چهارگانه در طب سنتی:

طبق نظر حکمای طب سنتی، بدن همه موجودات و انسانها، از چهار ماده اصلی (آب، باد یا هوا، خاک، آتش) بوجود آمده است که هر کدام از این عناصر، دارای کیفیت و ویژگی خاص خود هستند. آنان معتقد هستند از واکنش و میزان ترکیب این چهار عنصر اصلی، دو مزاج کلی (مزاج معتدل، مزاج نامعادل) ایجاد میشود. به عبارت دیگر، اگر مقادیر عناصر متضاد در ترکیب برابر باشد؛ مزاج حاصل به اعتدال خواهد رسید؛ ولی اگر نتیجه به دست آمده از ترکیب مقادیر عناصر متضاد، در حد وسط نباشد؛ مزاج حاصل نامعادل است. اما بنا بر تقسیم عقلی، مزاج معتدل خود نیز به دو قسم کلی تقسیم می‌شود:

۱. معتدل حقیقی: این حالت ممتنع است. به این معنی که از هر کدام از اخلاط به نسبت مساوی در یک بدن وجود داشته باشد که این امر بعید است و این مثال صرفاً ذهنی است.

۲. معتدل فرضی: یعنی ایجاد اعتدال با رعایت نکات طب سنتی که شایسته ترین مزاج برای یک موجود است.

بنابر آنچه گفته شد وقتی میزان عناصر چهارگانه در بدن متفاوت باشد؛ مزاج نامعادل حاصل می‌شود که نتیجه مزاج نامعادل ایجاد مزاجهای چهارگانه‌ای است که این مزاجهای چهارگانه پایه و اساس طب سنتی است. همچنین باید بدانیم که گرمی، سردی، تری و خشکی مزاج‌ها، حاصل قوای اولیه عناصر اصلی هستند؛ در واقع مزاج گرم (حاصل آتش) مزاج سرد (حاصل خاک) مزاج تر (حاصل آب) مزاج خشک (حاصل باد یا هوا) میباشد به همین دلیل در بعضی از کتب طب سنتی، مزاج‌ها را بر اساس دو تقسیم‌بندی (مزاج سرد و مزاج گرم) و (مزاج خشک و مزاج تر) نیز تعریف می‌کنند.

دکتر حسین رضایی؛ زاده، دستیار تخصصی طب سنتی در دانشگاه علوم پزشکی ایران، با بیان اینکه کیفیت خاک سرد و خشک، کیفیت آب سرد و تر، کیفیت باد یا هوا گرم و تر و کیفیت آتش گرم و خشک می‌باشد؛ می‌گوید: «اگر بدن انسان از مقادیر متناسب خاک، آب، هوا و آتش ترکیب شده باشند؛ مزاج معتدل به وجود می‌آید و اگر یکی بر دیگری برتری داشته باشد؛ مزاج؛ های چهارگانه اصلی (صفراوی، دموی، سودایی، بلغمی) ایجاد می‌شود». به گفته این متخصص طب سنتی، در شخص سودایی، سردی و خشکی، در فرد بلغمی، سردی و تری، در اشخاص دموی، گرمی و تری و نهایتاً در افراد صفراوی، گرمی و خشکی غلبه دارد که این کیفیات (یعنی سردی، گرمی، تری، خشکی) موجب بروز علائمی در فرد می‌گردد.

در طب سنتی ایران، یک تئوری بنیادی داریم به نام خلط؛ های چهارگانه (صفرا، دم، بلغم، سودا) که این اخلاط چهارگانه ترکیباتی مایع هستند. بر اساس این تئوری غذایی که می‌خوریم در کبد تغییر ماهیت داده و فعل و انفعالاتی روی آن صورت می‌گیرد و به چهار شکل زیر در می‌آید:

۱. ترکیبی قرمز متمایل به زرد با نام صفرا که به هضم غذا کمک می‌کند؛
۲. ترکیب دیگر سرخ رنگ بوده و به نام دم یا خلط خون است که اکسیژن و مواد غذایی را به بافت؛ ها و سلول؛ ها می‌رساند.

۳. ترکیب سوم که بلغم نام دارد؛ قرمز کم رنگ است و وظیفه تسهیل کار مکانیکی و لغزش مفاصل روی هم و تشکیل بافت عصبی و سلول های مغزی را دارد.

