

一直活躍在體育外交舞台

# 楊揚：為世界體育發展貢獻中國力量

冰上女王

「不光是嫺熟地駕馭我的冰刀，賽場上面對對手集體作戰更要克服心理障礙、將被動轉主動，從而駕馭整個戰術，最終實現自我超越。」楊揚是中國冬季運動項目的傳奇，為中國奪得第一枚冬奧會金牌，其運動生涯共獲得過59個世界冠軍，是獲世界冠軍最多的中國運動員。落落大方、自信時尚，講一口流利的英語，退役後，楊揚一直活躍在國際體育組織和體育外交舞台，努力為世界體育發展貢獻中國力量。

大公報記者 孫志

圖：受訪者提供



▲2015年，楊揚（右）作為北京申辦2022年冬奧會陳述人。

## 發揮專業優勢 爭取中國話語權

體育外交承載着奧林匹克的價值和意義，也與國家利益緊密相關。楊揚深受前輩體育外交人影響，接過歷史的接力棒，在國際體育舞台發出中國聲音，講述中國體育的故事。

2010年，楊揚以89票贊成、5票反對的絕對優勢當選國際奧委會委員。楊揚之前在國際奧委會任職的中國面孔，都是內地體育領域的官員，比如：何振梁、呂聖榮、于再清，她則是首位中國運動員當選國際奧委會委員。事實上，這折射出中國體育外交不同時期的縮影，亦可視作楊揚的優勢。

2016年，楊揚參與國際滑聯理事的競選，以票數第一當選國際滑聯速滑第一理事，成為國際滑聯在125年以來的第一位女理事。楊揚向大公報表示，體育有其自身發展規律，專業性在高水平競技體育競爭中非常重要。「不光是為了中國的話語權，其實也是推動整個滑冰事業發展，為『滑冰大家庭』去發聲，去貢獻我們的專業力量。」

### 用具說服力理由推動改變

談及最初參與國際體育組織的願望，楊揚講述了1999年第一次在國際滑聯開會的經歷。彼時，她還是沒有投票權的運動員代表。有代表提出關於修改短道速滑500米起跑規則的提案，因為涉及中國優勢項目，楊揚一下子警覺起來，但後來「莫名其妙」就通過了。那是一個對中國來說並不「友好」的規則修改。

長期以來，中國沒有在國際體育組織中表現出足夠的話語權，對規則的改變經常只能被動接受。楊揚深有所感地說，規則一旦觸及到特別高水平的層面上，更多的時候是需要對專業有足夠理解，並能找到充足、且有說服力的理由去推動改變。

◀楊揚曾任北京冬奧組委運動員委員會主席。

## 探索體育促進社會發展

會。

「我個人在體育如何賦能推動社會的發展，是很感興趣的。」楊揚說，無論是老百姓的身體健康，還是青少年的茁壯成長，在強健體魄、意志品質、合作精神、遵守規則等等這些層面上的教育；無論是家庭用體育促進親子關係，社區用體育來形成紐帶，還是對弱勢群體的關注等，用體育去追求倡導公平的理念，體育會讓國家和人民更強大。她希望在體育推動社會發展方面做出探索和貢獻。



▲2007年，楊揚在清華園留影。

資料圖片



▲楊揚實現了中國在冬奧會上金牌「零的突破」。

資料圖片



▲楊揚在2002年鹽湖城冬奧會短道速滑女子500米決賽中，為中國奪得冬奧會首枚金牌。

資料圖片



▲楊揚擔任北京2022冬奧會開幕式火炬手。

楊揚

小檔案

● 出生日期：1975年8月24日

● 出生地點：黑龍江省佳木斯市湯原縣 ● 運動項目：短道速滑

### 主要獎項

2002年鹽湖城冬奧短道速滑女子500米冠軍，  
成為中國首位冬奧冠軍

2002年鹽湖城冬奧短道速滑女子1000米冠軍

2002年，在世界短道速滑錦標賽上，  
一舉奪得短道速滑500米、1000米、1500米及個人全能4枚金牌，  
並實現了個人全能項目上的6連冠

運動生涯共獲59個世界冠軍，  
是獲世界冠軍最多的中國運動員

### 主要任職

曾任國際奧委會委員、國際滑聯速滑  
第一理事、北京冬奧組委運動員委員會  
主席，現任世界反興奮劑機構副主席



►楊揚現任世界反興奮劑機構副主席。  
資料圖片

目前擔任世界反興奮劑機構副主席的楊揚告訴大公報記者，她這兩年一直在推動反興奮劑工作中對運動員隨行人員，如教練、領隊、父母等的教育、支持與管理，因為他們對運動員的影響最大，為運動員主動抵制興奮劑創造好環境，今年底會形成正式項目落地。

