

不分肤色和国界，不分男女和老少，我们一起来**造姚**



珍藏姚明

相得益彰
不容错过

国际篮联主席程万琦作序推荐

快品尝体育、商业与天然性感交互渗透的华宴



超值 VCD
附赠姚明个人精彩集锦
跳楼奉送

平地一声雷 NBA 出了姚明

崛起于《灌篮高手》时代

他在亚洲无敌手

休斯敦 我来了

NBA 造星完全行动

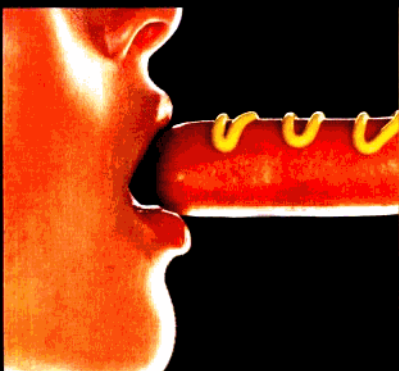
大魔怪和一寸法师

明天谁会嫁给姚明

上海社会科学院出版社

珍藏姚明

Treasure
Yao's



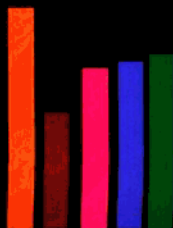
Who is it?



Is it him?



It is!



序



国际篮球联合会主席 程万琦

《珍藏姚明》一书的出版，是围绕着姚明所产生、分化出来的众多商业价值和社会价值的再一次集中体现。事实上，这场围绕姚明的造星运动已成为NBA全球推广计划的核心内容。通过姚明，NBA将迎来全球化的第二次良机。

姚明是一个奇迹，也是世界篮球的传奇。他的出现，让世人进一步了解了中国、认识了中国人。我甚至相信，姚明的出现可以让全球华人在各自的工作和生活中会变得更加有信心、更有活力！姚明的魔力是13亿中国人给的，他的身后站着整个中国，华人又遍布全球。通过姚明这样一个健康积极的形象，告诉全世界，中国正自信地走向世界，中国人在追求个人成功、个人奋斗的同时，也在获取由奋斗带来的个人财富。

《珍藏姚明》一书给我留下了非常深的印象。《珍藏姚明》独特的视觉、精美的图片和丰富的资讯极其值得收藏。文稿的写作手法也颇具特色，体现了策划人独到的眼光。本书用大量生动的图片和文字，让读者看到了一个鲜活的姚明的成长历程。姚明是中国，也是世界的，是篮球的，也是社会的。

一个22岁的年轻人，要走的人生之路还很长，要去书写的东西还很多。让我们一起祝愿姚明的明天更辉煌。



2005年3月28日



姚明

全球化时代的
中国标志

姚明档案：

位置：中锋
身高：7英尺5英寸/2.26米
体重：296磅/134公斤
生日：1980年9月12日
星座：处女座
出生地：上海
血型：A型
臂展：2.25米
平地站立摸高：2.92米
体内脂肪含量：7%
胸围：106.7厘米
腰围：66.0厘米
大腿长度：91.4厘米
鞋码：18码

最喜欢的动物：都伯文狼狗
最喜欢的颜色：蓝色
最喜欢的杂志：体育类
最喜欢的作家：叶永烈
最喜欢的歌手：张惠妹
最喜欢的食品：肉
最喜欢的菜系：沪菜
最喜欢的电影：《虎口脱险》
最崇拜的人：周恩来
最喜欢的城市：上海
最喜欢的节日：“十一”国庆节
最喜欢的国家：中国
最喜欢的服装类型：运动、休闲
最喜欢的歌曲：流行音乐
百米速度：15秒左右
第一次登场：1997年全运会
爱好：文学
座右铭：相信自己
外号：“遮天巨手”、“遮天小巨人”
偶像：奥拉朱旺、萨博尼斯

