

6-1

音樂身心靈療法

康美鳳／東海大學音樂系所兼任副教授

近年來，「音樂治療」在音樂界與醫學界已逐漸成爲一個很重要的學門。但是，究竟什麼是音樂治療？恐怕還不是大部份的人能夠輕易回答的問題。根據美國音樂治療協會的資料定義：音樂治療是由一位受過專業訓練的音樂家，用特別爲病人選定的音樂，來有效的改變他在生理上、心理上、理解能力上及人際關係上的某些狀況或問題。譬如說，一位腦受傷的孩子，無法用語言溝通，但卻沒有失去唱歌的能力，經由音樂治療師的引導，他不但能唱歌娛己娛人，還有希望繼續其他方面的學習。

有關音樂治療的實驗自十九世紀就開始了，但一直到第一次世界大戰後才得到重視。大戰後，當音樂家們湧入醫院慰問傷兵時，醫生注意到病人對音樂有強烈的正面反應，因而要求音樂家定期往訪。由大學或專門機構訓練音樂治療人才的需求亦愈加急迫。美國密西根州立大學在1944年成立了全世界第一個授予主修學位的音樂治療學門。音樂治療在二十世紀中期以後得以全面發展。

《莫札特效應》以介紹有關音樂治療的資訊爲中心。作者Don Campbell以親身經驗爲引子，描寫一件令醫生們驚訝的血凝塊被治癒經過。接著，又以一件又一件的個案實例，述說音樂，尤其是莫札特的音樂所能帶給人們的影響。在章節中，更以平易近人的語法及比喻，提供了對聲音、聽覺的剖析，介紹各種各類音樂的使用方法。在一連串的

奇蹟中，不免令人生疑，音樂真的是萬靈丹嗎？可欣慰的是，作者不只一次的在書中提醒讀者「治癒healing」和「醫治curing」在天平的兩端並不是完全相等的。文中的實例大多是在有經驗的音樂治療師引導下進行的。專業音樂治療師必須對病人的背景、病情、喜好等有相當的了解後，才能決定治療的方向。

美中不足的是：當書中提到實驗結果時，往往沒有加註。如：當提及有關加州大學爾文分校教授們的實驗結果時應該加註，以提供讀者進一步了解實驗內容的管道。再則，本人從事聲樂教學多年，對於文中有關聲帶長繭以哼唱治癒的部份，覺得有澄清的必要。聲帶長繭往往是由於使用聲音的方法不當而造成的，多半是可以用復健的方式復原。但復健的方式很多，有些問題是需要靠完全的休息，也就是禁聲，才能恢復。在此願意提醒讀者，當有這方面的需要時，必須在有經驗的音樂和嗓音治療師的引導下才能達到醫治（cure）的目的。

筆者在美國音樂治療師演講會的影片中看到，由於不會握筆，已被列爲手運動神經發育不健全的學童，能中規中矩的用雙手彈奏鋼琴的例子。更有一位自小就被困在輪椅中，不能與人溝通的年輕人，跟著音樂治療師所彈奏的歌曲，能正確的在樂句中，發出有音高的ㄨ、啊聲。他的歌聲也許不如我們一般的標準美妙，但在歌曲結束後，他臉上所綻放出的燦爛笑容告訴我們，音樂在他生

命中所佔有的地位。那麼，他的X、啊聲和天使之聲又有什麼分別呢？

筆者認為《莫札特效應》一書中文版的問世，不但能讓讀者對另類療法(Alternative Medicine)中的音樂治療有所了解，而且能夠擴展他們的音樂視野。不僅對一般大眾有

益，也應該是一本有價值的音樂教育參考書。更希望能因此激發愛好音樂的青年朋友們，研究音樂治療的興趣。

(編按：《莫札特效應—音樂身心靈療法》Don Campell著 林珍如譯 台北市 先覺出版社 民國88年3月 ISBN 9576073561)

消息報導

「全國讀書會大連線」網站啓用

爲配合教育部「結合圖書館推動讀書會活動」，國家圖書館頃於4月28日啓用「全國讀書會大連線」網站 (<http://book.ncl.edu.tw/book>)，歡迎各地讀書會上網登錄，同時也歡迎喜歡閱讀的人士多多上網使用。該網站計有：

每月一書導讀—

閱讀書籍資料簡介；導讀內容則分作者背景、討論題綱、延伸閱讀。

每月一書線上討論區—

供讀者線上討論。

讀書會入門—

介紹讀書會探源、美國讀書會、美國第一個讀書會、讀書會的功能，附線上留言。

讀書會擂台—

供各地讀書會發表討論。

圖書館讀書會看板—

查檢全國各縣市的圖書館讀書會資料及閱讀的書目。

讀書會登錄與查詢—

供各地的讀書會登錄與查詢讀書會會址及其電話。

讀書會相關資源檢索—

介紹政府單位、圖書館、網路讀書會、網路書店、新聞相關網站、文學類網站、作家網頁、搜索引擎等。

《好書指南：1998少年讀物·兒童讀物》出版

「好書大家讀」一項專爲少年、兒童評選優良讀物活動，每年均由主辦單位出版一本《好書指南》，介紹當年度經評選後推薦給少年及兒童閱讀的圖書目錄。評選方式係以每四個月爲一梯次，由出版社提供當季新書參加評選，主辦單位邀請學者專家數十位擔任評審委員，以公正、公開、客觀的方式，分三階段評選好書。

每一本好書，都有評選委員撰寫「推薦的話」評介該書；並標示出適讀年齡：學齡前、國小低年級、中年級、高年級與國中；同時依類標示類別：如童話、兒歌、圖畫故事、遊戲書、小說、故事、散文、寓言、美術、生理、生物、地理、語文、社會、航太、傳記、評論、工藝等。