

打入 NBA

姚明◎著



献给我的球迷

华艺出版社

图书在版编目(CIP)数据

打入 NBA: 献给我的球迷/姚明著. —北京: 华艺出版社, 2004. 8

ISBN 7-80142-430-1

I. 打… II. 姚… III. 纪实文学—现代

IV. B312.655

中国版本图书馆 CIP 数据核字(2004)第 054666 号

书 名 打入 NBA

作 者 姚明

责 编 王世伟

装帧设计 张清工作室

出版发行 华艺出版社

社 址 海淀区北四环中路 229 号海泰大厦 10 层

电 话 010-82885151

邮 编 100083

E-mail huayip@sina.com

经 销 新华书店

印 刷 北京市东海印刷厂

开 本 850 × 1168mm 1/32

印 张 10

字 数 196 千字

版 次 2004 年 8 月北京第一版

印 数 20001 册

书 号 ISBN 7-80142-430-1/Z · 226

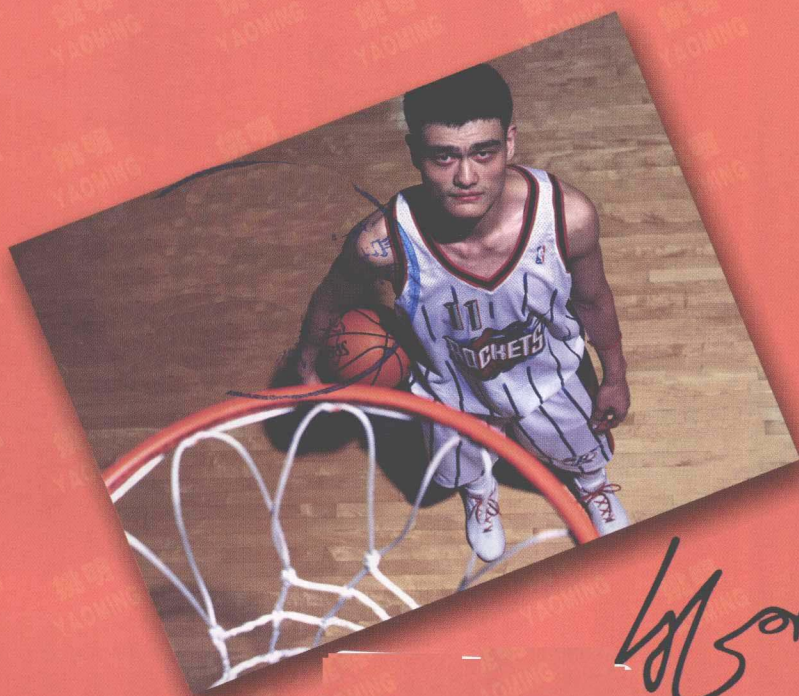
定 价 18.00

华艺版图书, 版权所有, 侵权必究

华艺版图书, 印装错误可随时退换

打入NBA

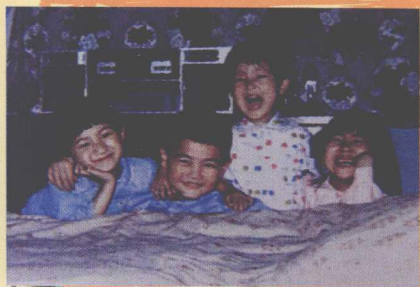
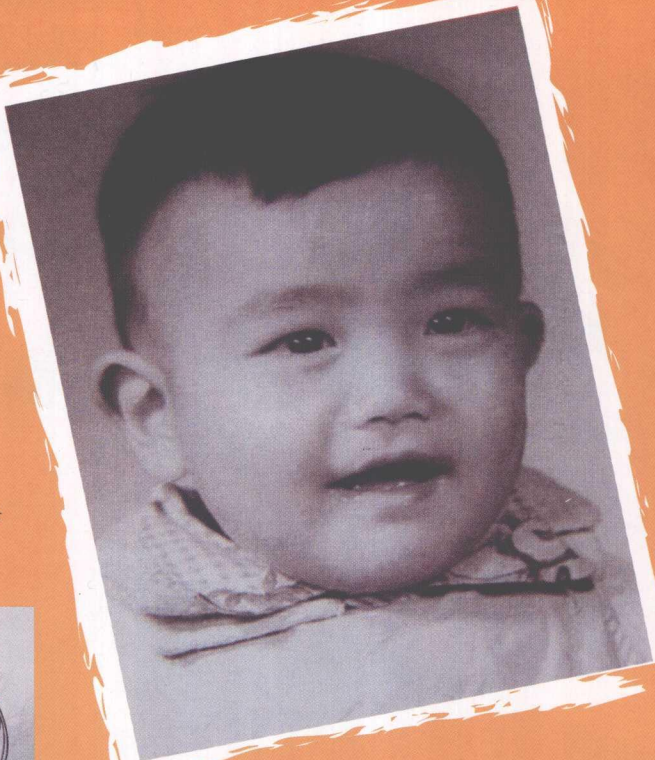
献给我的球迷



姚明

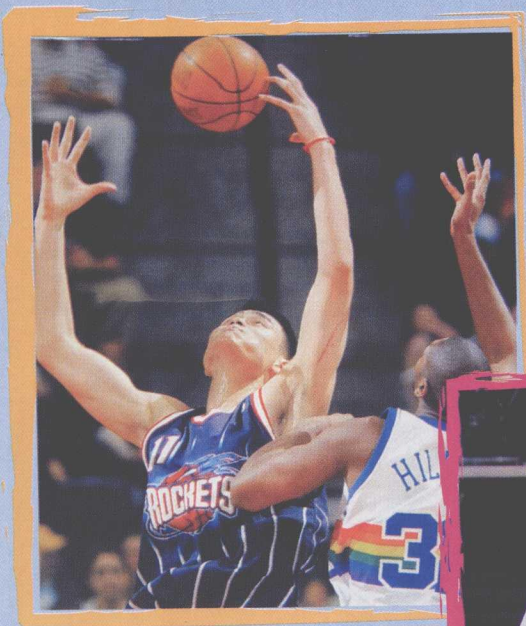
华艺出版社

→小时候的我
1982年摄于震泽
国营照相馆。

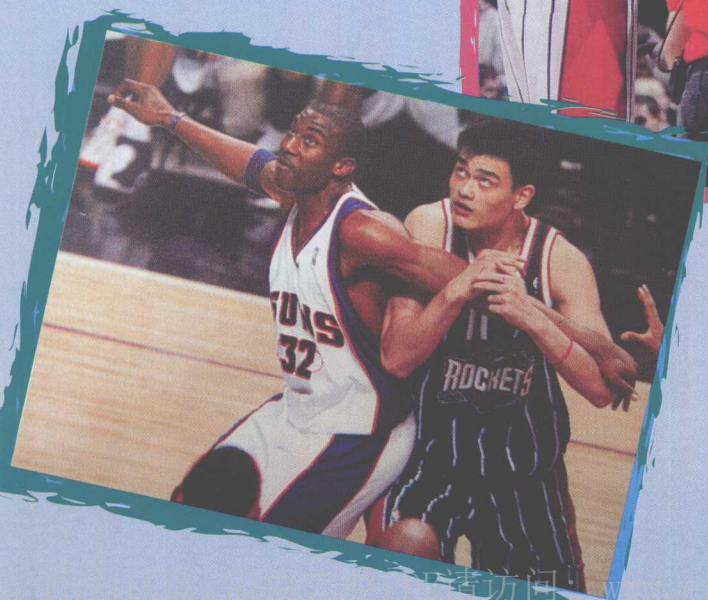
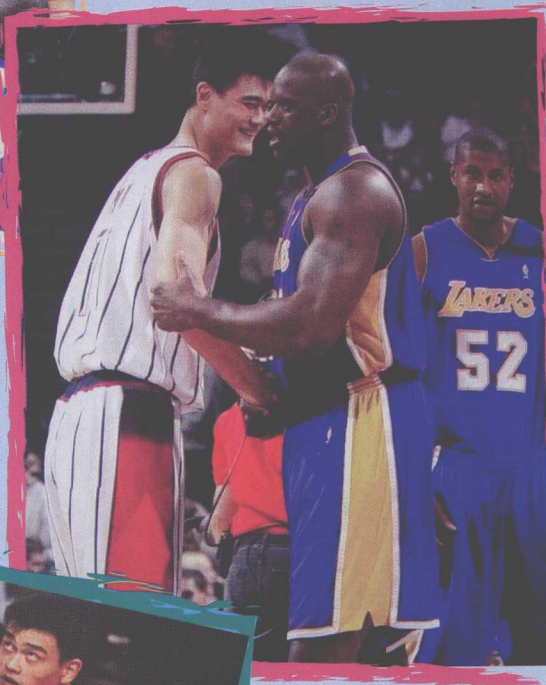