YAO MING

珍藏姚明

序

1

第一章 平地一声春雷 NBA 出了姚明

5

亚洲第一夫妻
母亲的境界：云淡风轻
美国厨房里诞生的八宝辣酱
“小讨债鬼”险些让老两口破产
巫附阿爸
“车霸”姚明

第二章 崛起于“灌篮高手”时代

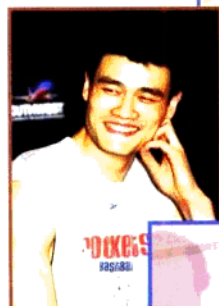
17

青年队里的“红领巾”
篮球场新来的小“憋大”
第八大奇迹
球鞋的烦恼

第三章 他在亚洲无敌手

29

关于篮球天才的预言
“痲大虫”出山
谁说身高与智商成正比
好一个摊皮士
巨灵神发威
离开上海温柔的包围
被红绳绳控着的巨无霸
远大前程
我是千万富翁
NBA 的中国“三剑客”
集体过堂
Yao，你是弥勒佛吗？
这里怎么变小了
大话姚明之明天谁会嫁给姚明



目录

YAO'S TREASURE

YAO'S TREASURE



第四章 休斯顿，我来了

158

Come on, NBA
 打好球是我最大的心愿
 选秀现在时
 状元秀，怎样秀？
 球侠西行
 他点燃了孩子们的新梦想
 中国球员 NBA 行动档案
 大话姚明之假如他不去打篮球

第五章 NBA 造星完全行动

187

火力试探
 “姚旋风”
 被休斯敦提前“抛售”？
 明王朝
 球场上每一步都回荡着黄金的声音
 NBA 球队准备参加 CBA 联赛
 出口姚明是否加大了中美贸易逆差？
 NBA 中场跳起狮子舞
 潜在收入：三亿美元以上
 大话姚明之姚明儿子的自述

附录 明王朝纵览

110

姚明简史
 技术数据统计
 姚知道



YAO'S TREASURE



NBA

Y A O M I N G

第一章

平地一声春雷

NBA 出了姚明

对于需要从小就打下基础的职业来说，人们在最初选择它的时候基本上同爱好无关，因为此时的选择多半是由父母替他们完成的

妙解数学

姚明上学时做功课向来都很认真，大多数科目的成绩也都不错，可是偏偏对数学不感兴趣。有一次在谈到数学时，他跟记者开玩笑说：“数学？只要弄懂100以内的数字就可以了，反正单场个人技术统计的数字不会超过它。”





看台上的老两口，又笨又笑，手插和叉着指有节奏地打拍子，轻松自如，但只有他的眼神就能感到他内心的紧张。

THE NO.1 COUPLE OF ASIA

亚洲第一夫妻

上海康平路95号，一幢很旧的筒子楼，里面住满了上个世纪七八十年代与上海体育事业沾亲带故的人，其中不乏像上海男排主教练沈富麟、现任国家网球队教练王良佐这样的知名教练，当然，还有当时中国女篮的领军人物方凤娣及其一家。

筒子楼木头门窗上透发出的黯淡，仿佛讲述了那个时代体育人的一种境况，同样也是上海这个大都市住房紧张的一个写照。姚明来到世间的第一个家就在6楼走廊的尽头，简陋而狭小的空间留存着姚明童年里对家的全部记忆。一间不足20平米的屋子，对于身高2.08米的父亲和1.88米的母亲来说的确小了一点。1980年9月12日，足足5公斤重的小姚明的出生让这间本来不大的屋子显得更加拥挤了。

姚明出生时个头虽然不小，但他是

那种骨头架子比较大的类型，身上并没有多少肉。为了让孩子能够得到足够的营养，父亲母亲不得不勤俭操持家务，让每个人每月40多元的工资都发挥最大的作用。即便是这样，贪长的姚明在五岁时除了比同龄的孩子高出一头以外，身体依然瘦弱。也许是身体里吸收的钙质供应跟不上身体生长的缘故，这个时候的姚明在跑跳时经常摔倒，脚步远不如日后2.26米时的他那般灵活。

