

澳大利亚音乐治疗师崔懿允——

华人社区

## 用旋律温暖人心

杨宁 李秀林

## 侨界关注

崔懿允，一位来自广东广州的姑娘。因为热爱音乐，想用音乐治愈更多有需要的人，她通过自己的努力成为了一名注册音乐治疗师，为更多的人带来了心灵的慰藉与疗愈。



崔懿允做音乐治疗讲座。

受访者供图

## 热爱音乐 自小结缘

崔懿允从小就学习钢琴，对音乐一直保持着热爱。高中时，崔懿允在翻阅招生简章时了解到音乐治疗这一专业。音乐治疗不仅涉及音乐，还结合了心理学和医学。她认为，这是对她父亲医生职业上的传承和她对音乐的热爱在学术上的交集。

2012年，崔懿允考入中央音乐学院音乐治疗专业，开启了她的音乐治疗之旅。在5年的学习过程中，她不仅接受了系统的音乐训练，还深入学习了心理学和医学知识。“音乐治疗是多学科交叉的，这对我们的要求非常高。刚开始学习音乐治疗时，我和同学们经常要面对大量的英文文献，理解起来颇为吃力。”崔懿允回忆道，“但也正是这种多样性，让我感到无比充实。”

音乐治疗专业的独特之处在于，它不仅注重音乐技能的培养，更注重心理学知识的积累和实操的锻炼。因此，崔懿允在大二时就开始了临床实践，在医院和养老院等机构为患者进行音乐治疗。

“第一次接触病人时，我非常紧张，甚至怀疑自己是否能胜任这份工作。”崔懿允说。当时，她在一所医院的精神科实习，面对的是一些患有严重精神疾病的病人。“当我第一次给一位抑郁症患者进行音乐治疗时，我感到很无力，不知道我的音乐是否真的能帮到他们。”她说。

在学习的过程中，崔懿允遇到了对她影响很大的导师。“我们有个督导老师，会全程陪同我们进行治疗，从治疗方案的设计到临床操作，再到事后的反馈调整，老师都非常细致地为我们进行指导。这种师生之间的紧密联系让我感到非常温暖，也让我在学习中获得了巨大的进步。”崔懿允说。

懿允说，“老师们不仅在技术上给予我们支持，更在情感上像大姐一样，帮助我们处理自己在治疗过程中可能产生的情绪波动。”

面对一次次挑战，崔懿允逐渐成长起来。她学会了如何用音乐去接近病人，了解他们的内心世界，并通过音乐让他们感到平静和安慰。“这些经验让我逐渐积累了信心，也让我认识到音乐治疗的真正价值。”

## 以歌为药 治愈心灵

2023年，崔懿允来到澳大利亚继续深造音乐治疗师研究型硕士课程。“这个项目没有具体的课程，主要是自己安排时间进行研究，完成论文，所以有空余的时间工作。去年我拿到澳大利亚的音乐治疗资格证后就开始在当地工作。”崔懿允说。

在养老院中，崔懿允经常与老人们一起唱歌，尤其是那些具有对方文化背景的传统歌曲。她经常面对来自不同文化背景的患者，包括欧洲、亚洲等国家的移民，以及澳大利亚本土的老年人。“我觉得在文化的交汇点上，音乐治疗的效果特别明显。”她说。

“养老院有很多来自意大利的老人。”崔懿允说。尽管她不懂意大利语，但她会学习一些意大利经典歌曲与老人们互动，并逐渐加深对澳大利亚及其他文化的了解。此外，崔懿允还会向当地老人介绍中国的节日，如中秋节和春节，并在治疗过程中融入中国的传统歌曲。崔懿允说：“我很喜欢教他们唱《恭喜恭喜》这样的中国歌曲，或者教一些简单的粤语民谣，中间有重复出现的中文，不懂中文的老年人也可以快速学会。”这种跨文化的音乐

交流不仅促进了老年人和咨询师之间的关系建立，也增进了不同文化间的理解。

“我还在一个专门帮助慢性病患者的华人协会合唱团中教大家唱歌。”回想起第一次排练，崔懿允说：“当时的预期是最多来五六个人，但没想到那天来了20多人，我很惊喜。”

歌曲的选择是崔懿允面临的难题。“在成员中，有人讲普通话，有人讲粤语。”她说。最初，因为会普通话的成员比较多，所以大家都在用普通话唱歌、练习。但崔懿允注意到：“有一部分讲粤语的成员在跟练时会很困难，为了跟上大家的进度，他们回家的时候会去歌词上标注音标再额外练习，这样会很辛苦。”

崔懿允注意到这一问题后，便开始寻找一些同时具有普通话和粤语版本的歌来教成员们练习。“一段唱普通话，一段唱粤语，这样拼在一起效果也很好，而且成员们都很开心。”崔懿允说，“这样一来，大家能够选择的部分也多了，有些擅长普通话的成员也会抱着试一试的心态去练习粤语。”

