

## 書籍

兩本簡體字書，詳細介紹藏戲與蒙古長調歌唱（長歌），雖然沒有附 CD，但有非常詳盡的解說，適合深入閱讀

李雲、周泉根，《藏戲》（杭州：浙江人民出版社，2005）

包·達爾汗、烏雲陶麗，《蒙古長調》（杭州：浙江人民出版社，2007）

詳細介紹西藏的宗教與世俗音樂，並附兩張 DVD，請向一樓借書服務台調借

李秀琴，《西藏音樂：追尋雪域中神聖與世俗的聲音》（臺北市：臺北藝術大學，2007）

Garland 世界音樂百科全書第七冊，本書第三部份第四節介紹西藏，第六部份介紹了蒙古音樂以及吐瓦的喉音演唱

Provine, Robert C., Yosihiko Tokumaru, and Lawrence Witzleben (eds), *Garland Encyclopedia of World Music, Vol. 7: East Asia China, Japan, and Korea* (New York: Routledge, 2002)

已故物理學家理查費曼發現吐瓦喉音歌唱的故事，老師大三時候的課外讀物！懶得看英文的人，請看中文版

Leighton, Ralph, *Tuva or Bust!: Richard Feynman's Last Journey* (New York: W.W. Norton, 1991)

《費曼的最後旅程》（新新聞文化出版，1998）

一本探討東西各式泛音、喉音歌唱的專書，附 CD 一張，向借書服務台調借 

Tongeren, Mark C. van, *Overtone Singing: Physics and Metaphysics of Harmonics in East and West* (Amsterdam: Fusica, 2004)

## 錄音資料

兩張 CD，一張喉音與長調，一張馬頭琴，均附英文解說

*Hoomii and Urtin Duu: The Folk Music Traditions, I* (Los Angeles: JVC, 1992)

*Morin Huur: The Folk Music Traditions, II* (Los Angeles: JVC, 1992)

CD，曲目包括蒙古長、短調、贊歌，內附中英文解說與歌詞大意

《森吉德瑪：內蒙民歌》（香港：雨果，1998）

CD，蒙古江格爾史詩演唱

*Mongolian Epic Song: Zhangar* (Tokyo: King Records, 1991)

CD，吐瓦喉音歌唱

*Music from Tuva* (Florence, Italy: Amiata, 1998)

台灣風潮音樂出版的六張《西藏音樂紀實》系列 CD，是當今全球唯一一套涵蓋西藏各種類型音樂的選集

1. 《藏族戲曲音樂》：包括蘇吉尼瑪等共三齣藏戲的選段
2. 《藏族宗教音樂》：誦經與羌母舞儀式音樂
3. 《藏族歌舞音樂》：各式各樣的“諧”以及囊瑪
4. 《藏族民歌》：各式各樣素描藏族人民的生活的民間歌曲
5. 《宮廷音樂與器樂》：藏族人民用以向達賴喇嘛及高級僧俗官員致敬的傳統歌舞
6. 《曲藝與其他少數民族音樂》：藏族說唱藝術及藏區內其他少數民族的音樂

覺得六張唱片無從下手的同學可以嘗試同樣由風潮音樂出版的一張精選集 CD  
《西藏音樂文化入門》（台北市：風潮有聲出版，1998）

CD，藏密儀式經文吟唱

*The Tibetan Buddhist Chant* (Tokyo: King Records, 1992)

CD，上密院僧侶訪美時的錄音，號稱在錄製電影星際大戰電影原聲帶的錄音室錄製，音響效果一流

*The Gyuto Monks: Freedom Chants from the Roof of the World* (Salem, Mass.: Ryko, 1989)

藏笛演奏家 Nawang Khechog 演奏的樂曲，雖然曲目是屬於所謂新世紀音樂的全新創作，有興趣的同學可以了解一下藏笛的聲音有什麼特色

Nawang Khechog, *Sounds of Peace* (Boulder, Colo.: Sounds True, 1988)

錄影資料 [1][1] VHS 影帶，內蒙民歌，課堂中播放的四胡伴奏說書即出自此影帶  
*Folk Music from Inner Mongolia* (London: Sussex Tapes, 1992)

一套三十張 DVD 中的第五集，前半為新疆維吾爾人的音樂，後半才是蒙古，課堂上播放的長調演唱即出自本光碟，附一本「中國以及東亞」說明手冊

*The JVC Video Anthology of World Music and Dance, Disc 5* (Tokyo: JVC, 2005)

 VHS 影帶，前半為蒙古音樂

《中國少數民族民間傳統音樂舞蹈大系，三，蒙古族、鄂溫克族、鄂倫春族》  
(中國民族音像出版社，1998)

VHS 影帶，包括民間說唱、藏傳佛教儀式音樂、羌姆舞

《中國少數民族民間傳統音樂舞蹈大系，二十，藏族》(中國民族音像出版社，  
1998)