



این مقاله دقیقاً برای شماست؛ کسی که یا تازه دف دستش گرفته یا چند ماه و حتی چند سال می‌زند، اما هنوز هر وقت نت جلویش بگذارند، سردرگم می‌شود و فقط با گوش کار می‌کند. هدف این راهنما این است که در مدت حداکثر ۳ ماه (و حتی زودتر) شما را به جایی برساند که هر ریتمی را که روی کاغذ یا صفحه‌ی گوشی می‌بینید، همان لحظه، بدون نیاز به فکر کردن و بدون نیاز به نمونه‌ی صوتی، تمیز و درست اجرا کنید. هزاران نفر با همین روش در چند سال اخیر نت‌خوان شده‌اند و الان در گروه‌های حرفه‌ای، استودیوها و اجراهای بزرگ مشغولند. شما هم می‌توانید همین مسیر را طی کنید.

### نت‌نویسی دف چرا این‌قدر مهم است؟

اگر فقط با گوش بزنید، همیشه وابسته‌ی شخص دیگری هستید. استاد غایب شود، تمرین متوقف می‌شود. آهنگ جدید بیاید، نمی‌دانید از کجا شروع کنید. در ارکستر بزرگ که اصلاً راه نمی‌دهند مگر نت بخوانید. نت‌خوانی یعنی استقلال کامل. یعنی می‌توانید ریتم هر آهنگ ایرانی، کردی، لری، ترکمنی، بندری، عربی یا حتی پاپ و راک را در چند ثانیه بنویسید و همان لحظه بزنید. این همان چیزی است که نوازنده‌ی معمولی را از نوازنده‌ی حرفه‌ای جدا می‌کند.

### سیستم نت‌نویسی دف چگونه کار می‌کند؟

خوشبختانه سیستم نت نویسی دف خیلی ساده تر از پیانو یا ویولن است، چون فقط سه صدای اصلی داریم و ارتفاع صوتی ثابت است. فقط باید بدانیم هر علامت کجا زده می شود و با کدام دست.

سه صدای اصلی که ۹۰ درصد ریتمها را می سازند:

- توم: (Tom) صدای بم و پر که از وسط پوست می آید. با کف دست یا انگشتان جمع شده زده می شود.
- تک: (Tak) صدای تیز و خشک که از لبه داخلی پوست (نزدیک حلقه) درمی آید. معمولاً با انگشت وسط یا اشاره دست راست.
- پ: (Pa) صدای زنگ دار و کوتاه حلقه فلزی (زنجیر). با شست یا انگشت اشاره روی حلقه زده می شود.

در نت نویسی امروزی تقریباً همه اساتید از همین علائم استفاده می کنند ○: یا ● → توم x یا x → تک

- یا ○ → پ ( ) نشان دادن دست چپ و راست → ~رول (لرزش سریع)

### خط حامل مخصوص دف

دف یک خط حامل ۵ خطی دارد، اما برخلاف سازهای ملودیک، خطوط برای «ارتفاع صدا» نیستند، بلکه فقط برای مرتب کردن صداها و دستها هستند تا چشم سریع تر بخواند:

- خط وسط (خط سوم): همیشه توم (مهمترین صدا)
- بالای خط وسط: معمولاً تک راست و پ راست
- زیر خط وسط: تک چپ و پ چپ
- خیلی از نت های جدید فقط از خط وسط و یک خط بالا و پایین استفاده می کنند تا خواندن راحت تر باشد.

برنامه ۱۰ هفته ای که شما را نت خوان حرفه ای می کند



### هفته اول و دوم - صدای تمیز درآوردن (مهمترین مرحله)

اولین و بزرگترین اشتباه مبتدیان این است که از روز اول سراغ ریتم‌های پیچیده می‌روند، در حالی که هنوز صدای توم‌شان کثیف است یا تک‌شان شبیه توم می‌شود.

هر روز فقط ۱۵-۲۰ دقیقه: دقیقه ۱ تا ۵: فقط توم بزنید (○ ○ ○ ○) با مترونوم ۶۰ دقیقه ۶ تا ۱۰: فقط تک راست (× × × ×) دقیقه ۱۱ تا ۱۵: فقط پ راست (+ + + +) دقیقه ۱۶ تا ۲۰: ترکیب خیلی ساده ○ + × ○ (تکرار) در همین دو هفته باید به جایی برسید که هر کدام از این سه صدا را جداگانه و ترکیب ساده را کاملاً تمیز و یکنواخت بزنید. اگر این مرحله درست انجام نشود، بقیه راه لنگ می‌زند.

### هفته سوم و چهارم - ریتم‌های پایه ۴/۴ و ۸/۶

حالا که صداها تمیز شدند، دو ریتم اصلی که در ۸۰ درصد مراسم و آهنگ‌ها می‌شنوید را یاد می‌گیریم. ریتمی که تقریباً در تمام مراسم شادی تهران، شمال، مرکز و غرب ایران می‌زنند (تک - پ - تک - تک - توم به صورت نت × + × ○: این الگو را آن‌قدر تکرار کنید تا بدنتان خودش بزند. ریتمی که در آهنگ‌های کردی، لری، بندری و جنوبی زیاد است) (تک - توم - تک به صورت نت × ○ ×): هر روز یکی از این دو ریتم را ۱۰-۱۵ دقیقه با مترونوم تمرین کنید. در پایان هفته چهارم باید بتوانید هر دو را با چشم بسته و بدون فکر بزنید.

