



华裔青年董文玲:

她的滑雪轨迹,从南半球跨越到北半球



董文玲滑雪

董文玲是新西兰 VRS DONG 的主理人,主要为华人提供多方向专业旅行服务。董文玲本身是一位资深户外玩家,还是国家级自由式和单板裁判,执裁了很多国家一级赛事。同时她还是高级单双板滑雪教练、职业竞技滑雪教练、职业自由式教练、职业高山向导,是目前唯一在同时考单双板国际满级教练的女性……

多年来,董文玲专注滑雪教育事业,将个人理想和中国滑雪教育的未来放在首要位置。



董文玲培训云顶乐园教练

爱好成就职业,专业成就理想

董文玲自幼喜爱户外运动,喜欢勇敢地去尝试各种户外项目,敢于冒险的精神为她之后滑雪事业的发展种下了一颗珍贵的种子,包括 Downhill(自行车高山速降)、公路骑行、越野骑行、丛林徒步、越野跑、水肺潜水等。

董文玲第一次滑雪是在新西兰,前期都是以一个爱好者的身份去体验,在不断探索中发现滑雪这项运动是自己的兴趣所在。除了感受到滑雪的魅力,她还深刻体会到,要想安全高效地享受滑雪的乐趣,有一个专业教练至关重要。

2014年,她在新西兰考取了第一张滑雪教练证。从此,她每年都不断提升自己的滑雪教练等级并积累教学经验。在此期间,她还不断尝试滑雪项目更多可玩方向,包括单、双板,以及坡面障碍技巧及高山竞技等。目前她已经是国内屈指可

数的单双板二级、自由式一级、竞技一级教练。

从2017年北半球的冬天开始,董文玲在魔法滑雪学校、云顶滑雪学校做雪场教练培训工作,并同时进行 American Association of Snowboard Instructors(美国滑雪教练协会)中国考证的翻译工作和 New Zealand Snowsports Instructors Alliance(新西兰雪上运动教练联盟)中国考证的代理工作。如今,新西兰滑雪教练体系除了 Instructor Training Cardrona(教练培训),其余在中国考证绝大部分来自于她的团队。

而南半球的冬天开始之后,她的团队又承担着接待中国训练队外训接待、各种户外深度旅行项目接待、深度考察项目接待等专业性极强的接待项目。

一个合格的滑雪教练,除了让学生在最短的时间内少走弯路,尽快地学会滑雪,更加深

远的意义是,让这些滑雪爱好者们爱上这项运动,并成为一个个终身的滑雪者。

董文玲表示,“在整个教学过程中,我的自我实现来自于在培训教练的过程中影响着他们的教学理念,从而通过他们的日常教学让更多人安全、高效且有趣地学会滑雪并成为滑雪爱好者。”

董文玲不仅把滑雪教学当做

一个生意来做,她更是以一个半商业半理想的方向去发展自己滑雪教育的职业道路。

如今,中国滑雪运动产业在硬件已经逐步跟上国际水平,中国建设的速度毋庸置疑。董文玲认为,最难的是软实力的提升,包括雪场管理,专业教练的培训等,还有其他经营方面,都需要更专业的人或者更高水平的人去做。

冬奥会是“一群人一起做一件事”

在2022年北京冬奥会中,董文玲担任坡面障碍技巧项目的起

点裁判和竞赛长助理。

竞赛长助理是一个很重要的



董文玲在北京冬奥会

职务,她利用英语和专业优势,在赛事举办过程中协助竞赛长与所有外籍团队沟通。

董文玲回忆北京冬奥会的经历时说道,“一群人、一条心、一件事”是我们的信念。目标一致的时候,大家就会消除那些因文化差异导致的问题。

从一开始互相的不理解,责问和质疑,到最后比赛顺利完赛时,赛事长对我们整个中国团队的认可和赞赏,并说这是他经历过的奥运赛事中最棒的团队。

“一群人凝聚所有的精神的力量,慢慢地去磨合去做好一件事情,这个过程本身就让人非常的享受”,董文玲说。

“跟随自己的内心最重要”

