



晶晶兒童合唱團

為何要學音樂：蘊涵人生美的真諦

有一篇英文原名 **Why Teach Music** 的文章，在音樂界相當流行。作者不詳，想是讀者多有共鳴，來回分享、傳抄、影印之間，把作者名字遺漏掉了。文章大致內容如下：

音樂是一種科學：它是明確的，特定的，需要有一定的條件方可造就。一份指揮的總譜就是一個縱橫交錯的圖表。在行進的每一瞬間都同時標示了音高頻率、音質強度、音量大小、旋律、和聲，以及絕對的速度控制等等。

音樂是一種數學：它不是紙上演算的數字，而是在腦中因節奏的需要，將分秒的時間即刻、等分劃分的分數運算。

音樂是一種外國語言：音樂裡許多特定用語都是拉丁文、德文或法文，而其記譜法更是高度發展下，以符號傳達意念的速記。音樂是公認最完整而國際化的世界語言。

音樂是一種歷史學：音樂經常反應特定年代的人文環境、背景及國家、民族、感情等等。

音樂是一種身體的運動：它巧妙的協調身體各部份肌肉，如手指、手、手臂、下巴及臉部肌肉（如樂器演奏）。當音響透過耳朵傳達至腦部解讀，並即刻反應於橫隔膜、背肌、腹肌、胸部等的收放控制。

音樂，最重要的，是一種藝術：人類用這些機械的章法，乾澀的定律創造出「情感」的成品。包含其中的，可以說是一種人文、文化、感覺或感情，卻絕對是高科技文明也無法複製的。

我們教孩子音樂：不是希望他們以後上大學主修音樂，不是希望他們要終身彈琴或唱歌，也不是所謂的輕鬆享樂一下；而是讓他們知所以為人，讓他們欣賞何以為美，讓他們有敏銳的感受力，讓他們更能接近永恆的真諦，且讓他們知道有所依靠。

所以，音樂使我們能擁有更多的愛、熱情、無盡的包容力和善意，永遠都可以期待一個更開闊生命，多彩多姿的人生。



晶晶兒童合唱團

科學研究：學習音樂可以提高智商

2004 年美國心理協會所出版的「心理科學」第五冊第 8 期中，由加拿大多倫多大學謝能堡教授（Glenn Schellenberg）所作的一項科學研究顯示，學習音樂確能提高智商（IQ）。

謝能堡教授在 2003 年即開始研究當時最熱門的話題 -- 音樂和智商之間的關係，也就是所謂的「莫札特效果」（Mozart Effect）。當時的看法是聆聽莫札特的音樂之後，智商可以增高。謝能堡對這說法展開研究，證明聽完莫札特的音樂之後，的確會有智商增高的情形出現，但這只是暫時性現象，不能永久性提高智商。這個研究結果也發表在 2003 年的「心理科學」雜誌上。

謝能堡繼續對學習音樂的學生研究下去，發現兒童在學習音樂一段時間後，對於非音樂領域的認知及學習能力，要大過沒有學過音樂的兒童。

謝能堡的研究報告中指出，在學習音樂的過程中，需要長時間的注意集中、每天練習、看譜、記憶短或長的樂曲內容、學習不同的音樂結構、積極發展肢體運用、在表演中適當控制自己的情緒，這些因素結合起來，對於認知能力有很大的幫助，特別是那些正在成長中的青少年。

研究顯示，學音樂一段時間後，對於文字的記憶、空間能力、閱讀能力、選擇性注意力、數學能力等等，都有提高。

研究有學音樂和沒學音樂來比較。一組學了鋼琴，但是停止練習的學生，在頭二年內，在認知能力上，會比沒有學過音樂的要好，但是在第三年時，二組的認知能力則相同。

另一個實驗，是將小學一年級（六歲）的學生，分為二組。學過音樂的學生，在學術成績上，較沒學過的一組要好。可是沒學過音樂的這組，開始學音樂七個月後，他們的成績也能趕上已學過音樂的這組，並且在閱讀和數學方面，進步明顯。