↑我和小时候的伙伴在一起，
从左往右马丽、我、牛艳、
杨沫。

←1990年，小学四年级的我在长城上的留念。

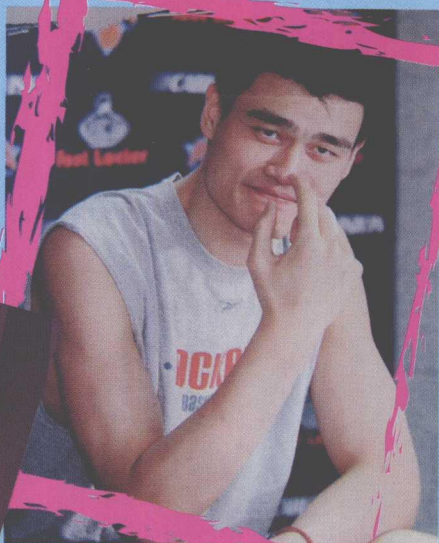


←2002年11月，
在NBA赛场上的我。



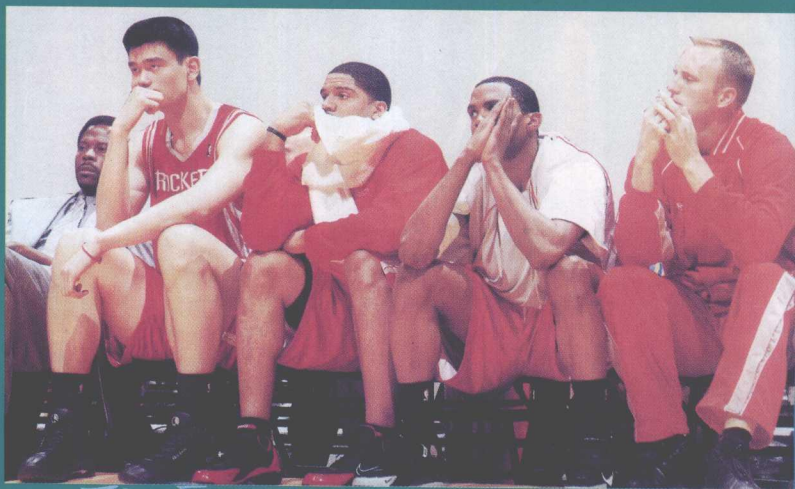
←面对对手的强大防守，
我有点无能为力。

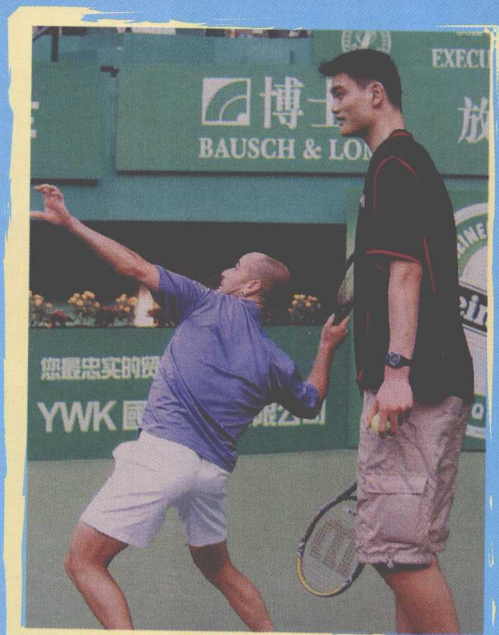
2002年12月



2002年,美国媒体对我非常热情,
上图是美国某体育杂志的封面。

2002年,我作为替补队员在场
下观看队友比赛。

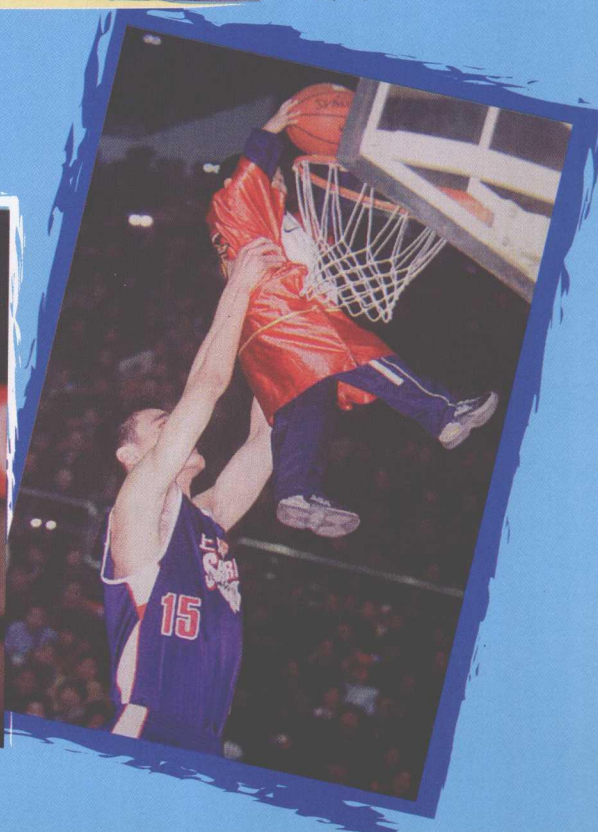


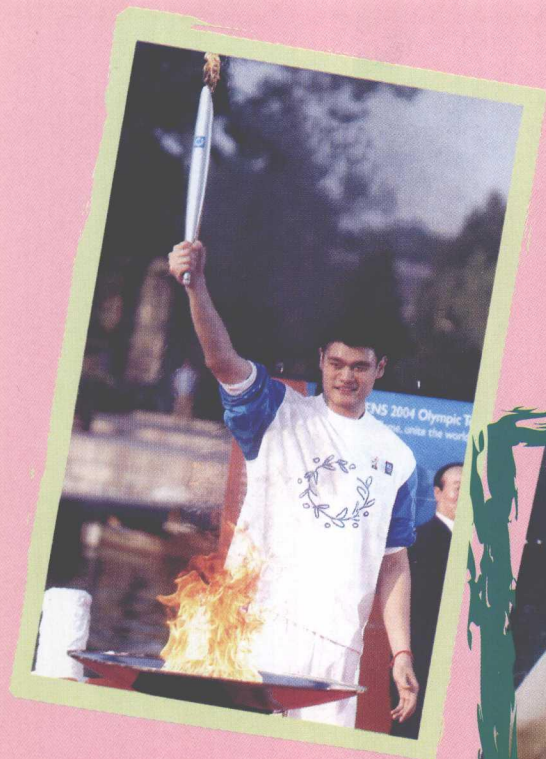


←2003年，我和我的美国朋友杰克一起打网球。

↓2002年4月获得CBA冠军后，一个小孩要求要扣篮，我将他抱起，场下顿时响起了热烈的掌声！

↓2002年10月31日，我扣进NBA的第一球。





2004年6月，我点燃奥运圣火那一刻，心情无比激动。



2002年4月19日，
来之不易的CBA冠军。



2002年10月，我和父亲在去往
美国时的登机口处。

自序

阳光与玫瑰花的敌人

