

上世纪八九十年代流行卡拉OK,后来就有了KTV,再后来有了选秀,全民去电视上K歌,K得好还能“一秒变明星”,签约赚钱……

就是爱唱歌

■本报记者 张晶晶

人为什么会唱歌?《诗经》中写道:“情动于中而形于言。言之不足,嗟叹之。嗟叹之不足,咏歌之。咏歌之不足,即手之舞之,足之蹈之也。”

上世纪八九十年代流行卡拉OK,在家里装一个家庭影院,逢年过节亲戚朋友们大家在一起在家吼两嗓子也是流行;后来就有了KTV,不管是商务宴请还是生日聚会,吃饭K歌成了标准动作;再后来我们有了选秀,全民去电视上K歌,K得好还能“一秒变明星”,签约赚钱……

当年为全国人所知的平民明星现在还有不少依然活跃在内地乐坛一线,当然也有很多已经不见踪迹。如今,轰轰烈烈的电视选秀造星运动依然没有停止,但类似“我只是爱唱歌”“音乐是我的生命”之类的言论已经变得严重缺乏说服力——从某著名电视选秀节目今年惨淡的收视率中便可窥见一二。

但无论如何,K歌的确早已成为人们休闲娱乐中不可缺少的重要方式。

智能K歌时代到来

随着智能手机的普及,在线K歌变得越来越流行。唱吧之类的K歌软件几乎人人手机里都装了一个。不能呼朋引伴去KTV的时候,只想一个人静静地唱一首歌的时候,对着手机线上K一首成了不少人的首选。

“我很喜欢唱歌,唱歌让人心情愉悦。最疯狂的时候每周至少得去KTV报到一次吧。”电视从业者田莉在采访中告诉记者,“好朋友们在一起,喝喝酒吹吹牛,唱High歌的话还能一起跳一跳。我觉得比去酒吧什么的好玩。”

孟甜也是K歌一族中的一员,钢琴专业毕业的她对所有类型的歌曲“通杀”,甚至是上世纪六七十年代的歌也不在话下——要知道这是位出生在1993年的“90后”。

“我还曾经一个人去唱歌呢。也不是说为了练习唱歌技巧什么的,就是想唱。”孟甜告诉记者,“不过现在一个人唱歌我是很少去了,因为有了在线K歌软件。”

所谓“海量曲库,一手在握”,用小小的手机加上Wi-Fi,就可以获取以前只有在KTV才能听的歌曲。对于热爱K歌的人来说,确实是革命性的福利。

“学习新歌啊,或者非常想表达什么情绪的时候,就K一首。唱得好就发出去,像分享心情



的另外一种方式吧,而且还能获得朋友点赞。”孟甜如此描述自己使用K歌软件的场景。

来自首都师范大学的王嘉欣最近在学校“火”了一把。她无意中给朋友推荐,下载了一个名为SingPK的K歌软件,“玩儿的方式有点像唱吧+中国好声音,它每期会有一个主打明星,都是唱这个明星的歌,然后大家可以投票进行排名,进行线下比赛,成绩好的最后能和明星一起在五棵松唱歌。”知道王嘉欣参赛之后,她的不少同学都专门下载了软件为她投票。

“挺谢谢大家的。也不是说我要当明星或者什么的,就是玩儿一下,是全新的经验。而且还收获了浓浓的同学们爱。”王嘉欣说。

在浴室唱歌更好听

随着技术的进步,录音室可以变得非常“迷你”。一间隔音良好的房间,一台笔记本电脑,一支专业的话筒,几乎就可以实现专业录音的效果。加上网络的帮助,写歌、出歌变得不一定需要进录音室、签约唱片公司,“网络歌手”不再代表粗制滥造,相反他们早已成了选秀节目和唱片公司的争抢对象。

如果没有隔音间,没有专业录音软件,也没有专业麦克风,那要如何录制出一首还不错的歌曲呢?答案是不如在自家的浴室里一试。

“很多人喜欢洗澡唱歌,我觉得一方面原因是洗澡时精神比较放松,觉得也没有别人听,而且还有水声作掩护,吼几嗓子无伤大雅;但深究起来,我觉得还是因为在浴室唱歌,要比平时唱歌好听。”录音师文彬在采访中告诉记者。

