

THE
MAMBA
MENTALITY

KOBE
BRYANT

HOW I PLAY

曼巴精神
科比自传

我的比赛之道

[美] 科比·布莱恩特 著 黄祎 译

菲尔·杰克逊 保罗·加索尔 作序推荐

科比退役后 唯一官方认证传记

腾讯体育 策划出品

金城出版社
GOLD WALL PRESS

曼巴精神 科比自传


我的比赛之道

[美] 科比·布莱恩特 著

[美] 安德鲁·D. 伯恩斯坦 摄影

黄祎 译



 金城出版社
GOLD WALL PRESS

15

序一：保罗·加索尔

17

序二：菲尔·杰克逊

21

方法

95

技艺

目录

202

事实与数据

204

年表

206

后记：安德鲁·D.伯恩斯坦

208

译后记：黄玮（阿鱼）



1997年2月8日，NBA（美国职业篮球联赛）全明星扣篮大赛



2011年10月7日，客场对阵金州勇士队





2013年1月17日 主场对阵迈阿密热火队

KOBE BRYANT
THE MAMBA MENTALITY

HOW I PLAY

曼巴精神 科比自传

我的比赛之道

[美] 科比·布莱恩特 著

[美] 安德鲁·D. 伯恩斯坦 摄影

黄祯 译

还记得，得到第一个真正的篮球时，我还是个孩子。

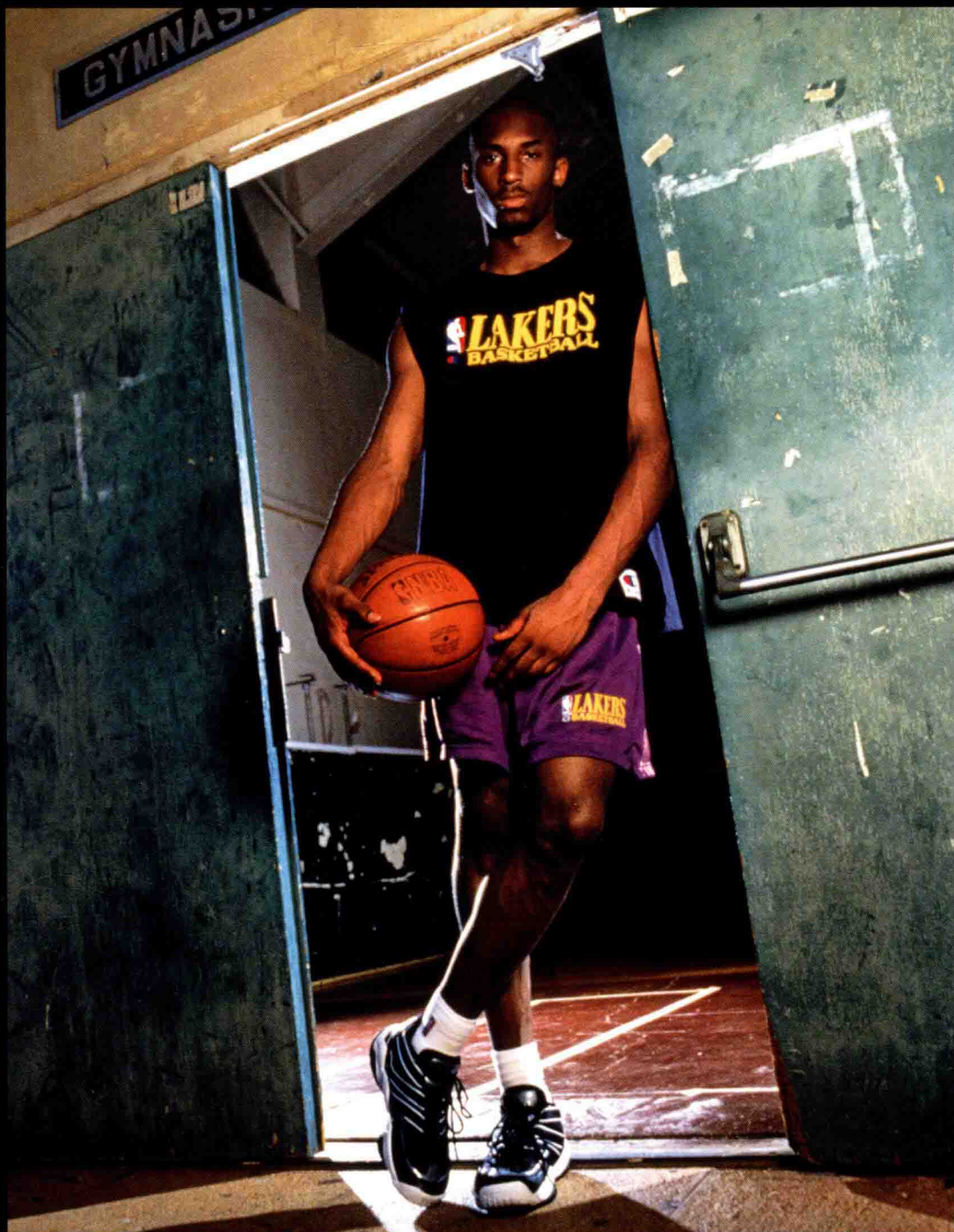
我喜欢它在手中的感觉，对它一见倾心。

我甚至舍不得拍它或用它，因为不愿破坏那些鹅卵石般的皮革颗粒，
还有那些完美的凹槽。我不想毁了那种奇妙的感觉。