培养一个孩子，除了要对他的生活进行照料外，更重要的是对孩子的教育。姚志源教育孩子的方式也非常有意思，既有严格的一面也有宽松的一面。与一般家长反对孩子玩电子游戏机不同，姚明考上了重点中学（上海第二中学）后，姚志源为了奖励小姚明，专门为他买了一台游戏机，于是，游戏机成了姚明另一种快乐的来源。

再没有一个人像姚明这样典型地体现出基因遗传的力量了。“龙生龙，凤生凤”和“种瓜得瓜，种豆得豆”的俗语反映了中国人对于基因学最初和最直观的理解。同为篮球运动员的姚志源、方凤娣夫妇曾经被誉为“亚洲第一夫妻”。赢得如此美誉的原因，除了夫妻二人的身高优势以外，更多的还是因为两口子琴瑟相谐：从上海队退役后，姚志源一直在上海海事局工作，虽说工作有一定的压力，但他依然把自己分内的事情处理得井井有条。

母亲的境界：Mamma.

云淡风轻

关于方凤娣，外界的赞誉之辞就更多了。姚明母亲的品格，哪怕从闲聊式的对话中也能给人深刻的印象。记者在姚明上海的新家里对姚母做过一次采访，提了一个看似随意的问题：“您觉得以姚明现有的身体状态，他在NBA能够打多少年？”

“现在不好说。”姚明的母亲是这样回答的，“NBA的对抗要比CBA激烈得多，比赛密度和强度也大得多。在我们这儿打10年，在那儿也许只能盯个五六年，这些都很难说。关于姚明的运动生涯，我们不会去刻意地给他安排，也许等到他自己累了，疲倦了，不再喜欢篮球了，他也就不打了……”

摄影师准确无误地记录了当时的画面：方凤娣的话语中，除了专业的理性分析外，更多的是一个母亲对儿子的疼爱和关怀——平静的脸庞流露出对儿子从事的这份职业的豁达与恬淡的气度。



美国厨房里诞生的 八宝辣酱



当最近有记者问姚明为什么他这么高时，姚明笑着反击：“你能告诉我为什么你这么小吗？”

纽约时报 2003年2月25日

姚明赴美前夕，方凤娣提前两周便来到了休斯敦。从2002年10月初开始，方凤娣购买新房，布置新居，添置家具，直到把一切都收拾妥当才迎来了姚志源和姚明。姚明到达休斯敦后就投入了紧张的训练和比赛中，于是，照料儿子生活起居，为儿子做可口的中国饭菜……一切家务杂事基本上都由方凤娣操劳。每逢火箭队主场作战，方凤娣必定亲自督战。她全神贯注于儿子在比赛中的每一个细节，为每次精彩进球拍掌欢呼，也为儿子的每次失误扼腕叹息。

姚明在休斯敦的家位于市中心西南方向的富人居住区，这是方凤娣亲自挑选的住所，大概花费了50万美元。在NBA，球队每次打完客场，有条件的队员都会连夜赶回自己居住的城市。火箭队也不例外，每当姚明结束客场比赛后，他都要从机场开近一个小时的车返回，很多时候，直到凌晨两三点才能到家，但不

管多晚，方凤娣总要等到儿子回来，并亲眼看着儿子与翻译科林吃完她准备的夜宵才会放心去睡觉。“儿子打球那么辛苦，没有吃的东西补进去，体力怎么能跟得上呢？”——言辞中充满了对姚明的关爱。

姚明虽然吃得惯西餐，但更偏爱母亲亲手烧的菜，他最喜欢吃妈妈做的红烧鳊鱼和汤。为了做出可口的饭菜，方凤娣对刚刚购买的房子动了一次“大手术”。由于美国的开放式厨房不适合烹饪中国式的饭菜，方凤娣竟然突发其想地将洗衣房改装成了中国式的厨房。她首先将煤气管道接进洗衣房，再在里面安装上适合炒菜的灶具，三下五除二，一间浑似上海老家的中美结合式厨房诞生了，于是，这间厨房里便时时弥漫着八宝辣酱的味道——姚明闭上眼睛，就会感到自己如同置身于上海。