他解释说,人耳能听到何种声音,是和外界环境息息相关的。“在平坦空旷的地方,一点回声也没有,声音会很干,没什么圆润感;在山谷唱歌就不一样,会有回响产生,有点儿‘空谷传音’的感觉。老说唱山歌儿宛转悠扬,多少也有点关系。同理,浴室或者说洗手间的面积通常不大,墙壁、地板很容易反射声音。洗澡时的水珠也会反射声音,这可以让浴室的声音混响度比别的房间还要大,会觉得唱出的歌更好听可能也就是这个原因。”

文彬还讲到非常有趣的一点是,很多人觉得自己听到自己说话的声音和录音设备里的声音很不一样。“我们所听到的自己的声音是通过骨骼传播的,而别人听到的我们的声音是通过空气传播的。这两种声音存在差别,通常来说你听到的自己的声音要比别人听到的你的声音尖一些。

灵敏的录音设备里录出来的声音更接近别人听到的你的声音。不少人在听自己录音的时候觉得‘这是我吗’,就是这个原因。”

人们喜欢在洗澡时唱歌还有历史可溯。阿拉伯历史学家伊本·赫勒敦所著的《历史绪论》一书中对此解释道:“当享受热水浴时,吸进的热气加热了他们的灵魂,他们常常因喜悦而歌唱。”

因为人们喜欢在洗澡时唱歌,也出现了很多有趣的规定。比如据说在澳大利亚,居民有每天一早洗澡的习惯。为了节约用水,能源公司呼吁大家沐浴时最好不要唱歌,或选一条比较短的歌曲。

跑调不是罪

说到唱歌,很多人的心中之痛便是跑调。跑调而不自知,对于别人来说是一场灾难;自知且胆怯,每次去KTV就是一场历练。

“我唱歌跑调啊,但不少活动都是去KTV,只能硬着头皮去。别人唱歌我负责鼓掌和吃东西,说实话很多时候挺无聊的。”28岁的女白领张艺在接受记者采访时说。

唱歌跑调,有的是患有失歌症——对音调把握不准,有乐感缺陷的异常表现,常伴随着对音乐记忆和识别上的问题。失歌症与听力以及嗓子好坏关系不大,主要是由遗传等先天性原因以及发育不良、脑损伤等后天环境所决定的。

有统计数据表示,有10%的人先天五音不全,唱歌跑调,其中4%是先天性对音调精细识别的失敏。许多著名的人物,如进化论的奠基人达尔文、精神分析学派的创始人弗洛伊德、美国第18任总统格兰特、第26届总统罗斯福、革命家切格瓦拉以及货币学派代表人物弗里德曼等,都是失歌症患者。

失歌症或者说唱歌跑调是否可以治疗,目前尚存在争议,正方意见是通过视唱练耳可以有所改善提高,反方意见是天生的跑调无法矫正,后天走音的话或许通过训练可以有一定提高。

“像我的话有几首是压箱底曲目,简单的,以节奏为主的,这样朋友们非让我唱歌的时候可以唱一下。不过大部分时候还是以拙劣、做观众为主。”张艺告诉记者,“唱歌跑调又不是什么罪过,不过从平等关爱的角度,朋友们,能不能少去一点KTV。”

其实大可不必苦恼,毕竟还有达尔文、弗洛伊德、弗里德曼做伴呢。

胜地

马耳他,地中海的“心脏”



