



几年，“孤独感”经常出现在周冠宇的访谈中。

好在随着自身变得强大，水平不断被认可，周冠宇觉得这种“孤独感”慢慢消失了。

想要成为 F1 车手，就得取得“超级驾照”。“超级驾照”要求方程式赛车手必须在 3 个赛季内获得 40 个积分。对此周冠宇表示，夺冠是最好的刷分方法。2021 年，他成为亚洲 F3 锦标赛的年度总冠军，并在 F2 获得三个分站赛冠军，最终成绩是年度季军。那一年快结束时，国内外赛车圈的人意识到，有着 70 余年历史的 F1 赛事，即将出现第一位中国车手。

## F1 车手

F1，全称 Formula One，一级方程式赛车。放眼全球运动赛事，它是与世界杯、奥运会齐名的三大体育盛会之一。

在赛车界，有一种说法：F1 车手是比宇航员还稀有的职业。全球共有 10 支 F1 车队，每支车队配备 2 名正式车手，1 名预备车手。

在一些不太了解 F1 的人眼里，这项运动意味着“速度与激情”。这是一种朴素认知。实际上，顶级方程式比赛从来就不是车手的个人秀，它是对团队协作、车辆技术、临场决策等多方面的综合考验。

网飞拍摄的 F1 纪录片《疾速争胜》开头，圈子里的人把这份工作玩笑般地比作“巡演的马戏团”。每一年的比赛，场地横跨全球 5 个大陆、21 个国家，车队的机械师们快速地打包好复杂的行李，24 个小时之后再在世界的另一个地方拆包。

方程式赛车，不是每个普通人都能驾驭。坐进车里，会发现赛车不像家用车，没有车顶。当车启动后，一种韧带紧绷感扑面而来。无论是整个身体感受到的离心力，还是转弯时施加给脖子的压力都非常大。

周冠宇曾经科普过，当车手以 200 公里时速过弯时，承受的离心力相当于脖子上挂着 20 公斤的铁块。所以 F1 车手身材通常不高，常年的训练使得他们脖颈粗壮。

在时长约两小时的 F1 比赛中，车手的平均心率在 180 左右，而超车、防守、发车时甚至会达到 200。无论刹车还是方向盘，都比民用车要重很多。刹车第一下踩下去的阻力，相当于在健身房蹬起一块 100 公斤重的铁片。

用周冠宇自己的话说，如果是没有经过专业训练的普通人，

基本在过一号弯的时候就会眼前发黑，耳鸣，甚至直接失去意识。

顺利通过一号弯、二号弯之后，接下去是一场意志、智慧和决断力的漫长较量。在电影《中国车手周冠宇》中，据周冠宇本人回忆，2023 年卡塔尔多哈大奖赛，比赛时当地温度超过 40 度，车内温度预计达到 70 度，就像在蒸桑拿。跑到最后 20 圈时，气氛已经有些“恐怖”，没有任何新鲜空气能进到头盔或护目镜里，呼吸的全是发动机传来的热气，湿度也非常高。有几位车手在中途因为脱水而退赛。比赛一结束，周冠宇第一件事是迅速脱掉头盔，给自己浇了很多冷水降温。

虽然卡塔尔大奖赛在周冠宇眼里是他迄今“最严峻”的一