



Gloomy Sunday

〈憂鬱星期天〉到底憂鬱不憂鬱？

Gloomy Sunday: Is It Really Gloomy?

紀雅真

Ye-Chen CHI

台中市立三光國中音樂專任教師

音樂，學生聽進去了嗎？

音樂欣賞課程是放音樂給學生聽，或是介紹樂曲讓學生認識呢？實際上，音樂欣賞除了指能聆聽樂曲、熟悉樂曲的相關資料外，更重要的是具備對樂曲的鑑賞能力，能從樂曲中獲得情緒感受與美的經驗（Reimer, 1989）。九年一貫藝術與人文領域課程目標中，「審美與理解」、「實踐與應用」便揭示了音樂欣賞教學之目的，即除了聆聽音樂之外，更要能探求音樂之美，實踐於生活中。

外顯的音樂能力，如演奏、演唱技巧可透過反覆練習來提升，並藉由觀察而得知。反之，對音樂的內在情感回應則無法強求，亦難以觀察。在每位音樂教師的課堂中，欣賞教學占有一定的比例，甚至成為教學的主要內容。但其成效為何？學生能否從這些樂曲中獲得情感的共鳴？能否透過欣賞教學提升樂曲賞析的能力等，都需要經過教師審慎評估，否則教學恐流於無效。

筆者在欣賞教學過程中，常見學生對欣賞樂曲顯得意興闌珊，或對樂曲充耳不聞，探究原因，也許是樂曲無法引發學生的興趣，也許是脫離了學

生生活經驗，或是超過學生所能理解之程度。經過多次嘗試，筆者發現〈憂鬱星期天〉（*Gloomy Sunday*）一曲是少數能讓學生反應熱烈的樂曲。此曲雖非古典名曲，也未曾在各版本的藝文教科書中出現，卻因本身具有的懸疑故事性，使筆者在欣賞教學上得到極大的成效，因此希望藉由這篇文章與讀者分享。

傳言不斷的樂曲 — 〈憂鬱星期天〉

樂曲背景與相關傳言

1933年，匈牙利作曲家萊索·塞萊什（Rezső Seress, 1899-1968）因和女友分手，心情陷入谷底，於是創作了〈憂鬱星期天〉（*Gloomy Sunday*）這首樂曲來抒發他的心情。原曲為鋼琴曲，後來分別由匈牙利詩人Laszlo Javor與英國歌手路易斯（S. L. Lewis, 1885-1959）填上歌詞，成為可唱的歌曲。

萊索·塞萊什是猶太裔匈牙利人，1899年出生。沒有受過良好的音樂教育，一生大多在匈牙利布達佩斯的酒店中為客人演奏鋼琴，二次世界大戰

期間曾被關進集中營。在創作方面，他曾經寫過許多匈牙利流行的民歌，但多未流傳至國外，直到創作〈憂鬱星期天〉一曲，讓他揚名國際。1968年，69歲的塞萊什因為無法創作出如〈憂鬱星期天〉般的作品而感到絕望，選擇跳樓自殺。

憂鬱的旋律，配上觸動人心的歌詞，增添了〈憂鬱星期天〉的吸引力與毀滅力，讓許多聽者無法由樂曲所傳達的悲傷情緒中跳脫，樂曲出版後，便相繼出現許多自殺的傳聞，據傳有上百人因為這首樂曲自殺，但這些傳聞都沒有實際文獻或報導可以證實，以下列出幾則相關傳聞：

