

北京时间2002年6月13日下午，一场被万千中国球迷所瞩目的世界杯比赛在汉城举行。已经两战皆负的中国男足面对的对手是土耳其男足。比赛的上半场第28分钟，身着中国队20号球衣的一名球员犹如一道闪电插入禁区，石破惊天地凌空垫射，但球却重重击在左门柱上。这名球员双膝跪地，直叹可惜。最终比赛定格在0比2，中国队也告别了韩日世界杯。然而这名球员击中立柱的脚垫射，既造就了国足世界杯之旅莫大的遗憾，也为中国足球艰难前行的道路上增添了一抹珍贵的亮色。这名球员就是前国脚杨晨。

2008年，杨晨正式退役。退役后的杨晨没有选择和足球说再见，开始了自己的教练员生涯。结束了在江苏舜天和贵州人和两支球队的辗转，现在的杨晨回到了自己的家乡北京，在年轻的北控足球俱乐部担任领队和助理教练。望着年轻的队员们在赛场上驰骋的身影，杨晨总能想起当年的岁月，也更加坚定了自己致力于中国足球职业化事业的信心。对于杨晨而言，人生的中场充满挑战，职业生涯以外，他依然是推动中国足球改革和发展的“前锋”。

从普通职工家庭里走出的球星

杨晨6岁半接触足球，8岁入北京市少年宫开始学踢球，先后进入朝阳业余体校、先农坛芦城足球训练中心、北京青年队，1993年底加盟刚刚组建的北京国安俱乐部。1998年，他正式转会德甲法兰克福俱乐部，成为球队21号球衣的主人，为德甲球队效力的四个赛季里累计出场94场，共打入21球，是登陆五大足球联赛的第一个中国球员。

杨晨的父母都是航天工业部211厂的普通职工，父亲爱好体育运动，更是对足球情有独钟。杨晨在父亲的耳濡目染的影响下，6岁半便在丰台体校和足球打起了“交道”。在对足球的学习和领会过程中，杨晨展现出了极高的天赋。8岁那年，他从100个孩子里面脱颖而出，在少年宫足球选拔比试的仅有两个名额中占得一席，正式开始了他的足球之路。那时杨晨的教练，是国安球员周宁的父亲周广生。离开少年宫后，杨晨辗转进入北京芦城体校。后来，他再次与周宁“会师”，进入了北京青年队。

不管是在芦城体校还是在北京青年队，杨晨都以低调的姿态时刻努力着。当他被调整到青年三队后，他的心里产生了一些波澜，一度萌生退意。“那时也算是个心理上的小挫折吧。我在队里面年龄小，承受的压力也很大。家里面条件很一般，当时特别想放弃训练去读书。被教练刘敏新知道后，及时找到我，让我别轻易放弃，再跟他好好练一年，如果没效果，再走也不迟。”杨晨说。杨晨的父亲对自己的儿子也十分支持，表示愿意让孩子再搏一把。静下心来的杨晨在随后的一年里，放弃了所有周末的休息时间，让自己加练，就连平时大家午睡的时间，他也会出去练习跑位、射门、包抄和一系列技术动作。在执着的努力下，杨晨在那一年实现了飞跃般的进步。所有参加的比赛，他都荣膺最佳球员和射手。杨晨也重拾信心，坚定了自己的脚步。1992年底，北京国安俱乐部正式成立，表现出色的杨晨和众多足球名宿，成为了国安队的元老。2012年夏天，在刘敏新的遗体告别仪式上，杨晨专程赶来吊唁自己的恩师。在杨晨心里，没有恩师当年对自己的帮助，就没有自己的今天。

足球五大联赛中国留洋第一人

在国安效力期间，杨晨要面对的挑战可谓是“摩肩接踵”。打甲A联赛，他要和高峰、高洪波等众多名将竞争，后来，冈波斯等三人组成的攻击线更是让他无法坐稳主力位置，加之伤病的连续困扰，杨晨在国安的日子并非顺风顺水，但始终脚踏实地的他从来没有放松对自己的要求。杨晨在有限的比赛时间里和每天的训练中，让自己拥有了扎实的基本功和球门前敏锐的嗅觉。1998年，被施拉普纳介绍到德国踢球的杨晨被德甲球队法兰克福看中，在试训三个月后，他被正式租借到法兰克福，并在整个赛季中为球队攻入



