

在深圳跑完五公里短程马拉松后接受采访

“跑者”汪峰：现在又是一个新起点



6月17日，第十六季搜狐新闻马拉松在深圳开跑，搜狐首席执行官张朝阳携手王石、郎平、汪峰、金莎、印小天、张丹、张楚桐等各界名人组成的“跨界大咖跑团”，来到素有“中国最美山海赛道”之称的大鹏鹿嘴赛道，挑战夏日马拉松。

连日来，汪峰因为与“森林北”的恋情、新一轮巡演发布、与那英在《歌手2024》的隔空合作等事件，成为娱乐圈热度颇高的话题人物。在跑完五公里的短程马拉松后，汪峰接受了媒体采访，回应热点问题。

谈《歌手2024》

我很开心帮那英做了一次选择

跑完五公里后，汪峰第一时间分享了长跑心得。他十分看重长跑带来的减肥效果：“我曾经15天连续跑8到10公里，成功减了18斤。”谈及健身心得，汪峰说：“我平时如果一个人，主要会在跑步机上跑步，有时会做一些器械练习。跑步对于减脂、练肺活量、维持心脏功能，都是百益无一害。”值得一提的是，在当天的马拉松活动中，兴致颇高的汪峰边跑边唱起了最近那英在《歌手2024》唱火的《灿烂的你》：“那渺小的坚强的怒放的，才是真正灿烂的你……”

今年6月7日，那英在《歌手2024》

舞台上演唱了汪峰作词、作曲、原唱的歌曲《灿烂的你》，重回巅峰状态，获得当期第二名。事实上，这次选歌是老友汪峰给那英出的主意，而且汪峰还私下帮那英排练、监棚，为对方上了一堂“大师课”，教她如何更完美地表达这首歌。谈及对那英的帮助，汪峰说：“那英在准备这一季节目时，我很开心帮她做了一次选择，而且更开心她发挥得相当好。”

汪峰2018年参加过《歌手》第二季。他说：“《歌手》几乎是国内最高水准的音乐节目，我很享受看《歌手

2024》。我们目前看到了香缇莫、凡希亚、亚当·兰伯特三位国际歌手，让很多喜欢音乐的朋友感受到了顶尖的演唱水准。”对于参加节目的中国歌手，汪峰除了称赞那英“稳定”，也夸了补位歌手孙楠，“他表演完后，我给他发了信息。因为他的歌在很多地方处理得特别好，让同样作为歌手的我也特别开心，迫不及待跟他讨论一些事情”。

如果《歌手2024》邀请的话，还会去吗？汪峰说：“今年还是别了。关键是，这些歌手真的特别好，让我看到很多不同的演唱风格。看看以后吧。”

谈演出

我现在特别渴望观众离我近一点

最近一段时间看《歌手2024》，也让汪峰对于歌手的必备素质有了一些思考。他认为：“每位歌手的风格、感受、嗓音不一样，而且不一定都有高超的演唱技巧，但夯实基础很重要，比如，肺活量、音准、对于歌曲的理解和表达等要达标。”

如今，不少流行音乐的新兴玩法在年轻群体间流行，比如“电子木鱼”“赛博摇滚”等。汪峰觉得这些玩法很酷：“四十年前的硬摇滚，三十年前的重金属……之后社会上又不断涌现着不同的纯摇滚音乐风格。要清楚，每个时代的年轻人都有用于表达自我的语言和音乐风格。我在很多方面欣赏玩音乐的年轻人——你年轻的时候，未必玩得那么好，经验那么多，但你会觉得自己是天下第一，贵在真实！”

6月8日晚，“现在或永不——汪峰‘灿烂的你’成都限定场”开唱。这是一场汪峰在出道三十周年之际为回馈歌迷

精心筹备、采取0元抢票方式的演出。上千名观众来到演出现场，在能容纳2000人的场馆感受livehouse的魅力。演出现场，他宣布自己将于今年8月开启“灿烂的你”巡回演唱会，并公布了北京、上海、成都等14座巡演城市。当晚，他演唱了《北京北京》《火花》《灿烂的你》等多首歌曲，几乎每一首歌都引发现场观众大合唱。

谈及这场演出，汪峰表示：“外界都认为我办了一场演唱会，但我认为它是livehouse演出。差不多十年前到现在，从能容纳两万人的体育场到容纳八万人的‘鸟巢’，我演了很多轮的巡演。但是，我从去年年底开始，特别渴望参加小型演出，希望观众离我近一点。我跨年那场livehouse就特别开心，与观众的近距离互动让我很爽。成都场演出是我今年的第二个livehouse，我和团队商量了一下，很快就决定不收门票了。”