我也喜欢它发出的声响，那种在硬木地板上反弹发出的“砰、砰、砰”。
清脆，清晰，易于预测。那是生命之声，光芒之声。

这正是我热爱篮球、热爱比赛的一部分原因，
也是我篮球之道的核心与根基。因为它们，我才能经受我所能经受的一切，
倾注我所能倾注的所有，探索我所能探索的全部。

一切都源于孩童时期，第一次听到那让我心醉神迷的“砰，砰，砰”。



谨以此书，献给下一代的伟大运动员。
愿你们从他人的旅程中汲取力量，书写出自己的传奇。

记住，要青出于蓝而胜于蓝。

—— 科比·布莱恩特

致我的家人，感谢你们的爱、支持和耐心。

—— 安德鲁·D. 伯恩斯坦

致谢

如果没有我的妻子瓦妮莎，我的故事、职业生涯和奉献都无从谈起。
感谢你的陪伴、耐心，以及和我一样强的竞争心。你是我的终极队友。

娜塔莉亚、吉安娜和比安卡，希望你们能从这本书中获得启发，努力构建你们自己的精神。
最重要的是，你们每一个都是我的骄傲和欢乐之源。

谢谢你，名人堂摄影师安迪·D. 伯恩斯坦。

多年来，他用镜头打磨出完美无缺的摄影技艺，在业内无与伦比。
一个摄影师，一名运动员，一支球队，20年时光——没有你的工作，这个故事不可能如此栩栩如生。

兹威·特沃斯基，为了更准确地诠释和表达“曼巴精神”，你花了无数时间帮我打磨词汇，斟酌字句。
谢谢你帮我教给下一代，什么是方法和技艺。

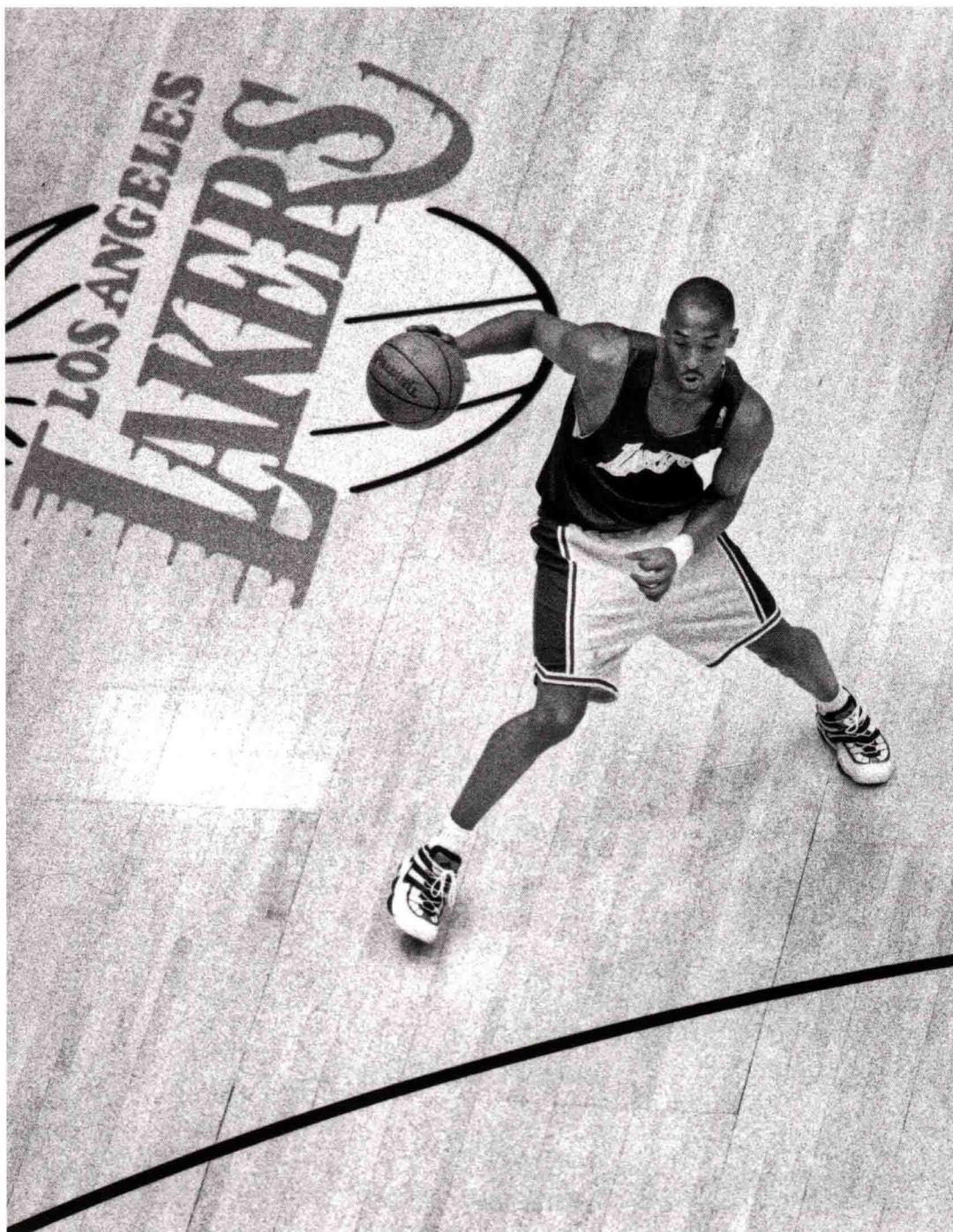
保罗·加索尔和菲尔·杰克逊，你们都激励我成为最好的自己。
希望你们的教诲可以帮助未来的运动员，不管他们的梦想是什么，都知道该怎样成为最好的自己。

