

# 心音乐计划：用音乐服务特殊群体

■ 本报记者 王勇

没有阳光,就去看星光  
不被看见,就用力的歌唱  
请和我一样,相信爱会有力量  
……

这是 8772 乐队原创歌曲《从不罕见》中的一部分歌词。

“8772 是字母 BTTZ 的变形,BTTZ 是病痛挑战拼音的首字母,我们都是和病痛做挑战的人,都是有罕见病或残障的伙伴。”乐队成员、“瓷娃娃”崔莹表示。

不管是罕见病患者还是乐队乐队,在一般人的印象里都是罕见的,但在 8772 乐队指导老师、北京仰慈家文化促进中心“心音乐计划”负责人马歌看来,正如歌曲的名称一样,其实一点也不罕见:

心音乐计划正在指导并组建电声乐队的人员当中不仅有罕见病人,还有社区里的老人、打工子弟学校里的小学生和初中生、福利学校的孤儿、智障人士服务中心的成年心智障碍学院、启智学校里心智障碍孩子……

在马歌看来,乐队不是前卫人士、音乐人的专利,音乐本身就是自由的,在舞台上每个人都可以去表达自己。

心音乐计划正是要用“组建电声乐队”的形式帮扶特殊群体,从而提高他们表达自己的能力,建立自信、融入社会。目前,北京仰慈家文化促进中心已经被纳入 19 家“2017 年北京市社会组织入壳全孵化机构之一,心音乐计划也将得到更多的支持。

“你会了一个东西,可能生活方式都会改变。你无法想象音乐能给人带来什么样的改变,或者是什么样的人生路。”马歌强调。

## 不愿离开舞台的小杰

小小梦想 张开翅膀  
每一个渺小都会闪闪发光  
小小梦想 迎风飞扬  
每一次嘲笑都让我们成长  
——8772 乐队《小梦想》

5 月 14 日是今年的国际母亲节,心音乐计划组织 8772 乐队、燕京小天鹅公益学校乐队和北京继民启智康复中心乐队,举办了“精彩生命音乐梦”特别聚会。

由启智的心智障碍孩子组成的乐队在汇报演出结束的时候,一个意外出现了——乐队成员小杰在其他成员已经走下舞台的情况下却坚持不下舞台。

“我要唱歌”……“再唱一首”……“自由的飞翔”……“北京的金山上”……

面对越唱越兴奋的小杰,没法像普通人那样讲道理,马歌只能和带队的夏老师、启智校长白双军一起一次又一次商量、劝说,最后小杰含着泪走下了舞台。

值得一提的是在这一二十分钟里,台下的观众并没有吵闹与烦躁,都在安静的等待。

“小杰这孩子就太喜欢唱歌了,我特别能理解他的心。他就想唱,他觉得我有这样一个机会,内心肯定兴奋的不行了。第一次上台都会紧张、兴奋,未来多给他舞台,他就会很自然的控制情绪了。”小杰下台后,马歌面向现场解释道。

面对不可控因素却能淡然和欣赏源于马歌对心音乐计划的定位。

给孩子们更多的机会上台是心音乐计划特别重视的,在马歌看来这比能学到多深的程度更重要。

在演出开始前,小天鹅的孩子就问马歌:“老师我今天能上台吗?”“我说你来了就能上!”马歌表示,好和坏都能演。

“这个群体很多人都不够自信,他们有些时候真的觉得自己不如别人。登上舞台会让他们觉得自己通过这种方式得到了别人的认可。他们希望能够获得这种演出机会。”马歌表示。

“他们能够体会到正常孩子能够做到的自己也能够做到,有一种自信感和成功的喜悦。”白双军强调。

舞台还会锻炼对于情绪的控制。尽管像小杰这样心智障碍孩子的情绪更不可控,但马歌依然倾向于让他们都能走上舞台。

“让他接受那种兴奋感,对于未来他在人生中碰到一些事情,或者刺激他的东西,就会控制了。”马歌强调。

## 满城奔走的马歌

当有一天 连呼吸都觉得越来越难

你还能不能 握着 我的手  
不怕孤单

当有一天 所有的事突然全都改变

你还愿不愿意坚守 心底最初的信念

——8772 乐队《从不罕见》

走上舞台的意义非凡,但真正做到这一点,并不容易,从一个乐队到 5 类群体(社区老年人、心智障碍这、打工子弟中小学生、福利学校孤儿学生、罕见病人群),形成了 8 支音乐团队,心音乐计划走过了两年的历程。

项目最初源于马歌的志愿服务。作为中国广播艺术团电声乐团天空乐队的负责人,马歌在 2015 年的时候开始为福利学校的孤儿提供音乐服务,随着加入的志愿者和服务的人群的增多,心音乐计划逐步成型,并在 2016 年 11 月正式启动。