音乐的旋律不仅仅是音符的堆叠，更是人与人之间情感的纽带。“我慢慢地发现他们唱得越来越好，变得越来越自信。我觉得很自豪。”崔懿允说。

## 积极推广 充满信心

崔懿允依然面临不少挑战，首先便是如何推广音乐治疗。崔懿允坦言：“音乐治疗算是一门新兴的学科，特别是在公共健康领域，并没有被广泛认知。”因此，崔懿允开始利用自己在国内创办的远歌行音乐治疗工作室积极进行宣传，并且和澳大利亚当地的机构“墨尔本华人音乐与创意艺术治疗”合作。“我们会把一些有关

音乐治疗的内容进行中英文翻译，然后上传到国内外知名平台进行推广，让更多的人了解音乐治疗，也能够让海外专家了解音乐治疗在中国的发展状况。”

此外，崔懿允在跨文化治疗中也面临着不少技术性挑战。崔懿允解释道：“音乐是具有包容性的，我们的治疗方式也必须具备同样的包容性。不同文化背景的人表达情感的方式不同，所以我们需要找到合适他们的方式进行引导。”崔懿允曾帮助过一名来自东南亚的小朋友，这名孩子因语言能力发育迟缓需要进行治疗。做完第一次治疗后，崔懿允便发现：“这名小朋友在家使用母语，但在学校需要用英语交流，这种文化和语言上的差异导致了她的适应困难。”

因此，在后续的治疗过程中，崔懿允没有强制要求小朋友遵循某种固定的治疗方式，而是让她自主选择想要参与的活动。“我的治疗室里有他喜欢的乐器，我会问他今天想做什么，他会告诉我他想要打鼓或者做其他事情。”崔懿允通过这种自由选择的方式，鼓励小朋友主动探索，慢慢地他开始展现出创意，并且在学校的表现也有所提升，后来还获得了“优秀学生奖”。

“孩子的妈妈告诉我，我是唯一一个把她的孩子当作正常孩子对待的治疗师，这让我很感动。”崔懿允说。她认为音乐治疗的核心是发现患者的潜力，放大他们的优点。

尽管面临挑战，崔懿允对音乐治疗的发展前景充满信心。她表示，随着多元文化的不断发展，越来越多的心理健康机构开始意识到音乐治疗的重要性。崔懿允说：“音乐是人与人之间的共同语言，不论你来自哪里，它都能带给你情感上的共鸣和治愈。”

## 江苏侨联代表团与法侨团举行座谈

近日，江苏省侨联副主席艾卉带领的代表团参观了巴黎北郊的华人批发商圈，并与法法社团代表在法国中法友谊互助协会举行座谈。

座谈会由该协会会长何建兴主持，他介绍了法法商团和协会的情况，强调了“一带一路”倡议为法法商带来的商机。法国中法友谊互助协会永远名誉会长张常豹表示希望加强与江苏省侨联的联系。

艾卉介绍了江苏经济发展情况，邀请在法华人、华裔到江苏考察。代表团还参观了法法商团企业，与当地法法商交流，鼓励合法经营。

(来源：欧洲时报网)

## 泰国闽籍社团向水灾地区捐款

近日，泰国闽籍社团在泰国福建会馆举行了捐款仪式，向泰国北部水灾地区捐款。中国驻泰国大使馆使衔参赞潘瑾出席了捐款仪式。

近期泰国多地发生水灾，尤其是北部地区受灾严重，造成财产损失和人员伤亡。泰国闽籍社团迅速行动，短时间内筹集了超过400万泰铢（约合85万元人民币）的善款用于救助泰北灾民。

潘瑾参赞高度评价了泰国闽籍社团的善举，并指出社团一直致力于促进中泰两国人民之间的友谊与合作，推动华人社会的繁荣与发展。

(来源：中新网)

## 菲华校联举行捐赠荣誉榜揭幕仪式

近日，菲律宾华文学会联合会（以下简称“菲华校联”）在马拉尼拉举行热心捐赠华社“尊师重道”奖励荣誉榜揭幕仪式。活动由菲华校联常务顾问、帕赛中华书院院长林文诚，菲华校联秘书长、崇德学校副校长王宇航主持。

中国驻菲律宾大使馆参赞兼领事王悦致辞表示，教育兴则国兴，教育强则国强。华文教育是在海外传承和弘扬中华文化的重要载体，是链接广大华侨华人与中华文化的精神纽带。在菲律宾传承好中华文化，是华社所肩负的历史使命。菲华校联成立三十年来，始终秉持高度的责任感和使命感，致力于团结、服务全菲各华校，推动华校间的交流合作，为促进华文教育事业的发展作出了贡献。

2022年，菲华校联设立了“尊师重道”奖励金项目，进一步提高了华文教师的福利待遇，彰显了华社尊师重道的良好风尚。

(来源：东南网)

## 英国华人女性联盟颁奖典礼举行

近日，2024年英国华人女性联盟(UKWCW)年度颁奖典礼在英国伦敦隆重举行。英国华人女性联盟致力于构建华人女性在英国社会的联结、赋能和影响力发挥平台，作为注册慈善机构，其在英国社会及国际舞台上的影响力不断扩大。