- 1936年，一名布達佩斯的鞋匠在他的寓所內自殺了，遺書中留下一段〈憂鬱星期天〉的歌詞。
- 比利時的一間酒吧中，當樂隊演奏完〈憂鬱星期天〉這首樂曲，一位青年大喊「我實在受不了」後便舉槍自盡。一名女警奉命針對此事進行調查，希望由〈憂鬱星期天〉一曲中獲得線索，卻也因為此曲而自殺。
- 美國一名女打字員因為好奇而買了〈憂鬱星期天〉的唱片回家，第二天人們發現他在家自殺身亡，遺書中希望用這首樂曲作為他的葬禮曲目。
- 義大利一位音樂家在彈奏這首樂曲後，在樂譜上寫下「這不是人類所能忍受的曲子，毀掉它吧！」後，死在鋼琴旁。
- 〈憂鬱星期天〉出名後，作曲家塞萊什寫信向女友要求復合，沒想到他的女友卻在收到信的第二天服毒自殺，只留下一張寫著「Gloomy Sunday」的字卡。
- 1968年，作曲家本人也選擇跳樓自殺，死前懺悔的說：「我真沒想到這首樂曲會令如此多的人自殺，讓我的靈魂到另一個世界去接受上帝的懲罰吧！」

這些自殺案件的真假眾說紛紜，有人主張是出版商為了提升樂曲的知名度而編造的故事，有些人認為當時正值二次世界大戰期間，人民生活在恐懼中，特別容易受樂曲的影響。也有文章指稱這首樂曲原是希特勒占領歐洲期間進行的腦波實驗，可使人產生輕生念頭。也因為這些案件無從考證，更增添了樂曲的傳奇性與神秘性，大大提升了樂曲的知名度。

自殺案相繼傳出後，英國BBC電台首先決定禁播這首樂曲，歐美各國也紛紛仿效。幾個月後，BBC電台取消禁播，但只播出樂器版。1941年，由美國著名爵士歌手比莉·哈樂黛（Billie Holiday, 1915-1959）重新詮釋灌錄此曲，成為最著名的版本。

小說、電影與樂曲版本

德國記者尼克·巴科夫（Nick Barkow, 1928-）在1988年以樂曲〈憂鬱星期天〉為藍本，創作小說《Das Lied vom traurigen Sonntag》，中文翻譯版在2006年出版，書名即為《憂鬱星期天》。1999年，德國導演洛夫·史巴（Rolf Schübel, 1942-）將這本小說拍成電影，名為《Ein Lied von Liebe und Tod》，譯為《狂琴難了》。這部電影內容雖然與〈憂鬱星期天〉樂曲相關，但主要在描述戰爭時淒美的愛情故事，因此在本單元中僅簡介這部電影，未讓學生觀賞。

〈憂鬱星期天〉最初是鋼琴版，後有管弦樂演奏版本，之後更出現不同語言的歌詞版，包括匈牙利文、英文、德文、中文等。其中，流傳最廣的為英文版，先後有數十位歌手演唱過，包括有爵士樂之王稱號的保羅·懷特曼（Paul Whiteman, 1890-1967）、爵士女伶比莉·哈樂黛、冰島歌手碧玉（Björk Guðmundsdóttir, 1965-）、美聲歌手莎拉·布萊曼（Sarah Brightman, 1960-）等。教學者可視音樂取得的便利性或教學需求，自行選擇。

筆者選用的樂曲有四：無歌詞樂曲的管弦樂演奏版、比莉·哈樂黛演唱之英文版、莎拉·布萊曼演唱的英文版以及電影《狂琴難了》中女主角艾莉卡·瑪洛茲珊（Erika Marozsan, 1972-）演唱的匈牙利文版。

歌詞

筆者選取匈牙利文與英文版歌詞做介紹，詳見附錄1。匈牙利文的歌詞大意为在戰爭的摧殘下，生活已無希望，世界即將終結。而英文版的歌詞則述說親愛人去世的悲傷，以及想要藉由死亡與其重逢的意圖。

〈憂鬱星期天〉到底憂鬱不憂鬱？教學活動設計

設計理念

筆者最初採用這首樂曲作為欣賞曲，是希望透過樂曲的故事性與懸疑性，引發學生的興趣與注意力。但在設計教案與準備教學卻覺得十分猶豫與掙扎，因為顧慮到學生是否能接受這樣的樂曲？心理上會不會受歌曲影響？會不會只注意故事而忽略了樂曲的聆聽？這首樂曲的教育性何在……等問題，以下特別針對教學設計說明：



