

《中年好聲音》不只是一場歌唱比賽，更讓中年群體被看見、被理解，為所有人帶來了超越年齡的溫暖與希望，向不同年齡層的人傳達可追夢，亦令愈來愈多人想學唱歌，音樂學校也應運而生；這些音樂學校各自擁有不同特色，吸引懷抱不同夢想的學員。同屬「中一」的周吉佩和李迦霖開設音樂學校就為不同人士提供追夢的階梯。



周吉佩即場示範打鼓。

周吉佩開設「好聲音中心」。

多功能中廳可容納二十多位學員同時上課。

# 周吉佩辦音樂學校 勉中途出發追夢一樣得

周吉佩（吉吉）開設的「好聲音中心」，承載着無數人的歌唱夢想。這所由他親自創辦的音樂中心，佔地近一千平方呎，劃分成四間各具功能的房間。走進中心，首先映入眼簾的是簡潔的接待處，沿着走廊前行，兩旁牆壁上精心布置了歌曲海報與演唱會照片；而進入教學區前，設有沙發供訪客脫鞋，換上乾淨的拖鞋或鞋套。第一間房間是一個多功能教學空間，擺放着雙人沙發、電腦及咪高峰等設備，主要進行單對單的歌唱課程；同時也是吉吉創作歌曲、錄製 Demo 及練歌的基地。

穿過走廊，來到中心的核心地帶，一個寬敞的多用途中廳。這間大房間可容納二十多位學員同時上課，還會定期舉辦聚會、音樂會和現場表演。房間內配備大電視，以及電鼓、結他、電子琴等多種樂器。電鼓雖比傳統鼓套裝小巧，卻足以作日常練習甚至小型表演，牆上還放了一幅粉絲於吉吉肖像特製的大型拼圖，為空間增添溫馨感。其餘兩間較小的房間，包括一間專用的鋼琴房，同樣為學生而設。為了營造不受干擾的學習環境，中心所有牆身都鋪設了隔音棉，吉吉透露，單是隔音設備已耗費6位數字，加上全部新購的器材和音樂設備，投資不菲，但他認為這是為學員提供專業環境的必要投入。

## 學員可帶走錄音「成品」

儘管圈中歌手開設音樂學校者眾，吉吉卻視他們為朋友而非競爭對手：「大家各有做法。我的中心因為《中年好聲音》這份經歷，凝聚了一種獨特的氣氛，學生們喜歡這裏，不只是來學唱歌，更是來交流，認識新朋友。我們有一種『一齊玩』的精神，這份精神最開心、也最特別。」這種氛圍吸引了從幾歲幼童到80歲長者的廣泛學員群，他會根據學生的年齡和進度調整教學方式，度身訂造學習攻略和課程。吉吉舉例指：「60歲或以上的『老友記』，純學術性的發聲訓練進步較慢，容易打擊自信，因此會降低常規練習的比重，將更多時間用於陪伴他們練歌，幫助他們在短時間內完成並自如地演唱一首歌曲，這樣能令他們更有滿足感，甚至相約朋友一起開派對、搞歌曲交流會；對『老友記』來說，這種連結與成就感比學術訓練更重要。對於年僅幾歲的幼童，則會透過遊戲和合唱，又或是開辦英文兒歌班，讓小朋友在歡樂的氛圍中同時學習語言和音樂。」最獨特的莫過於「錄音室式教學法」，吉吉會為學員演唱時即時錄音，一邊聆聽一邊指導音準和聲音位置：「優點是在於學員可以立刻明白問題所在。我們可以逐步深入分析，找出可以改進的細節，讓訓練變得更準確、更詳細。學員也能親身體驗錄音室的感覺。」每隔幾堂課，學員便能製作出一個錄音「成品」帶回家，與親朋好友分享這份明顯的進步。

除了課堂訓練，吉吉也重視為學員創造實戰機會。中心定期舉辦 Open

Mic 和音樂交流會，甚至外租場地舉辦派對，讓學員邀請親友前來觀賞自己的演出：「這些都是很實戰的經驗，當你真正站上台，感受到觀眾的目光，你才會明白『原來是這種感覺』，進步就會很快。」這些互動也讓學員們自發組成好友團體，相約外出唱歌表演。

## 聆聽自我 尋找聲音

談及表演者的心理質素，吉吉坦言心理輔導必不可少。他教導學員上台前首先要協調呼吸，透過深層次的深呼吸來平復心跳，避免因緊張而影響發聲。他引用肥媽的觀點，鼓勵學員將台上表演視為「屬於自己的時間」，是與觀眾真誠交流的寶貴時刻，放下患得患失的心態，專注享受表演：「當你愈唱愈放，你的心情會感染現場，現場氣氛也會反過來推動你，形成一種正向的循環。」