当教练的杨晨

北控足球俱乐部领队兼助理教练、前国脚杨晨

从未退役的前锋

□本报实习记者 赵思远/文 本报记者 彭程/摄



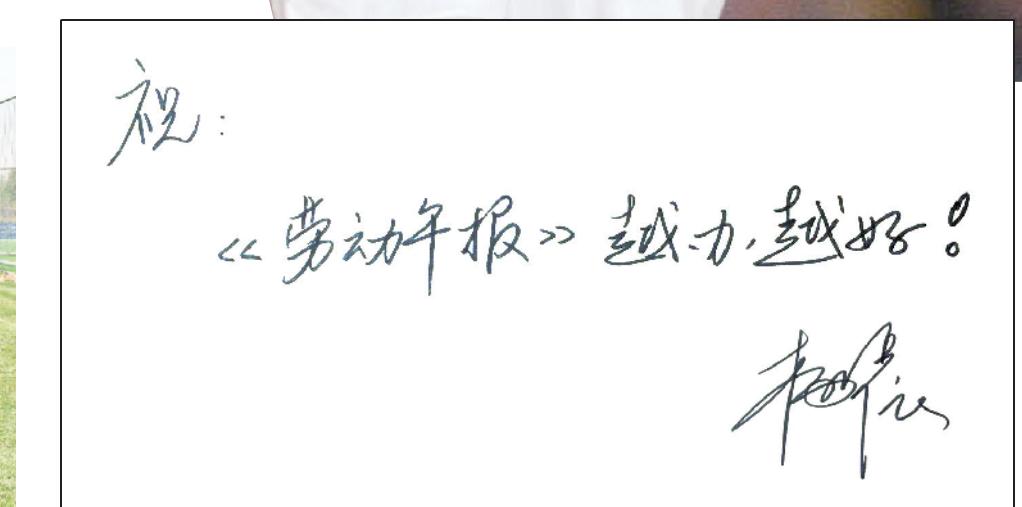
杨晨(中)与小球迷合影



杨晨(中)与本报记者合影



杨晨寄语本报



杨晨寄语本报

8球，成为队内第一射手。也正是凭借其优异表现，第二年，杨晨正式和法兰克福签订了一份为期3年的合同，杨晨也成为了五大联赛的中国留洋第一人。

作为中国球员留洋的先驱，杨晨首先感受到的便是足球强国带给他的震撼力。“德国足球已经有了百年的职业化历史。我感觉到每名球员不管是训练还是生活都十分规范和有条理，有了钱从来不会挥霍。我每天的训练中，让自己拥有了扎实的基本功和球门前敏锐的嗅觉。1998年，被施拉普纳介绍到德国踢球的杨晨被德甲球队法兰克福看中，在试训三个月后，他被正式租借到法兰克福，并在整个赛季中为球队攻入

对诸多强敌时展现出充足的自信心。在国家队，杨晨的进球总能给中国球迷无限勇气和希望。2002年世界杯小组赛，面对三个实力强劲的对手，杨晨满场飞奔，积极拼抢，那一脚精彩的射门立柱，也成了球迷们永远挥之不去的美好记忆。

辉煌与失意交织的职业生涯

不管是职业生涯中的欣喜，还是球场上的失意，那些难以忘怀的瞬间都时常在杨晨的脑海里浮现。“不管是在国安五年充实的时光也好，在德甲收获进

球的时刻也罢，亦或是伴随深圳健力宝拿到中超元年的冠军，这些场景都历历在目。”不过，作为唯一参加过世界杯比赛的那支中国队的一员，杨晨最为怀念的还是沈阳五里河的那个夜晚。“那对于我们来说是历史性的突破。米卢在执掌球队时，尤其重视如何让这支球队充满信心。我们的每一场比赛都是按计划进行，没有大起大落，队员们的心态都十分良好。

