

## 杨扬： 把中国队的气势和自信滑出来

短道队的弟弟妹妹们：  
见字如面。

米兰冬奥会马上就要开始了，我想在比赛前再给你们写几句话。

你们出发前，我回到队里，和大家分享了短道速滑的发展历程。中国短道速滑从来都是一支有担当的队伍。作为中国冬奥赛场上斩获奖牌和金牌最多的项目，我们在不同历史时期，肩负着不同的使命与任务。你们当中有人征战过数届冬奥会赛场，有人是首次踏上奥运舞台。但我相信，大家都同样珍惜这届冬奥会的机会，肩负这份使命，全力以赴、奋勇拼搏，不负韶华，不负热爱，不负每一份期待！

看到你们，让我想起自己第一次参加冬奥会、第一次站上最高领奖台的场景。那时我们的训练条件远不如今天，很多时候要在陌生的环境里摸索：怎么适应赛场、怎么读懂对手，怎样在强手如林的赛场上站稳脚跟。在最艰难的那场比赛上，真正支撑我拼到底的是来自队友的鼓励和信任，是并肩作战的团

队力量，更是心底那份对国家荣誉的坚守与捍卫。

冬奥会赛场瞬息万变，短道速滑更是充满偶然性。但优秀的运动员会把所有偶然都纳入准备清单，尽全力将意外降到最低，让一切尽在掌控。做好每一个过程，结果自然水到渠成。

弟弟妹妹们，中国短道速滑队是一支光荣之师。它的荣耀，是一代代短道速滑人用汗水、伤痛、坚持和不服输积累起来的。一个项目的强大，靠的不仅是实力，更是信念与精神。把这份荣誉和责任刻在心里，关键时刻便会生出巨大的力量和勇气，支撑你一次次克服困难、超越自我。希望你们在米兰冬奥会的赛场上，把中国短道该有的精气神滑出来，把该拼的每一圈拼出来，把属于中国队的气势和自信滑出来。

愿你们在冬奥赛场上勇敢、坚定、敢打敢拼，为这一段最珍贵的青春争光！

杨扬



2025年2月7日，第九届亚洲冬季运动会开幕式在哈尔滨举行。图为第一棒火炬手杨扬在火炬传递现场挥手致意。

新华社记者 李嘉南摄

### 家书背后

杨扬，出生于黑龙江佳木斯，9岁开始练习滑冰。2002年盐湖城冬奥会，她获得短道速滑女子500米金牌，为中国队实现了冬奥会金牌“零的突破”。在20多年的运动生涯中，杨扬共获得了59个世界冠军。退役后，她一直致力于冰雪运动推广工作，现任世界反兴奋剂机构副主席。她还发起创办了“冠军基金”，旨在支持青少年体育教育和退役运动员职业转型。

## 武大靖： 站上赛场，就已经是英雄了

各位兄弟姐妹：

见字如面！

大家伙儿已经踏上去冬奥赛场的征程了，我的心里头又激动又惦念。这次我不能陪着你们上“战场”了，但还是想跟大伙唠唠嗑、说几句心里话。

赛场上的事，咱就一句话：不服咱就干！但也别光顾着自己拼。咱中国队员从来都是拧成一股绳，就像我当年在赛场上给队友卡位置、让线路，记住了：只要中国队赢了，咱就不算输。甭管是单项还是团体，队友就是你的靠山，互相搭把手、彼此照着点，哪怕只剩最后一丝力气，也得跟队友站在一起。这股子团队劲儿，就是咱中国冬奥军团的底气。

也别给自己太大压力，别总想着一定要拿牌、一定要赢。咱把赛场当训练场，发挥出平时的水平就够了。紧张了就听听歌、跟队友唠唠嗑，吃好睡好才是硬道理——赢

了，咱回国吃香的、喝辣的——锅包肉、酸菜白肉管够；没发挥好也没事，咱回家照样吃饺子，家里人永远等着你们。祖国永远是你们的后盾，你们敢站上赛场，就已经是英雄了。

我总说，竞技体育的核心是超越，超越对手，更要超越自己。甭管对手多强，咱就滑自己的、拼自己的，只要滑得够快、拼尽全力，就不会留遗憾。

中国冰雪人从来就没有认怂的，只要国家需要、只要站在赛场上，就要拿出舍我其谁的劲儿，让世界看看中国运动员的风采！

最后，千言万语汇成一句：照顾好自己的平安、顺利回，赛出水平、赛出精气神。我等着大家伙儿的好消息，等着看国旗在冬奥赛场升起，等着听国歌在异国他乡奏响！

中国冰雪，加油！

武大靖



2022年2月5日，在北京冬奥会短道速滑项目混合团体接力决赛中，中国队选手武大靖庆祝中国队夺冠。

新华社记者 杨磊摄

### 家书背后

武大靖是中国短道速滑的代表性人物。他曾在国家队征战十余载，参加过三届冬奥会，长期保持国际顶尖水准。2018年平昌冬奥会上，他夺得男子500米金牌并打破世界纪录，为中国队赢得当届冬奥会首金。2022年北京冬奥会，他与队友携手夺得混合接力项目金牌。今年1月，武大靖宣布退役。如今，武大靖在吉林大学体育学院任教，并活跃在许多领域，以另一种方式延续对冰雪运动的热爱，为中国冰雪和中国体育发展贡献力量。

