

“我经常在梦里见到大海。阳光里，深蓝的大海上跃动着彩色的帆……”近日，三亚学院外国语学院学生霍宇欣接受记者采访时说。

对于儿时的霍宇欣而言，大海是最美的憧憬。她想像鱼儿一样在水里畅游，也想做一名勇敢的水手，在海上乘风破浪。怀揣对大海的热爱，霍宇欣在高考填报志愿时毫不犹豫选择了美丽的滨海城市三亚，她想在大海边开始自己的大学生活。

近4年的大学时光中，原本是“旱鸭子”的霍宇欣学会了海上冲浪、潜水，获得帆板比赛冠军……这位23岁大学生不断在海上演绎着“速度与激情”。

三亚90后大学生霍宇欣从『旱鸭子』到帆板冠军

文/海南日报记者 徐慧玲



霍宇欣(右一)参加帆板比赛

想做一条游在海里的鱼

站在一块尖头平尾、长约2.8米—3.9米、宽约60厘米的帆板上，霍宇欣两手操纵一面插在板中央的三角帆，拉帆、上板、以风为动力，在水面上滑行……这段视频是霍宇欣进行帆板运动时，队友为她录制的。

“我喜欢在海里的感觉，水能把陆地的一切声音阻隔。踏上帆板在海里滑行，耳边传来帆板行在海面的唰唰声，我可以迎着海风尽情领略追波逐浪的快乐。”采访中，霍宇欣毫不掩饰自己对海上运动的喜爱，“如果我是一条鱼就好了，每天都能泡在水里。”

常年运动的霍宇欣拥有健康的小麦肤色，身上散发着洒脱的气质。大一时，霍宇欣在体育课上第一次学游泳，“刚开始学习时，只能在水里瞎扑腾。学习过程中，不知道被呛了多少次。”

如今，霍宇欣回想起自己刚学游泳时的囧态，忍不住笑了起来，“后来，只要一得空，我就泡在学校的游泳池中，从最简单的吸气与呼气转换学起。”在同学眼中，那时的霍宇欣学游泳就跟着了魔似的。正是这股坚持不懈的劲儿，一个学期后，霍宇欣学会了蛙泳、仰泳和自由泳。

学会游泳后，霍宇欣更“不安分”了。大一暑假，霍宇欣在三亚一家户外探险公司兼职做冲浪外教助理，“工作之余，还能‘偷学’冲浪。”

7月的鹿城，骄阳似火。霍宇欣经常抱着冲浪板跟着意大利教练Nik到海里学习冲浪。一开始，她要趴在冲浪板上，靠双手划水到等浪区。在等浪的间隙，霍宇欣喜欢趴在冲浪板上眺望远处的海面，身体随着帆板摆动感受波浪的运动轨迹，好似大海知道她要去的方向。回忆起第一次

借助冲浪板“飞在水上”，“那种兴奋和恐惧交叠在一起的感觉，我至今仍记忆犹新！”霍宇欣难掩激动地告诉记者说。

“大海有种独特的魅力，让人念念不忘。”回到学校后，霍宇欣加入了三亚学院的帆板校队，从最基础的拉帆、上板等动作开始练习。

“帆板运动真的太酷了，拉帆起航后就是一个人的战斗，要应对不可预测的风力，要思考如何寻找最佳航线。”霍宇欣说。

冲浪、帆板等海上运动让霍宇欣沉迷，那不仅是一项运动，还是一种和大自然交流共舞的方式。

“挺住”意味着一切

大海有大海的规则，它有时会给人惊喜，有时也会叫人吃尽苦头。踩在帆板上踏浪前行，看上去很“酷”，但是背后要付出的努力和代价也是常人难以想象的。

参加帆板运动，就必须长年经受风吹雨打。遇上大浪时，板体波动很大，似乎随时都有可能被浩瀚的大海吞没。在一道又一道大浪袭来时，帆板运动员必须牢牢地拉住帆杆，哪怕双手已经被磨得通红，也丝毫不敢松手。“那个时候，人才会感觉自己在大海面前是多么渺小。挺住意味着一切。”说这话时，霍宇欣向记者摊开双手。23岁的她，双手已经布满运动后留下