谈生活

我希望在新起点找寻更好的“我”

不工作的时候，汪峰正在努力扮演“父亲”这一重要角色。虽然已于去年10月同章子怡离婚，但汪峰依然与对方共同抚养、陪伴女儿“醒醒”与儿子“小可乐”。

此次马拉松活动启动仪式上，被主持人问及：“如果只能带一个人一起跑马拉松，会选谁？”汪峰选了小女儿醒醒：“从她五岁开始，我每周有一两天会在黄昏时分带她绕小区骑平衡车，很舒服。最近半年，我会和她一起慢跑。她现在八岁了，我想让她从小就知，什么是真正的健康生活。而且，我不能说教，要让她自己体会。”

谈及对孩子的教育，汪峰也格外关注醒醒：“虽然醒醒才上小学二年级，但

我感觉她像学霸。我每次都跟她，你课内的作业已经做完了，能不能休息一下！她总跟我不行，还有课外作业。很多家长催着孩子学习，但我正好反过来，因为我知道她是‘学霸’性格，所以，我会接着对她说，接下来的二十分钟，你停一下，放松一下！”

这些年带孩子的经历，也让汪峰对孩子的教育有所感悟。他认为要根据孩子的性格来设定其学习、生活：“要让孩子的世界观、认知力、学习能力、生活能力均衡发展，尊重他们喜欢做的事。我希望他们在不要处于压力太大状态的同时，又知道学习的重要性。”

踏入娱乐圈三十年，从《火花》《春天里》《存在》《怒放的生命》《飞得更高》，到

《生来彷徨》《我爱你中国》，再到《灿烂的你》《和我跳支舞吧》，这是音乐世界的汪峰。从与葛荟婕的恋情，到与章子怡的婚姻，再到近日与“森林北”的恋情，这是八卦世界的汪峰。53岁的汪峰如何看待人生这场马拉松？他说：“很多人的回答是，生活本就是一场马拉松，根据年龄判断自己是在起跑点、在中间或是快到终点。这些都对！不过，在我看来，你不仅可以把任何一个点作为起跑点，而且设定终点也是无意义的。对于50岁出头的我而言，现在又是一个新起点，我希望找寻更好的‘我’。人生的马拉松并不累，只要你在每个阶段都有崭新的目标，那就尽力去享受奔跑的过程吧！”

据金羊网

广告

招租公告

我公司在市内有一批便民服务报刊亭租赁期已满，现面向社会公开招租，请有意承租的单位或个人持有效证件来我公司办理报名手续。报名截止于2024年6月19日17时。

联系人：赵辉

咨询电话：0352-2503915

18635299611

地址：平城区古城内司令部街原大同日报社院

大同日报传媒集团有限公司

2024年5月31日

出售

E家公寓精装房，50平、68平各一套，三中十四校学区，即买即住。联系电话 18635299628

古井贡酒 年份原浆

经销地址：大同市平城区铂蓝郡商辅A122号
订酒热线：0352-2299999、18835255555
我和朋友有个约会 古20为胜利干杯

广告

便民信息 5105678 2023122

敬告
大同日报传媒集团未授权任何互联网上通过微信、400咨询电话承接《大同晚报》、《大同日报》所有广告业务。请广大市民谨防上当受骗。

地址：平城区永和路恒安街7号（大同市政务审批中心正南方）大同日报传媒集团广告公司

本版只提供信息，不作为法律纠纷依据，因广告审查涉及《广告法》要求的相关规定，使用本信息时请核实相关证件，注意自我保护（注：声明中出现的企业名称均为行政区划调整前的名称）

低价售房

现有迎宾街永康路小区7号楼81平米二手房一套，大同六中、平城区十四校学区，房低价出售。联系电话：18603528232

特价售房

现有奕城名都6号楼91.60平米，15号楼，80.20平米两套新房急售，价格面议。联系电话：18803521868

看皮肤到陈一堂 免费试用

为帮助皮肤病患者尽早摆脱痛苦，现征集100名皮肤病患者免费试用，有皮炎、湿疹、皮肤顽癣、荨麻疹、痤疮青春痘、皮肤过敏、瘙痒症等可报名。不对症，不见效，不减轻，不收费，机会难得，名额有限。
电话：7963735 18503525911
地址：大同市体育馆对面平康里陈一堂肤康馆