统筹：李航  
策划：刘晓  
责编：熊建  
家书背后：刘

岳红燕  
赵晓霞  
姚

## 中华体育精神颂

# 中国冰雪，加油！

北京时间2月7日凌晨，米兰冬奥会即将拉开帷幕。中国冰雪健儿再一次踏上世界最高水平的赛场。四年磨砺，一程奔赴，冰刀划过的每一道弧线、雪板划下的每一道轨迹，都是日复一日的训练与必胜的信念叠加出的答案。

回望中国冰雪运动的来路，从

起步时的摸索追赶，到如今在世界赛场上争金夺银，这份跨越从来不是偶然。它来自一代代运动员在筚路蓝缕时的坚持，在伤病与逆境中的咬紧牙关，在关键时刻“再拼一次”的绝不屈服，更来自团队的托举与传承。如今，荣誉与责任的接力棒正交到后来者手中。

今天，人民家书栏目推出“冬奥家书”，选编多位冬奥冠军与冰雪名将写给米兰冬奥会中国体育代表团运动员的书信。愿这份跨越山海的鼓励和叮咛，成为冰雪健儿踏上赛场的底气，祝愿中国冰雪健儿在冬奥赛场上勇毅争先、为国争光。

——编者

## 郭丹丹： 全力以赴便自有荣光

亲爱的空中技巧队员们：

见你们整装砺剑、昂首出征，即将踏上米兰冬奥会的征途，我总会回望那段筚路蓝缕的岁月，想起曾经逐梦赛场的自己。一代代冰雪人的初心与热爱，在时光里沉淀，此刻凝聚在你们奔赴赛场的身影里。

1997年，我在澳大利亚摘得中国滑雪史上首个世界冠军，可颁奖现场未预备五星红旗与国歌，只能临时从领事馆调取。那一幕让我彻悟：赛场胜利是实力的证明，长久尊重源于项目的厚度与坚守，我们要赢得世界对中国空中技巧的认可与敬畏。

近三十载风雨兼程，从无人问津到跻身世界顶尖，如今的中国空中技巧项目已在冬奥会、世界杯等顶级舞台摘金夺银，构筑起强劲集团优势，赢得世界瞩目。这份底气，是几代雪上健儿以汗水拼搏积淀的荣光，是薪火相传、接续奋斗的最好见证。

冬奥赛场藏着我毕生难忘的记忆。1998

年长野冬奥会，我带伤鏖战、强忍剧痛完赛，虽与领奖台擦肩而过，却收获全场起立鼓掌。那一刻我读懂奥林匹克精神内核：它不止于奖牌荣光，更在于直面困境的勇气、倾尽心力的执着，全力以赴便自有荣光。

如今的队伍中，徐梦桃、齐广璞即将第五次征战冬奥，为梦想坚守不退；亦有新锐小将怀揣赤诚，首次站上冬奥舞台。老将坚守、小将锐气，并肩相承，勾勒出队伍最美的模样，这份跨越代际的执着，让我满怀骄傲。我坚信，你们必将在米兰赛场圆梦绽放，铸就新的辉煌。

这些年我深耕冰雪推广，见证无数孩子因你们奔赴雪场，以你们为榜样。看见他们眼中的光芒，我感受到了冰雪运动的生命力，更看见了冰雪薪火绵延的希望。

大赛在即，愿你们珍视荣光，卸下包袱，轻装上阵、全力以赴。在米兰赛场稳定发挥，勇攀高峰，为国争光，载誉凯旋！

郭丹丹



### 家书背后

郭丹丹是中国自由式滑雪空中技巧项目的标志性人物。1997年，她在世界杯自由式滑雪系列赛澳大利亚站夺冠，成为中国滑雪项目首位世界冠军。1998年长野冬奥会上，她在赛前训练中双脚重伤仍坚持完成比赛。退役后，她长期投身冰雪运动推广，并作为北京冬奥会宣讲团成员走进校园与基层宣讲冬奥与冰雪故事，带动更多青少年参与冰雪运动。

2022年2月3日，北京冬奥会火炬在河北张家口崇礼富龙滑雪场传递。图为火炬手郭丹丹在火炬传递中。

新华社记者 骆学峰摄

## 庞清、佟健： 以拼搏为基、以团队为翼

亲爱的中国花滑队队友们：

当米兰的冰面映出追梦身影，我们这对牵手39载、四战冬奥的搭档，想起了温哥华冬奥会自由滑时的那曲《追梦无悔》。彼时与队友携手包揽金银，两面五星红旗同时升起，这枚难忘的银牌是个人荣光，更是中国花滑团队协作的胜利。