多倫多大學將 144 位學生分為四組，分別學習鋼琴、合唱、戲劇，以及完全不學任何才藝。經過一年之後進行智商測驗，結果學習合唱智商增加最高，鋼琴其次，學戲劇的智商增長，只有學合唱的三分之二，什麼才藝都沒學的，增長不大。



晶晶兒童合唱團

藝術訓練 培養紀律恒心

擁有上千名團員的晶晶合唱團，許多團員在高中畢業時，都申請到很好的大學。為何如此，晶晶創辦人之一姜靜芬表示，晶晶合唱團基本的訓練，除了科學的方法外，最重要的就是紀律訓練（Discipline）。姜靜芬認為，任何學習的過程都是大同小異，要日積月累，要精益求精，要鍥而不捨，要每天練習，而且是「不進則退」。

如果三天曬網，二天捕魚的作法，就會不進則退，這是非常現實的。許多教鋼琴的老師常說：「一天不練習，等於倒退一個禮拜。一個禮拜不練，等於倒退一個月。」所以練習的堅持變得很重要。

在合唱團的練習中，姜靜芬常常有這樣的感覺，今天練到 80 分，等隔了一星期，在這之中不練的話，下周來時，就要從 60 分開始練起。如果一星期練二次，隔了幾天來，也許就從 70、75 分開始練起，這樣進步就比較快。

台灣雲門舞集滿三十周年時，有人問創辦人林懷民，是如何建立起這個優秀的舞蹈團體？林懷民回答說，其實很簡單，我只是把每天的事作好。藝術講究的是一種基本功，是一種紮實，而不抄捷徑。

這種精神和現代求快速，要短、小、輕、薄，任何事都是越快越好，所有的東西都要速成的觀念相反；因為在藝術的訓練及追求裡，沒有速成的捷徑。

姜靜芬表示，在教育上來講，許多真實、貼切的東西，其實和大自然的規律是一樣的。大自然在一年四季，一天 24 小時中，都是按規律成長及輪轉，小朋友的成長及教育，就是要像這樣按步就班，不能速成。

在商業市場推銷、行銷裡，「快」代表好，可是在藝術的訓練裡並不是如此。小孩子在音樂的學習裡，學到要紮紮實實的作事，要踏踏實實的每天去練習，沒有速成、沒有捷徑。

孩童在音樂學習的過程中，學到「學習的方法」，再用這個方法運用到其它的學術學習上，如在學習語言、數學、科學等各種學科時，知道沒有速成的方法，只有踏實的去研讀，就能得到好成績。

姜靜芬指出，不論是音樂、畫畫、甚至於運動選手，都是每天腳踏實地，有恆心的去鍛鍊。像美國溜冰好手關穎珊，每天早上五點起床，練到八點再去上課。「求學之道，無君王之路」就是要按步就班，沒有速成之路。



晶晶兒童合唱團

學琴 還是學唱？

許多家長花錢、花時間，親自開車接送子女去學鋼琴、小提琴，每天還盯著練習，弄到最後子女不想學，家長也自生悶氣。晶晶合唱團創辦人之一張智真表示，不妨讓子女來學合唱。

張智真指出，學習合唱有很多優點，是樂器所沒有的。一般說來，學樂器的男孩，在進入初中、高中之後，因為許多活動及運動，較早放棄樂器的學習。女生在進入大學放棄樂器練習的也很多。一個原因是樂器不會跟著人跑，所以造成學到最後放棄的為多。

反觀學合唱的孩子，在進入大學或社會之後，還維持合唱的興趣，並參加各種相關社團，這比同期仍在學樂器的要高。最主要的原因是歌喉可以帶著走，隨時可享受，加入其他人合唱，但是學鋼琴及小提琴要加入個樂團，機會就小多了。

晶晶合唱團創辦人之一姜靜芬表示，學合唱比較近乎人性。練習樂器幾乎都是一個人孤單的在練，要重覆的去彈奏一段曲子，在過程中較為孤獨。合唱的練習較為人性，因為團體可以包容個人的差異。在合唱中要是沒唱好，還可聽聽別人如何唱，自己立刻跟上，小小的出錯沒有關係，團員之間具有包容性，所以許多合唱團員在感受到這種溫馨環境，會有興趣長期學習下去，這是個重要的因素。