吉吉還分享了一位學員的成功故事，一位四十多歲的媽媽原本只是業餘愛好者，去年決心突破自己，在吉吉的鼓勵下參加了十多次民間比賽，從優異獎開始，一步步贏得亞軍、總冠軍，甚至獲邀在樂壇頒獎典禮擔任暖場嘉賓。短短兩三年間，她的人生因唱歌而徹底改變。吉吉說：「你永遠不知道未來會怎樣，原來唱歌可以沒有界限，可以無限大。每一個來這裏的人都有自己的原因，中心有一個重要

的理念，就是『中途出發也能實現夢想』，我做不到，每個人都可以。我希望將唱歌的快樂氣氛帶到每一個角落，助大家一臂之力，讓不同年紀的人都能在這裏找到屬於自己的聲音。」



李迦霖與丈夫黃文漢同樣多才多藝。

## 快樂在音符間流動 李迦霖打開學員心扉

李迦霖 (Jenny) 除了是一位歌手，還創立了網上音樂平台、開辦音樂學校，更籌辦過數百場不同規模的主題音樂比賽及活動。她的丈夫黃文漢 (Andy) 同樣多才多藝，既是多元化傳訊專家、專業司儀、公關顧問，也是口才及傳訊培訓導師和作家。Jenny 和 Andy 的音樂學校 Sing About Me Vocal，為無數人搭建了展現自我、分享快樂的舞台。

學校設有一個可容納近二十位學生的小舞台，不過即使是小組班，每班人數也嚴控在六至九人之間，確保每位學生都能獲得足夠的指導。學校空間雖然不大，但 Jenny 和 Andy 擅長外展教學形式，經常安排學生到不同商場和場館表演，並定期舉辦歌唱比賽。他們坦言：「我們發現更多人並非想成為歌手，而是希望透過音樂找到娛樂、減壓、調劑生活，甚至發掘人生方向。人人都可以透過唱歌獲得快樂，並將這份快樂分享給別人。」他們也會安排學生為長者演出，讓學生在付出中體會「分享愛」的意義。不過即使是義演，他們對學生的要求也絕不馬虎：「我們會告訴學生，公公婆婆

也有耳朵，必須對觀眾負責。」學生必須能背熟歌詞、聽懂伴奏音樂、能夠消化歌曲，滿足三個條件才能獲得演出機會，從中獲得成就感。

談及教唱歌的緣起，Jenny 回憶道：「轉捩點是有次醫院邀請我去教精神康復者唱歌。去到發現那裏有很多自閉症或亞氏保加症的小朋友，而唱歌對他們很有幫助。有些在第一堂課握着咪高峰不敢唱甚至哭泣，到了六至八堂後能自信地唱完整首歌，變化令人欣慰。」一直從旁的 Andy 觀察到：「教唱歌不僅要懂技巧，更要懂溝通；Jenny 不單教會小朋友唱歌，更讓他們唱得開心，那些原本不願與人溝通的小朋友，透過唱歌打開心扉。」

Jenny 從教學經驗中累積了獨到心得，幫助學生增加自信、修正技巧，最重要的是讓他們在音樂中獲得快樂與正能量。她的教學以鼓勵為主，既會給予建設性的評語，也會欣賞學生的優點。後來，她的學生不再限於特殊兒童，而是涵蓋各類人士，就這樣教了十多年。如今她的學生從9歲到80歲都有，而跟隨他們最久的學生，已經學了超過11年。

## 辦歌唱比賽 圈中人曾參加

Jenny 和 Andy 舉辦的歌唱比賽豐富多樣，早期與商場合作的《我敢唱》舉辦了十多年，歌手曾比特就是其中一位勝出者；其後推出《我們的歌王歌后挑戰賽》，獎項多達126個，歌手陳華璇、李佳、顏志恒等也曾在這個比賽中奪得佳績；還有《我唱呢啲廣東歌》及小型比賽《仲夏夜音樂節的歌唱比賽》。後者設有全港首創的「唱歌有Take Two」元素，參賽者唱完半首歌後，評審即時給予改進建議，讓他們在第二環節演唱後半首，以前後兩次分數計算。這種形式大受歡迎，因為參賽者感覺像上了一堂課，有機會即場改善。他們希望藉着比賽讓更多人建立信心，Andy 特別強調從中教導年輕人面對輸贏：「輸了如何正面面對，也是一種人生教育。」除了比賽，學生也有大量公開表演機會，最巔峰時，他們曾在一個月內安排逾二十場商場表演：「希望透過大量活動和比賽讓學生學以致用，累積實戰經驗，克服壓力，提升自信。」



周吉佩在音樂學校放置粉絲送給他的拼圖。



李迦霖指導學員歌唱技巧。



李迦霖夫婦經常安排學員到不同場地表演。