今年的颁奖典礼聚焦于科技、创业、金融、艺术等多个领域的杰出华人女性，表彰她们对社会的卓越贡献。英国华人女性联盟主席杨群发表致辞，重申了该组织的创立愿景，并对未来的发展表达了期待。典礼的亮点之一是年度报告的介绍，该报告探讨了华人女性在职场中的挑战与突破。

获奖者们的成就展现了华人女性的勇敢与坚持，激励了在场的嘉宾。英国华人女性联盟表示，将继续推动华人女性在各领域的成长与发展。

(来源：欧洲时报网)

变脸表演高手苏俊良——

## 传递欢乐 传播文化

杨宁 李秀林

来自广西防城港市的苏俊良，在美国洛杉矶以独特的变脸表演促进中美文化交流。从舞台上的光彩到青少年派对上传递的欢乐，苏俊良的艺术之路见证了他的坚韧与创造力。

## 自学成才 融合创新

苏俊良的艺术生涯始于童年时的现代舞学习。随家庭移民洛杉矶后，他的舞蹈生涯不得不暂时中断。多年后，他重新回到舞台，开始探索中国传统的“变脸”艺术。苏俊良回忆道：“我最初接触变脸时，完全是因为对艺术的热爱。我希望把这种中国非遗文化技艺带到美国，展现给更多人。”

尽管过程充满挑战，但苏俊良坚定不移。苏俊良在朋友的引荐下首次接触到中国传统艺术变脸，这种艺术形式对他来说既新奇又充满挑战。尽管苏俊良对变脸的了解有限，但他凭借着对舞台的热爱和对新事物的好奇心，毅然决定学习这门技艺。“当时我只是想做一些与别人不一样的东西，把变脸与我的舞蹈背景结合起来。”苏俊良说。

学习变脸的过程并非一帆风顺。苏俊良起初通过朋友的简单指导，尝试自学变脸的技巧。然而，他很快发现，没有专业指导的学习过程是极为困难的。在订购了一套变脸服装后，他只能凭借着网上零星的视频和自己的摸索，不断试错，逐渐掌握了变脸的技巧。“我在没有老师的情况下，完全靠自己每天在家揣摩。”他说道，“虽然刚开始还很不熟练，但随着时间的推移，我逐渐找到了感觉。”

与传统的变脸表演不同，苏俊良将现代舞蹈的元素融入其中，为这项传统技艺注入了新的活力。他不满足于仅仅在舞台上展示变脸，而是结合自己的舞蹈背景，设计了许多独特的动作，使得表演更加生动有趣。“我把变脸与舞蹈结合起来，融入了一些好看的动作，比如变成孙悟空时，我会变出一根金箍棒，有时还会加上冷烟花，让整个视觉效果显得更好。”苏俊良解释道。

## 文化传播 责任在肩

对于苏俊良来说，变脸不仅是艺术表演，更是一种责任。“变脸不仅仅是一种表演，而是代表了中国的国粹文化。我很荣幸能够通过自己的努力，让更多的外国人了解和欣赏这种艺术。”他说。

无论是在学校的国际文化节，还是在社区的节庆活动，苏俊良的表演都引发了观众的热烈反响。在洛杉矶的国际学校，苏俊良经常被邀请在“国际日”上表演。他说道：“每次在学校表演，我都感到无比自豪。因为我能够通过表演在舞台上展示中国文化。”苏俊良站在舞台中央，来自中国的学生在看到他表演的变脸后纷纷喝彩，他说：“那一刻我感到自己将内心的民族自豪感传递给了更多的人。”

## 组建团队 传递欢乐

除了变脸，苏俊良进一步扩展了自己的技能，学习了吹糖人和长嘴壶茶艺表演。

他说道：“学习这些技艺让我感到非常有意义，我认为艺术是无止境的，我希望在不断地学习中进步。”此外，苏俊良还组建了一个团队，专门为儿童派对提供演出服务。

团队的组建并不容易。最初，苏俊良与姐姐通过朋友介绍，寻找那些对中国传统文化有兴趣且具备一定表演能力的人加入。他们经过筛选组建了一个小型的表演团队——美国洛杉矶表演团队MING。这个团队的每个成员都具备不同的才艺，投入了极大的热情与精力，共同为孩子们带来欢乐、惊喜的表演。

“成立的初衷是为了当地的华人孩子，可以让孩子们在享受生日派对的同时，潜移默化地接触和理解中国的传统文化。”苏俊良说，“我想要把每一个节目做得更好，哪怕是一个小小的泡泡秀，我也要花时间研究最佳的泡泡液配方以及如何将表演更好地展现出来，将欢乐带给每一位小朋友。”



## 侨乡新貌



## 输送绿电

近年来，福建省福州市充分利用海面风能资源丰富的优势，大力发展风电产业，依托沿海风能资源，统筹发电、供电企业和海洋渔业部门，推进“绿色能源+海上牧场”互补模式，输送绿色电能，助力低碳减排。

图为近日，福建平潭岛北部湾，海上和陆上的风力发电机迎风转动。

谢贵明摄（人民视觉）