

# 专访孙杨：公益是发自内心的善行

■ 本报记者 皮磊

“能够在开学季进入校园，和孩子们进行一系列的互动，对我来说意义也是不同的。我希望在新的学期，孩子们都能有一个新的精神面貌，能够将运动员身上这种积极向上、敢于挑战自我的精神运用到今后的学习生活中。对于孩子的成长来说，榜样的力量是非常重要的，也希望大家能有一颗争当冠军的心，只有这样才有可能取得成功。”

新学期开学第一天，游泳奥运冠军孙杨来到浙江省杭州市文澜小学，参加学校开学典礼，并与师生展开深入互动，共同启动杭州亚运会倒计时。对于文澜小学师生来说，这是一堂有着特殊意义的“开学第一课”：“遇到困难，你是怎么坚持下来的？”“是兴趣爱好重要，还是选择更为重要？”面对学生们的提问，孙杨一一做出了回答，并鼓励孩子们勇敢面对困难，保持一颗积极向上的心，坚持自己的梦想。

事实上，这并不是孙杨第一次参加类似的校园公益活动。过去数年，孙杨经常亲身参与到各种支教、助学活动中，走进困难



孙杨与杭州文澜小学学生互动

学生家庭，实地了解学生家庭情况并提供力所能及的帮扶。

2015年12月，在得知四川大凉山一位留守儿童的生活困境后，远在云南昆明进行训练的孙杨主动联系上由浙江某银行发起的“彩虹计划”公益项目，与困境地区儿童开展“结对子，送温暖”。在这一行动中，孙杨共与120个孩子结对，为这些孩子提供持续帮扶。而在他的影响下，包括孙杨父母在内的众多杭州

市民先后与当地困境学子结对，最终有2296名学子从中受益，由爱心人士募集的善款达到了302万元。

让孙杨至今仍印象深刻的，是在江西农村的一次走访。“到了之后手机信号都不太稳定，我的第一感受是山村孩子成长和生活的条件跟城市的孩子相比真的是有着天壤之别。当时我一共去了三个孩子的家里走访，这些孩子的父母常年在外打工，孩

子跟老人一起生活。在不到10岁或10岁多的年纪，他们就要承担起家庭的重担。而经过我们的了解，这些山里的孩子一年的学费生活费开销加起来可能也就是3000或5000块钱。”

孙杨说，只有当你深入了解情况之后，才能真正感受到孩子们面临的生活困境以及外界能够为他们提供什么样的帮扶。“我希望公益是有温度、有力量、可持续的，能够结合受助群

体的实际情况开展行动，同时动员大家共同关心这类群体，而不是简单地走个过场。”

日前，孙杨参加了一个名为“守护乡村孩子的体育梦”的公益项目，希望有更多的社会力量关注乡村孩子的体育教育和体育梦想。在被问到为何一直关注儿童青少年群体、为何会重点参与与青少年相关的公益活动或项目时，孙杨告诉记者，作为一名运动员，自己一直以来希望做的包括未来计划做的，都是围绕下一代培养展开，希望孩子们的发展一代比一代好。

“我们小时候都有自己喜欢的明星和偶像，也非常希望得到和他们同台的机会，渴望得到外界的肯定和认可。那么换位思考，我也希望发挥榜样的作用，传承榜样的力量，希望孩子们能够把体育的快乐融合到学习和生活中。”孙杨说。

在参加完文澜小学开学典礼后，孙杨接受了《公益时报》记者专访。在访谈过程中，孙杨向记者展示了自己多年来保存在手机中的公益活动素材，回顾了自己这些年参与公益的点点滴滴，以及自己对公益事业的一些看法。在他看来，公益是一种发自内心的善行，是一项需要坚持做下去的事业，希望能够将这份温暖和美好传递下去，让更多孩子看见世界美好的一面。

## 对话孙杨

《公益时报》：在过去10余年时间里，你参与了多次与儿童青少年相关的公益活动及公益项目。能否介绍一下是什么原因促成了此次活动？

孙杨：其实除了运动员的身份外，我也一直在关注教育事业和体育运动推广。能够在开学季进入校园和孩子们进行互动，对我来说意义也是不一样的。我希望在新的学期、新的人生阶段，向孩子们传递一种新的精神面貌，希望他们能够将运动员身上那种积极向上、敢于挑战自我的精神运用到今后的学习生活中。

