

## 传承咽音:享歌唱之乐 谱声乐华章

## “香”启小寒岁 暖融数九天



二十四节气中的小寒时节的降临,预示着一年中最冷的时段到来。在小寒这个节气里,人们养生首重保暖,古来此时多“闭门静居,焚香养道”。1月7日,在青岛市城阳区的康成书院,香文化传播者姜育红与众多香友共聚一堂,将节气与香熏结合,通过香气的升降,为心灵带来沉静的洗涤。

### 在小寒熏香中寻找温暖

“我们经常组织节气香养的活动,让我们将凝聚着先人智慧的二十四节气融于熏香中,顺应节律用香、熏香,让身心得到调养与休息。”姜育红说。

活动当天恰逢腊八节,姜育红与香友们一起包饺子、吃香食、品老香,“饺子是家家户户的常客,不过今天我们品尝的是添加了香料的饺子,带来不一样的味蕾体验。”姜育红说。“我们常说‘五气各有所主,唯香气凑脾’,在小寒时节,我和大家一起鉴赏了适合此时的两款香品灵虚香和玫龙香。灵虚香由沉香、丁香和灵香草等精制,对于中脉、带脉有着独特的益处;而玫龙香则阳气充沛,对于疏通经络有显著效果,特别适合冬季使用。”

姜育红告诉记者,将香与养生相融合,有顺应时令的香味萦绕在身边,才能更好地感受每个节气之美,给人带来舒适、轻松和幸福。

### 香文化点亮生活新“香”度

62岁的杨瑞华热衷于传统文化,“平时在家我喜欢书法作画,点一炷香,这对我来说是一种静心的方式,但学习了香文化,才了解了传统香文化的博大精深。”

冬日焚香,寒室生春。在严寒的冬季,室外寒风凛冽,而室内燃起一炉香,满室香气萦绕,如祥云般舒适。“今天体验的灵虚香令我微微发汗,十分惬意。”香者张丽新跟记者分享道,“我正在学习制作篆香,特别是午后阳光洒在香炉上的那一刻,那种阳光氤氲的美感让人觉得岁月静好。”

香者王清平告诉记者,自己最初是因为朋友的推荐接触到香文化的,“当时抱着尝试的心态开始学习,没想到现在对香文化如此着迷。”王清平说,“日常的学习让我们见识了中国传统香文化的深远,今天的节气养生活动更让我们感受到熏香对身体的益处。不仅自己会继续研究香文化,我还希望将这份香气与传统文化传播给周围的人。”

记者 臧硕 扫码观看视频

传播咽音,退休后,我尽全力推广咽音。”2024年12月,咽音振兴工作委员会公布了第三批“林俊卿咽音练声体系咽音教师资格审查合格人员”,李克琴名列其中。

### 咽音不仅享歌唱之乐 更是一种健康理念

采访当天,李克琴正在泰州路社区教授老年人唱歌,“55岁退休后开始在青岛市老年活动中心和社区教学,用咽音唱法帮助他们唱歌不再疲惫。”李克琴边说边打开了自己编写的教材,“我编写的教材都是基于我平时积累的咽音唱法和歌曲知识,内容从易到难,便于老年朋友学习和掌握。”李克琴说。她的学生、今年75岁的杨淑英告诉记者,她跟随李克琴老师学习唱歌已有三年,“每周都热切期待上课,老师授课充满情感且易于理解,最重要的是,我们唱歌不再感到疲惫,还能收获快乐。”

李克琴认为,音乐教育的最高境界是爱,“在我的歌唱生涯中,我从业余走向专业,从学校毕业走向讲台,退休后我从未离开过咽音唱法,我愿将这套咽音唱法传递给更多人,让他们了解科学的发声方法,珍爱自己的嗓音。”李克琴表示。

“咽音唱法不仅是一种歌唱技能,还是一种声带疗法,许多人在歌唱中不慎损伤了嗓子,却不知如何发生的。希望大家重视咽音发声,共同推动其发展和传承,保护好我们美妙的声音。”

