

四年磨“一”剑 拿金牌“说到做到”

龙江小伙高亭宇粉碎中国代表团 42 年“旗手魔咒”

本报特派记者 张堃雷 王坤 北京报道

四年前，领奖台上高亭宇在身前竖起三根手指，“(因为得了)铜牌嘛，我也想比个‘一’”。四年后，他用力拍打三下冠军领奖台，向天高举一根手指！12日下午他做到了！北京冬奥会速度滑冰男子500米冠军！

34秒32，对于这个成绩，高亭宇似乎并不满意。

“这都已经慢不老少了，就这冰场，不破纪录咋好意思拿冠军啊？”这位24岁的伊春小伙说。把铜牌变成金牌，做到的运动员不少，但保持跟四年前一样纯真的人，真的不多，高亭宇做到了。高亭宇完成了中国男子速滑选手冬奥金牌“零”的突破”。说到感受，高亭宇只说了四个字：“说到做到。”



比赛中的高亭宇“一骑绝尘”。
本报特派记者 韩伟摄

师姐张虹“要抢”高亭宇的“金墩墩”



赛后，张虹晒出与师弟的合影。

“高亭宇，把你的‘金墩墩’给我看看。”混合采访区内，高亭宇的师姐张虹对着师弟开着玩笑，而高亭宇同样微笑回应，只是默默地把属于自己的“金墩墩”藏在了身后。

“因为4年前我就跟刘指导说过：‘您不用太辛苦，为了陪我，您自己的家庭都没照顾。’所以我非常感谢他。”

教练的关心让他坚持了四年

在新闻发布会上，面对来自家乡媒体哈尔滨日报记者有关“你的教练说，这4年来你一直在死磕你和最顶尖选手的0.2秒”的提问，高亭宇收起了段子手的锋芒，他说，备战北京冬奥会的4年里，你和教练每一天都只想一件事——通过细抠每一个细节，如何提高这0.2秒。这中间，他们产生过怀疑，但最终，师徒俩决定放大优势，利用高亭宇起跑快的特点，让他能更快、再快一些。“我想，每个人都有低谷。要是没有我教练，我平昌之后肯定就退役了。是我的教练一直支持鼓励我，他特别相信我，一直不放弃我。”

师姐陪着师弟“抢金夺铜”

跟这届比赛一样，4年前的平昌冬奥会，张虹也是在看台上看着师弟夺得铜牌的。“高亭宇，你不该给我个拥抱吗？”平昌摘铜，张虹保持着姐弟俩一贯轻松的相处方式。“姐啊，我都想亲你一口！”当时的高亭宇给出了这样的答案。而如今，面对师姐的玩笑，高亭宇的反应更加真实、大胆。

从平昌到北京，变化的是高亭宇胸前奖牌的颜色，不变的却是他一贯的率真和幽默。然而，表面上段子手风采依旧的他，实际上更加成熟，也更加感恩。高亭宇说，如果没有教练刘广彬的悉心调教，平昌冬奥会结束后，他或许已经

学会和自己相处，学会在低谷中反弹，除了张口即来的段子，请别忘了，这才是高亭宇不可战胜的关键……

高亭宇“说”

——战术不能说，心态调整得很不错。跟4年前相比有很大不同，是那种“紧张和兴奋兼具”。这个状态对大赛来说非常好。

——如果你喜欢，你就一定会投身对这个项目的推广中，通过你的努力带动更多人。但如果你不喜欢，你怎么也不会起到同样的效果。

——性格是挺慢，主要还是懒。但是这个速度感我特别喜欢，风声呼呼的，就喜欢这个刺激。

——大过年的，大家都辛苦了，回去请你们吃饭。

——就这冰场，不破纪录咋好意思拿冠军啊？



高亭宇在冠军领奖台前比出“1”的手势。 新华社发

四年前比“3” 四年后在家门口就是死磕

“来到自己家门口了，就死磕吧！”获胜后的高亭宇难掩兴奋，几分钟前躺在场边防护垫上的人仿佛不是他。“昨天腿就拉伤了，真的太累了。”以前的比赛，高亭宇从不会找借口，即便因失误而名落孙山。然而这一次在取得冠军后，他却意外地“服软”了。