的老茧。

在练习帆板时，霍宇欣曾遭遇过一次生死考验。2016年，她和队友在三亚海边练习帆板，期间误入水流湍急的区域，一道道大浪将她和帆板拍翻，没有了帆板的浮力支撑，她只能在大浪中不停地挣扎。在大浪中，她不知道在海里游了多久。后来在教练和队友的帮助下，她安全地游回岸边。“那次经历我将铭记一生。”霍宇欣说。

去年暑假，霍宇欣跟着三亚学院帆板校队队友到全国多地参加帆板比赛。在苏州站训练时，在高温下暴晒，她的皮肤出现了严重过敏，“身上又痛又痒，脸肿得像猪头一样！”

到了沈阳后，霍宇欣的病情稍有好转，“一次难得的大风天，我按捺不住内心的激动，扛着帆板就下水了。没想到，上岸后皮肤红肿程度愈加严重。”此时，离2017全国帆板俱乐部联赛哈尔滨站比赛不到10天，霍宇欣着急得整夜失眠。三亚学院帆板校队教练王梁带着霍宇欣寻医问药，在教练和队友们的安慰和鼓励下，她的情绪慢慢平复下来。

为了避开白天阳光的暴晒，霍宇欣只能在傍晚和晚上扛着帆板在水上反复训练。“手掌不知道磨出了多少个血泡。但我感觉痛并快乐着。”霍宇欣说。

在哈尔滨比赛时，突如其来的大风让不少参赛选

手都慌了神，开始更换较小的帆型比赛。霍宇欣则十分享受比赛的过程，“虽然在帆板上只有我一个人在战斗，但是背后有整个团队在支持。”

在2017全国帆板俱乐部联赛哈尔滨站的比赛中，霍宇欣获得场地公开赛女子组第一名，这是她获得的第一个帆板比赛冠军。

“大海让我邂逅不一样的人生”

海上运动，让霍宇欣领略到不一样的人生体验，收获了许多人生财富。

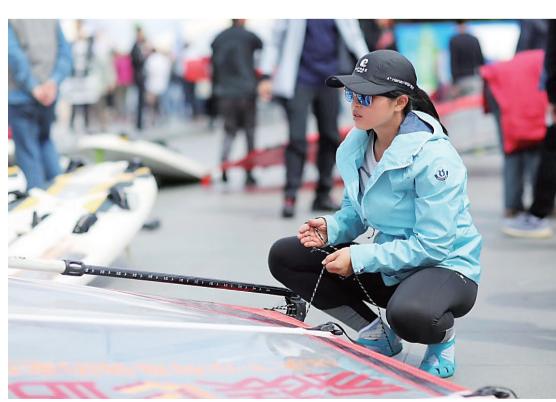
“每年寒暑假，学校帆板队的队友们大都不回家，到海边日复一日地进行帆板训练。”霍宇欣说，队友们相互鼓励。王梁老师就像“保姆”一样，不仅为他们在赛前分析对手实力，制定针对性战术，赛后还会为他们总结经验和烹饪各种美食，“这让我有了家的感觉。”

学习帆板、冲浪还让霍宇欣认识了很多海上运动的同道中人，“和拥有相同爱好的人们一起漂在一望无际的海上，你会认识很多新的朋友，感受到很多不同的人生……”

Nik时常会跟霍宇欣分享他在海上航行的趣闻，“在海上，最奢侈的事就是洗澡，船上海水淡化不够维持饮用，洗澡就得靠雨水了。平时吃南瓜、土豆、胡萝卜等易储存的食物，烹饪方法基本靠煮，食材洗净了就往锅里丢。色香味如何？几乎没有！”

尽管海上运动存在一定危险性，但是霍宇欣表示，自己不会因为潜在的风险而放弃学习。她曾给自己列了一长串海上运动的学习清单：冲浪、帆板、帆船、潜水、风筝冲浪……在她的努力下，这些目标正在一个个逐步实现。

“感谢大海，让我邂逅了不一样的人生。”霍宇欣如是说。■



霍宇欣进行赛前准备。