记者 臧硕 许瑶



李克琴正在为学员们上课。

研究与传播。退休后,他不仅创办了声乐研究室,专注于咽音的传播,还参与制作多部歌剧,其中包括2004年推出的《江姐》,受到广泛好评。”韩明新夫人、今年70岁的薛景春说。

薛景春作为韩明新的早期弟子,她告诉记者:“咽音让你的声音听起来像金属般清脆,立体而通透,这种声音需要经过雕琢和后期训练。”正是通过学习咽音,薛景春的声音功能得到了加强,穿透力也更加显著,“如果没有咽音,我不可能领悟到歌唱发声的科学原理,更无法解决高音问题。”薛景春说。

2012年,韩明新将自己对咽音的研究整理成册《“咽音”练声法》,“册子分为五个章节,嗓子功能、‘管子’与‘咽音’、呼吸、‘咽音’练声的八个步骤、歌唱、答疑解惑,为咽音传播留下了宝贵的材料资料。”

### 李克琴: 从懵懂走向咽音教师之路

韩明新的另一名早期弟子是李克琴,她与咽音结缘已逾半世纪,“小时候,我

和韩老师是邻居。记得有一年,林俊卿老师来青岛度假,韩老师让我去他家帮忙,林老师要我唱歌,第一关拉伸舌头就没过关。”为了通关,李克琴每天早晨跑步去动物园练声,“动物园里的动物早晨也会叫,有一天,我突然发现这些动物的叫声和老师教的有些类似,于是开始模仿动物的声音进行发声练习。”从那以后,李克琴爱上了唱歌,一天不练唱就觉得空落落的。

1972年,李克琴跟随韩明新学习咽音发声法。1974年,李克琴参加了林俊卿在青岛为期3个月的培训。后来,李克琴考入了青岛市歌舞团,“来到这里后发现自己的乐理知识和识谱能力太薄弱了,于是我决定去学习理论知识。”1980年,李克琴考入山东师范大学音乐教育专业。

毕业回到青岛后的李克琴一直坚持以咽音为核心进行教学,为国内声乐专业院校和青岛社会各界培养了千余名优秀声乐人才,曾被评为“山东省第一批骨干教师”,多次获得全国、省、市声乐比赛一等奖。“工作时,我利用业余时间向社会

### “青岛文史探秘”36

## 青岛天后宫

◎魏书训



模越来越大,今太平路小学一带亦属庙产范围。后又多次扩建,天后宫已成为蔚为壮观的香火胜地。

天后宫在“文革”中受到冲击。1996年初,青岛市人民代表大会通过了《关于尽快维修并合理利

青岛天后宫,位于山东省青岛市市南区太平路,始建于明成化三年,崇祯十七年扩建,清雍正后多次重修。1996年为青岛历史上最大规模的重修,现为青岛市区最早的中国传统古庙宇建筑。

天后宫所供奉的妈祖即天后,在古代,航海技术不发达,在海上作业的渔民往往很难预防变幻莫测的恶劣气候带来的灾难,于是纷纷求助于妈祖保佑且十分灵验。因此她是渔民心中的保护神,深受民众特别是沿海渔民的爱戴。

据《太清宫志》载,明万历年间,由胡家庄的“胡善士”捐施土地,建成天后宫圣母殿三间和龙王、财神两配殿。明末崇祯十七年,又由主持道人宿义明募集

款项,进行了维修和扩建。

据记载,清同治元年,在山东建立了东海关,同治四年在青岛口建立了分关,其时天后宫香火日渐兴旺。为此于同年6月,又一次重修天后宫,并加建了戏楼。戏楼的增建,使天后宫气魄更加宏大,成为青岛口一处热闹非凡的民俗文娱道场。

据庙内现存碑记记载,同治十三年再次重修,碑记详载了当时来天后宫敬拜天后的旅客商人云集,此时的天后宫之地已成为较为繁荣的海港了。

光绪二十四年,天后宫又购置香火地20亩,规