另外特别感谢洛杉矶湖人队的罗勃·佩林卡，WME公司的杰·曼德尔和约什·派亚特，
梅尔切传媒公司的查尔斯·梅尔切和克里斯·斯坦纳，
斯隆-奥佛-韦伯-德恩有限责任合伙公司的达林·弗兰克，
还有科比股份有限公司的团队：莫莉·卡特，丽塔·科斯蒂亚，马特·马特科夫和杰·瓦德金斯。

—— 科比·布莱恩特

感谢科比的信任，记录他20年传奇生涯的过程中，我一直兴味盎然。
感谢NBA图片部门的乔·阿玛蒂和大卫·德伦博格，Getty图片公司的佳明·罗马内利，
以及凯利·莱安、吉尔·巴克兰德这两位朋友。

—— 安德鲁·D. 伯恩斯坦



图书在版编目(CIP)数据

曼巴精神：科比自传 / (美) 科比·布莱恩特著；黄祎译. —北京：金城出版社, 2018.10

书名原文: The Mamba Mentality

ISBN 978-7-5155-1737-7

I. ①曼… II. ①科… ②黄… III. ①布莱恩特(Bryant, Kobe 1978-) - 自传 IV. ①K837.125.47

中国版本图书馆CIP数据核字(2018)第212591号

THE MAMBA MENTALITY

by Kobe Bryant

Text copyright©2018 by Kobe Inc.

Photographs copyright©2018 by Andrew D. Bernstein

This edition arranged with Kobe Family Entertainment, Inc.

through Andrew Nurnberg Associates International Limited.

Simplified Chinese edition copyright:

2018 Gold Wall Press

All RIGHTS RESERVED.

曼巴精神：科比自传

作者 [美] 科比·布莱恩特

译者 黄祎

责任编辑 李轶武

文字编辑 李明辉 许姗

开本 889毫米×1194毫米 1/16

印张 13

字数 100千字

版次 2018年11月第1版

印次 2018年11月第1次印刷

印刷 北京盛通印刷股份有限公司

书号 ISBN 978-7-5155-1737-7

定价 124.08元

出版发行 **金城出版社** 北京市朝阳区利泽东二路3号 邮编: 100102

发行部 (010)84254364

编辑部 (010)64391966

总编室 (010)64228516

网址 <http://www.jccb.com.cn>

电子邮箱 jinchengchuban@163.com

法律顾问 北京市安理律师事务所 18911195819

15

序一：保罗·加索尔

17

序二：菲尔·杰克逊

21

方法

95

技艺

目录

202

事实与数据

204

年表

206

后记：安德鲁·D.伯恩斯坦

208

译后记：黄玮（阿鱼）