### هفته پنجم و ششم - دست چپ مستقل و رول

حالا دست چپ را وارد بازی می‌کنیم. ریتمی که در عروسی‌های حرفه‌ای و گروه‌های بزرگ می‌شنوید: تک راست - تک چپ - پ راست - توم به صورت نت  $\times \times + \circ$  :

ابتدا خیلی آهسته (مترونوم ۵۰-۶۰) بزنید تا دست چپ دقیقاً همزمان با راست برسد. همزمان رول را تمرین کنید: انگشتان ۲-۳-۴ را پشت سر هم روی پوست بکشید تا صدای لرزش مداوم بدهد. هدف: ۱۵-۲۰ ثانیه رول بدون قطع.

### هفته هفتم و هشتم - قطعات واقعی معروف

حالا وقت آن رسیده که ریتم‌های واقعی را از روی نت بزنید:

۱. ریتم شاد عروسی استاندارد  $\times \times + \circ \times \times + \circ \times \times + \circ \times \times + \circ \circ$

۲. چهارمضرب بیات ترک (نسخه استاد بیژنی و هلالی)  $\times \circ \times + \circ \times \circ \times \times \circ \times + \circ \circ \circ \circ$

۳. ریتم بندری معروف  $\times \circ \times \times \circ \times \times \circ \circ \times \circ \times$

۴. دایره کردی یا لری  $\times \circ \circ \times \circ \circ \times \circ \circ \times \circ \circ$

هر روز یکی از این چهار ریتم را انتخاب کنید و ۲۰ دقیقه تمرین کنید تا کاملاً روان شود.

### هفته نهم و دهم - نت‌خوانی سریع و همراهی زنده

در این دو هفته دیگر نیازی به تمرین آهسته نیست. هر روز یک آهنگ جدید از اینستاگرام، یوتیوب یا تلویزیون انتخاب کنید، ریتم دف را در چند ثانیه روی کاغذ بنویسید و همان لحظه بزنید. در پایان هفته دهم باید بتوانید ۹۰ درصد ریتم‌هایی که می‌شنوید را در کمتر از ۳۰ ثانیه بنویسید و اجرا کنید.

The image shows a musical notation exercise for a drum solo. It consists of two staves. The top staff shows rhythmic patterns with notes and rests, and the bottom staff shows the corresponding drum sounds. The notes are labeled with Persian words: سکوت (Silence), سیه (Siah), سفید (Safid), چنگ (Chang), دولا چنگ (Dola Chang), سه لا چنگ (Seh La Chang), چهار لا چنگ (Chahar La Chang), گرد مضاعف (Gard Muzhafaf), گرد (Gard), and نت (Nad).

اشتباهاتی که نباید مرتکب شوید

دست را سفت گرفتن، تک را با کف دست زدن، پُ را با ناخن زدن، بدن یا شانه را با ریتم تکان دادن، تمرین بدون مترونوم، و مهم‌تر از همه عجله کردن و پرش از یک مرحله به مرحله بعدی بدون تسلط کامل.

### ابزارهای ضروری (هزینه خیلی کم)

- یک دف معمولی (حتی دف پلاستیکی ۴۵۰ میلی‌متری برای شروع عالی است)
- اپلیکیشن مترونوم رایگان (Tempo)، Soundbrenner یا (Metronome Beats) [\(اندروید/آیفون\)](#)
- هدفون یا هندزفری برای تمرین شب
- چند برگ کاغذ نت یا یک دفتر نت ساده

### چک‌لیست نهایی پیشرفت

اگر این موارد را تیک بزنید، یعنی کار تمام است □ :توم، تک و پ کاملاً تمیز و یکنواخت □ ریتم ۴/۴ و ۸/۶ پایه بدون فکر □ دست چپ و راست کاملاً همزمان □ رول ۲۰ ثانیه‌ای بدون قطع □ چهار قطعه معروف را از روی نت روان می‌زنم □ هر آهنگ جدیدی را همان لحظه می‌توانم بنویسم و بزنم

### حالا دقیقاً چه کار کنید؟ (اقدام همین امشب)

۱. همین امشب مترونوم گوشی را روی ۶۰ بگذارید. ۲. فقط صدای توم را ۵ دقیقه بزنید ○ ○ ○ ○ :۳. اگر تمیز بود، فردا تک را اضافه کنید. ۴. هر روز فقط ۲۰-۳۰ دقیقه طبق برنامه بالا پیش بروید.

اگر از همین امشب شروع کنید، تا حداکثر سه ماه دیگر جزو معدود دف‌نوازهایی خواهید بود که واقعاً نت می‌خوانند و همیشه در هر گروهی جای دارند. دف را بردارید، مترونوم را روشن کنید و اولین ○ ○ ○ ○ را بزنید. راه همین جاست و منتظر شماست. موفق باشید!