۴. ترکیب چهارم سودا نام دارد و قرمز جگری رنگ است. وظیفه این خلط، تحریک اشتها و تشکیل بافت استخوانی است. بر اساس آنچه گفته شد؛ ماده غذایی وقتی وارد بدن می‌شود موجب تولید اخلاط چهارگانه می‌شود که البته بسته به مزاج فرد یکی را بیشتر تولید می‌کند.

پس نظام معرفتی طب سنتی، بر این اساس پی‌ریزی شده که بیماری؛ ها در اثر به هم خوردن تعادل خلط؛ های چهارگانه (صفرا و دم و بلغم و سودا) به وجود می‌آید. بر همین اساس، وقتی مزاج انسان نامتعادل شود؛ یکی از مزاج های: ۱. مزاج گرم و خشک یا صفراوی. ۲. مزاج گرم و تر یا دموی. ۳. مزاج سرد و خشک یا سوداوی. ۴. مزاج سرد و تر یا بلغمی بوجود می‌آید. در ادامه به توضیح هر کدام می‌پردازیم:

۱. مزاج گرم و خشک یا صفراوی مزاج صفرا ترشحات کبد است که رنگ آن زرد است که جزء آتش بوده گرم و خشک است و گرمای زیادی تولید می‌کند. انسان های دارای مزاج گرم و خشک اغلب لاغر اندام هستند. با استخوان؛ بندی درشت، آنها پوست گرم و خشک و کم رطوبتی دارند. رنگ پوست و سفیدی چشم آنها اندکی به زردی گرایش دارد. این افراد به شدت گرمایی هستند و در تابستان دچار مشکل می‌شوند. همچنین در بسیاری از مواقع عطش زیاد و خشکی دهان دارند. لذا مداحانی که صفراوی مزاج هستند؛ خیلی بیشتر از دیگران باید آب مصرف کنند تا همواره رطوبت حنجره و دهان را حفظ کنند. در مورد خصوصیات رفتاری صفراوی؛ ها باید گفت: عموماً بسیار پرنرژی و پرتحرک هستند. باهوش و زیرک و پرحرفند و خیلی زود عصبانی می‌شوند و هم به سرعت عصبانیتشان فروکش می‌کند. این افراد میل زیادی به خوردن ترشیجات (مانند لواشک، تمر هندی، سرکه و ...) و همچنین خوراکی؛ های سردی مانند خیار، کاهو و هندوانه دارند و تمایل به خوردن شیرینی؛ جات در آنها کم است.

مواد غذایی مفید برای صفراوی مزاج؛ ها عبارتند از: مصرف شاتوت، انار، زرشک، تمشک، زردآلو، هلو، سیب، گلابی، خیار کدو، کاهو و اسفناج. مواد غذایی مضر هم عبارت است از: مصرف سیر، پیاز، ادویه؛ های تند، گوشت قرمز، موز، خربزه آناناس، انجیر، غذاهای سرخ؛ کرده، گردو، پسته، فندق و نارگیل که با مزاجشان سازگار نیست.

2. مزاج گرم و تر یا دموی مزاج دم خلط سرخ رنگی است از جنس هوا و گرم؛ و تر است و برای رساندن غذا و اکسیژن به سلول؛ ها است و اگر زیاد شود؛ مزه دهان شیرین می‌شود. انسانهایی که مزاج آنها گرم و تر است پوستی سرخ و سفید و بدنی درشت و عضلانی دارند. پوست اینها گرم و مرطوب و نرم است. این افراد نه گرمایی هستند و نه سرمای؛ ولی تحمل سرما برایشان راحت؛ تر است. قدرت حرکات بدنی و قدرت هضم و اشتها؛ ی خوبی دارند و نسبت به انسان؛ های دیگر مزاج؛ های چهارگانه، عروق دست برجسته؛ تر دارند. بد نیست بدانید افراد دارای مزاج گرم و تر، استعداد بالاتری برای ابتلا به فشار خون و بیماری؛ های قلبی دارند. از نظر رفتاری انسان؛ های دموی، شجاع و جسورند و اعتماد به نفس بالایی دارند. اهل ریسکند و نظم و ترتیبشان از صفراوی ها کمتر است. میل به رهبری دارند و معمولاً خوش رو، صمیمی و آرام هستند؛ اما اگر عصبانی شوند ممکن است دست به رفتارهای مخاطره؛ آمیز بزنند. از نظر ذائقه و میل غذایی باید گفت: افراد دارای مزاج گرم و تر، میل به شیرینی و ترشی دارند؛ اما همه نوع غذایی می‌خورند.

