

## 冬奥·人物

站上最高领奖台的高亭宇。



高亭宇与教练相拥庆祝。

# 高亭宇 “隔路”背后的处世哲学

## 外人眼中的“隔路” 保持冷静+惜字如金

在外教盛行的中国冰雪圈中，高亭宇“全华班”的教练阵容多少有些突兀。器材教练要客串大厨，主教练还要兼顾高亭宇的心理疏导。在现代体育讲求专业化、分工明确的教练团队中，高亭宇的团队似乎有些“落伍”，却属实无奈。

“奥运会的备战其实是很紧张的，即使自己有困难，我也不能把负面情绪传递给别人。”于是，高亭宇学会了承担，即便再苦再难，也要自己扛下这一切。

所以四年间，高亭宇很少在公开场合袒露自己的内心和情绪。相比于四年前的平昌，“话少”成为他表象上最显著的变化。这个变化正是从平昌冬奥会，高亭宇为中国代表团夺下了男子速滑



展示奖牌。

项目的首枚奖牌后开始的。

曾经活泼的少年，学会了喜怒不形于色。外人夸他成熟，只有他自己知道，这其实是一种“保护色”，让自己保持冷静的同时，也维护着与人相处最合适的“社交距离”。能用两个字表达清楚的事情，高亭宇不会多说一个字。在运动员性格多元化的时代，高亭宇用“隔路”定义自己，也慢慢去探索着与自己相处的模式。

## 高亭宇的“自治” 相信他人的善意

四年的备战之路漫长无比，运动员站在起跑线上等待发枪那一刻的压力，没人能感同身受。当这一切附加上中国速滑男子项目首金的重担，任何人都不敢说自己有能力担当。

但高亭宇却做到了。在这个没有像短道一样与对手正面对抗的激烈，也没有花样滑冰伴着音乐、无数鲜花掌声扑面而来的项目中，只做不说的高亭宇和自己的团队一起，伴着寂寞，无数次以极限速度冲向终点。

“滑冰运动之母”、激烈程度堪比男子百米“飞人大战”……在看似光鲜的荣誉背后，站在冰场上的高亭宇并未听到外界传来的赞誉和掌声，有的只是冰刀触碰冰面的沙沙声，以及教练叮嘱他要记住的动作要领。

尝试总会伴随着失败，失败过后还会有对自己的自我否定，甚至是嫌弃。“可能是今天吃了什么感觉胃不舒服，导致自己没滑到教练规定的秒数；也可能是熬夜没睡好，让自己没到达最好的状态。”高亭宇需要做的就是发现问题，一个一个地解决。可有时，问题的原因并非能被轻易找到，需要他反复验证。“这个过程可能需要一段时间，但验证出结果的那一刻，是我最开心的时候。”高亭宇说。

专注自己，强大到不



生活中的高亭宇。

被外界影响，只需要考虑自己的状态，适当地自我妥协，高亭宇高度概括着自己的“成功之道”。而对于别人的提醒，高亭宇说，自己从来都不是听不进别人话的人，因为他始终相信他人的善意，“别人的话，我会自我分析不适合自己。如果是对的，我就可以那么做；如果感觉不对也很正常，每个人的观点表达都是不一样的。”

## 和这个世界 从来都不是对立面

在北京冬奥会上如愿夺冠后，过惯了安静生活的高亭宇迎来了潮水一般的采访。对于这些，早已习惯于自己消化情绪的他不得不面对媒体连珠炮一样的提问。于是，他开启了自己最擅长的“金句王”模式，永远只用一句话回答一个问题。

喜欢的人说这是率真，不喜欢的人说这是“隔路”，更有人将其定义为“站在世界的对立面”。“我从来没有跟这个世界对立过，有些时候其实是我自我认知的过程。”采访最后，当被问到什么时候是自己最放松的状态时，高亭

宇的回答一如四年前：“想不干嘛就不干嘛。”

其实高亭宇的内心始终没有改变过，只是当一个人来到事业的顶峰，他的一举一动都会被无限放大。四年来，高亭宇完成了从年轻小将到名将，再到奥运冠军的转变。即便处在高峰，寂寞无人懂，他还是用最大的善意完成着即便不是很喜欢的任务，也从最开始的警戒状态逐步放下戒备，敞开心扉，交流自己的真情实感。采访结束，高亭宇拉起了熟识了5年记者的手，聊着家常，畅想着比赛结束后即将到来的一切。看到上前合影的粉丝，口罩后的高亭宇露出了转瞬即逝的微笑，收拾好情绪，满足着每个人的要求。

成功过后，没有人会拒绝鲜花和掌声，只是一颗习惯了孤独的心需要逐渐适应这个转换，尽量收着自己本该激动的情绪，回应着别人的热情。同样，登上顶峰后依然记得来时的过往，是一个人最宝贵的品质。两者之间，年轻的高亭宇找到了最让自己和他人舒适的平衡点。在光环背后请别忘记——他叫高亭宇，一个24岁的黑龙江伊春小伙，未来他还有更长的路要走……

□本报特派记者  
张堃雷 王坤

站在云端，方可“一览众山小”。但独自处在云端的孤独，似乎从来无人知晓。

现在的高亭宇正享受着这样的孤独，但并非乐在其中。

在夺得北京冬奥会速度滑冰男子500米冠军后，高亭宇表面上的“隔路”被追捧得光芒万丈，背后的寂寞却仿佛无从化解。于是，他小心翼翼地将自己的内心打开一道缝隙，渴望有一丝微光照亮他不为人知的内心，也从这道缝隙中窥探自己以外的世界。“隔路”背后，是高亭宇“自治”和与世界相处的哲学。

