



A Study on the Role of Music in the Context of the COVID-19—Focusing on the Comparison of Chinese and Japanese Music Culture

Tian'ang Zhou, Yanyao Xu, Siyou Wang, Yuhan Jiang, Haiyan Liang

School of Foreign Language, East China University of Science and Technology, Shanghai, China
Email: 2352226996@qq.com

How to cite this paper: Zhou, T.A., Xu, Y.Y., Wang, S.Y., Jiang, Y.H. and Liang, H.Y. (2022) A Study on the Role of Music in the Context of the COVID-19—Focusing on the Comparison of Chinese and Japanese Music Culture. *Open Access Library Journal*, 9: e8948.

<https://doi.org/10.4236/oalib.1108948>

Received: May 30, 2022

Accepted: June 20, 2022

Published: June 23, 2022

Copyright © 2022 by author(s) and Open Access Library Inc.

This work is licensed under the Creative Commons Attribution International License (CC BY 4.0).

<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>



Open Access

Abstract

Since the outbreak of COVID-19, the tragedy triggered by this disaster has been universally painful. Besides the pathological damage brought by the virus, human beings have been suffering from irritability, anxiety, and phobia, mentally and physically. At the moment, we noticed that music, in various forms, seems to be smoothly comforting our moods and gradually altering the negative situation. On earth, what role does music play? With this thought-provoking question, our team applies the specialized knowledge to this research and explores the difference in music culture between China and Japan from the perspective of origin, music therapy theory, etc. We will also research the issue by analyzing the data of our questionnaire and looking into people's need for music, referring to their experiences.

Subject Areas

Literature, Psychology of Music, Sociology, History

Keywords

Covid-19, Music, Effect, China and Japan, Music Therapy

1. 引言

音乐，人类文明的瑰宝，她将自然万籁统合整理，是“声音”的升华。

作为艺术的一种形式，音乐对于人类有着多种多样的直接或间接的作用。她是情感传递与释放的一大载体，能帮助人们排解焦虑、孤独等消极感情，带来积极的心理暗示；她能让人不自觉地舞动，与人类“共鸣”“共振”。

而在我国，随着文化事业和文化产业蓬勃发展，人们对于满足精神世界

的追求也不断深入。同时在全球化的大背景之下，音乐成为了解别国文化的重要窗口之一。各国文化互相交流，彼此借鉴，诞生了许多优秀的音乐作品。其中，日本流行音乐因为其丰富多彩的编曲和相对成熟的混音技术，受到了我国人民的青睐。日本是中国一衣带水的邻邦，两国自古以来交往密切，各领域互相交融，文化源远流长。在音乐方面，中日之间的交流可以追溯到春秋战国时期，时至今日也仍然不断延续。尤其近年来网络媒体的发展，人们接触日本的机会更多，日本音乐也被更多人关注。尤其是动漫配乐、虚拟歌姬等泛二次元文化与音乐的融合，受到了年轻人的喜爱。

然而，一场疫情突然而至。2020年突然爆发的新冠肺炎疫情，不仅为中国，也为世界蒙上了一层阴影。时至今日，我们也在与病毒不断进行着抗争。天灾虽无情，但在这一特殊时期的某些角落，却能窥见人们享受音乐，将恐惧、寂寞、焦虑等情绪寄托在音乐这一“无形”事物上。人类日常生活的进行似乎在一定程度上受益于音乐。这引发了本团队对音乐及其作用展开相关研究的兴趣。探寻新冠肺炎等灾难时期，音乐发挥的重要的社会作用、情感上的共鸣、鼓励人们在疫情下充满信心等的原因，将使我们更深层了解音乐，以及能够对此类时期中的音乐运用(如音乐治疗)起到启示作用。