对于年轻人到底该如何创业,董文玲给的回答是,“兴趣是最好的老师”。找准自己的兴趣方向,结合自身的特长,而不是去盲目跟风。通过自己的特长和兴趣爱好,再结合市场的需求和发展趋势去找到创业方向,这样发展道路才能

长久。

“我想对打算创业的人说,你能承受怎样的失败?至少在年轻的时候,你应该去搏一搏,去试一试。听取他人建议的时候也要有选择性。在做决定前做足市场调研,去了解这个行业,了解竞争对手,分析

自身创业的优势和劣势。这些分析和数据是能够帮助你创业的有用信息。”

董文玲表示,“不要给自己设限,被标签束缚的人生是年轻人背上沉重的包袱。放手去做, Nothing to lose!”

(马总洋来源:中国新闻网)

天下美食



亚洲菜,真香!

祖的‘神圣之物’。怎么在这里的形象就是‘恶魔’了?”她开始查询相关的知识。发现引发问题的并不是豆腐,相反,“对保护地球而言,种植和食用豆制品是最理性的一种选择。”

“欧洲人对豆制品印象不好,很多人觉得豆腐吃起来像肥肉,还有许多人觉得豆腐味道很奇怪。”她去参观了欧洲的豆制品制作工厂才知道,欧洲人对大豆处理时加热与灭菌的过程并不充分,因此都残留着浓重的豆腥味,不仅味道不好,还会影响消化。店里售卖的现磨豆浆反响不好,也受到这种根深蒂固的观念影响。

欧洲人对大豆产生偏见,就会连带着对背后的文化也产生偏见,黄梦雅想改变这种现状。就这

样,黄梦雅萌生了自己开豆制品店的想法。

经过反复实验,黄梦雅与丈夫发现,中国人喜欢的“香浓豆味”并不被德国人所欣赏,甚至有留下五星好评的客人说,“因为完全吃不出豆子的味道,所以非常喜欢!”

开店后,黄梦雅把精力集中在大豆甜点上。研究出了多款没有添加任何肉蛋奶的甜点,特别是豆腐芝士蛋糕和豆乳冰淇淋两款“拳头产品”已经小有名气。

黄梦雅不仅售卖产品,还在社交网络推广大豆文化相关的知识。

纽约大学食品研究博士项目主任表示:“在某种程度上,这打破了以欧洲为中心的文化判断体

系……年轻的亚裔移民正在传递一种理念,即‘我们的食物很棒,色香味俱全。人们必须学会如何欣赏它,就像我们学会欣赏葡萄酒和臭奶酪一样’。”

在亚洲美食走进主流饮食文化的过程中,不论是亚裔内容创作者,还是普通的亚裔社交媒体用户,都在拥抱这一变化。他们乐于分享代代相传的家常食谱,并制作视频,同时展示被知名美食榜单忽视的宝藏餐厅。

除在社交媒体上发表美食图片外,许多亚裔也在通过平台关注亚裔餐馆背后的企业主和厨师,希望他们保持文化活力,为食客提供传统家乡味。

(徐文欣来源:中国侨网中国新闻网)



黄梦雅在进行“豆腐工坊”课程



人气产品豆乳冰淇淋

过去,人们对亚洲菜抱有刻板印象,但现在,许多人不由得赞叹一句:“真香。”

在如今的社交媒体上,展示亚洲美食的视频和图片几乎无处不在。

对于这一现象,学者和社交媒体内容创作者认为,这是重大的文化转变,它在很大程度上是由亚洲移民的后代推动的。他们通过自己的语言、资

源、技术渠道和对自己身份的自豪感,改变了人们对亚洲传统食物的看法。

“80后”女生黄梦雅是跨越文化壁垒,推广中餐的一员。

黄梦雅生于1989年,在天津大学建筑系毕业后,于德国亚琛工业大学深造。在柏林自然博物馆的一次展览中,她发现展览竟称豆腐是破坏地球环境的元凶。

“在中国,豆腐是可以用来祭