



良辰 / 著

林书豪

的故事

Jeremy
Shu-Haw Lin
Linsanity

非篮球迷？不看 NBA？
是女生又如何，任何抵抗在
此书面前都会被感动瓦解。
姚明是兄弟，科比是对手
奥巴马是球迷。



上帝写下的
最好剧本

2012年，地球没有停转，体育史上发生了最美好的故事。
他的剧本还在继续，那么，你的呢？！

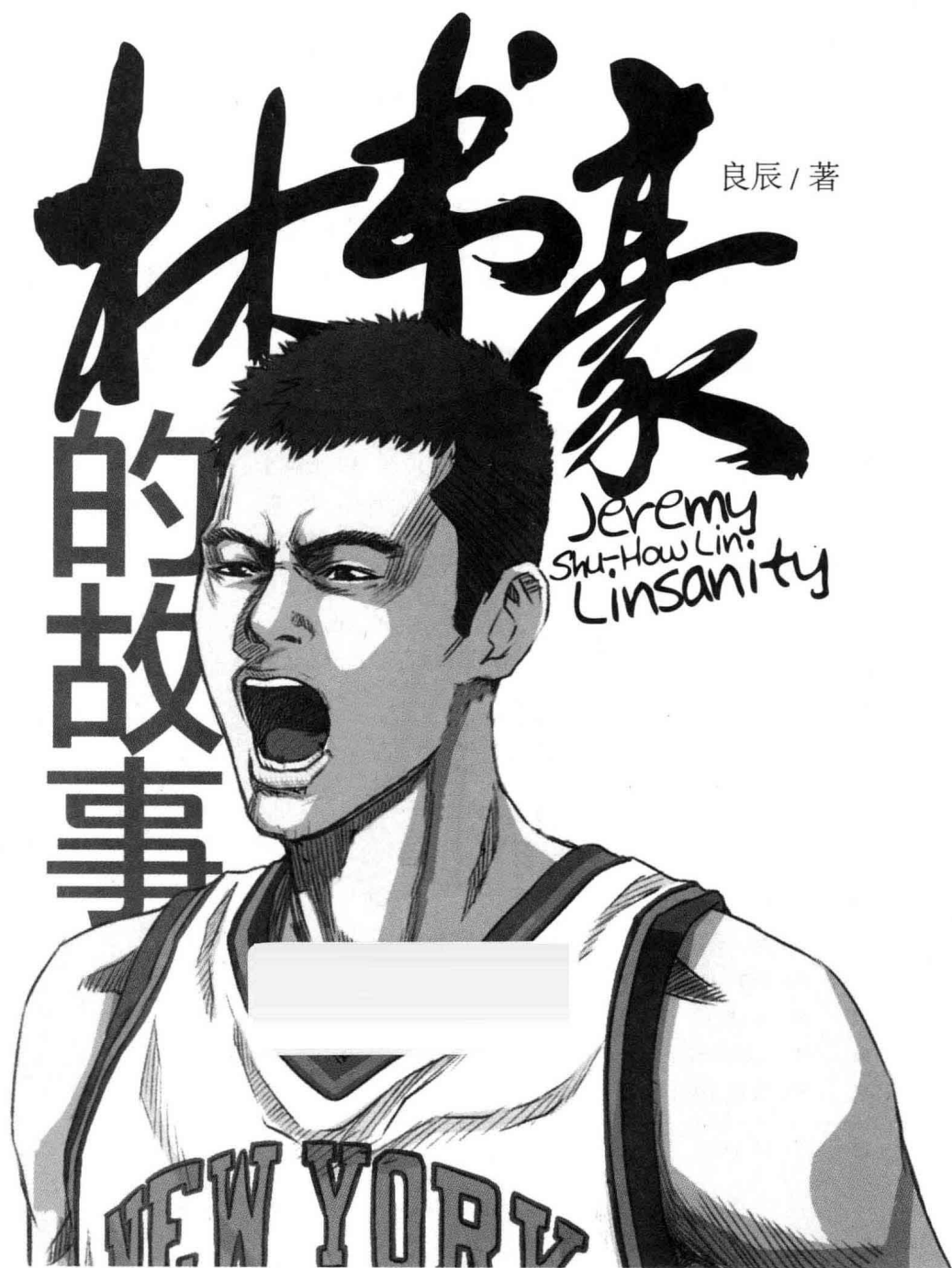
★本书理念★

NO.1
人人都可以成为林书豪

梦想可以复制，成功可以借鉴。每个奋斗者都有转运的那一天
你是不是下一个惊世天才？一切皆有可能。

光明日报出版社

良辰 / 著



光明日报出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

上帝写下的最好剧本：林书豪的故事/良辰 著. —北京：

光明日报出版社，2012.8

ISBN 978-7-5112-2826-0

I. ①上… II. ①良… III. ①传记小说—中国—当代IV. ①I247.5

中国版本图书馆CIP数据核字 (2012) 第164638号

上帝写下的最好剧本：林书豪的故事

著 者：良辰

出 版 人：朱 庆

终 审 人：孙献涛

责任编辑：庄 宁

责任校对：张 翀

封面设计：粉粉猫

责任印制：曹 净

出版发行：光明日报出版社

地 址：北京市东城区（原崇文区）珠市口东大街5号，100062

电 话：010-67078247（咨询），67078945（发行），67078235（邮购）

传 真：010-67078227，67078255

网 址：<http://book.gmw.cn>

E-mail: gmcbs@gmw.cn zhuangning@gmw.cn

法律顾问：北京市洪范广住律师事务所徐波律师

印 刷：湖南凌华印务有限责任公司

装 订：湖南凌华印务有限责任公司

本书如有破损、缺页、装订错误，请与本社联系调换

开 本：710×1000 1/16

字 数：189千字

印 张：16

版 次：2012年8月第1版

印 次：2012年8月第1次印刷

书 号：ISBN 978-7-5112-2826-0

定 价：25.00元

林书豪的故事

前言