如果把各种各样对我的赞誉归纳起来，完全可以编一本厚厚的书；同样，如果把怀疑、嘲讽我的文字集中在一起，也会是一本绝不单薄的书。

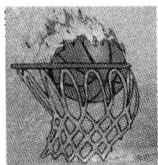
在很小的时候，我就尝够了世态炎凉的滋味，不得不承担着远远超过同龄人的沉重负担，去面对别有用意的捧杀与棒杀。

令人惊讶的是，我有着强大的自我心理调节能力，谦逊平和，幽默机智，与人相处融洽，巨大的身躯里面，是一颗纯真快乐的心。

我对篮球有着无已伦比的热情，但最终让我成功的，是我的勤奋与智慧。在我的电脑屏保上，有一句几乎令所有人都感动的话：“KEEP WORK HARD。”

对我而言，篮球像是一个永远吸引我去追逐和奋斗的梦想。

我总是以一个弱者的身份进入自己新的篮球世界。在青年队的时候、我拼命训练，只为了打进一队，不再愁找不到合脚的鞋子；进了一队后，我拼命训练，为的是打上主力；打上主力后，我拼命训练，为的是争夺CBA冠军；夺下CBA冠军后，我拼命训练，为的是在



NBA 中站稳脚跟……

很多年前，我玩《三国》游戏时，有过一次很难忘记的战役：我用刘备，在邳城用 47500 名士兵，打败了曹操的 16 万人马。跟很多人不一样，我玩游戏不喜欢后期强大之后可以轻易攻城惊地的时期，偏偏喜欢开局时只有两三个城市的时候——那也是最具挑战的时候，兵临城下，苦苦支撑，用尽计谋，然后以弱胜强。