另一方面，我们注意到了，疫情期间在互联网上日本的音乐活动与“抗疫”歌曲也传播甚广。例如日本歌手星野源在其个人 Instagram 账号上发布了一段弹唱视频，是其宅在家里时创作的新歌“在家跳舞吧”，大意是呼吁大家都宅在家里。在这则推文的最后，星野源写道，“跟着这段视频，大家有人来用乐器伴奏、合唱或者跳舞吗？”在星野源发起这一“邀请”后，日本许多知名人士纷纷响应。这让我们萌生了中日音乐对比研究的想法。在疫情这一特殊时期里，创作者倾向于将共抗疫情的共同愿望寄托于音乐的创作中。此时期的中日音乐，烙印着鲜明的时代色彩，也更容易寻找到二者之间的共性与个性。研究比较疫情中的中日音乐，能够明确特殊时期期间中日两国各自的音乐运用形式以及收获的效果；同时能拓宽人们的国际视野，激发中日人民的共鸣，增进中日友谊。音乐作为公共外交的重要形态之一，是国家外交的润滑剂与推进器。研究比较中日音乐，有助于推动中日人民的友好民间互动，在两国之间建立起友好交流的纽带。

2. 中日音乐交流史

2.1. 古代中日音乐交流

在历史上，中日音乐文化的交流有着深厚的历史渊源，最早可以追溯到春秋战国时期。在隋唐时期，音乐上的交流进入了黄金时期。

5世纪到8世纪，中国正处于鼎盛时期。经济发达，文化繁荣，在亚洲乃至世界都有着很强大的影响力。周边国家纷纷派使者前往中国，学习先进的政治，经济，文化等。日本便是如此。公元6世纪末，盛德太子向中国派遣了众多遣隋使。进入奈良时代，中日两国朝廷更频繁地互派使节。中日音乐交流也以此为契机蓬勃发展。据统计，日本曾先后派出19批遣隋使团和遣唐使团来中国，他们担负着文化交流的使命，其中就包括了音乐长、音乐生。公元716年，吉备真备来到中国学习了十七年的音乐经史，让他充分体会到

中国音乐文化的博大精深。在 735 年，吉备真备带着中国的方响、铜律管回到了日本，并在日本大力宣传中国多样化的音乐文化，打开了日本人的眼界。中国音乐的音乐理论和音乐思想，高度发达，被日本当作楷模，在日本广泛传播。

也是从这时开始，在高度尊重中国的传统音乐元素的同时，日本人开始努力创造自己的音乐文化。据《大日本史》卷三四七《礼乐》十四载：“本朝所传乐制，五音六律，音浊轻重之……盖其始受之于隋唐，以为歌调。而后歌调亡佚，独存奏调，乐家相承，至今不失其传。故其说尚有可考者，凡乐家所传五调：一日越调，二日平调，三日双调，四日黄钟调，五日般涉调。”^[1]日本音乐在中国音乐文化的影响下发展，并逐渐形成带有自己国家特色的日本音乐文化。二者也朝着带有各自音乐特色元素的方向发展。

2.2. 近现代中日音乐交流

进入近代，中日两国国力发生了巨大变化，日本通过明治维新一跃成为世界屈指可数的强国，开始对外侵略扩张；而中国在屡次战败后遭遇列强瓜分，沦为半殖民地半封建社会。这种中日关系的变动也带来了音乐交流方式以及内容上的巨大变化。

明治维新时期，日本受到黑船事件等的冲击，开始主动学习先进的西方。西方的先进思想和西方艺术文化特别是音乐文化在日本盛行。而相对的，在甲午战争中落败的中国，意识到中日实力的巨大差距，开始向日本学习并寻求救国之道。在此时期，一大批有抱负的中国年轻人去日本留学。中国有志之士注意到，日本的音乐教育承载着国民品德塑造的作用，对于急需重塑思想的旧中国人来说，引入音乐教育非常有必要。于是日本的音乐学制传入中国，在中国现代音乐教育和文化教育中起到了创新和普及的作用，使中国音乐教育迅速摆脱了旧的私立学校模式，进入了现代学校办学模式。