مواد غذایی مفید برای دموی مزاج ها عبارتند از: مصرف خاکشیر، تخم ریحان، سوپ یا آش جو، نان جو، برگ زردآلو، هلو و انجیر. مواد غذایی مضر برای آنها؛ خوردن خوراکی؛ هایی مانند آب یخ، نوشابه، تخم؛ مرغ، بادمجان، ترشی، سرکه، سیر و چای که برایشان ضرر دارد.

۳. مزاج سرد و خشک یا سوداوی مزاج

سودا سرد و خشک، از جنس خاک و رسوب خون است و PH=6 و در طحال تولید می‌شود و طحال را فعال می‌کند. بیشتر انسان؛ هایی که از نظر مزاج؛ شناسی در دسته مزاج سرد و خشک قرار می‌گیرند. دارای پوستی سرد و خشک هستند

و رنگ آن از حالت سفید تا سبزه و تیره متغیر است. این افراد به شدت با سرما مشکل دارند. در حقیقت افراد با مزاج سرد و خشک به راحتی در سرما گرم نمیشوند. موی بدن سوداوی&rm؛ها کم است و موی سرشان به علت سردی و خشکی زودتر دچار سفیدی یا حالت گندمگون می&rm؛شود. همچنین این افراد میل زیادی (بیشتر از بقیه دستههای مزاج&rm؛های چهارگانه) به خوابیدن دارند و در بسیاری از مواقع احساس ضعف می&rm؛کنند و کم&rm؛انرژی هستند. این دسته از مزاج&rm؛های چهارگانه از منظر رفتاری با خصوصیاتی مانند نظم و ترتیب و دوراندیشی زیاد شناخته می&rm؛شوند. سوداوی مزاج&rm؛ها همچنین بسیار دقیق و خونسردند و میل زیادی به تحلیل و ارزیابی از خود نشان می&rm؛دهند. بد نیست بدانید بیشتر انسان&rm؛های دارای مزاج سرد و خشک، از نظر روانشناسی جزء دسته درونگرا هستند.

خصوصیات غذایی و ذائقه انسان های با مزاج سرد و خشک، با میل زیاد به شیرینی جات و غذاهای گرم شناخته می&rm؛شود و خوراکی&rm؛های سرد مانند خیار و کاهو، چندان با ذائقه سوداوی مزاج ها سازگار نیست. مواد غذایی مفید: خوردن خوراکی&rm؛هایی مانند گوشت گوسفند، خروس و شتر، نمک دریا، نبات سفید، نعناع و روغن کنجد، کلم، جوانه گندم، ماش، پسته، بادام، گردو و چای دارچین به سوداوی مزاج ها توصیه میشود. مواد غذایی مضر: عموماً سوداوی مزاج&rm؛ها از مصرف مواد غذایی مانند گوشت گوساله، ماهی، عدس، لوبیا، گشنیز، بادمجان و سبزیجاتی مثل خیار، کاهو، گوجه فرنگی و میوه&rm؛هایی مثل موز و کیوی منع می&rm؛شوند.

۴. مزاج سرد و تر یا بلغمی مزاج

هیكل بلغمی ها معمولاً درشت است و افرادی چاق هستند و بدن پُرچربی دارند. پوست سفید رنگ دارند و در موقع لمس پوست بدنشان سرد و مرطوب و نرم است. موهای کم&rm؛پشت دارند. دهانشان مرطوب است و کمتر تشنه می&rm؛شوند. خواب آنها سنگین و زیاد است. احساس کسلی و بی&rm؛حالی دارند. تمایل به خوردن شیرینی و ادویه&rm؛جات و گرمی&rm؛جات دارند. این افراد در فصل زمستان خیلی اذیت می&rm؛شوند و با خوردن سردی&rm؛ها دچار مشکل می&rm؛شوند. نبض ضعیف دارند. کم انرژی و کم جنب و جوش هستند و در کارها کند هستند. خیلی دیر عصبانی می&rm؛شوند. فراموش&rm؛کار و کند ذهن هستند. افراد بلغمی مزاج دارای آب بدن و آب دهان بیشتری هستند. لذا در مناطق کویری با مشکل مواجه نمی&rm؛شوند. اما برعکس در مناطق شرجی مشکل خواهند داشت. مواد غذایی مفید برای دمو مزاج ها عبارتند از: انواع آش و سوپ، فلفل و ادویه جات، انواع خورش ها، عسل، خرما، خشک، انگور، انبه و انجیر که برای دمو مزاج&rm؛ها مفید است. مواد غذایی مضر: خوردن خوراکی&rm؛هایی مانند ماست، دوغ، آبدوغ، آبدوغ خیار، گوشت مرغ، گوشت گاو و ماهی که برایشان ضرر دارد.

