

经历了北京冬奥会双人滑夺金的余晖，进入米兰周期，中国花样滑冰走进了低谷期。

哈尔滨亚冬会赛场，中国花滑难求一金，对于站上赛场的中国选手而言，战胜自己，比出更好的状态，就是当下最为现实的任务。

作为中国女子单人滑项目的一员，朱易也走在这条挑战自我的路上。北京冬奥会的表现不佳以及随之而来的网暴攻击，曾让这位年轻人一度迷茫。

但历经打击，她终究没有停下自己的脚步。在当下的她心中，仍有继续滑下去的动力，仍然想要“去面对更多挑战”。



打击和网暴“杀”不死她

冰上的朱易还想变得更强大

1 从备受期待，到跌落谷底

对于朱易而言，2022年的北京冬奥会，可谓是天堂与地狱的分水岭。

在那之前，一度被誉为花滑“天才少女”的她曾经备受人们期待——2018年，她摘得全美花滑锦标赛青少年组的女单冠军，并在同一年决定代表中国队出战。

出生在美国加利福尼亚州的朱易，在7岁半那年初次踏入滑冰场，并很快爱上了这项运动。全美锦标赛青年组女单比赛中，她领先第二名35.01分的表现令人眼前一亮。

而彼时，中国花滑女单项目正在苦苦寻找下一位能够挑起大梁的希望之星。2018年平昌冬奥会，中国选手李香凝以第22名的成绩完赛，而进入北京冬奥周期，中国花滑女单甚至陷入了无人可用的境地。

在这样的背景下，年轻的朱易身上被寄予了许多期待，然而在伤病的影响下，她并未能够达到人们的预期。

早在2018年7月，她就遭遇了意外受伤——落地时冰刀扎入脚面，治疗时医生又不慎将纺织物留

在了伤口处，导致伤后每次训练朱易的右脚都会渗出体液，直到4个月后才发现问题所在。

但在2018年年底，朱易还是坚持参加了全国花样滑冰锦标赛并收获女子单人滑第4名，随后才进一步进行了手术治疗，用她自己的话来说，这是一次差点让她放弃滑冰的重伤。

而来到北京冬奥会，更多意料之外的打击落到了这位年轻人身上。

在获得唯一的冬奥会花滑女单

资格后，就有声音质疑其是通过“走后门”拿到资格，甚至出现了不少谣言与诋毁。

而来到赛场，过大的压力，让她在女单短节目与团体赛短节目中均出现失误，外界更多的攻击甚至嘲讽接踵而来。

而在2022年的10月，朱易又遭遇了新的伤病。受脚踝滑膜炎的困扰，她滑冰时必须穿在薄袜外套上一层保护脚踝的脚垫，然后再套上一层薄袜，才能减轻疼痛影响。

2 网络暴力中，她继续向前

年轻人往往容易被外界的嘈杂所影响，对于身处中国花滑国家队的朱易而言，压力更是可以想见。

“当时网友说我有特权，选拔赛有内幕，我顶替了其他人等等，这些谣言到处传播，他们骂我全家，希望我摔断腿，让我滚回美国。这种话淹没了我的（社交媒体）主页……”事后回忆，当时的各种说法仍旧能清晰地出现在朱易的脑海。

在去年一场以网络暴力为主题的公开演讲中，朱易坦诚流露了自

己内心的感受，“我很愤怒，很无助，我怎么都没想到我的奥运会比赛前会出现这样一个情况，我得到的不是加油，而是谩骂、攻击和看笑话”。

“所以我告诉自己，我一定要做到最后，我要证明给他们看，可惜的是比赛出现了失误，这下好了，这就成为我顶替别人的证据。”

洋垃圾……这是网络暴力浪潮中被加诸朱易头上的绰号，但面对这些攻击，朱易的选择并不是逃离。

“人们好像不能接受不完美，不能有瑕疵，更不能有失败。这个世界应该充满爱的力量，这是非常大，大到能让人重生的力量。”

对于那些言语过激的攻击者，朱易没有退步。就在今年1月份，朱易经纪公司众辉体育就发表声明，表示从北京冬奥会选拔赛结果公布起至今，朱易在多个平台受到不公正的甚至是极端网暴，违法行为人李某因此被行拘十日。

而朱易自己，也继续留在了深

爱的冰场，继续寻找更好的自己。

来到哈尔滨亚冬会的赛场，朱易在女单单人滑项目出战。短节目比赛中，在所有选手中第一个登场的朱易以稳定的发挥获得62.90分，创造了自己职业生涯短节目的最高得分。加上自由滑得到的105.96分，最终朱易以168.86分的总成绩收获第5名，另一位中国选手安香怡位列第6名。

3 经历打击，她从来没有后悔



当下，中国花滑整体都处于新老交替的阵痛期，女单项目同样也需要更多的积累。

在这样一个周期里，朱易和身边的众多中国队选手都在一起努力。经历了北京冬奥会的打击之后，她仍没有放弃继续前行的决心。

结束北京冬奥会比赛后，朱易

就表示自己不会后悔代表中国队出战，“在最苦最难的时候，支撑着我们的就是要代表中国参加奥运会的这种信念，队友也给了我很大的支持和鼓励，让我重新找回自己。能够站到这里，我非常感恩”。

而如今在哈尔滨亚冬会，她又一次站上了2018年首次在国内参

加比赛的冰场，“感觉长大了。要是回头看，（2018年全锦赛）那会儿还是小孩子，现在已经经历了很多”。

如今的她，已经学会了更好地接受自己的紧张情绪，同时在教练的帮助下修正自己在动作、心态方面的种种问题，“这都是非常正常的大赛心态，虽然紧张，但只要把动作和步法一个一个完成就可以了”。

在朱易看来，虽然近期伤病也影响了自己的比赛，但她对未来仍然有许多期待，“我感觉（这个赛季）更肯定自己了，也给了我更多继续滑下去的动力，去面对更多挑战”。

“我的教练们（庞清、佟健）滑行时很霸气，虽然我的性格不是这样，但我希望他们可以向他们学习这一部分。”她在接受采访时坦言。

事实上，虽然一路走来遭受了

许多攻击，但朱易依然会把自己的目光放在那些正面的事情上，就像她在此前演讲中所说，“我想感谢所有在（比赛）现场，在网上给我鼓励的人，所有站在我身边的人，是他们给了我重新站起来的力量”。

“我想对大家说，不要害怕不完美，不要苛求自己和他人，让我们一起创造一个温暖友好的网络环境，这样才能激发更多的人勇敢地去尝试，去追求，去面对失败。”

如今22岁的朱易，在花滑赛场上已经不再是“小将”，在她身边也涌现出了许多更为年轻的新星，但她的追梦之路还将继续，渴望成为“冰上蝴蝶”的她，还会努力展现最美的身姿。

据澎湃新闻