这是上帝赐予的不可多得的励志故事，本文叙述一个遭遇挫折而坚持不懈的林书豪。讲述他少年练球，入学风波，坎坷NBA生涯，最后成为球队领袖的故事。

讲述7连胜比赛时期，我们将神奇地化身成林书豪，体验NBA高强度的比赛。本书将带你感受球场外的故事和球场上那些令人热血沸腾的瞬间。同时我们将了解他的信仰与坚韧，希望能带给更多人思考，激励每一个正在前进的人。

NBA刮起了一场林风暴，杰里米·林，林书豪，全联盟都在为这个华裔小伙子疯狂，他从一个濒临被裁的饮水机守护者一跃成为这个联盟最炙手可热的球星。在尼克斯两大主力，卡梅隆·安东尼和阿玛雷·斯塔德迈尔相继缺阵的情况下，带领平民球队一举取得了连胜，并且个人数据暴涨，场场达到20分，并且助攻7次以上，在对阵湖人队的比赛中，他一举砍下38分，7次助攻并且战胜对手，震惊了整个NBA。他的个人球衣已经脱销，价钱竟然比尼克斯队头牌甜瓜安东尼的7号球衣卖得还要贵。

“林太了不起了！”他的教练德安东尼说，“他已经证明了，他属于这里，他在得到优秀数据的同时让球队取得胜利，他简直难以置信！”

一位球迷所说的则更加实在：“林书豪，他和詹姆斯、科比那样的球星不一样，他们一进联盟就是万人敬仰，不会为自己的生计发愁，而林书豪每打一场球都会担心下一场会不会被裁掉，他的成功更加可贵和艰难。”

一个励志，一球成名似的故事正在上演，而我们都将是见证人。

前言

- A**
001 他的未来不是梦
篮球之路，父母的影响
从小不点到州最佳球员
坎坷求学之路

- B**
011 目标NBA
荆棘遍布的NBA之路
天道酬勤，加入勇士队
自我怀疑与信仰

- C**
029 守望者还是失望者
NBA停摆，波折再现
林书豪在纽约
守望者
失望者

CONTENTS

- D**
047 小人物的反击
机会来了
小人物的逆袭
兴奋之夜
第一次首发
把球队扛在肩膀上
超级菜鸟

- E**
081 传奇的开始
约翰·沃尔，追赶的目标
对阵华盛顿奇才
你可以去找一个房子了
你说谁？谁是林？
整整大10岁的前辈
任何人的努力上帝都会看到

THE LEADER OF NEW YORK

封神之战

信仰就是支持比赛的动力

几个世纪那么漫长的比赛

F 关键球员
147 累人的背靠背
VS明尼苏达森林狼
关键时刻
HOLD住！
从濒临被裁到周最佳球员
平民球队都不是好欺负的！
还能更神奇点吗？
林疯狂与七连胜