抗日战争期间，日本军国主义侵入中国东北地区，建立了伪满洲政权。在此期间，日本大量音乐家涌入中国，利用音乐的形式传播日本文化；在殖民地地区，日本建立了许多音乐类学校，在进一步将中国音乐学制模式化之外，培养出了一批优秀的音乐人才，一定程度上促进了中国音乐教育的发展。

2.3. 疫情期间两国的音乐交流

2019 年年末，由新型冠状病毒引发的疫情突然开始蔓延。在这场席卷全球的公共卫生事件中，人们也通过各种各样的音乐活动共渡疫情。人们通过音乐来表达关心、支持与鼓励。音乐创作不断的鼓励在疫情下的人们眼含热泪，心有感动，充满信心的去抗击疫情。而中日音乐交流也并没有因为疫情停下脚步，而是有了新的发展。

疫情期间，为了减少病毒传播风险，线下音乐活动普遍取消，网络成为主要的音乐传播手段。流媒体形式下，中日音乐交流更加便捷，也更加自由化。相比起官方的，带有政治色彩的音乐交流，这段时间更倾向于依靠群众自发地，为了获得精神慰藉或相互支持而进行音乐交流。在疫情期间，不少中日网友将自创或者翻唱的歌曲发布于社交平台，鼓励其他网友们积极应对

疫情，放松心情。由清水翔太、Aimer 等数位日本著名歌手合唱的歌曲《もう一度(再一次)》的 MV 于 2020 年 6 月 5 日发布于 Youtube，截止 2022 年 2 月 28 日已收获了 3900 万的播放量，歌曲以积极的旋律传达出希望人们手牵手共渡难关的心愿。而在中国视频平台哔哩哔哩中，这首歌也被搬运，并获得了将近 6 万的播放量，颇受关注。评论中，不少人坦率地表明了自己对于这首歌的喜爱，以及未来共同战胜疫情的美好展望。而在中国，由湖北省的几位青年歌手演唱的原创歌曲《相信年轻的力量》也反响甚远，华东理工大学外国语学院等组织和个人曾将其翻唱。微信视频号等社交媒体的评论区中可以发现，充满朝气和战胜疫情的坚定信念的歌词也激励了不少听众。

与此同时，令人动容的跨国“声”援音乐行动非常之多。2020 年，由上海歌剧院院长发起的音乐接力受到了全世界音乐家的热烈响应。一场规模空前的线上音乐会就此展开。同年，由中华慈善总会联合相关媒体平台和国际机构，筹划了一场名为“全球抗疫，大道同行，共筑健康丝路——天使 2020 公益演唱会”的线上演唱会。在两场线上抗疫音乐会中，中日两国音乐家们的身影频频出现，显示出两国对于抗疫的热情与决心。同时，通过线上演唱会的共演，向中日两国以及全世界的人民传达了追求和平、和谐、和睦的人类心声，展现出疫情之下中日音乐交流的主旋律。

3. 音乐治疗理论及音乐作用

疫情的爆发让疫情期间的音乐作品和中日之间的音乐交流变得尤为重要。也让我们感受到了音乐的重要性，引发了我们对音乐及其作用，和对音乐治疗的思考。

3.1. 音乐治疗理论

现代科学研究发现，音乐治疗的作用主要体现在物理、生理、社会和心理四个方面。[2]

3.1.1. 音乐治疗的物理作用

音乐被证明能与人体器官产生共振。由于声音是声波的一种振动，所以人类的振动系统有很多种。如心跳、食欲、肠蠕动、脑电波等。当声音振动与人体振动频率、节奏一致时，就会产生共鸣，使人体分泌生理活性物质，调节血液流动，镇定神经，加强人体新陈代谢，让人感到舒适。有些类型的音乐还能刺激内啡肽的释放，这是一种天然的麻醉剂，可以缓解疼痛。

3.1.2. 音乐治疗的生理作用

音乐由旋律和节奏组成，节奏影响人的生理，旋律影响人的心理。部分生理层面，因为它会刺激人体自主神经系统，主要功能是调节人体心率、呼吸频率、神经传导、血压和内分泌。科学家发现轻柔的音乐可以减缓大脑的血液循环。活泼的音乐增加血液流动，高音或快节奏使肌肉紧张，低音或慢节奏使身体放松。旋律和节奏可以降低血压，减缓基本代谢和呼吸。同时，音乐的节奏会影响荷尔蒙和肾上腺素的分泌。

