



在“人生中最重要的一场比赛”——北京冬奥会上获得单板滑雪男子大跳台金牌和坡面障碍技巧银牌后，苏翊鸣给自己放了一个长假，他去了不少地方旅行、尝试冲浪等新运动，用这段时间沉淀下来，放松了因高强度的备战而紧张的身体和内心。

2023-2024赛季，这名中国单板明星强势再出发，在高手云集的国际雪联世界杯赛场已斩获一金一银，在刚刚落幕的“十四冬”比赛中，也收获了两枚金牌。

在“十四冬”赛场上迎来20岁生日的他，现在剑指2026年米兰冬奥会。苏翊鸣说：“我的目标一直没有变过，就是冬奥会金牌，一直是想让我们中国的国旗高高升起，一直是发自内心地想要为国争光。”

但他也坦言，米兰冬奥会的备战会比北京周期更艰难，他会尽力地从竞技训练、身体状态，以及心态上去准备好自己。

“在北京冬奥会，我是以一个新人的方式加入其中。现在，不仅是我的身体，我的心态，包括很多外界的原因，会让我的下一届冬奥会备战变得更难。”

苏翊鸣没有避讳谈及目前正经受的更大压力。在全国冬运会赛场的两场胜利后，他经历激烈心理活动后的“释放”场景也给观众们留下深刻印象。大跳台比赛后，他紧紧与家人相拥，眼里闪出泪光；在坡障比赛后，他激动地将雪板掷向天空、振臂欢呼。

冬奥冠军的光环、赛前突遇伤势的困扰、突变天气的挑战，让作为苏翊鸣20岁揭幕之战的“十四冬”，变得“比北京冬奥会还要沉重一些”。压力，可能是早早成名、站在聚光灯下的他在接下来很长一段职业生涯中都必须常伴的状态。

对于赛场和训练场上的自己，苏翊鸣用了三个短句来形容他的个性：一个完美主义的人、一个渴望胜利的人、一个深思熟虑的人。但对于这些个性的每一面，他也在不断调试、打磨。

“在训练中我是一个完美主义的人，想把每一个动作都做到最好。”苏翊鸣说。但他也表示，大量的实战经验使他明白一个道理——有时追求完美的心必须和现实达成妥协。恰如他在“十四冬”比赛时因天气原因必须要降低动作难度，哪怕最终以自己不太喜欢的方式完赛。

需要“在短时间内改变自己想法”的情形，定然令其纠结过，但这就是竞技比赛中的现实主义，他坦言自己需要学会适应——“我是一个对于成绩非常渴望的人，在比赛中我是非常想去拿金牌的……我不惜一切努力，付出自己的全部去获得金牌”。

在北京冬奥会成功后，更加渴望金牌的内驱力，确实会让他去想“更多的东西”，但他说，当站在出发台上时，必须要忘了这些：“脑海里剩下的只有怎么去把每一个动作做好。”

单板滑雪公园类项目在大众视野中属于极限运动，不少参与其中的运动员表示，在上难度时，总会有一些打破常规、冒险的成分。但反差的是，苏翊鸣坚称：“我是不太爱冒险的，所有尝试的新动作，所有做出的新选择都会经过深思熟虑。”

这也符合苏翊鸣在北京冬奥会后在人们心中建立起的印象，当他背手站在场边时，显得少年老成，冷静而有范儿；在爆发出激烈的情感时，则散发出远超年龄的气场力量。

“我的心态上肯定是比那个时候（北京冬奥会时）成熟了。”苏翊鸣说。

除了做好自己，在越来越呈现“成名要趁早”特征的国际单板界，苏翊鸣正受到比他更年轻选手的挑战，这位曾经的“超新星”现已位置转换，成为对手们挑战的目标。

“在北京冬奥会，我可能扮演的是他们的角色，当时我是以一个飞快的速度去进步的。但是现在我看到了这些青少年的努力，我也想要能够让自己的技术一直保持在世界最高水平，这是要付出很大努力的。”苏翊鸣说。

此外，单板大跳台和坡障项目的整体动作难度水准也在提升，苏翊鸣表示，之前1440°转体可能是金牌动作，但现在只是热身动作，而且每5年到10年难度又会发展到完全不同的水准。

“但我觉得，滑雪不仅仅是一个追求难度的运动，在提高难度的同时，还需要加入自己对滑雪风格的理解，展现出独特的风格。”苏翊

苏翊鸣：正视光环 剑指米兰

苏翊鸣在比赛中。

鸣表示，在米兰冬奥会上，大家有望看到他为自己的动作加入更多灵感。

在北京冬奥会后的“放空”期，苏翊鸣没有放下对单板灵感的探索。“我去了很多地方，接触了很多人和事，对人生有了更多理解。这些在单板滑雪上也都是相通的，可能好多动作，包括一些道理，也是从这种经历中来获得的。”他说。

回到训练场上的苏翊鸣，更是无时无刻不在钻研新的技巧与风格。他介绍道，自己和世界上很多优秀的选手在一起练习，包括他在内，他们都是发自内心地热爱单板、停不下思考单板滑雪的一群人。

“我们会早上第一个上山，一直滑到晚上太阳都落山了，雪场关门了我们才会下来。”苏翊鸣说。

走出赛场和训练场，成名带来的影响力，也需要苏翊鸣去处理好生活中的方方面面。譬如，最近有剧组炒作他将出演电视剧，但苏翊鸣表示，这其实只是在他的训练场地拍摄而已，他本人并未参与演出。当下，他的主要任务还是放在备战米兰冬奥会上。

但他也表示，自己的人生路还有很长，他乐于探索职业生涯和人生的所有可能性。“一切在我身上都有可能发生。”苏翊鸣说，“只是，现在我需要专注于最重要的任务”。

“我希望可以脚踏实地地对待好每一天的训练，也对待好我的大学生活，还有和家里人在一起的时光。我希望能够做一个特别幸福的人，能够享受这一路的过程，去完成目标。”

苏翊鸣对“粉丝”们的厚爱表达了感谢。尤其让他看重的，是他对于青少年参与冰雪运动的榜样作用。

“作为一名单板滑手，一名运动员，我不仅要在比赛中取得更好的成绩，我身上还有一个特别重要的任务就是去推广滑雪运动，让更多人了解、接受这项运动。”

苏翊鸣谈到，他已在2023年启动了个人专项公益基金——翊基金，促进青少年体育教育发展。“我是从看我的榜样如何成为冠军中成长起来的，我知道榜样的作用有多大”。

据新华社

分类广告

订版电话：8888315

13953667072

酒水 / 礼品回收

商务 / 房产 / 婚介 / 招聘

高收名酒老酒礼品19153373998

出售新华中学附近学区房127

提示:请交易双方妥善查验对方相关有效手续及证件,本刊信息不作为承担法律责任的依据。

平方米,电话:18369691165