我喜欢这种挑战，并且在这种挑战中迅速成长。

2003 年 1 月 5 日晚，一件巨大的“15 号”球衣高高悬在上海卢湾体育馆篮球场上空，我成为中国体育史上第一位获得拥有球衣号码退役荣誉的运动员。

东方男篮 6 年苦战，从乙级队打到 CBA 总冠军，这个过程，也是我历经磨练终成大器的过程。我离开了上海东方篮球俱乐部，“15 号”球衣也从此在东方队退役——他们封存一个号码，用来表达对我的敬意。从此，上海东方男篮的这个号码只忠诚一个名字：“姚明”。

2003 年 2 月 10 日，第 52 届 NBA 全明星赛在美国亚特兰大菲利普斯体育馆隆重上演。乔丹第 14 次也是最后一次参加全明星赛，而我则在新秀赛季就一跃成为先发主力中锋。我用一个漂亮的“空中接力”完成了自己首次全明星赛上的第一次得分——也是最后一次得分。

我未能成为主角，主角是乔丹，或者是跟我竞争先发主力中锋而败下阵来的奥尼尔。

相比起来，我只是刚刚起步。我在 NBA 的“明王朝”，正处于只有两三个城市的开局阶段。

说起球衣退役，说起 NBA 全明星赛，谁都会想起乔丹，但是，对有着 13 亿中国人支持背景的我而言，

我想我今后一定会超过他！

第52届全明星赛NBA官方网站将我和乔丹的合影放到了头条位置，身着白衣的乔丹和一身红装的我显得格外醒目。配文则是：在自己的最后一届明星赛上，乔丹将接力棒交给像姚明这样的年轻球员手上。