马耳他,地中海上的弹丸之地,一个不为人知的世外桃源,被誉为欧洲的后花园、地中海的“心脏”,希腊人称此岛为“蜜地”。

即便是弹丸之地,马耳他却拥有7000多年的历史遗迹,无数恢弘的教堂,一望无际的蓝色海岸线,闻名世界的天然良港,广袤的田园风景。

在马耳他旅行,印象最深的是这里蓝绿色的海水、金黄色的建筑和温暖的

阳光。阳光、海水、建筑,也正是马耳他人引以为傲的三大国宝。满城金黄色的建筑,带着阿拉伯的风情、摩洛哥的韵味,又有远古的遗风。这正是马耳他拍电影的优势。因为这些独特的建筑,这里可以被当成是耶路撒冷、中东,也可以被当成是法国南部、塞浦路斯、希腊、秘鲁,或是非洲的某个国家。这种多文化融合的风情正是马耳他的魅力所在。

(吕小羽整理)

品味

琉璃:沉积历史的华丽

“有色同寒冰,无物隔纤尘。”唐朝元稹的《咏琉璃》道出了琉璃的美妙与尊贵。

世人皆知琉璃的灿烂夺目、光彩照人,琉璃,本源于中国,经过无数的岁月流转,沉淀出历史的华丽。

“流蠡”,一个美丽的传说

纯粹的琉璃是中国一种古老的发现,并经过近三千年工艺探索达到的人类文明极品之一。

关于琉璃的起源,有这样一个传说。公元前493年,传说范蠡督造王者之剑时,熔炼锻锤间发现了旷世绝美的琉璃。范蠡认为这种从未见过的物质是天地造化所能达到的极致结果,于是将它随锻造的剑一同献给越王。越王感念其铸剑之功,将这种美丽的物质命名为“蠡”。

此后范蠡遍访能工巧匠,将“蠡”制造成精美的首饰,作为定情之物送给了西施。相传这就是最早的琉璃。同年战事起,越大败。西施被迫前往吴国和亲,离别时将“蠡”送还。据说,西施的眼泪滴在“蠡”上,天地为之动容,因此至今还可以看见西施眼泪在其中流动,后人称之为“流蠡”——今天的“琉璃”就是这个名字的谐音。

实际上,琉璃的历史应当更早,据考古发现,中国琉璃艺术历史悠久,最早在商周甚至更早就有了,但“西施泪”的传说,也是认可程度较高的一种说法。

古法琉璃

琉璃是中国传统建筑中的重要装饰构件,通常用于宫殿、庙宇、陵寝等重要建筑。自古以来,琉璃一直是皇室专用,对使用者有极其严格的等级要求,所以在民间极少见。琉璃的贵重程度,从《西游记》中沙僧因为失手打破一只琉璃盏而被贬到凡间的故事就可见一斑了。

从出土的琉璃器来看,我国西周至战国时期的琉璃工艺已趋于成熟。春秋末、战国初出现了蜻蜓眼玻璃珠和仿玉琉璃器。汉代琉璃产地分布在中原地区、河西走廊及岭南地区。魏晋南北朝时期,随着罗马、波斯玻璃(即琉璃)器的大量输入,我国自制玻璃减少。

古法琉璃,亦称脱蜡琉璃。采用古代青铜脱蜡铸造技术纯手工加工制造,经过十多道工序,在1000℃以上的火炉中将水晶玻璃母石熔化而自然流向凝聚成高贵华丽的琉璃。其色彩流光溢彩、美不胜收;其品质晶



莹剔透,光彩夺目。

琉璃被誉为中国五大名器之一(金银、玉翠、琉璃、陶瓷、青铜),佛家七宝之首,到了明代已基本失传。不过,即使是明代很残缺的工艺仍受到品级的保护,当时的琉璃已经很通透,所以被称为药玉。

据《明制》记载,皇帝颁赐给状元的佩饰就是药玉,四品以上才有。

世间没有两个一模一样的琉璃

传统工艺的琉璃,属于价值不菲的艺术品,它的价格比水晶还高,其原因有两个方面:其一,古法琉璃材料特殊,而且其制作工艺相当复杂,火里来、水里去,要几十道工序才能完成,有的光制作过程就要十到二十天,且主要依靠手工。各个环节的把控相当困难,其火候把握之难更可以说是半靠技艺一半凭运气。仅出炉一项,成品率就只有70%。更关键的是,古法琉璃不可回收,也就是说一旦出现问题,十数天、几十道工序,多少人的努力就付诸东流。也正因为如此,琉璃产品是独一无二的——世间没有两个一模一样的琉璃产品。

中国琉璃是中国古代文化与现代艺术的完美结合,其流光溢彩、变幻瑰丽,是东方人精致、细腻、含蓄的体现,也是思想情感与艺术的融合。

在流淌着阳光的午后,静观一只琉璃盏,是不是她还在诉说着几千年前西施泪别范蠡时的凄切?是不是还能看到晶莹的泪花滴落在胸前的信物“蠡”上?