此时没有人会注意，兴奋的高亭宇其实脸色并不好。

时间倒回4年前，在韩国江陵速滑馆，高亭宇在领奖台上高举“3”的手势。“我真想比1啊，可是情况不允许。”很多人把他的当玩笑，只有高亭宇深知，要想在家门口比个“1”的手势，他需要付出什么样的努力。如他所说，高亭宇说到做到。

从4年前的2月19日，到今天2022年2月12日，1454天，备战冬奥，普通人用天计算，高亭宇却分秒必争。4年前，他最大的爱好是睡觉，每天至少12小时；而现在，为了自己的最高理想，他一改4年前的

慵懒，将睡眠时间缩短到8-9小时，把更多的精力放在与师父刘广彬一起打磨技术细节上。

“到咱家门口了，不服就真刀真枪干，谁怕谁啊！”来到家门口比赛，慢性子、软萌的高亭宇展现出了前所未有的霸气。他知道，中国人等待这枚男子速滑项目的金牌等了42年。而他，希望成为这个打破历史的人，即便他的身体并不在最佳状态。

排除一切干扰 他提前一周卸掉了微信

“昨天晚上我都没睡，压力太大了。”对于爱睡觉的高亭宇来说，这简直就是“灭顶之灾”，然而这却不是最要紧的。比赛前一天，高亭宇在训练中跟关节和大腿拉伤。赛前受伤，对于运动员来说绝对是天大的事。但毕竟经历过大风大浪，一切在高亭宇眼中，已然云淡风轻。

4年前的平昌冬奥会，高亭宇罕见地在赛前训练中摔倒。“当时都不想比了，你觉得对我的影响有多大？”加上同组的日本选手抢跑，严重影响了高亭宇的心态，让他最后拿到铜牌。虽然也打破了历史，高亭宇却心有不甘。一切只能等4年后卷土重来。

4年后面对更大的磨难，高亭宇选择了坦然接受，他把一切难受和不适都放在了赛后。观众只看到了大屏幕上鲜艳的OR(奥运会纪录)字样，却没有看到他在热身道一圈一圈滑行，最后躺在防护垫上的细节。

难受和不适体现在身体上，更是心理反应的折射。大赛前，高亭宇有提前卸掉微信的习惯。4年前的平昌如此，今年的北京亦如此。“你没看你们都找不到我了吗？我把微信都卸载一个星期了。”平心静气地排除一切干扰，高亭宇终于以打破奥运纪录的成绩完成了自己的比赛。此时的他还不知道，自己能不能笑到最后。

打破“旗手魔咒” 倔强的他就是不信邪

赛前，有关“旗手魔咒”的传言不胫而走。自中国代表团参加奥运会42年来，还没有一位开幕式旗手能在当届比赛中获得冠军。“一直有人跟我说这个，我就一句话，我今天就是要来打破魔咒的。”

全部15组比赛，高亭宇第7组出发。“我破了纪录，压力我都甩给他们了。要是不破纪录，在这个冰场上你好意思说你自己是奥运冠军吗？”最终在强大的压力下，对手们的滑行一个接一个结束，高亭宇始终是第一，直到完赛。这时，一向冷静的高亭宇才露出了笑容，拥抱教练刘广彬和团

队成员。42年的“魔咒”被这个伊春小伙一朝打破。其实魔咒从来不存在，只是前人被人心魔困扰，而高亭宇做到了不信邪。

回望整场比赛，高亭宇一直在总结问题——前100米比平时慢了0.1秒，整个成绩虽然破了奥运纪录，却比训练中慢了不少。话语中，体现出了一个成熟运动员的“担当”。而4年前在采访时，高亭宇的脑子里满是“吃不好，睡不好”的小细节。

4年时间，两届冬奥，足以改变一个运动员。



2月12日，中国选手王诗玥(左)/柳鑫宇在比赛中。 新华社发

王诗玥/柳鑫宇滑出中国冰舞新高度

韵律舞获73.41分，成功晋级将在14日举行的自由舞

本报特派记者 王坤 张堃雷 北京报道

北京冬奥会2月12日迎来了花样滑冰冰舞韵律舞比赛。中国选手王诗玥/柳鑫宇在第三组出场，出场顺序为第11位。最终，他们如愿实现了目标，真正突破了自己，热情奔放的“甜辣”表演和默契的配合，让首体连“空气都变成自由的”。两人得分73.41，成功晋级自由舞。这是中国队第一次在冬奥会冰舞