这就是我的生活，它是一个结束，也是一个开始。



2004年7月

自序
阳光与玫瑰花的敌人



目 录

1	我的童年生涯	1
	我的祖父、祖母	1
	“姚盼盼”的来历	5
	朴素而又快乐的童年	11
	“光荣升旗手”的梦想	17
2	一项伟大的运动	21
	第一次投篮	23
	打篮球要靠脑子	28
	“一条龙”的篮球体制	35
3	成功背后的辛酸	43
	进入上海青年队	43
	只为一双合适的鞋子	48
	第一次参加成人比赛	55
4	这一刻,大家认识我了	61
	第一次出战 CBA	61
	八一碾碎了我们的快乐	65
	更上一层楼	71
	“体育道德风尚奖”	74



打
入
N
B
A

5	黎明前的黑暗	79
	第一个重大挫折	79
	我的受伤经历	83
	男儿有泪不轻弹	87
	第一个亚洲冠军	94
6	走出国门的艰辛	101
	征战 NBA 的历史	101
	我被称为第八奇迹	106
	一篇让美国人振奋不已的报道	111
	有惊无险	116
7	一个日渐清晰的梦	123
	第一次狠很的挨批	123
	夺来的冠军	126
	双喜临门	131
	我把球扇飞了	135
8	“世纪之战”的较量	143
	我的“成人仪式”	143
	成为亚洲第一中锋	152
	最后的交锋	157
	身高给我带来的烦恼	162
9	刻骨铭心的一场球赛	167
	与八一队的最后相遇	167
	谁都没想到的结果	172
	离冠军已不远已	177
	今夜无人入睡	181

10	踏出加盟 NBA 的第一步	189
	俱乐部终于“放人了”	189
	灿烂日子里的晴天霹雳	194
	那一瞬间,我笑了	200
	别了,我的家乡上海	208
11	我在美国的日子	215
	休斯敦刮起篮球旋风	215
	我在休斯敦的温馨家庭	219
	巨人也有撑不住的时候	231
	我的日记本	232
12	其实,我并不快乐	255
	在休斯敦只有战友没有朋友	257
	声援美国经纪人达菲	260
	成为全球偶像	262
	我到底值多少钱?	265
	耐克的“摇钱树”	268
	我与叶莉的别致爱情	271
	诚实赢得“美国心”	278
附一	我的小档案	283
附二	我的篮球生涯全记录	287
附三	大家眼里的我	293

1. 我的童年生涯

我的祖父、祖母

我祖籍江苏吴江震泽。

我的先祖绝非什么王公贵族、巨宦大贾，因此在漫漫历史长河中，要想寻找一介平民的清晰身影，非常困难，即使仅仅上溯三四代，也因为有意识的记载几乎没有，而仅有的一些叙述者，叙述的细节也并不完全一致，所以，因为我的今天而对我的昨天发生兴趣的人，往往会有些失落，这似乎也应了我父亲姚志源如今的一句感慨：“如果我们知道姚明现在能有这么大名气，我们早就开始拿本子帮他写日记了。”

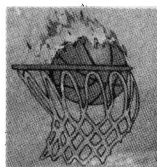
回溯我家历史，人们会朦朦胧胧地看到，半个多世纪以前，一对身高悬殊的新婚夫妻，相依走在苏嘉湖平原上，神色匆匆，水天茫茫。

爷爷名叫姚学明，奶奶叫徐丽珍，他们离开震泽老家，目的地是上海。像上海历史上大多数移民一样，他们历经艰难，最终在上海扎下根来，第二代的口音中，还依稀有些家乡方言的痕迹，第三代，像他们的孙子，也就是我，从小就说一口地道的上海话了。