除了上街采购由姚志源承担外，家里所有杂活基本上都由方凤娣一人揽下。只要不是去看火箭队的主场比赛，她总是一刻也不得闲：烧菜、洗碗、洗衣服、清扫房间……就连翻译科林的衣服也都是由她亲手洗的。上海女人爱干净，方凤娣是典型的上海主妇，喜欢将家收拾得井井有条，家里的一切总是被擦得一尘不染。

慧眼识英才

大约两年前，曾是国际球探，现为达拉斯小牛队篮球运动主席的小尼尔森，看了中国国家队在达拉斯市区的训练。当时王治郅是中国队的标志，他曾在1999年NBA选拔赛第二轮被小牛队选中，并成为在NBA里的第一位中国球员。但是小尼尔森的注意力却盯在了中国人另外一位7英尺高的球员身上。“我就要他了，”他指着球场上最高的那个球员说，“王也许不会错，”小尼尔森继续道，“但是，即将成NBA以及全世界都出色的球员应该是那边那一位。”“啊，是吗？他叫什么名字？”有人问小尼尔森。“姚明。他19岁。”他回答道。

福特沃斯市星球电报
2003年1月21日



盖帽之王

谈到在亚洲少年锦标赛中他惊人的17个盖帽，这成为他最值得留恋的赛场经历。姚明被问到在一场比赛中愿意有30个盖帽还是得30分时，他回答说：“我愿意有30个盖帽，如果你有30个盖帽，就会打垮对手的士气，让他们无心恋战。”

芝加哥太阳时报
2002年12月31日



篮球大使

意识到自己是祖国派到美国的友好使者这一角色，姚明评论道：“我希望我是一本好的教科书，对我而言，我在这儿不仅仅是打球，你们应该了解，在中国，集体荣誉和国家荣誉是高于一切的。我希望能让美国人看到中国人在困境中是怎样真正努力工作的，我希望通过我在NBA的工作，使他們能认识到这一点。”

今日美国 2002年10月28日





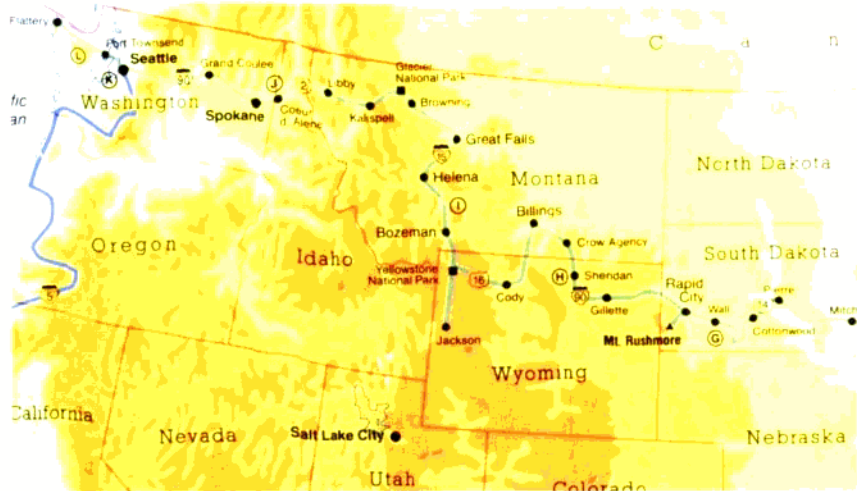
“小讨债鬼” 险些让老两口破产

七八岁的姚明正是长身体的时候，所以饭量也特别大，每顿饭都能吃掉4块红烧大排或一个肘子，这样的开销对于一个月收入还不到100元的家庭来说是一项很大的负担。因此，那几年姚明的家中几乎没有添置什么额外的用品，用方凤娣的话说就是“工资差不多都让姚明给吃了”。父母后来决定让姚明进入少体校篮球班，除了有让