Gloomy Sunday

首先，針對學生是否受歌曲影響而心情低落的問題，筆者認為由於演唱者使用的是英文與匈牙利文，語言的隔閡使歌詞中暗示效果減低，因此學生較不會有不當反應或行為。在教學時只播音樂，不播影片，避免學生受恐怖畫面影響。其次，本單元強調學生在欣賞樂曲後，能根據自己的感受，運用批判思考能力，對傳言的真實性作判斷。最後，再藉由小組討論，讓學生了解歌詞與旋律之間的關係。

經過這些審慎思考與規劃後，筆者在多個班級較穩定的班級試教，發現學生反應良好，沒有造成情緒起伏的問題，獲得學生熱烈回應。因此提出作為教學者之參考。

課程目標

- (一) 瞭解歌曲〈憂鬱星期天〉的相關傳聞與創作動機。
- (二) 認識歌曲〈憂鬱星期天〉的作曲者與其生平。
- (三) 仔細聆聽不同版本的〈憂鬱星期天〉，選擇喜愛的版本給予評論。
- (四) 以本身對樂曲的感受與批判思考能力，對於傳聞的真假做出判斷。
- (五) 透過討論釐清樂曲中歌詞與旋律的關係。

教學流程

參見頁54之表1「教學流程」。

一首歌，多樣情

憂鬱與否你決定

筆者介紹這首樂曲時，學生不時針對傳言的可疑之處提出質疑，對於即將要欣賞的樂曲極感興趣，顯得專注而期待。而在欣賞完樂器演奏版的〈憂鬱星期天〉後，許多學生認為這是一首悲傷而憂鬱的歌曲，評論包括這首樂曲帶有憂鬱、淒涼、黑暗的感覺；感覺歌曲正在哭泣；旋律不斷傳來悲傷和絕望的聲音；有種無助、孤獨的感覺，聽起來悶悶的。亦有學生從樂曲中感受到作者的心情，例如：我覺得作曲家那時候一定很悲傷與痛苦；可以聽出作曲家的心情空洞與難受。而喜歡樂曲旋律的學生寫了這樣的評語：淒美的感覺，很好聽；就像書局裡面播放的音樂，很典雅，而且很優美，我喜

歡！當然，無可避免的，部分學生認為這首樂曲並無特別之處，或表示聽不懂。較特別的是，筆者在播放音樂前，並未說明此版本由小提琴擔任主奏，但每個班級當中，卻都有學生提到小提琴的音色優美，如：這首曲子用小提琴演奏，讓悲傷的感覺明顯很多；這首曲子用小提琴拉起來特別好聽。可見這些學生具有相當的音樂素養與潛能。

欣賞完莎拉·布萊曼、比莉·哈樂黛與匈牙利文演唱的版本後，較多學生喜歡莎拉·布萊曼的演唱，原因包括莎拉布萊曼唱的比較能進入歌詞的意境；她的聲音透明，清亮，有感染力；比較輕柔，唱出肅穆的心情；有一種懷念過去，活在回憶中，既甜蜜又悲傷的感覺。而喜歡比莉·哈樂黛演唱版的學生則表示比莉·哈樂黛唱的比較有感覺；較能跟樂曲配合；或是因為比較喜歡藍調音樂。只有極少數學生喜愛匈牙利文演唱版。由此可看出，學生在欣賞樂曲時，受語言與習慣的影響很大，大多數學生接受聽得懂得歌詞，或是選擇他們較為熟悉的音樂風格。