爷爷是那个年代少见的巨人，身高超过2米04，而奶奶娇小玲珑。据我的姑姑姚志英回忆，奶奶“身高在

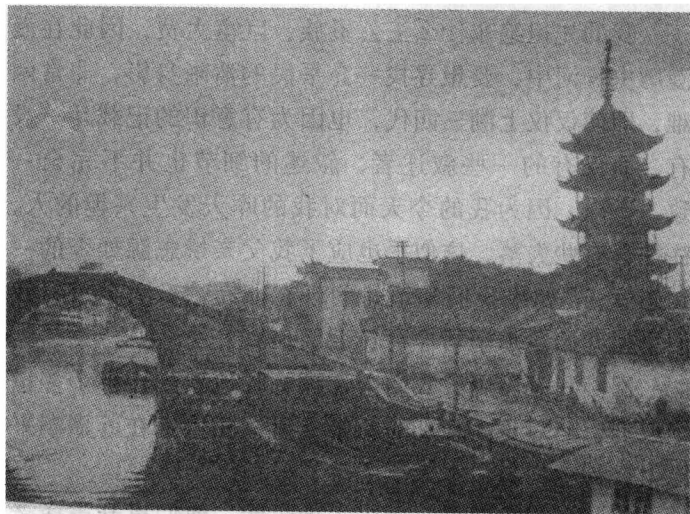


我的童年生涯



1 米 53 左右”。姑姑没有见过自己的祖父，她只记得祖母的身高，“在女人当中算是很高的”。

震泽位于吴江市西南部，东距上海 117 公里，北至苏州 54 公里，西达湖州 45 公里，因处于江苏省最南部，西接浙江湖州，古称“吴头越尾”。这是一个典型的江南水乡古镇，全镇傍水成街，倚水成市，骑楼跨街，雕梁画栋。天气晴好之时，登上震泽镇里的慈云寺塔，极目张望，震泽河港纵横，荡漾密布。北边，烟波迷离的一片广阔水域，就是太湖——事实上，“震泽”本是太湖别名。



我的家乡震泽

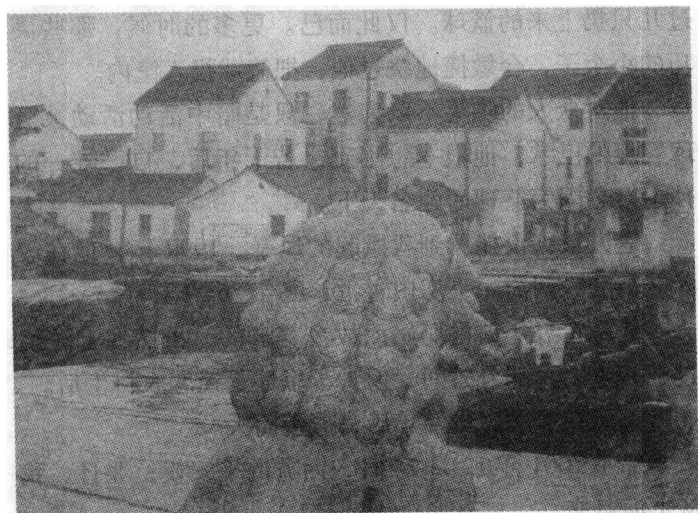
据考证，震泽历史悠久，唐开元二十九年（公元 741 年），湖州刺史张景遵在此设震泽馆，震泽之名始见于史志。作为吴文化滋养的一块沃土，震泽历史上名胜古迹甚多，有相传大禹治水斩黑市的斩龙潭和范蠡养鱼

的蠡泽湖，唐陆龟蒙养鸭的养鸭池，唐代高士张志和钓鱼的张墩，宋礼部侍郎杨绍云所建的水桃源洞等古迹，方志上记有“震泽八景”：慈云夕照、飞阁凤帆、复古桃源、虹桥晚眺、张墩怀古、普济钟声、康庄别墅、范蠡钓台。可惜几经战祸和历史变迁，昔日美景，迭遭损毁。

现存的慈云寺塔，是吴江市境内仅有的古塔，已有1740余年历史。古塔之畔，有为纪念大禹治水而于清康熙五十四年建造的禹迹桥，与古镇西边为思念贤人范蠡而于明代建造的思范桥遥遥相对，当地文人颂为“水绕获地双月悬，波平柳库塔影斜”。



我的童年生涯



我上海的老家

当年依依惜别故乡的爷爷和奶奶，晚年最终还是得以走出上海的繁杂喧嚣，叶落归根、长眠于故土之下。

爷爷是从上海金星钢笔厂退休的，在他的有生之