球队分析每一个对手，需要掌握的信息量都十分庞大，准备要十分充足。”杨晨说。2001年10月7日，国足终于出线了。那个夜晚，当终场哨声响起，杨晨的心情简直可以用疯狂来形容。

在世界杯小组赛上，杨晨的射门击中立柱，成为了他毕生的遗憾。除此之外，为了帮助国家队打世界杯预选赛，2001年，杨晨错过了法兰克福队的保级战，法兰克福遗憾降级。和主队的合同到期后，杨晨自由转会至圣保利队。为圣保利队在一年内贡献了三个进球后，漂泊了5年的杨晨终于回国，加盟深圳健力宝，并帮助深圳健力宝拿到了中超元年冠军。33岁那年，杨晨在厦门蓝狮队降级后退役，结束了13年的职业球员生涯。“其实一名足球运动员如果把自己的状态保持好，踢到36岁、37岁是没有任何问题的，但当时我感觉中国国足的现状不是很好，还是选择退役了。”杨晨略带遗憾的一句话，也道出了中国足球职业化发展的无尽心酸。

为家乡球队争取更高的舞台

“我当年退役，是因为在国内看到了一些不好的现象，中国足球那时的局面是混乱的，看不见积极的状态。”退役后的杨晨并没有淡出足球圈，他想要改变中国足球职业化发展的混沌局面，愿意从一名教练员开始，把自己在球场内外学习到的先进理念致力于推动中国足球职业化进程中来。“我在球员时期便拿到了教练员C级和B级证书，退役后，我在2008年又拿到了教练员A级证书。”不满足于现状的杨晨继续深造，在2010年拿到了欧足联A级教练资格证和德国足协讲师资格。在任职江苏舜天领队期间，杨晨殚精竭虑，帮助球队重进亚冠赛场，他本人也获得了任航、刘建业等著名球员的尊重。

2015年，杨晨终于回到了自己的家乡北京，在年轻的北控足球俱乐部担任领队。“北京是我的家，在外漂的时间长了，想为自己的家乡做一点贡献。北控是一支年轻的球队，我想和这支球队一起努力，脚踏实地，争取让北控走上更高的舞台。”杨晨表示，北控去年在中甲联赛排名第八，属于中游水平，在北京想要取得更好的成绩，可能还需要更长的时间和努力。“球队文化是无形的，但影响力是巨大的。德国的很多俱乐部都有着上百年历史，北京国安从成立到现在也有20多年了，已经积累了特点鲜明的球队文化，你想要和它竞争，就必须具备属于自己的球队文化。而这种文化是需要时间来积淀的。”

在杨晨看来，俱乐部想要实现冲超，就必须在方方面面进行努力。他认为，现在中国足球发展势头非常好，前景也十分广阔，但需要俱乐部在资金上加大投入。不管是外援的引进还是市场的拓展，都和这一点密不可分。“球队文化包含球迷、球场等诸多因素，我希望集团能够加大投入，让我们有自己的训练场地，给我们更大的自我发展空间，并让我发挥出所有的潜力。不过当下，我每天应该做到的就是把自己以前踢球的感触和经历，讲给这些年轻的球员，作为领队和教练员，陪伴他们一同进步和成长。”

中国足球职业化的不懈追求者

杨晨对记者说，自己最大的梦想，就是在中国打造一个职业化的俱乐部。“我作为一名业内人士，十分了解职业足球的运营方式。另外，我丰富的海外经历也是我个人的优势。在能力上，我从不怀疑我自己。”杨晨对当前中国足球职业化发展的态势有着清楚的了解和判断，他表示，中国的足球联赛办得如火如荼，大牌外援纷纷落户名家，也让中国的球市越来越火爆。但中超等联赛的快速发展并不意味着中国足球职业化处于领先地位。

“我们要清楚，现在的中超联赛，很多球队都是靠外援。没了外援，面对对手他们往往也是手足无措。然而一支球队真正的实力应该体现在整体和平均水平。我们的本土球员和顶级联赛相比确实存在差距，但他们可以通过学习来缩小差距，快速提升。不过，我们和足球强国真正的差距在于我们职业化的路程短。北京国安这种传统豪门也才积累了20多年，对于一些新兴的俱乐部，必须通过认真学习的态度和严格的监管来让自己站稳脚跟，真正做到和职业化接