3.1.3. 音乐治疗的社会作用

由于治疗环境和疾病本身带来的心理负担，患有癌症、精神疾病、儿童自闭症和阿尔茨海默病等多种老年疾病的患者，以及长期住院的慢性病患者，他们不同程度的人际沟通障碍。音乐作为一种非语言交际的艺术形式，可以通过歌唱、器乐表演、创作等社会活动来弥补人际交往中的缺陷。音乐活动，如音乐合奏、合唱、音乐游戏和舞蹈，为患者提供了一个安全、愉快的人际沟通环境，使他们逐渐恢复自信，保持社交技能。音乐活动为患者提供了通过音乐和语言交流表达内心感受的机会。同时，音乐活动可以帮助塑造健康的行为，改变不健康的生活习惯。

3.1.4. 音乐治疗的心理作用

在心理层面，音乐会触发大脑的自动反应，大脑负责情绪和感觉，从而改变情绪。许多研究表明，平静或快乐的音乐可以减轻人类的焦虑。音乐对人类心理的影响主要体现在它对人类情感、认知和行为的影响上。人们的情绪活动不仅与大脑皮层密切相关，还与内分泌系统、植物神经系统、下丘脑和边缘系统密切相关。因此，音乐通过改变人们的情绪来改善和加强大脑皮层、边缘系统和植物神经系统的功能。从而更好地控制和增强各种内脏器官系统的正常活动。音乐可以刺激听觉分析器，它容易产生联觉和联想。节奏的吸引力让人们进入一个意向空间，创造灵感的机会，帮助潜在的发展。听音乐可以影响脑电波的变化。

3.2. 音乐的基本作用

3.2.1. 调节情绪的作用

情感是人类的动机，它直接影响着人格的塑造和认知方向。在欣赏音乐的过程中，人们的情绪变化是不同的，因此音乐疗法在调节情绪方面的作用更为明显。例如，当人们长时间处于情绪压抑状态时，就会出现不同程度的心理问题，并改变自己的行为。因此，为了更好的保证心理健康，有必要释放人们的抑郁情绪。在情绪释放的过程中，让患者享受音乐，在音乐中寻找释放的渠道，可以更好地实现情绪的释放。例如，在欣赏钢琴音乐的过程中，高音更有可能使人的情绪变得兴奋和高涨，音调更有可能使人感到压抑，而中音能给人带来更平静的情绪体验。再比如，在不同音响效果的音乐欣赏过程中，音响效果强的音乐可以为人们创造一种激动人心的情绪。

3.2.2. 舒缓压力的作用

在音乐治疗的过程中，音乐对缓解压力的作用也十分突出。当今社会，人们的生活节奏越来越快，生活和工作的压力越来越大。在高强度的压力下，人的精神状态会发生变化。如果长期得不到改善，人们的身心健康都会受到影响。在音乐治疗的过程中，患者可以通过欣赏音乐来放松身心，使整个身心进入一种空灵的状态。在这种状态下，人们会暂时忘记各种烦恼，而在这种状态下，人们的自我恢复功能会继续工作，迅速释放大脑中产生的各种压力，从而达到缓解压力的治疗效果。音乐的不同音色可以产生不同的效果。小提琴更美丽，萨克斯管更悲伤。此外，不同的模式也可以产生不同的效果。

大调的音乐更宏大，更欢快，而小调的音乐更悲伤。

4. 疫情下的音乐力量

在这个特殊的时期，音乐对病人的康复和人们的生活起到了积极的作用。音乐能激发人的感情中的积极情绪。幸福、感恩、宁静、兴趣、希望和爱，有助于促进人们个体健康的心理状态，鼓励人们在疫情期间达到积极的情绪和状态。