冰雪运动的发展，从来都是以拼搏为基、以团队为翼。

我们从2002年盐湖城冬奥会初登赛场，到都灵冬奥会冲击奖牌，再到索契冬奥会带伤出战，世锦赛的征程也贯穿其中。在一次冰场磨砺中，我们愈发清楚地认识到：每一份成绩，都源于日复一日的坚守。冰鞋的磨损、训练服的汗水，是追梦的印记；无人问津时的执着、直面伤痛的坚韧，是运动员不变的初心。这份在孤独与磨砺中沉淀的力量，正是中国冰雪人代代相传的底色，也

愿成为你们前行的底气。

米兰冬奥会是全新的战场，更是展现中国冰雪力量的舞台。愿你们凝心聚力、摒除杂念，以敢打敢拼的勇气放手一搏，将平日训练的积累化作赛场之上的精彩表现，在冰面绽放属于自己的光芒，捍卫中国冰雪的荣誉。

犹记2014年索契冬奥会，恰逢马年，我们收获了寄予中国冰雪的殷切嘱托：一马当先、快马加鞭、群马争鸣、万马奔腾、马到成功。十二载岁月流转，今又逢马年，这二十字依旧是前行的号角。愿你们将这份嘱托刻在心中，在赛场上勇毅争先、不负韶华。

米兰的冰雪为你们见证，期待五星红旗在赛场高高飘扬，盼你们载誉归来，续写中国冰雪新篇章！

庞清 佟健



在2025年第九届亚洲冬季运动会倒计时300天主题活动现场，庞清（左）、佟健在表演。

新华社记者 张涛摄

### 家书背后

庞清/佟健是中国花样滑冰双人滑项目崛起的代表人物。这对冰上伉俪携手走过16届世锦赛和4届冬奥会，多次夺得世界冠军，用热爱与坚守谱写了一曲追梦无悔。2010年温哥华冬奥会自由滑比赛中，他们凭借近乎完美的发挥得到141.81分，最终夺得冬奥会银牌。退役后，两人修建冰场、成立滑冰俱乐部、开设冰上公益课，以另一种方式为中国花滑事业贡献力量。

## 王冰玉： 尘封的战绩，该由你们亲手打破

亲爱的中国冰壶队队员们：

展信安！

当我们带着祖国的期许踏上米兰的征程，我们这些老队员的目光，也早已跨越山海，追随着你们的身影。时光倏忽，弹指又是4年。恍惚间，2022年北京冬奥会还如昨日般清晰，那些赛场之上的拼搏与欢呼仿佛才刚刚落幕，转眼米兰的征程已近在眼前。于我们而言，岁月是匆匆而过的光景，而于你们，这4年的每一个日夜，都藏着对冬奥的期盼。你们一直在为这一刻打磨技战术、锤炼心与力，把梦想的模样刻进每一次投掷、每一回刷冰的坚持里。

尤其动容的是明哥（徐晓明），42岁的老将，带着伤病毅然重返赛场，这份无畏的牙力让我由衷敬佩。这几年里，你一路咬牙付出、不曾懈怠，让我们真切看到了这支队伍向着赛场全力奔赴的坚定决心。女队时隔14年重新站上世界锦标赛的领奖台，这份成绩

振奋人心，更让我们看到了中国冰壶生生不息的希望。

竞技体育的真实残酷，我们早已深知。但赛场上那份振奋人心的喜悦，是任何事情都无法取代的。我们当然期盼你们能实现成绩上的突破，那些尘封的战绩，本就该由你们亲手打破。但更重要的是，我希望你们能好好享受这来之不易的机会——这是你们用4年全力以赴的拼搏，换来的站在冬奥赛场的资格。尽情去感受、去体验，愿你们回头想起这段旅程时，满是津津乐道的回忆，心底装着的全是开心、骄傲与无上的荣耀。

说得再多也没办法写尽对你们的满满祝福。希望你们在异国他乡照顾好自己，好好吃饭、好好睡觉，把米兰变成我们的主场，我相信你们的个人魅力会让现场的观众为你们欢呼呐喊的！

等着你们凯旋！

王冰玉



2024年2月，第十四届全国冬季运动会冰壶项目公开组女子循环赛第二轮比赛举行。图为王冰玉（左）、周妍在比赛中。

新华社记者 陈欣波摄

### 家书背后

王冰玉是中国冰壶项目的标杆人物。2009年，她和周妍、岳清爽、柳荫组成的中国女子冰壶队从欧美诸强手中夺得金牌，首夺世锦赛冠军，并在次年温哥华冬奥会上获得第三名。王冰玉带领中国女子冰壶队完成了从追赶突围的跨越，“四朵金花”的故事让更多人认识了中国冰壶的坚韧与团队力量。目前，王冰玉任北京体育大学中国冰雪运动学院教师，继续培养新一代冰雪运动人才。