项目的受益人群要求具备以下基本条件:温饱已经解决但缺乏劳动生存能力,通过艺术素质教育抚慰心灵慰藉,智力水平具备基础沟通能力,上肢有一定的行动能力。

“我们会首先通过视频等让他们了解什么是乐队,架子鼓是什么、吉他是什么;再让他们自愿报名,然后进行筛选,了解孩子的基本素质。”

去年的 10 月 7 日,“心音乐计划”音乐服务志愿者就对燕京小天鹅公益学校报名的 60 多个孩子进行了音准、音域、节奏、记忆、听力的测试,从中筛选出 30 多人,再次基础上分 4 组开始进行教学。

通过 12 课时的教学,使学员能够对乐器、音乐理论有基础的认识,掌握乐器的基本演奏技巧。结业后会再进行筛选、组合,进入合奏训练。

这一教学流程、进度并不是完全固定的。“音乐本身自由的,固定的方法只能适用于一定的人群,我们现在的人群相对复杂一些,因人而异。像启智的心智障碍孩子周期就会拉长,可能 12 节课,24 节课解决不了问题。”马歌表示。

“首先应该先走进他们的心里,这是最重要的,一定要先多接触他们,建立起感情,这样有了一种互相的信任感,之后再学才能水到渠成。”白双军强调。

复杂的学员群体带来的不



5 月 14 日,由罕见病人等组成的 8772 乐队倾情演唱中

仅是教学的困难,还有项目执行的难题。

由于项目学员的分布比较分散,项目点又比较多,满城跑成了马歌和项目组成员的常态。

“我现在每周有三天的时间,周二、周三、周四,基本上从早晨到晚上,就是跑来跑去。有时候上午在昌平,下午就得到大兴的教学点。”马歌表示。

尽管如此,马歌还是觉得:“跟他们在一起我也不累,晚上七点开始能排练到后半夜 1 点多,音乐真的很有魅力。”

为了尽量便于教学,现在“心音乐计划”项目组按照专业和地点对志愿者和教学点进行匹配,按照就近原则开展工作。

## 随时流动的学员

她爱阳光下的大海和沙滩  
他奔跑在草原上的小溪和田野间

波涛的浪花 日落的白云  
他弹着吉他 她唱着青春的歌  
他们在人潮人海中相遇  
向往自由和独立

人生就是有哭有泪有风有雨  
信仰给予的坚持会创造奇迹

——8772 乐队《星期六下午的歌》

项目组成员与教学点的匹配问题解决了,但有些客观问题却难以解决。

最困难的是练习时间。孩子们课下就碰不着乐器了,下次课就还得重复教学。“这个是对进度最大的阻碍。正常孩子在外面的学习,回家家长会督促,这些孩子不可能。”马歌强调。

只有 8772 乐队这样,是成年人,家里有乐器,所以进步很快,一年多时间自己的原创音乐就有七八首了。

第二大难题是,孩子们毕业了就走了。项目的培养周期就两年,孩子刚达到一个状态,就接受不了项目的教育了。

还有意外情况,比如 8772 乐队的成员由于疾病的原因,很容易导致长期脱离。崔莹年初的时候不小心摔伤了就躺了好几个月。

客观存在的问题很难改变。

经历了一段时间,马歌才释然了,“能尽量多的给他们一些基础的知识,让他掌握自学能力,到新的地方如果有这样的环境或机会他能跟别人去组乐队也可以啊”。

在马歌看来,心音乐计划的音乐教育至少给学员们带来了契机,让他们未来可以通过这种方式去接触更多的社会、更多的人,对这个世界有更多的体会。

“你会了一个东西,可能认识的人都会改变,你喜欢音乐,我也喜欢音乐,如果喜欢喝酒,那是另一种生活状态。”马歌表示。

“其实在家里面那几个月的时候,就特别地想念乐队这帮伙伴,特别想念马老师。想见到大家,继续音乐生活,是让我不断地去康复锻炼,不断地去重新走出来的动力,见到大家,继续音乐。”崔莹表示,“音乐会让人变得特别美好,会让人看到生命更多的美好,看到自己更多的美好。”

## 建设中的督导团

小草的梦想是看见阳光  
小鸟的梦想是没有猎枪  
你的梦想 会是怎样  
不要沉默不语在心中埋藏  
向前走会闻到草地芬芳  
抬起头会听见鸟儿歌唱  
——8772 乐队《小梦想》

随着心音乐计划的逐步发展,建立一个可推广的模式成为马歌考虑的重点。

首先是督导团的建立。由经验丰富的督导团可以制定教学计划,整合不同志愿者的教学特点,进行教学指导和进步把控。

其次是建立教学分队。每个教学点有一个教学分队。每个分队要放一个能够进行管理、合作的老师,有乐队经验,能完成架子鼓、吉他等综合教学。再配置几个专科老师,教吉他的,教钢琴的,一起完成教学。

“通过督导形成一个流程化的教学模式,各个教学点再按照具体情况特殊教学,形成这样一个体系和教育模式,项目才能发展。”马歌强调。



心音乐公开课走进北京光爱学校



8772 乐队合奏