林书豪的故事

CONTENTS

- G** 这不是昙花一现！
表现起伏
209 在指望中要喜乐，在患难中要忍耐，祷告要恒切
林书豪为什么能成功？（1）
林书豪为什么能成功？（2）
林书豪为什么能成功？（3）

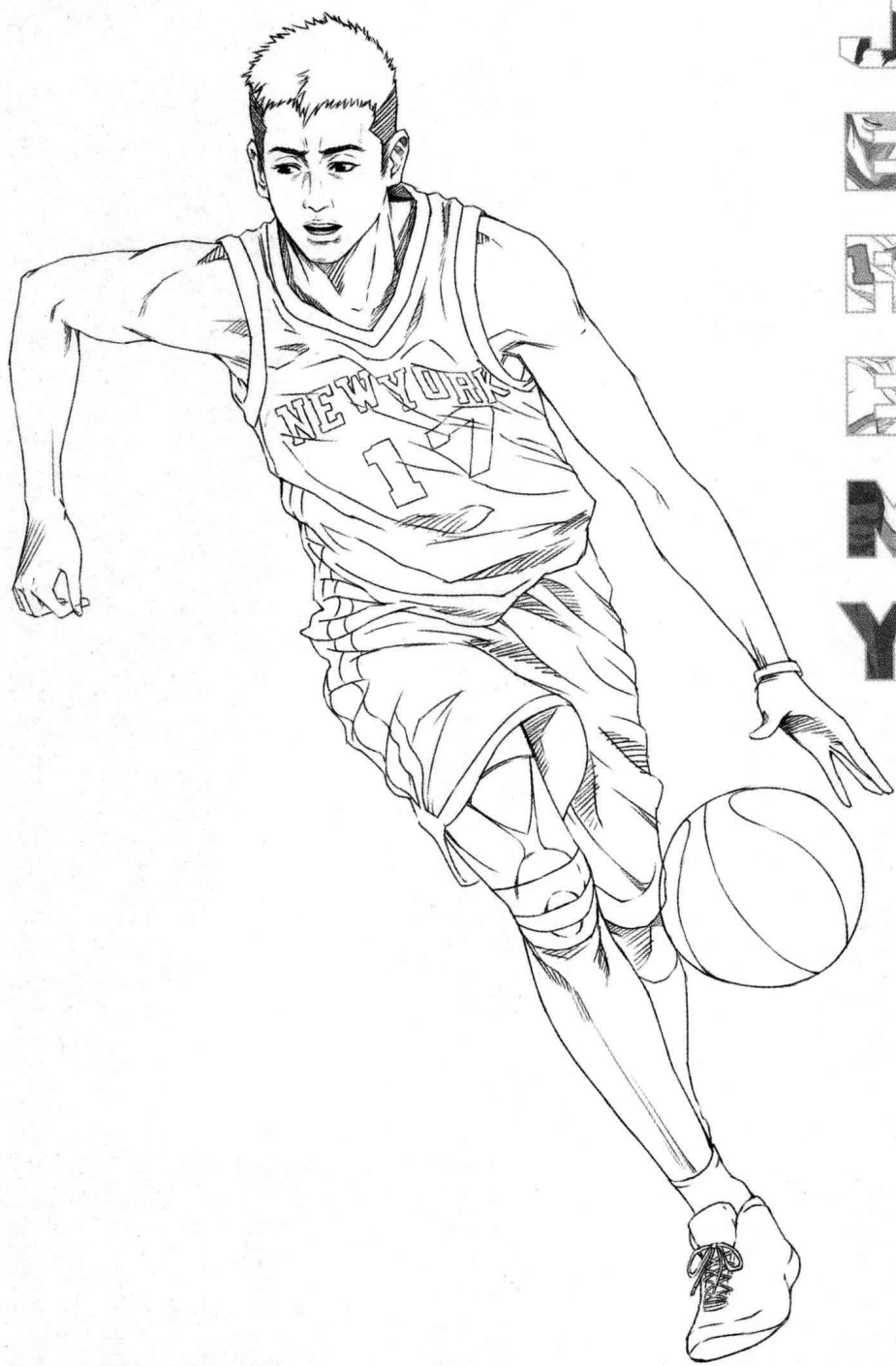
- H** 那些年我们一起追的林书豪
227 人们的评价
那些花絮
故事的最后

Jeremy
林书豪 *Shu-How Lin*

他的未来不是梦



SHU-HOW LIN
J
E
R
E
M
Y



篮球之路，父母的影响

让我带你进入杰里米·林，林书豪的故事。

林书豪出生在美国加州，是一个标准的美籍华人。在上世界70年代，那时候林书豪还没有出生，他的父亲和母亲就移民来了美国。林书豪的父亲在年轻时就很喜欢看NBA，是个彻头彻尾的篮球迷，他对于篮球的热爱超乎常人，从不放过电视上任何的NBA画面。到了美国以后他距离那些NBA球星更近了一步，这让他对篮球的喜爱更加狂热了。

林爸爸身高虽然不高，但不影响他对篮球的喜爱，80年代的湖人



对阵凯尔特人的比赛让他如痴如醉，到了如今这依然是他茶余饭后的谈资。而且从电视上，林书豪的父亲学到不少巨星的动作，像大鸟伯德的，J博士的，贾巴尔的。

当林书豪长大一点时，林爸爸便教林书豪和他另外两个儿子打篮球，林爸爸把他从电视上学到的技术毫无保留地教给了他的儿子们，他的儿子们也确实争气，三个儿子都在高中时打上了校队，不过现在只有林书豪一个人走了职业篮球这条路。

林书豪一家都是虔诚的基督徒，林书豪很小时，林爸爸就带着他参加了基督教青年会组织的儿童比赛。