4.1. 疫情等灾难中音乐作用与实例

无数的自然灾害中，音乐总是不可缺少的一个要素。例如此次疫情，其给人们带来的不只是对疾病的担忧，给社会整体生活模式及人们的出行模式都带来了巨大的影响。而这些也给人们的心理带来巨大的负面影响。正如荣格的人格理论中自我防御机制理论，面对负面的心理因素，大多数情况下总会导向“压抑，否认，投射，合理化，升华”这些方式中的一种来消解，而前四种主要以抵抗扭曲等思路消解情绪，而第五种则是强调积极的转化以消解，被认为是唯一正面的防御机制。而音乐在这些情况下的重要地位，在于其消解负面心理的方式正是主要对应着“升华”这一项。比如将居家生活的压抑感转化成独处静谧的美感，把疫情的巨大威胁转化成全民一心的团结感与群体认同等。而且相比绘画，舞蹈等艺术形式，音乐的高传播性与适应性，使其在诸多灾难来临时，都在慰藉人们心灵的层面发挥着巨大的作用。

历史上，在灾难面前音乐一次又一次发挥着举足轻重的作用。公元五世纪，“世界的母亲”罗马倒下了，曾经辉煌的国度沦为蛮族屠戮的战场，经过数十年的战乱，人们已然活在鲜血与贫穷的地狱。这时，进入一个教堂聆听唱诗班的天籁之音，已然成为了人们最后的心灵慰藉。基督教依赖唱诗，合唱进行宗教活动的特征，慰藉群众的同时大幅加速了其宗教的传播，而后更是一定程度上助力了世界千年以来的宗教格局形成，进而影响着世界历史的进程。而在之后的中世纪，欧洲曾爆发过多次瘟疫，其中曾造成欧洲大约5000万人死亡的“鼠疫”至今令人闻之震撼，三分之一的人因此丧生，足以让一个文明彻底崩毁。而当时的医学手段犹如隔靴搔痒，不论是药水或隔离都不过杯水车薪，而去教堂聆听弥撒的“疗法”，虽然与其他治疗同样无法阻止死亡，却给予了存活之人生的希望与不屈的信念，始终坚守不弃，也给其后的文艺复兴存留了人口与精神的有生力量。

在我国近代的苦难历史中，音乐也发挥着重要的作用。抗战时期，可谓生灵涂炭，民不聊生，中华文明也被逼到了生死存亡的边缘，而一首首广为传唱的歌曲振奋着国人，凝聚着华夏的不屈与抗争的精神。不论是《义勇军进行曲》亦或是《黄河大合唱》，在当时被广为传唱，不仅鼓舞了无数投身于反侵略，反压迫战争的仁人志士，使中国不惧挫折，誓死抵抗。新中国建国后，《义勇军进行曲》也成为了中华人民共和国的国歌，继续鼓舞着亿万中国人民在艰难中复兴中华。

在我们的调研中体现也十分明显。由本团队制作的相关问卷所收集的五十位样本中，66%的受调查对象在疫情居家期间感到心情低落，其中超84%

认为听音乐可以缓解此种情绪，可见在疫情期间有不少人对于音乐有着切实的需求。调查中发现，74%的受访者常听流行民谣、流行摇滚等流行音乐。另外，有42%的受访者通过古典音乐调节情绪。有少数人青睐可以让自己发泄情绪的音乐(如 drill)。在收听时间与一般情况下注重的音乐元素方面，绝大多数人分别选择了晚间(包括傍晚及深夜)，以及旋律。而在疫情发生后，受访者们对于节奏的关注度略有提升。可见，在灾难中音乐发挥着重要的作用。人们需要音乐，或是为了在压抑、恐惧的环境中释放压力，寻求精神支柱；或是为了鼓舞精神，号召共同面对与对抗灾难。