轨。”杨晨认为，中超联赛的前5名球队，可以有实力踢德甲联赛；可除去外援的话，或许只有广州恒大才能在德甲联赛踢一踢。这便是目前中国职业化足球的真实水平。但杨晨也十分清楚，在中国发展职业化足球，并不能将德国等足球强国的经验拿来照搬照抄，中国职业化足球发展要符合中国的国情，在人际关系等方面做足功课，才有可能实现目标。“中国的职业化足球，不仅仅是你有能力那么简单的事情，你需要有良好的人脉、充足的资金、广阔的市场、足协的支持……这些都不是那么简单能够得到的，需要我一点点地去学习和争取。”“巧妇难为无米之炊”，杨晨认为，自己现在还要多积累经验，一步一步朝着这个方向去努力。

中国足球要明确发展方向

在最近结束的两场12强赛里，中国队先是在主场力克多年的苦主韩国队，让无数球迷看到了希望，随后远征伊朗，以一球之差兵败德黑兰，让大家看清了自身的实际水平。这一胜一负，让前国脚杨晨感慨万分。“中国足球确实进步了，我觉得里皮和当年米卢的方法有些相似，里皮也是重点帮球员们树立自信心。”作为前国脚，杨晨认为现在的国足应该培养自身的荣誉感和自信心，树立“我们有能力任何球队抗衡”的理念，在每场比赛中打出士气和气势。

里皮治下的中国队更加自信了，但杨晨认为，一支国家队真正的强大，离不开国家全面的支持和足协对各个年龄段的规划。“我们的国家队虽然赢了韩国，但不能说我们实力就在对手之上。只有我们的U15、U19、U23梯队都能和韩国抗衡，我们才叫真正的有实力。”所以，他认为，在现有体制下，足协要拿出发展的方向，要找到适合中国足球发展的模式。“我在比利时考察期间，他们的足协对整个国家足球的规划让我印象深刻。比利时传统的打法是4-3-3阵型，他们的足协将这个阵型渗透到了各个俱乐部，建议俱乐部也沿用这种打法。在7人制和9人制比赛中，无法整体使用，便分拆开来，针对这种打法的某个局部进行加强性的练习。”

近日，中德两国足协签署了为期十年的合作协议，杨晨认为这是机遇，也是挑战。“这会涵盖到校园足球考核、青训体系建设等多个方面，中国是时候明确自己的发展模式了。我们应该珍惜这些机会。”在心系北控队发展之余，杨晨也会经常作客央视等知名媒体，担任解说嘉宾的角色。他认为在进行足球解说的过程中，他也多看了很多比赛，对他在制定球队战术等方面有着促进作用；同时，自己领队和助理教练的角色，也能让他从更专业的角度为观众们带来深入细致的解读，让人们真正了解足球。

从退役到现在，杨晨始终奋战在足球职业化发展的一线，用他丰富的经历和对足球的热爱，为中国的联赛发展发现更多优秀青少年球员，为中国足球职业化发展贡献自己的力量。

杨晨，这位身处职业足球发展一线的“前锋”，从未退役。

【记者手记】

采访杨晨指导非常顺利。杨晨指导高大威武，却彬彬有礼，给人一种与众不同的气场和人格魅力。通过杨晨指导讲述自己踢球的往事，对中国足球职业化发展历程之艰辛体验令人感慨。在混乱、困难的年代，杨晨指导用自己的努力和珍贵的留洋经历成为了中国足球职业化的铺路人之一。

杨晨指导对中国足球现状的深入剖析，让人印象深刻。谈吐之中，无不透露着自己对足球事业的忠诚、执着和热情。赛场上，他和球员们一同奔跑，认真记录着每一名队员的状态，和年轻队员积极交谈，为他们答疑解惑。在此，记者也由衷敬佩杨晨指导等退役后依然奋战在一线的足球教练们，他们默默无闻地付出，只为让中国足球事业早日实现质的飞跃。