

场上吃“火锅”郁闷 场外吃火锅被“喷”

波特兰的玫瑰花园球馆尚未见证中国新星的绽放,但开拓者训练馆的灯光早已记住那个加练到深夜的身影。当杨瀚森在NBA常规赛首节仅获3分47秒出场时间,勾手命中后接连犯规被换下,这份略显青涩的成绩单背后,是一场关乎成长、误解与传承的宏大叙事正在展开。

专题撰稿 本报记者 张立

与女友宵夜惹风波,小杨陷舆论漩涡

2025-2026赛季NBA常规赛,开拓者客场对阵爵士一役,成为观察杨瀚森这位中国新秀的微观切片。首节还剩6分12秒,杨瀚森替换克林根登场,首次防守便领到犯规,随后在篮下对抗后勾手命中,却在弧顶策应时遭遇抢断,反抢过程中再添一次犯规。短短3分多钟的亮相,如同他NBA生涯初期的缩影——灵光乍现的技术亮点与亟待改善的适应问题交织并存。

统计数据显示,常规赛前五场合计29分钟的出场时间里,杨瀚森交出了9分4篮板2盖帽的成绩单,投篮命中率仅22.2%。这些冰冷数字背后,隐藏着更为复杂的真相:在开拓者多中锋轮换体系中,他定位为护筐者与掩护墙,持球时间极短,角色功

能高度特化。换言之,想在碎片化出场时间里堆砌数据,对任何新秀都是奢望。

然而迷雾往往遮蔽曙光。季前赛对阵国王一役,杨瀚森曾在17分钟内轰下16分4篮板3盖帽,单节独取14分的表现证明其潜藏的攻击火力。如今困扰他的三大症结逐渐清晰:对抗力量不足导致卡位吃亏,投篮节奏与NBA强度尚未同步,经验欠缺致使犯规控制失衡。这些成长阵痛,恰是每个国际内线登陆美职篮的必经之路。

就在竞技层面面临挑战之际,场外风波不期而至。社交媒体上流传着杨瀚森携女友大啖火锅、放纵饮食的指责,瞬间将这位20岁新秀推向舆论漩涡。真相却在团队澄清中水

落石出——所谓“深夜探店”实为赛后补充晚餐,在满是芝士排骨与烤肉的韩料店里,他只取牛肉清汤,辛辣不沾。其团队成员周鹏更透露,开拓者为其制定的“3+1”特训计划始终在保密状态下严格执行,女友提供的更是正向情感支持。

这出“火锅风波”的辟谣,折射出当代运动员在聚光灯下面临的审视困境。当球迷拿着放大镜检视每个细节,当文化差异与信息偏差交织成见,杨瀚森的处境让人想起姚明初登美利坚时那句幽默自嘲:“我连呼吸都要注意节奏。”这场风波恰恰反向证明了小杨的职业素养——在诱惑面前的自律,在误解之中的专注,已然具备优秀球员的心理韧劲。



两代中锋难免对比,姚明成功离不开自律苦练

诚然,将任何中国球员与姚明相提并论都显得苛刻,但这两代中锋的隔空对话依然充满启示。

2002年状元秀姚明首秀吞零,却用三年时间跻身全明星;2024年首轮第23顺位的杨瀚森首秀靠罚球取分,正以截然不同的方式探索NBA之路。二人在体型、技术特点与时代背景上皆存在显著差异:姚明凭借226米身高与140公斤体重迅速建立禁区统治力,杨瀚森则以218米身高搭配115公斤体重,更侧重空间创造与策应传导。

著名篮球评论员苏群的观察切中要害:“杨瀚森需要做好在轮换末端竞争,甚至前往发展联盟磨练的心理准备。”这并非贬低,而是成长路径的理性规划。正如当年姚明通过增重与脚步特训克服初期的质

疑,当下杨瀚森的短板是下肢力量不够、决策速度不够快和对犯规的控制,这些恰恰都是最可能通过系统训练提升的领域。与姚明时期相比,如今NBA对于中锋球员的使用方式有很大不同,但不可否认的是,姚明的努力放之四海而皆准。在杨毅等多名篮球名嘴都曾反复提及“姚明是当时NBA训练得最苦的三人之一,那是令人恐怖的程度”,与之匹敌的只有加内特和科比。