4.2. 中日疫情中音乐活动的比较

2019年年末，由新型冠状病毒引发的疫情突然开始蔓延。在这场席卷全球的公共卫生事件中，人们也通过各种各样的音乐活动共渡疫情。

中国各地机构组织了创作了诸多音乐作品，比如南阳疾控中心合唱的《当疫情来临时》，湖北籍众星合唱《武汉伢》等等，此外中国还多次自发或有组织地举行音乐合唱。如在武汉疫情最为严重的时期，在湖北武汉、宜昌都有过隔离的人们通过在自家阳台与其他小区住户进行大合唱来释放居家隔离的压力。许多学校，机构也响应号召组织合唱鼓舞人心。

在日本，音乐活动往往有更明显的网络性和自发性。主要形式为不少官方及个体网友将自创或者翻唱的歌曲发布于社交平台。例如陆上自卫队中部方面队在视频网站“Youtube”上发布了系列视频“コロナに負けるな!(不要败给疫情!)”，视频中旋律激昂欢快而歌词鼓舞了广大网友。面对新冠肺炎的严峻情况，live house 等小型的音乐团体和演出场地被迫停止营业、难以继续经营的 live house 采取了签名活动、无观众直播以及众筹三大行动。在日本，live house 的形式大多起源于本地的乐器店，在当地居民和学生群体中进行音乐活动，可以说是与地缘和血缘有关的音乐纽带。相比于中国在新冠疫情下的音乐意义，日本主要采用众筹支持和线上活动的方式来维系各个小型的音乐场所或组织的运作。通过这种方式也加强了地区的团结性以及维持大众对于音乐的持续关注。[3]

可见中日在面对疫情时中国的活动有更强的群体性和组织性，日本则独立性明显。在创作音乐作品方面，两国歌曲有着意义的相似性，都以鼓舞激励为主。而风格方面，中国偏向于官方出品，歌曲多表达了对在疫情中战斗的医务工作者辛苦付出的感激，并传达了美好未来定会到来的愿望；日本则偏向于独立创作，风格更加自由，歌曲多表达了普通人在家隔离的平凡苦闷的日子中，也要放松身心，积极生活，并畅想了人类手牵手走向美好未来。

4.3. 中日“抗疫歌”的力量

自2020年1月疫情大规模爆发以来，中国及日本的音乐人们已制作了数百首与疫情有关的歌曲。在中日主流视频网站 bilibili 及 Youtube 中投稿的中文歌如《无所畏惧》《谢谢你扛住苦难》，日文歌如《『もう一度』》《Be One》《うちで踊ろう》《いのちの歌》，都有着较高的播放量。这些歌曲视频的播放量少则十几万，多则三千万，可以从播放量窥见它们的影响力。

在视频播放页面的评论区里，许多网友纷纷或表达了对疫情的感慨，或表达了对医务工作者及歌曲创作者的感谢，或表达了对美好未来的畅想。正如歌曲《もう一度》中歌词“悲しいニュースに目眩さえして”所唱的一样，在那个每天处于压抑、紧张与恐惧的日子里，人们不断接收着媒体发布着一条条令人悲伤的信息，而这时音乐便发挥出强大的作用，它以动人的旋律与充满力量的歌词关心和鼓励着每个人。比利时钢琴家 Jean-Francois Maljean 创作了一首“战疫防疫”的国际公益曲《黎明的编钟声》(Chime of the Dawn Bells)，歌曲的视频中融入了武汉长江大桥，战国曾侯乙编钟以及黄鹤楼的画面，还有医护人员工作的画面，结合音乐积极向上的旋律让人们感受到鼓励，这首曲子充满的积极的情绪，表达了国际社会对我们的支持与鼓励。[4]

在前文所提到的自发大合唱里，人们选取的也正是抗疫歌曲，可见其给人们带来的鼓舞与温暖有着十分明显的带动性。

5. 后疫情时代音乐的发展

综上所述，音乐通过其旋律、节奏，对于人类能够起到与神经系统共调、缓解精神压力等生理以及心理上的作用，同时也知道了“抗疫”歌曲在社会、传媒等层面发挥了其鼓舞人心的意义。