經過多次的樂曲欣賞、討論與分析後，筆者讓學生自行決定是否相信這些傳聞。討論結果發現，約六成的學生並不相信這些傳聞，他們認為傳聞過於誇張，曲子雖然有悲傷的感覺，但不至於造成這麼多人自殺；很多人聽過都沒自殺，如果會自殺，應該作曲的人跟演唱的人都自殺了吧；沒那麼嚴重吧，聽起來就像古典音樂一樣。相反的，認為這些傳聞是真實的學生表示，歌詞真的很悲傷，會影響聽的人；有人可能剛失戀，或是有同樣的遭遇，就會比較激動；也許當時的人生活很困苦，聽到悲傷的曲子就會被影響。

最後，在歌詞與旋律的關係方面，多數學生表示在欣賞歌曲時，會仔細聆聽歌詞內容，認為歌詞與旋律是相互依存、互相輔助的關係，兩者需配合無間才能成為一首好樂曲。少數學生對與歌曲的喜愛取決於旋律的是否優美好聽，對歌曲的喜好程度不受歌詞內容的影響。

無限可能的音樂教育

本單元透過〈憂鬱星期天〉樂曲介紹、賞析及問題討論，希望能提升學生欣賞音樂的興趣與素養。課程進行中，筆者可以感受到學生的興趣與專注，課程結束後，也有學生自行蒐集補充資料繳交，並不時有其他班級的學生來詢問這首歌曲，因此，在引起動機方面確實具有成效。而對於整個教



表1 教學流程

教學對象	國中三年級	教學時間	45分鐘
教學資源	PowerPoint簡報、電腦、單槍、螢幕、CD player。		
分段能力指標	教學步驟與流程		時間
教學目標			
2-4-5、3-4-9、3-4-11 1. 瞭解歌曲〈憂鬱星期天〉的相關傳聞與創作動機。	一、引起動機 (一) 以神秘的語氣帶出本單元主題。 教師說明：今天我們要介紹一樁國際音樂奇案，主角是一首名為〈憂鬱星期天〉(Gloomy Sunday)的樂曲，據說有許多人在聽了這首樂曲後自殺，所以人們又稱這首曲子為「魔鬼的邀請書」。 學生反應：覺得難以置信，期待聽到樂曲。 (二) 教師提問：有人聽過這首曲子嗎？ 學生反應：極少數學生聽過，但皆不了解樂曲資料。		5'
1. 瞭解歌曲〈憂鬱星期天〉的相關傳聞與創作動機	二、發展活動 (一) 配合PowerPoint簡報(範例見附錄2)，以講述懸疑故事的方式，介紹這則國際音樂奇案的創作背景與發展歷史： 1. 〈憂鬱星期天〉是1933年，匈牙利作曲家萊索寫給分手女友的樂曲。 2. 它曾造成布達佩斯鞋匠、匈牙利青年、女警、美國女打字員、義大利音樂家等多人自殺的案件。 3. 為了避免再造成自殺案，當時歐美電台決定禁播這首歌曲。 4. 最後，包括作曲家前女友以及作曲家本人都以自殺結束自己的生命。 (二) 配合Power Point簡報(見附錄2)，簡介作曲家生平，包含國籍、經歷、作品等。 (三) 說明這首樂曲的後續發展，包括出版了以樂曲為藍本所創作之小說《憂鬱星期天》以及電影《狂琴難了》。 教師小結：除了以上的這幾個例子之外，與〈憂鬱星期天〉有關自殺傳言還有很多，但是這些傳言究竟是不是真的，或只是人們穿鑿附會的說法，就讓我們來聽聽看這首曲子，是不是真的有致命吸引力。 (四) 播放〈憂鬱星期天〉樂器演奏版，請學生用心聆聽後寫下感想後與大家分享。 (五) 播放不同歌詞與不同演唱者所詮釋的〈憂鬱星期天〉，針對歌詞內容與樂曲進行討論。 1. 說明匈牙利文歌詞的意義，播放匈牙利文版的樂曲。 2. 說明英文版歌詞意義，播放比莉哈樂黛與莎拉布萊曼演唱的版本。 3. 請學生由上述三個版本中，選擇比較喜愛的版本，寫下原因並與同學分享。 4. 問題討論：「聽完〈憂鬱星期天〉後，你相信與它有關的傳聞嗎？為什麼？」 教師總結：好，對於這些傳聞有人相信，也有人不相信，只要能說出合理的解釋，都是正確答案。同時也透過這首曲子讓大家知道，音樂的具有傳遞情感、感動人心的作用。希望以後同學在聽曲子的時候，都可以用心的感受每位作者所要傳達的情感。		15'
2. 認識歌曲〈憂鬱星期天〉的作曲者與其生平。			
3. 仔細聆聽不同版本的〈憂鬱星期天〉，選擇喜愛的版本給予評論。			15'
4. 以本身對樂曲的感受與批判思考能力，對於傳聞的真假做出判斷。			
1. 透過討論釐清樂曲中歌詞與旋律的關係。	三、綜合活動 (一) 教師提問：「剛剛聽到匈牙利文版和英文版，你覺得歌詞內容有影響你對曲子的感受嗎？」 (二) 以小組討論的形式，讓學生找出一首歌曲當中，歌詞與旋律之間的關係，用一、兩句話來形容，將答案寫在黑板上。 (三) 教師總結學生討論之結果，由老師與班上同學票選出描述最貼切的組別，給予獎勵。		10'