他多活动活动的想法之外，很大程度上是因为少体校每天5块钱的饭食补贴能够满足姚明每天生长所需要的营养。

姚明的疯长很快引起了上海市体委的重视，体委领导授意姚明所在的徐汇区体校给上面打报告，就这样一层一层地，姚明的情况一直反映到了中国篮协，当时任中国篮协副主席，也曾经当过方凤娣教练的杨伯镛先生得知这一情况后，

立即去上海专门调查估量姚明的发展前途。杨伯镛回到北京后，中国篮协有关领导在研究后决定每年给小姚明拨专款10000元人民币作为生活补贴，这份补贴一直持续到姚明进入上海青年队拿工资后才停止，要知道，在那个推崇万户的年代里，这可不是一个小数目，这笔钱足以让这对被“小讨债鬼”险些逼得破产的父母去掉了后顾之忧。



姚明奇高的个头来自于他的祖上。姚明的祖籍震泽镇位于吴江市的西南部，毗邻太湖之畔。小镇有上千年历史，位于吴越苏杭之间，是著名的鱼米之乡和丝绸之府——柳亚子先生称之为“太湖湖水连天阔，中有灵气吴震泽”，此地得吴越之灵气，太湖冽泉之滋养，所以养育了张志和、王锡阐、倪师孟、龚积芝等一方名人。这里大多数人都身材匀称，皮肤白皙，是地地道道的出“才子面庞秀才身”的福地。姚氏家族就繁衍在这个人杰地灵的富庶之地。据镇上的老人介绍，姚姓家族个个都是高个子，只要镇上走来一个大高个，十有八九都是姓姚的。姚明的爷爷姚学明，身高2.03米，绰号“姚长子”，原为震泽万生烟纸店的伙计，抗日战争胜利后举家迁往上海定居；姚明的叔叔姚志强的身高也有1.92米，但他在这个“长子”如林的家族中已算是小个子了。■

► 很明显，姚明秉承了这个江南“巨人家族”的性格：低调，不张扬



疯狂的美国人

谈到他现有的美国最好的也是最苦的工作之一，派恩说：“我在马里兰的朋友们说，他们将要辞职，打点行李然后搬到休斯敦。他们将会成为姚明的班子，因为他目前还没有组成他自己的私人班子。一位朋友已宣布要帮姚明拿手机，另一个要系上姚明的鞋子，这真是疯了！”

休斯敦时报 2002年11月1日



中国老饕

就他在美国的饮食习惯，姚明说道：“我尽量吃许多中国食物，我几乎每天都能吃到妈妈做的饭菜，当然在路途我不能吃到妈妈做的饭菜，因为我的翻译不会烹饪。”

SI.com 2002年11月15日



倒数第二

在开场失利、后来又得了30分的对达拉斯小牛队的比赛中，谈到与7英尺6英寸的肖恩·布拉德利交手时，姚明说：“因为我没有很多机会能与和我一样高的选手打球，所以我非常兴奋。”他又补充道：“现在我知道我并不是NBA中最瘦弱的球员了。”

美联社 2002年11月21日



FATHER 巫师阿爸 and SON



老爹姚志源继承了其家族温良恭让的性格特征，属于内向、低调、凡事都不爱张扬的一类人。姚明也是如此，无论成名前还是成名后，他都没有任何改变。而有个明星儿子的姚爸爸也依旧是那个与邻为善的大个子。

上海男篮的老教练王崇光讲述了一个故事：早在1956年，篮球队的教练在街上遇见了一位身高2.03米的“高人”，身材修长，十分适合打篮球。可是

一问，年龄太大了。再一打听，老者的儿子竟然比他还高，有2.08米，也已经30多岁了。年龄虽然大了一些，可毕竟其他条件不错，于是就把他招进了上海队。就这样一辈辈盼着“高人”出世，如今的上海队终于盼来了国内篮坛百年不遇的篮球天才——姚明。