而疫情仍在延续。本团队在研究期间，经历了疫情的平稳期，也曾遭遇一轮又一轮的疫情反复。我们与新冠疫情的抗争仍艰苦持续着，在形势严峻的地区也会再度实行封闭管理，因此我们仍将持续面对心理与生理上的挑战。在如此“后疫情时代”的背景之下，音乐仍将面对饱受疫情折磨的所有人，产生其心理学、文学性、艺术等层面的积极正向的效用。

5.1. 后疫情时代音乐的意义

笔者团队执笔时正面临疫情反复的严峻时刻，“非必要不出门”再一次成为了人们生活的主基调。在此非常时期，音乐再一次绽放了她的动人的魅力。聆听自己喜爱的歌曲抚慰了多少人的心。问卷调查显示，90%受访者在在此期间以个人形式的听、弹、唱，将情感寄托于音乐之上，此外比较受欢迎的形式还有，收听收看线上音乐会并发表评论，参加线上演奏以及录制、分享练习演奏视频等，以传达、共享的方式，音乐与特殊时期的人类生活紧密相连。

封楼的高校，学子们来到阳台，以喊楼般的方式大合唱。网络上，k 歌类 app 的歌房系统得到活用，以线上歌会的形式，让大家能够放下包袱，一同加入音乐的演绎之中。较为专业的乐团及乐队(如中福会少年宫管乐团、上海歌剧院等)，也再度开展了线上云排练、合奏、云演出的模式，尽管也有各种不便及繁琐之处，但将其视为一种新路的摸索也不过。由此可知，后“疫情”时代中音乐对于人民生活的意义未曾减弱，且其作用具有通时性，将持续消解负面情绪，避免不和谐因素的产生，带来积极正向的影响。

5.2. 中日音乐需要共同促进

不管是疫情当前或是疫情消散，在音乐制作及应用等方面，中国与日本

的都具有值得对方学习借鉴的特征与方式。

日本方面，丰富多样的音乐风格，给疫情背景下大众音乐的调色盘中注入了引人注目的色彩。中日两国在由官方或是专业音乐人参与的音乐活动中都有相当多的尝试。相比之下，民间的音乐活动层面，日方的形式更加多样化，民众参与的积极性也较为可观。虽然我国各级宣传单位在短视频、社交媒体等平台持续推送“云”音乐会等音乐活动的相关信息，但调查显示，只有三成的受访者表示能经常在各种渠道查看到此类讯息，且八成对此的热情不高。随着疫情的持续，此类模式也将成为音乐活动的重要一环，那么对其宣传推广的力度也仍需增强。与此同时民间音乐活动仍较为缺乏，积极组织适合我国现阶段政策与国情的音乐活动，调动人民参与的积极性，发挥中国创意，需要我们每个人的努力。

而在中国，由于闭环管理创造的客观条件等，阳台音乐会、拉歌等形式悉数登场。按捺不住的表现欲，以及凭着互帮互助，互相鼓励的精神，大家通过音乐慰藉着自我和他人的心灵。虽然说歌曲演唱与器乐演奏时，占据内心的大多是自娱自乐的心理(基于问卷调查)，但极大程度发挥了音乐激励人心与释放情绪的主要作用。抗疫歌曲中的歌词，亦引发了灾难中人们的共情，音乐中的文学元素亦能给此类歌曲的创作启示。此外，职业音乐人也在积极组织、演绎各种形式的音乐活动。如王菲、常石磊在2022年初在线上演绎的《人间》，上海交响乐团线上音乐会等由职业歌手、音乐家呈现的高质量音乐作品和音乐盛宴，亦引发了人们的共感，满足了对于音乐艺术的精神需求，并鼓舞了携手共抗疫情的士气。

5.3. 音乐疗法须得到重视

与疫情斗争的时代仍未过去，根据疫情严重与否闭环管理也将继续适时推进。在此期间，长时间居家多多少少会造成一些消极负面的心理情绪。音乐疗法逐渐推广，能让更多人接触到具有治疗性质的音乐，从而得以缓解疫情给大众带来的心理压抑，苦闷躁狂等消极情绪，摆脱孤独感，同时预防消极情绪可能引发的冲突和矛盾。