Gloomy Sunday

學活動的設計與實施，筆者認為有幾點需注意的事項。

首先，學生對樂曲的感受、情緒反應難以預測，確實有學生表示這首樂曲讓他覺得不舒服，教師須謹慎處理。其次，並非每位學生都喜歡這首樂曲，重要的是透過音樂欣賞活動，培養學生對音樂的喜好與判斷。而教師在歌詞解說時應清楚，並配合歌曲播放，適時點出歌詞內容，加深學生對歌曲的理解及感受度。

最後，本單元尚可與其他領域結合，進行延伸教學，例如配合生命教育，設計珍惜生命，防範自殺的教學；改變課程實施對象，用於心智較成熟的高中階段；搭配其他單元的音樂教學，如欣賞比莉·哈樂黛的演唱，介紹爵士樂的特色；又或是變化教學的方式，先讓學生聆聽樂曲，發表感想，再介紹樂曲的背景，以了解學生對音樂的感受是否受教學者引導的影響。

孩子們的潛能無限，只要用對方式，音樂會成為孩子們最好的朋友！

■參考資料

- 吳舜文（2000）：流動的意象——從音樂欣賞課程談與「海洋」主題相關之教學規劃。《美育》，116，26-41。台北市：國立台灣藝術教育館。
- Reimer, B. (1989). *A philosophy of music education* (2nd ed.). Englewood Cliffs, NJ: Prentice Hall.
- 音樂電影：狂琴難了。2008年9月20日，取自<http://tw.myblog.yahoo.com/jw!GQ4zjZafBQRxtSgAgpbvIGXid0-/article?mid=15415>
- 黑色的星期天。2008年9月25日，取自<http://gloomy.zkiz.com/main/intl/main.htm>
- 黑色星期天的真正內幕。2008年9月23日，取自<http://twbbs.net.tw/397566.html>
- 談「狂琴難了」中的憂鬱。2008年9月22日，取自<http://mail.tku.edu.tw/120335/proust/moviepic/gloomy.htm>
- 憂鬱的星期天——維基百科，自由的百科全書。2008年9月15日，取自<http://zh.wikipedia.org/>