那时候林书豪还很腼腆，而且身体和技术并不好，比赛的大部分时间他大概只会傻呆呆地吮着手指，然后看着别人满场奔跑。他的母亲在教会做事，她对于林书豪比赛的态度很不满意，之后不再去看他打球了，直到林书豪意识到错误重新恳求她回来，并且向她承诺会努力打球。

努力确实是有回报的，一次比赛林书豪得到了全场最高的得分，林书豪从篮球场上获得了超凡的自信心。从那时起林书豪发现，他已经疯狂地爱上了篮球，他也正式从篮球路上起飞，再也没停下来。

人生路上也许父母的影响很重要，但更重要的是对待事情全身心的投入。

Jeremy
Shu-How Lin

17

林书豪
Shu-How Lin
17

从小不点到周最佳球员

当林书豪慢慢长大进入高中校队时，那时他才不到170公分，体重连60公斤都不到，他总是队里最矮小最瘦弱的几个人之一。

那时林书豪总在想他是否能继续打球，每次练完球回家，他都会问他的父母他还会不会长高了。

要知道林书豪的父亲也只有167公分。虽然带着一些疑惑，但是林书豪对自己的技术还是很有信心，因为他每天都会拼命地练习。

身高似乎不是唯一的问题。在美国，亚裔球员想打出好成绩，困难似乎更大。媒体曾这样形容亚裔球员：“在美国篮球界，身为亚裔

林书豪
的故事

球员，压力会像一块看不见的天花板阻挡在你头顶！”

虽然林书豪自我感觉还不错，但实际上一切并没有那么容易。每当他走进篮球场的时候，就会有人不屑地说：“快回去吧，瞧你瘦的，这里是篮球场，回家先吃点三明治再来吧！”“黄皮肤佬，你的头还没有篮球大呢！”很多人都以为篮球是强壮高大的黑人的专利。

