



60多岁的徐爸爸也一起参加单板滑雪

徐伟 风火轮负责人

溯溪、徒步、滑雪、蹦床、风洞、水下摄影，种类如此繁多的极限运动，徐伟都在玩。他对这个世界充满了无限好奇，而不同的极限运动是一个8小时之外的生活入口，带领他到达五彩生活的彼岸。

城市生活太单一，走出你的舒适社交圈，结识不同领域的新朋友，寻找一些特别的生活方式，也打开了一扇望向世界的窗口。

未知的世界在招手

【文/冷梅】

8小时之外的生活入口

徐伟玩得最多的是轮滑和自由潜水。为何会不断去尝试各种极限运动？徐伟觉得，玩不同的运动，结交的是不同的朋友，而这些运动社交圈对他来说，是一笔财富。“像是去山里玩速降，结识的是一群老外，他们的生活方式和理念，常常能够触动我。去自由潜水，认识的是全国各地的朋友，城市生活太单一，走出你的舒适社交圈，结识不同领域的新朋友，寻找一些特别的生活方式，也打开了一扇望向世界的窗口。”

可以说，极限运动已经内化成了徐伟的一种生活方式。从对这些运动的喜好程度来说，徐伟最喜欢的是轮滑和自由潜水。轮滑，城市里轮滑叫做刷街，在山上玩则叫做速降，更像是一种“贴地飞行”，当你毫无拘束地驰骋在路上，你的心是自由的。徐伟滑行的是4*110的大轮子。不论用它刷街，还是速降，可以感受风驰电掣的飞速。滑得好坏，完全视个人技术。当你不依靠外来机械的动力，就能加速前行，这种快感和操纵感让人拥有无限满足。

自由潜水，让他感觉是在水下飞行。“自由潜水有一些基本的要求，比如憋气的时间长短，下潜的深度等都是综合性的训练。”在静态（静止不动）的状态下，徐伟自由潜水的憋气时间是6分钟。他能够下潜的最大深度是水下40米。“这时候，在水下已经能感受很大的压力了。需要一口气游下去40米，再游上来40米，往返就是80米。越往下压力感越大。大部分的人，在游泳池里下潜，已经感到耳朵痛了。这其实是有技巧的。学过下潜技巧之后，大部分人下潜个十几二十米没什么问题。”在自由潜水界，徐伟是国内最早玩的一批人。下潜到40米的深度，也是国内最早的一批纪录保持者。最近国内刚刚刷出一个下潜的最大深度近百米。

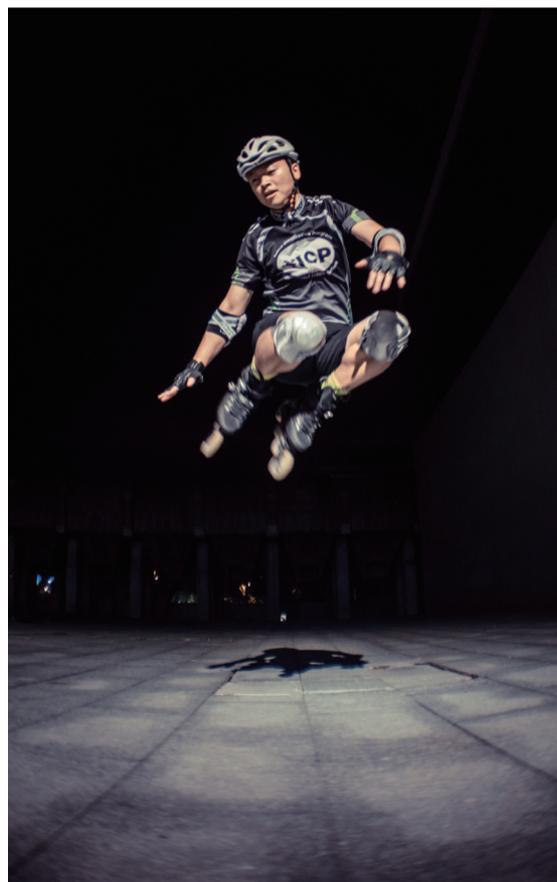
潜入海底的惊喜

徐伟说，他玩自由潜水，并不是为了追求最好的成绩，拿个什么世界纪录，主要是为了享受下潜的过程。当年，学习自由潜水，有一个契机。那时候，他和太太去马尔代夫度假，他们去的小岛珊瑚特别漂亮，游出去十几米后，突然有一个海下断崖。当时，他看到水下5米处有个深洞，洞里藏着一条鲨鱼。徐伟对深海太好奇了，可是那时候没学过潜水，只能“望洋兴叹”。我特别喜欢去观察水下的生物，它们和大自然交流的方式非常有趣。潜在水下，我就能感受到自己融入到了大自然中。”

“当你足够了解自己，也就了解了个人能力的深浅，这个过程也让你对自己的了解更多一点。”

越是了解自己，对风险的掌控也越到位。事前的准备功课要足够充分，防止意外发生。“自由潜水，曾被视为世界上极限运动里排名第二的危险项目（排名第一的是翼装飞行）。在水下，随时都有可能遭遇不测。所以自由潜水有着很高的规范，两个人下潜，需要相互照应，互相看管。”在徐伟的潜水经历里，他见过几起溺水事故，因此风险意识也更强。“你见识过风险，见过生命之无常，也会更加敬畏自然。”有一次，去溯溪，有一个刚玩自由潜水的伙伴，在一个能见度很低的水潭里，决定挑战自己的极限。当时他没有穿脚蹼，也没有通知他的同伴自己要挑战极限，因此溺水。所幸运气好的是，被大家及时发现，救了上来。

极限运动教会徐伟一定要尊重规范，需要做必要的保护和准备。时间久了，他也有了更多感悟。“我们所生活的世界，永远不可能百分百安全，适当地去接受一些挑战，对突破自己、提升心理素质都是有帮助的。百分之百安全，这种太安逸的状态，也会让人变得有惰性。挑战往往可以给自己更大的上升空间。”



生活周刊 × 徐伟

Q: 在国内，你们一般都在哪里玩自由潜水，水况不了解时会不会很危险？

A: 国内能玩的地方，比如苏州有个海洋馆，水深16米，向潜水爱好者开放。我们会到温州一些地方溯溪，有些水潭18米深，有些10米深，有些水潭水非常清澈，特别美，你会为大自然所惊叹。通常会做好足够的准备，再去潜水。之前还要去探测地形地貌，提前勘测水潭的状况。

Q: 自由潜水对你生活有什么影响吗？

A: 当你从水底往上游的过程，要对抗自己想要呼吸的本能，同时需要让自己保持冷静，这样心跳才会减慢，水下憋气的时间才会更长。很多时候，都是因为紧张和慌乱才会出问题。生活中，我们常常会遇到各种各样的问题，当你有了面对极限挑战的心态，遇到任何事情，都会有一种不服输的精神，面对困难你才会更有韧性，逆商更高。