■附錄1 〈憂鬱星期天〉歌詞

一、匈牙利文歌詞

匈牙利文歌詞	中文翻譯
填詞者：Laszlo Javor	
Szomorú vasárnap Ősz van és peregnek a sárgult levelek Mehalt a földön az emberi szeretet Bánatos könnyekkel zokog az őszi szél Szívem már új tavaszt nem vár és nem remél Hiába sírok és hiába szenvedek Szívtelen rosszak és kapzsik az emberek... Mehalt a szeretet! Vége a világnak, vége a reménynek Városok pusztulnak, srapszelek zenélnek Emberek véréből piros a tarka rét Halottak fekszenek az úton szerteszét Még egyszer elmondom csendben az imámat: Uram, az emberek gyarlók és hibáznak... Vége a világnak!	憂鬱星期天 秋天到了 樹葉也落下 世上的愛情都死了 風正哭著悲傷的眼淚 我的心不再盼望一個新的春天 我的淚和我的悲傷都是沒意義的 人都是無心，貪心和邪惡的 愛都死去了！ 世界已經快要終結了 希望已經毫無意義 城市正被剷平 砲彈碎片製造出音樂 草都被人類的血染紅 街上到處都是死人 我會再禱告一次 人們都是罪人，上帝，人們都會有錯的 世界已經終結了！



二、英文歌詞

英文歌詞	中文翻譯
填詞者：Sam L. Lewis	
<p><i>Gloomy Sunday</i></p> <p>Sunday is gloomy, my hours are slumberless Dearest, the shadows I live with are numberless Little white flowers will never awaken you Not where the black coach of sorrow has taken you Angels have no thought of ever returning you Would they be angry if I thought of joining you Gloomy Sunday</p> <p>Sunday is gloomy, with shadows I spend it all My heart and I have decided to end it all Soon there'll be flowers and prayers that are sad, I know Let them not weep Let them know that I'm glad to go Death is no dream For in death I'm caressing you With the last breath of my soul I'll be blessing you Gloomy Sunday</p> <p>Dreaming, I was only dreaming I wake and I find you asleep in the deep of my heart, dear! Darling I hope that my dream never haunted you My heart is telling you how much I wanted you Gloomy Sunday</p>	<p>憂鬱星期天</p> <p>憂鬱星期天難以成眠 我活在無數的陰影中 白色小花無法把你喚醒 黑色的靈車也不能將你帶走 天使沒有把你送回的念頭 如我想跟你離去，他們會否感到憤怒 憂鬱星期天</p> <p>憂鬱星期天在陰影中度過 我和我的心決定終結一切 鮮花和禱告將帶來悲傷，我知道 不要哭泣 讓他們知道我笑著離開 死亡不是虛夢 藉此我把你愛撫 靈魂以最後一息為你祝福 憂鬱星期天</p> <p>做夢，我原來只不過是在做夢 我醒來就會發現你正在我內心深處酣眠，心愛的人！ 親愛的我希望我的夢不會縈繞著你 我的心正在對你說，我曾多麼地渴望你 憂鬱的星期天</p>

The image shows four self-made educational projection slides for the song 'Gloomy Sunday'. Slide 1 is the unit cover with the title 'Gloomy Sunday 憂鬱星期天' and a subtitle '魔鬼的邀請書'. Slide 2 shows a detective investigating a case, mentioning a record of 'Gloomy Sunday' and a letter found on a table. Slide 3 shows a scene in a bar in Belgium where a young man shoots himself, with the text '我實在受不了啦!'. Slide 4 introduces the composer 'Rezső Seress (1899-1968)', a Hungarian Jew who was in a concentration camp during WWII and never received formal music education.

■附錄2 〈憂鬱星期天〉自製教學投影片範例（紀雅真製）

筆者自製18頁的教學用投影片，包含樂曲歷史與背景簡介，作曲家資料、歌詞以及電影簡介，擷取幾張作為參考。

- 1 〈憂鬱星期天〉單元封面
- 2 〈憂鬱星期天〉傳聞介紹1
- 3 〈憂鬱星期天〉傳聞介紹2
- 4 〈憂鬱星期天〉作曲者簡介