栏目主持:罗萨

运动健康

运动性哮喘又称运动诱发性哮喘,是支气管哮喘的一种特殊表现类型。

症状表现

“运动性哮喘发作可发生于任何年龄,成年人及儿童的患病率大致相等,男性多于女性。”上海体育学院副教授郭黎在接受《中国科学报》记者采访时表示,“运动性哮喘多发生在运动停止后5~15分钟,其间出现咳嗽、胸闷、气短和喘息等症状,同时伴有肺功能相关指标下降,一般在30~60分钟内可自行缓解。”而严重者可持续2至3小时,同时伴有心率增快、神志异常等,甚至危及生命。

郭黎指出,目前研究显示,运动可作为一种单独的诱发因素,或作为多种诱发因素的一种,存在于特定的哮喘患者中。换言之,运动性哮喘主要与运动的种类、条件、剧烈程度及运动持续的时间有关。剧烈运动则较容易引发,如登山、跑步、球类运动及舞蹈等易诱发运动性哮喘,而举重、游泳、划船等运动则较少引起,同时,轻度运动如散步、打太极拳也较少引起。

多数患者在剧烈运动开始后6~10分钟待运动停止后2~10分钟出现胸闷、气短、呼吸困难、喘息,肺部可闻明显的哮鸣音。哮喘发作在0.5~1小时内可逐渐缓解;少数严重者可持续2~3小时。极少数患者的哮喘症状可出现在运动后4~13小时被称为“运动诱发的迟发哮喘反应”。

郭黎告诉记者,运动性哮喘不仅会对身体造成损害,也会对心理造成损害,有运动性哮喘的人会惧怕运动,逃避运动,从而使身体的抵抗力逐渐降低。生活中可根据身体需求,适当加强体育锻炼,提高自身素质和抗病能力,运动量以无明显气急、心跳加速及过分疲劳为度。

预防措施

为了减少因为运动诱发的哮喘,郭黎表示,可采取一些预防措施。

第一,运动前在医生指导下使用预防药物。

第二,运动前做热身运动,可避免或减轻运动性哮喘的发作。

第三,避免吸入干冷空气。室外运动时戴口罩,有助于预防运动性哮喘的发作。

第四,运动性哮喘发作时,应立即停止运动,并吸入β2受体激动剂。

第五,经常做深呼吸。要领是:吸气时要慢,然后停一停,再呼气,这样可以更好地锻炼肺部以及气管的功能。

适当运动利于恢复

郭黎强调,哮喘患者不应因运动诱发哮喘,而停止参加一切体育活动。

事实上,许多优秀运动员都是哮喘病患者。比如,1984年洛杉矶奥运会中,美国队约有11%的运动员有运动性哮喘,但通过周密的医疗保健和应用国际奥委会认可的药物治疗,其中47名运动员获得了奖牌;1996年奥运会,美国队中约20%的运动员有哮喘;1998年冬季奥运会中哮喘运动员约有21.9%。

运动性哮喘患者不是不能运动,郭黎指出,为进一步改善心肺功能,提高生活质量,运动性哮喘患者可以并应该积极坚持参加体育锻炼。比较适宜的运动方式有:步行、慢跑、游泳、骑自行车、健美操等利用大肌群参加的有氧运动,每周3至5次,中等强度为宜,每次20至30分钟。

因此,有运动性哮喘临床表现的患者应注意平时运动的强度、运动的时间以及采取正确、合理的预防和治疗方法。



本版图片来源:百度图片