音乐疗法对自闭症患者的意义也是尤为关键。合唱音乐治疗在当今比较流行。合唱需要每一位参与者的相互配合才能完成。以合唱活动为媒介，能够帮助参与者自我认识、建立自信、协调人际关系、社会交往，从而达到音乐治疗的目的。[5]由指挥家曹鹏牵头的特殊乐团也在通过音乐的演奏，让自闭症患儿们尽情展现内心的自我。

问卷调查显示，说明现阶段国人对于音乐疗法的认知只是停留在初步阶段，了解程度较低，但对于音乐治疗发展抱有期待。而在后疫情时代，音乐治疗对于非病毒引起的心理与生理疾病，具有作为储备治疗手段的潜力，因此持续的推广和普及，让人们掌握音乐治疗的基本常识、意识到其重要意义将很有必要。

6. 结语

中日的音乐交流源远流长，疫情的发生虽减缓了交流的脚步，但在网络

平台仍可观察到中日音乐频繁地、密切地、新形式地互动。而正是由于这样源源不断的联系，和疫情中所观察到的人们对于音乐的需求，我们探寻音乐及音乐治疗的作用，得出音乐调节情绪，舒缓压力；对于人类，音乐治疗具有与人体产生共振的物理作用、刺激人类神经系统的生理作用、帮助自闭症等患者融入群体的社会作用、以及改变情绪的心理学作用等结论。并且通过类比其他灾难时期音乐的使用例，对比研究中日两国在疫情期间的音乐活动及其成效，发现中国在音乐活动方面的组织性、群体性和日本的独立性，以及走红的“抗疫”歌曲旋律鼓舞人心、歌词引人共情、包含人文关怀等特质。此外不可忽视的是，在“后疫情时代”音乐将持续发挥上述的多种作用与意义。同时中日间在音乐领域相互借鉴学习，加强对音乐治疗的重视度，也是本研究的重要观点。

Conflicts of Interest

The authors declare no conflicts of interest.

References

- [1] 郭莹莹. 浅谈中日关于音乐文化的历史渊源[J]. 大观, 2017(1): 71-72.
- [2] 张琼. 二元视角下的音乐治疗理论[J]. 湖南人文科技学院学报, 2010(4): 48-50.
- [3] 石原肇. 「研究ノート>コロナ禍におけるオンライン配信を用いた地域活性化音楽イベント開催の意義—大阪市城東区の「がもよんフェス 2020-2021」を題材として—」『近畿大学総合社会学部紀要』, 2021(10), pp. 49-62. 近畿大学総合社会学部.
- [4] 王瑞. 音乐对于新冠肺炎疫情时期的社会作用[J]. 黄河之声, 2020(5): 6-7. <https://doi.org/10.3969/j.issn.1810-2980.2020.05.005>
- [5] 林欢欢. 浅谈音乐治疗对自闭症儿童的影响[J]. 速读(上旬), 2014(5): 69-69. [https://doi.org/10.3969/j.issn.1673-9574\(s\).2014.05.075](https://doi.org/10.3969/j.issn.1673-9574(s).2014.05.075)

Appendix (Abstract and Keywords in Chinese)

新冠疫情背景下音乐作用研究——以中日音乐文化比较为中心

摘要: 新冠疫情爆发以来，这场灾难给人们带来的不幸有目共睹。除去病毒本身，易怒、焦虑、恐惧，这段特殊时期中，人类也在心理与生理上经历了不小的煎熬。而此刻我们注意到了，音乐，似乎正以各种各样的形式抚慰人心，潜移默化地改变这消极的现状。究竟音乐，起到了什么样的作用，引发我们的思考。本团队将结合自身专业，从历史渊源、音乐治疗理论等层面，对照研究中日两国音乐文化，并观察问卷调查结果、互联网媒体中人们对音乐的需求与体验，进行此课题的探索。

关键词: 新冠疫情，音乐，作用，中日，音乐治疗