在波特兰教练组的蓝图里,杨瀚森这位“中国长人”“被视作需要精心雕琢的原石。球队总经理克罗宁曾表示:“我们选择杨瀚森看中的是未来三到五年的成长曲线,而非即战力的简单兑付。”这种长线思维,与球迷渴望立竿见影的迫切心态形成微妙张力。当外界以“首轮16顺

位”的标尺衡量时,自然会对其场均18分的输出感到失望。但若以“新秀替补中锋”的成长视角审视,他护筐时的选位意识、掩护质量与传球已初见雏形。

开拓者当前的多中锋轮换像极了——一个精密的生态系统:克林根承担首发重任,伤愈的罗伯特·威廉姆斯虎视眈眈,杜奥普·里斯随时准备补位。在这个竞争环境中,杨瀚森的每次登场都是珍贵的学习机会。无论是常规赛还是季后赛,他都是球队不可或缺的一环。正如助理教练罗杰斯所言:“有些课程只能在实战中习得,我们愿意给他犯错的空间。”

纵观NBA历史,国际内线的适应期往往需要两到三个赛季。诺维茨基新秀赛季场均仅8.2分,加索尔前20场同样挣扎于犯规困扰。杨瀚森此刻

的经历,恰似凤凰涅槃前的淬火。在有限出场时间里积累经验,在力量房打磨身体,在录像室研读战术,等待属于他的转折点。

当聚光灯暂时暗淡,或许正是厚积薄发的良机。那个在训练馆加练到深夜的身影,那个严格自律只喝牛肉清汤的年轻人,那个在女友鼓励中保持专注的职业球员,正在用不同维度书写自己的NBA故事。姚明用三年时间将场均13.5分提升至25分,这段征程提醒我们:伟大从来不是一蹴而就,而是由无数个不被看见的清晨与深夜堆砌而成。

玫瑰终将在荆棘中绽放。对于杨瀚森而言,这段充满挑战的旅程才刚刚开始,而时间终将证明,所有迷雾中的求索,都将在某个时刻汇聚成照亮前路的光芒。



冠军后卫凯尔·弗格加盟上海男篮

本报记者 薛思佳

在接连敲定洛夫顿和古德温两位外援的签约之后,上海男篮新赛季外援引进工作在近期有了新的进展。

据了解,此前效力于辽宁男篮的外援后卫凯尔·弗格将在新赛季代表上海男篮出战。现年35岁的弗格,自2017-2018赛季至今,已经在CBA联赛效力了八个赛季。过去五个赛季,他都在辽宁男篮效力,并且帮助球队在2021年至2024年期间,连续三个赛季捧起总冠军奖杯,其中2023-2024赛季个人荣膺总决赛MVP。

上赛季,弗格一共代表辽宁男篮出战41场常规赛,在场均32.2分钟的出场时间内,可以拿到23.2分、4.9个篮板、4.4次助攻和1.4次抢断,投篮命中率47.3%,三分命中率39.1%。

作为一名在CBA联赛征战多年的外援,弗格丰富的比赛经验,尤其是季后赛和总决赛经验或许将在新赛季帮助到球队,而他和古德温也将组成球队后卫线上“双保险”。

除了弗格之外,此前曾在球队日本拉练期间进行试训的哈桑·怀特塞德大概率将成为球队的最后一名外援。在之前的热身赛中,怀特塞德曾拿到13分和7个篮板,帮助球队取胜,不过随后他便回到美国处理家事。

值得一提的是,古德温近日已经来沪,随队进行训练。据悉,他此次来到上海主要是为了办理新赛季所需要的一些手续,随后他将前往卡塔尔国家队,随队参加一些比赛,再回到上海与球队一同备战新赛季CBA联赛。

随着第十五届全运会的临近,上海男篮的大部分队员目前都分散在不同的球队进行备战,由主教练卢伟执掌的上海队将于11月1日启程出发前往广东东莞,参加全运会成年组男篮的赛事,届时包括李弘权、李添荣、袁堂文、闫鹏飞等球员都将参赛。