儿子成长的路程也是父母实现自我的一个过程，看着姚明一步步走向成功，姚志源也开始由最初的严格管教转变为

默契配合，因为姚明已经慢慢地走向成熟，并且已经有能力驾驭自我。这足以让父亲感到一些欣慰了。在CBA比赛时，凡是上海东方队的主场，姚志源都会偕同妻子前往观战。赛后父亲总会帮着姚明做一些比赛总结，话语中自然免不了要摆摆“严父”的谱，批评的话总是多一些。

姚明登陆美国后，NBA比赛的强度和密度远远超过了CBA，平均两天一场

比赛，四天就要飞一次客场。尤其到了赛季的中段，姚明基本上站稳了首发主力的位置后，比赛强度已经超出了父亲当初的想像，“我跟他妈妈本来设想姚明可以在这个赛季每场打10分钟，在有限的时间内发挥他的能量，但没想到他上得太快了，现在上去了就下不来。孩子现在太累了，不补不行。”

北京时间2002年12月29日，休斯敦火箭主场对阵纽约尼克斯，姚明上场32分钟12投5中，拿下17分，5个篮板，没有助攻，盖帽也只有1次。除了得分，状元秀的其他各项技术统计似乎又回到了刚进NBA时的状态。“其实，现在姚明的身体已经超负荷运转了。”姚志源心疼地说，“姚明又是一个非常要求上进的孩子，每次训练还要提早一个小时去。最近这段时间，看得出姚明累得要命，有时他

家都说受不了几句话，躺下就睡着了。体力这东西，可不是一下就练得出来的。”

姚明逐渐低迷的状态一时间急坏了回国办理事务的父亲，当时，姚志源正在上海注册一些姚明将来可能涉及到的商业侵权行为的一些商标。从电视转播中看到儿子在赛场上拖着日益疲惫的身躯，父亲赶紧放下手中的事务，即刻赶往姚明先前所在的上海体育运动技术学院梅陇训练基地。这里有上海东方俱乐部原先专门为姚明配置中药的卫国平医生。药是由人参和冬虫夏草等名贵的中草药配制而成的。火箭队虽然也有专门为队员恢复体力配置的营养液，但其功效显然无法与中国的传统中药相比。连火箭主帅也相信中药的神奇，他已经长期服用中草药营养剂达10年之久。姚明在CBA比赛时，每次遇到体力透支的时候

都是靠着这种“营养液”度过难关的，因此，姚志源相信这种神秘的“营养液”肯定会给姚明带来改变，会帮助儿子摆脱目前的困境。于是，父亲在拿到配置好的药后，第二天便飞赴美国。■



相对休闲车来说，我更喜欢奔驰，这辆车可不是给我买的，这是送给我爸爸妈妈的，他们很辛苦，也得坐大车



BUZZER BEATER

“车霸” 姚明



在 姚明成为“车霸”之前，他已经是“姚明”了。姚明在 NBA 的生涯使他拥有了“姚麦”的称号。在 NBA 打球期间，姚明的座驾包括了“保时捷”、“法拉利”——他在 NBA 打球期间的座驾是“法拉利”。姚明在 NBA 打球期间，他的座驾中不可缺少的最重要角色之一就是他的“法拉利”。

父亲母亲除了照本说明的开车到他在 NBA 打球的地方，姚明还经常开着他的“法拉利”去 NBA 打球的地方。姚明还经常开着他的“法拉利”去 NBA 打球的地方。姚明还经常开着他的“法拉利”去 NBA 打球的地方。姚明还经常开着他的“法拉利”去 NBA 打球的地方。

SEQUOIA

姚明在 NBA 打球期间，他的座驾中不可缺少的最重要角色之一就是他的“法拉利”。姚明在 NBA 打球期间，他的座驾中不可缺少的最重要角色之一就是他的“法拉利”。姚明在 NBA 打球期间，他的座驾中不可缺少的最重要角色之一就是他的“法拉利”。姚明在 NBA 打球期间，他的座驾中不可缺少的最重要角色之一就是他的“法拉利”。