روش تشخیص مزاج ها: درباره مزاج های گرم و سرد و خشک و تر، ابن سینا در کتاب «قانون در طب» می نویسد: «اجناس الدلائل التي منها يتعرف احوال الامزجة عشرة»؛ یعنی مزاج ها را از ده راه می توان شناخت. در خلاصه&rm؛الحکمه آمده است: «لامسه بهترین و سریع ترین راه ورود به تشخیص مزاج ها است. درک این روش حتی برای افراد عادی نیز تا حدودی آسان است. لذا این راه را بر سایر راه&rm؛ها مقدم داشته اند. البته طبیب باید خود مزاج معتدل داشته باشد و اگر از لمس متوجه اختلاف دما نگردد؛ خواهد دانست که آن شخص دارای مزاج معتدل است. اگر شخص لمس کننده، خودش مزاج معتدل نداشته باشد و بر این حال خود اطلاع داشته باشد؛ باز می تواند به تشخیص مزاج افراد دیگر بپردازد. یعنی اگر طبیب خود درجه حرارت بدنش گرم تر از مزاج معتدل باشد و دست به بدن شخص معتدل المزاج بزند؛ با اینکه حس سردی می کند به هر روی چون توجه به این نکته دارد که خودش گرم مزاج است، و به کیفیت اعتدال مزاج هم از راه دقت و تمرین در حس لمس آشنا است، لذا حکم غلطی درباره مزاج آن شخص نخواهد داد. در همین کتاب اضافه شده: چون لمس نماید و منفعل نگردد لامس از پوست ملموس به سخونت و گرمی در بلدان معتدل&rm؛الهواء دلالت می نماید بر حرارت مزاج ملموس و اگر منفعل گردد از آن به برودت دلالت می کند بر برودت مزاج او بدون آنکه به سبب امر خارجی عارضی آن را سخونت و برودت عارض شده باشد». معنای جمله این است که اگر طبیب به وسیله حس لمس، احساس گرمی یا سردی در شخصی نماید؛ دلالت بر گرمی یا سردی مزاج آن شخص دارد؛ مشروط بر این که گرمی و سردی به سبب امر خارجی عارض نشده باشد.

الحمد لله علی اوله و آخره

منابع:

1. قرآن کریم.
2. مجلسی محمدتقی، بحارالانوار.
3. کلینی یعقوب، اصول کافی.
4. حرانی ابن شعبه، تحف&rm؛العقول من آل الرسول.
5. جرجانی سید اسماعیل، ذخیره خوارزمشاهی.
6. چخمینی خوارزمی محمودبن محمدبن عمر، قانونچه فی الطب.
7. عقیلی خراسانی محمدحسین، خلاصه الحکمه.
8. قمی مشهدی میرزا محمد، تفسیر کنزالدقائق و بحر الغرائب.
9. صفار قمی محمدبن حسن، بصائر الدرجات.
10. شیخ صدوق، کمال الدین و تمام النعمه.
11. ، عیون اخبار الرضا(علیه السلام).

12. ، توحید.
13. ، ثواب الاعمال و عقاب الاعمال.
14. ، امالی.
15. شیخ مفید، امالی.
16. ابوعلی سینا، قانون در طب.
17. قمی شیخ عباس، نفس الهموم فی مصیبه سیدنا الحسین مظلوم.
18. سبزواری حسین(معروف به مولانا حسین واعظ کاشفی)، فتوت نامه سلطانی.
19. شعیری تاج الدین محمد، جامع الاخبار.
20. شیخ حر عاملی، وسائل الشیعه.
21. متقی هندی، کنزالعمال فی سنن الاقوال و الافعال.