

“五一”到,扎堆的音乐节又来了,摇滚、民谣、电音,你爱哪家

# 跟着乐符的方向,去追逐最强的音浪

本报记者 陈宇浩

再过三天,“五一”小长假即将掀起盖头。跟往年一样,各个音乐节注定又将成为文艺青年们的集合地。

上海草莓音乐节、太湖迷笛音乐节、江苏咪豆音乐节、深圳日落春浪电音节……细数今年的音乐节,虽然总量跟往年相比没有太大变化,但风格化标识更加明显。就连电音这种小众类型,都首次在国内出现了“双城记”的玩法。

## 看摇滚 去上海苏州

作为目前国内玩得最溜的音乐节,“草莓”早已脱离了花大钱砸艺人吸引观众的阶段,就像摩登天空老板沈黎晖所说,“现在的年轻人,来草莓玩的就是氛围”。

4月29日至5月1日,2017草莓音乐节将在上海世博公园举行,三天共有近百组艺人登台。在目前公布的艺人名单中,痛仰、重塑雕像的权利、谢天笑等都是在国内摇滚圈地位颇高的乐队和音乐人。

从来都与草莓“死磕到底”的太湖迷笛音乐节,则摆出了二手玫瑰、马条、木玛等另一路风格的摇滚音乐人。当然,跟小清新的“草莓”相比,迷笛每年的重口味从来不会缺席,像今年美国的大牌死核乐队“白教堂(Whitechapel)”,就让不少摇滚迷惊呼“必须去朝圣”。

反观“草莓”的海外阵容,今年主打“高大上”气质。其中有电音大神KSHMR,美国乐队The Drums,日本乐队“Fear, and Loathing in Las Vegas”,以及乐迷们心心念念的英国乐队The Vaccines(疫苗乐团)等。

## 听民谣 南京! 南京!

跟往年“五一”档民谣歌手四散在各个舞台演出不同,今年的江苏咪豆音乐节,几乎聚齐了当下最火的民谣小清新音乐人。

李志、赵雷、陈粒、陈鸿宇,光是这四位音乐人,去年演出的总观演人次就超过了100万。最辛苦的李志和赵雷,前一天还分别在草莓音乐节和迷笛音乐节演出。看来,人红的结局就是“打飞的,赶演出”。

乐队方面,此次亮相咪豆音乐节的MRMISS、鹿先森、宇宙人等,风格也大都介于摇滚和民谣之间,少了几分聒噪和金属感,



多的则是文艺范和清新度。

不过,今年的咪豆也有一位异类大咖,那就是摇滚教父崔健。在一竿子民谣音乐人的“包围圈”中,老崔又会发出怎样的呐喊,同样值得所有人期待。

## 玩电音 有上海深圳双城记

2016世界百大DJ冠军Martin Garrix,2016世界百大DJ亚军Dimitri Vegas & Like Mike……对于电音迷来说,怎会想到这两组音乐人会在国内同台亮相?

今年五一档的日落春浪电音节,就会上演这个让人躁起来的画面。

4月29日、30日、5月1日三天,“春浪”将在深圳、上海两地上演电音双城记。

最早,“日落春浪”这一原创电音品牌,只是在台湾做得如火如荼。今年也是它首次来到大陆。

主办方“日落春浪”创始人沈光远介绍道:“日落春浪电音节是华语音乐节的龙头,春浪音乐节的附属电音品牌,以春浪、日落、波动为核心概念。”

日落春浪标榜“从白天到黄昏,再到黑夜”超过10小时的蹦迪狂欢,如果没有好体力,还真不一定能hold住。

从舞台造型来看,主舞台设计延伸连绵到听众席,以环绕四周的大屏LED所呈现的立体视觉效果,塑造宛如置身森林、海水的视觉震撼,就如同一场始于“大自然”的电音旅程。

4月29日,“日落春浪”将率先在深圳揭

幕,4月30日更将上演深圳-上海“双城狂欢”,在国内的电音音乐节领域,这还是头一次。

为此,主办方还特别安排了两组专业人马,一组深圳,一组上海,以保证两地演出的无缝对接。

阵容方面,除了前面提到的两组2016世界百大DJ冠军亚军之外,主办方还集齐了Trance、House、Hard Style三大电子乐类型的共6组世界百大DJ。

## 服务区

### “五一”期间主要音乐节在这里

2017太湖迷笛音乐节

时间:4.29~5.1

地点:苏州太湖迷笛营

2017峨眉山佛光花海音乐节

时间:4.29~4.30

地点:峨眉山黄湾小镇

2017江苏咪豆音乐节

时间:4.30~5.1

地点:南京市溧水区天生桥风景区

2017上海草莓音乐节

时间:4.29~5.1

地点:上海世博公园

2017日落春浪电音节

时间:4.29~5.1

地点:深圳市广播电视集团龙岗制作中心广场/光明生态园内上海国际音乐村

日落春浪电音节海报。

# 我总是睡不着,怎么办?

百年中医流派传人为您免费解答睡眠障碍问题

本报记者 方云凤 本报通讯员 钱冰冰

春天本是个容易犯困的季节,但我们身边还是有不少人睡不着,失眠的人数在不断攀升,其中很多人反反复复,持续了几年乃至数十年,虽经多方治疗,但却始终没有效果。有些人不得不靠安眠药来解决,但长期服用安眠药,肯定不靠谱,内心很是焦虑和烦恼。

为什么失眠的人有这么多?是什么原因导致失眠的?

致力于研究睡眠障碍的中医专家告诉我们,失眠症中医称为不寐症,是当今社会人们较为常见的病症之一。失眠不仅会造成记忆力减退、判断力下降、内分泌紊乱,严重时还可诱发高血压、心脏病、肥胖症、精神分裂、老年痴呆等,严重影响中老年人的生活质量。

专家介绍,我国传统中医学对失眠调治有优势,所以人们一旦出现失眠以后,不必过度紧张,不要把失眠当成不治之

症。只要医患配合,找准病因,对症而治,一般来说,失眠是可以康复的。随着患者睡眠的逐步改善和镇静催眠药量的递减、停药,诸多不适症状也呈现逐步改善。

近年来,国内外关于经络的基础和临床研究突飞猛进,对不同人的失眠,是由于哪根经络的变化、什么变化所引起的等,都可以检测,并根据检测结果,用“经络搭桥”等方式疏通阻滞经络,促进气血循环,实现宁养安神,受到越来越多市民的欢迎。

为帮助读者解决失眠疑难问题,本报特邀到了百年中医流派——李氏杵针传人,于4月26日至4月30日,来杭为您免费答疑解惑。有需求的读者可以拨打本报养生热线0571-85312046咨询。

李氏杵针流派:我国已故著名老中医李仲愚先生(1920-2003)历经14代之传承,融合李老60余年的临床经验,而发展起来的一种独特治病方法。现已发展到第17代传人,系四川省非物质文化遗产。