项目中进入自由舞角逐，自由舞将在2月14日举行。

比赛中，被网友称为“马达引擎”的中国选手王诗玥和柳鑫宇演绎了混编自“猫王”埃尔维斯·普雷斯利的《麻烦》与《蓝色羊皮靴》两首曲目的韵律舞。上一届平昌冬奥会，王诗玥/柳鑫宇在韵律舞中得到57.81分，排在第22位，无缘自由舞。可以看出，经过4年的努力，两人的水平提升明显，已经实现了“升

级归来”。在此前花样滑冰团体冰舞韵律舞比赛中，两人已经获得了74.66分的赛季最佳成绩。而在个人韵律舞比赛中，两人凭借默契的表演，保持了此前团体赛上的好状态。

两人表示，这次的目标就是“突破自己”。“其实我们很早就树立了目标，没有运动员不想拿好成绩。我们首先是做好自己，也希望通过努力和大家的帮助，把中国冰舞带到新的高度。”



缅怀先烈 传承精神

纪念赵尚志将军殉国80周年活动举行

本报讯(魏丽君 记者 杜菲菲)

2月12日，是著名抗日民族英雄赵尚志将军殉国80周年纪念日，市退役军人事务局、香坊区政府、哈尔滨烈士陵园管护中心等部门联合在尚志公园举行纪念活动，共同缅怀先烈功绩，传承革命精神。

一场降雪过后，尚志公园更显庄严肃穆。赵尚志将军塑像基座上书写的“抗日民族英雄赵尚志”等镏金大字在阳光的照耀下，更加熠熠生辉。

10时，纪念活动开始。赵尚志将军后代、党员干部、烈士后代、志愿者、大学生等各界人士代表缓步走向赵尚志将军塑像，敬献鲜花、默

哀致思。

“跃马东土计鸿猷，赴汤蹈火关山难收，辗转苦战十余秋，踏遍三江气贯斗牛……”活动中，东北抗日联军英雄后代艺术团演唱《悼赵尚志将军》，深切表达对英雄烈士的敬仰之情和深深怀念。

“每当开车经过尚志大街、尚志公园，我都会想起赵尚志将军，也常常和载客的游客、市民讲述他的英雄事迹。”参与活动的志愿者赵洪利是哈尔滨飞达实业雷锋车队的一名驾驶员。他说：“赵尚志将军与青山同在，与大地永存，成为我们心中不朽的丰碑，我们会永远铭记他。”



社会各界人士代表向赵尚志将军塑像敬献鲜花。本报记者 刘洋摄

“云”上相约“闹”元宵

2022 哈尔滨市“我们的节日·元宵”特别节目近日播出

本报讯(记者 阴祖峰)元宵佳节喜相逢，大美冰城人欢笑。由中共哈尔滨市委宣传部、哈尔滨市文明办主办，哈尔滨广播电视台承办的“云”上相约“闹”元宵——2022 哈尔滨市“我们的节日·元宵”特别节目将于2月14日14:00在哈尔滨广播电视台生活频道《幸福时光》栏目首播。

在舞蹈《共和国走向未来》的优美旋律中，演出拉开序幕。“这里的冰雪色彩斑斓，这里的冬天温暖缠绵，魅力冰城邀你尽情狂欢……”歌曲《让全世界看见》《雪花的邂逅》诠释了哈尔滨的独特风情。哈尔滨芭蕾舞团演绎的芭蕾舞《为你插上翅膀》，展示了“音乐之城”的迷人魅力。快板书《筷子的蕴意》，用诙谐幽默的形式介绍了“筷子”所富含的深厚文化底蕴。“我爱您金色的阳光普照，我们千秋万代前进向前进！”戏剧《中国你好》抒发了冰城儿女的豪情满怀。最后，演出在诗朗诵《强国有我》铿锵有力的誓词中落下帷幕。

《“云”上相约“闹”元宵——2022 哈尔滨市“我们的节日·元宵”特别节目》还将于2月15日10:10及14:00在哈尔滨广播电视台生活频道重播。