### 不會在精氣神方面認輸

有些人天生懷有使命感，身上的小宇宙總爆發一種躍躍欲試的內生動力。近距離接近楊揚，很難不被她身上的這種氣質所打動。她目光堅定、視野廣闊、厚積薄發，從起初不被看好到一次次顛覆外界對中國冬季項目的認知，從競技場的王者華麗轉身成為國際體育組織的中國面孔，她總能成為那個從0到1的破局者。這是楊揚的能量、個性和扎實的準備使然，但更得益於她從不給自己的人生設限，不斷實現自我超越。她認定一個變革的時代和一個飛速發展的國家，能給個人成長提供巨大推動和人生舞台。

9歲第一次上冰，身體瘦弱、個子矮小，同伴們都叫楊揚「小不點兒」。楊揚認真地說：「我是不會在精氣神方面認輸的一個人。」這種要強在小小年紀就充分展現，為了能使自己在冰場上馳騁，楊揚訓練刻苦，毅力超人。楊揚回憶，最初上冰重心不穩，是有些氣餒的，但教練在後面驚呼：「這孩子的踝關節很硬實！」她像找到了一直滑下去的動力。

冬季運動項目，需具備與極寒自然天氣對抗的智慧與勇氣，更超越人體極限。黑龍江的冬天格外寒冷，零下30度的低溫，每天早上5點，天還沒亮，楊揚就來到冰上訓練基地開始訓練。

「誠實地面對自己內心」，楊揚將其稱之為「自我探索」。剖析運動員時期所形成的思維習慣，楊揚表示：「每次賽後總結的時候，我應該是比較實在的那個人。有的時候甚至贏了，我還會分析可能這場勝利是有僥倖因素的。」

骨子裏的不認輸，促使楊揚更誠實地看待自己的問題和不足，去打磨、訓練，不會去逃避。如何看待一路的自我成長？楊揚認為，就是在「自己是誰」的探索是永無止境的。「我也在問自己這樣的問題，到底自己還有多少潛力可以挖掘？」

### 締造短道速滑霸主地位

2002年美國鹽湖城，短道速滑賽場上，楊揚一路領先，最終問鼎500米冠軍，實現了中國冬奧金牌「零的突破」。在那個時期，楊揚就像一束光，所向披靡，締造了屬於她的短道速滑霸主地位。

楊揚坦言：「國際體育組織是我很早就設立的一個目標，因此當運動員時期就一直學習英語，機會來了，我就盡可能的去抓住它。退役後參與國際組織工作之餘，2009年我發起了冠軍基金，支持青少年體育鍛煉，幫助退役運動員職業轉型。我覺得雖然我從競技場上退下來，但在體育上我還可以繼續發揮作用。後面我又成立了飛揚冰上運動中心，算是自己專業的一種情懷使然。另外，我一直有一種危機感，安逸總是讓人心裏發慌，讓自己能夠充實起來，有些挑戰、比較享受學習和成長的過程。」

回首北京冬奧歷程，作為北京冬奧組委運動員委員會主席的楊揚對大公報表示，最難忘的還是各國運動員的精彩表現，7年籌備也正是致力於辦一屆以運動員為中心的奧運。楊揚指出，中國舉辦冬奧對世界體育的發展做出了巨大貢獻，3億人參與冰雪運動、冬奧的可持續發展計劃，都為推動冰雪運動和奧林匹克的發展發揮了獨特的作用，可持續發展計劃也為未來奧運的承辦者提供了借鑒。

## 曾被評冰上最好演員

一位加拿大教練曾評價說，「楊揚，你是冰上最好的演員！」對此，楊揚通過一個切口，向大公報深入淺出地講述對短道速滑的理解：「這個項目特點就是虛虛實實，你中有我、我中有你，因為單獨一個人作戰，有隊友的情況下可以去協作，在沒有隊友的情況，會考慮每個对手的滑行特點是什麼，該如何去面对這樣的挑戰。」

楊揚曾在1996年亞運會以一敵四「一戰成名」戰勝韓國隊。面對4名韓國選手全部是奧運

會冠軍，楊揚成功實施戰術，迷惑對手和教練，打亂4名韓國隊員節奏，強勢發力贏得最後的比賽。類似高超運用戰術的經典場面，在楊揚的體育生涯不斷上演。

「其實演員是一個好玩的事。」楊揚笑言，實際上就是把賽場上需要調動的能力和戰術綜合考慮好。演員就是要去迷惑對手或是現場指揮的教練，在短道速滑要去借力。