《公益时报》：你觉得体育运动能够带给孩子们怎样的积极影响或收获？你希望孩子们能够在运动员身上学到些什么？

孙杨：我想最重要的一方面是，体育运动能够让孩子们的身体更加健康强壮；另一方面，运动能够教会孩子们及时调整自己的心态，磨炼意志品质。在生活中，我们每个人都会遇到一些挫折，对运动员来说也是。在遇到困难的时候，我们要积极寻找解决问题的办法，坚持自己认定的事情。

大家平时在观看比赛时，可能会觉得运动员在赛场上夺冠是一个短暂的过程，这个过程可能只有几十秒或几分钟。但是，

运动员在背后的付出是巨大的，是需要长期坚持训练的。所以，体育运动让我明白，一定要有自己的理想、要有自己的人生方向，一定要学会勇敢面对，永远保持一颗争夺冠军的心。我也希望孩子们能够保持这样的心态，争做自己的冠军。

《公益时报》：据说你现在每天还坚持游20000米，同时也在坚持学习。

孙杨：游泳其实跟别的运动还不太一样，因为但凡你有一点松懈，可能未来就会被淘汰。所以在日常训练中，我对自己的要求还是很严格的。因为我觉

得，一个人要想成功，不管是处于逆境还是顺境中，都要高标准、严格要求自己，任何时候都不能放松。这几年时间，我觉得在面对困难的同时又提升了自己，今后能够以一个更好的面貌面对大家。

体育竞技最大的魅力在于，它的结果是不可预知的，它也是非常残酷的，但又能带给你强烈的幸福感和荣誉感。那种争夺冠军的心态，对我们的生活学习是非常宝贵的。

《公益时报》：我们了解到，你最近参加了一个名为“守护乡村孩子的体育梦”的公益项目。

能否介绍一下为何会参加这样的公益项目？

孙杨：之前我也经常参加一些到乡村走访的公益活动包括乡村支教活动。在走访过程中，我了解到，在一些欠发达地区，孩子们的学习环境尤其体育教学环境和城市相比还是存在很大差距的。这种差距不仅仅体现在硬件方面，也体现在师资力量等软件方面。

其实我的想法和其他的运动员一样，希望通过我们的号召和呼吁，让更多人关注乡村孩子，关注乡村孩子的体育教育现状，进而改善他们的教育环境。也希望通过这样的公益项目，让更多社会资源流向欠发达地区乡村学校，助力孩子们实现体育梦想。

《公益时报》：在你的理解中，公益是什么？对于公益活动或者项目的选择，你的标准是什么？

孙杨：其实我的想法比较简单，我觉得公益就是实实在在地为需要帮助的群体做一点实事，如果融入了过多的商业内容，那么就改变了公益的本质。最重要的是，公益要能够发现并解决社会痛点。比如说，我们了解到大山里孩子的真实困难和需求后，通过精准帮扶，让

他们有机会走出现在的困境，有机会接触到更好的资源。从这一点来说，定位精准也是公益要考虑的一个前提。

《公益时报》：我们看到很多明星名人包括运动员都在积极投身公益，下一步你在公益方面有没有其他的设想？

孙杨：除了坚持游泳这件事，我也一直在推动体育+文化IP的结合。因为游泳是一件和水紧密相关的运动，因此平时我也会关注水质保护、环境保护等公益议题。整体来说，我希望将公益最温暖的一面持续传递和传承下去，希望让孩子们看到这个世界美好的一面。

其实在平时，我身边的朋友包括我的家人，都会主动参与到一些公益活动中，比如资助山区孩子、关注他们的成长问题，帮助身边的困难群体及回馈社区等。在我看来，公益一定是发自内心的行为，不是作秀。我们要做一个心存善良的人，要懂得感恩和回报社会。可以说，这些年来公益对我的人生观、价值观也产生了潜移默化的影响。当然，一个人的力量终究是有限的，我希望能够有更多公益机构和社会爱心人士参与到公益事业中来，我也愿意继续做一些力所能及的事情。



孙杨在吉林希望小学参加支教活动(资料图)