那时候林书豪刚刚高一，身高只有160多公分，他在队中一站就像白雪公主身边的小矮人，这更加重了他的自卑。

但是他的父亲告诉他：“即便有些人对你评头论足甚至诋毁你，你也必须保持冷静，绝对不能因此动怒。只要你赢下比赛，人们自然会尊重你。”

外在并不能决定一切，保持冷静，过滤掉不良信息，靠能力赢得尊重，这是父亲教会林书豪最好最重要的东西，甚至超过那些球技。

调整心态和保持好的训练让林书豪受益匪浅，随着林书豪球风的成熟和球队日益团结，他带领高中校队越打越好。

在林书豪高四那年，他的身高已经长到了188公分！（笔者注：我认为这可能要归功于林书豪每天喝很多牛奶吃很多牛肉的原因吧，它们的确可以让人变得更高更加强壮。）

林书豪的身高已经超过了那些曾经嘲笑过他的学生，但所有人都知道他赢得尊重并不是靠他的身高，而是靠他的球技。那时林书豪已经是球队里绝对的明星了。

在主场每个人都会喊着他的名字。

“Lin！加油！干掉他们！”每个人听到赞美的话都会很高兴，林书豪也一样，但他不会迷失自己，他的父母从小就教育他要做一个谦逊的人，所以他对每一个人都很友善，除了他在场上的对手以外。

高四那年，也就是林书豪高中的最后一个赛季，他率领球队打出了32胜1负的骄人战绩，最终他们得到了加州校际联盟的冠军。

林书豪靠着出色的表现获得无数荣誉与奖项，包括北加州校际篮球联盟年度球员，北加州年度运动奖学金，入选全州明星第一队。林书豪在球场的各项技术统计上都非常突出，那年他平均每场有15.1分，7.1次助攻，6.3个篮板以及5.0次抢断的出色表现

良好的心态会让你越走越顺，保持谦逊才不会迷失自己。

Jeremy
Shu-How Lin **17****林书豪**
Shu-How Lin **17**
坎坷求学之路

高中毕业，这时的林书豪已经规划出了自己未来的发展方向，就是走职业篮球这条路。

林书豪需要加入培养职业球员的篮球名校，那样就能参加NCAA（美国大学生篮球联盟）的比赛，为未来参加NBA职业篮球选秀打下基础。

高中时率队获得冠军，又获得北加利福尼亚州二级联赛年度最佳球员，这使林书豪在加州扬名了，所有人包括林书豪都以为他的大学生涯会一帆风顺，但实际上还没进入大学就困难重重了。

他向许多的篮球名校发出了入学申请，林书豪将自己高中时代的视频集锦寄往斯坦福、加州大学洛杉矶分校，以及全部常青藤学校。但令人意想不到的是他的简历如同石沉大海，没有一所学校愿意给他提供篮球奖学金！

斯坦福拒绝了他，教练的理由是：“黄种人的篮球水平，只有美国高中生水平。”加州大学同意录取他，但却连住宿都不提供。

美国的篮球风格就是注重身体素质，他们喜欢那些跑得快，跳得高的球员，而林书豪的技术特点却不是这个，他最擅长的是控制比赛节奏。

很少有人愿意在亚裔球员身上做赌注，他们甚至不愿意看他的比赛，往往看到他的肤色就已经打退堂鼓了，在NCAA一级联赛中亚裔球员的比例只有0.4%就是例子。

林书豪的职业篮球道路还没开始就遭遇挫折，可谓举步维艰，但他选择了坚持。最终并不以篮球闻名的哈佛大学给他寄来了通知书！

哈佛的经济系是很著名的，林书豪选择了学习经济。他的成绩并不差，而且可以说还不错，这与他父母的严格要求分不开，篮球必须要打，但学习也不能落下。

“刚看到杰里米时，他是队里最瘦弱的，我当时觉得他不属于篮球场，但他打了几场之后我才确信他可以留下。”哈佛教练比尔·霍顿这样描述林书豪。

林爸爸说：“那时候林书豪很想证明自己，他的课余时间都在打篮球。”但大一那年，作为新人他的出场时间并不多，每场只有18分钟，场均仅仅能得到4.8分，这与他高中的表现大相径庭。

换位思考一下，遇到挫折你的反应是？