



6月17日，在绿色包围的凯尔特人TD花园球馆，库里捧起了总冠军奖杯，还有那第一尊总决赛最有价值球员FMVP。

3年前，勇士这座高楼崩塌得只剩残垣断壁——杜兰特离开，克莱重伤，只剩库里呆坐球场，背影落寞又残忍。

今天，当库里拿到心心念念的FMVP奖杯，那只是他的勋章和荣誉，因为他是那个一手把废墟搭成高楼的人。

重新夺得总冠军，库里给自己披上铠甲，给新秀埋下种子，等待开花结果。他的眼泪就是最好的证明。

金州勇士夺得NBA总冠军

# 库里圆梦总决赛MVP



你无法否认，每当季后赛来临时，库里都会成为其他球队的点名对象。

自2013—2014赛季以来，库里在季后赛每百回合挡拆中被点名31.6次，而在常规赛每百回合仅被点名4.1次，常规赛与季后赛相差27.5次。

其实，库里的防守始终都在联

对于一名射手来说，体型的改变会影响很多，毕竟NBA一直流传着一句话，“如果你的举重训练做得太过火，你的投篮手感就会消失。”

这让许多射手对力量训练望而却步，但曾在多支NBA球队担任运动训练师的切尔西·莱恩对此却嗤之以鼻，“你在说什么？你不想赢吗？不想成为最好的自己吗？有时这是一种恐惧，不是现实。”

显然，库里想赢，即便这确实会

勇士最巅峰的年代，库里不需要说太多，因为他的身边既有伊戈达拉、利文斯顿等老将，也有格林这样精神氮泵，他只要以身作则当好一个领袖即可。

但今年不一样了，他需要花费更多的精力黏合球队，告诉年轻人应该怎样应对篮球和生活。

科尔这样形容库里的变化：“很多时候，在投篮训练中，我会看到他把一个年轻人拉到一边，对他耳语一番。”

库里的耐心，让勇士从两年的废墟走到了如今的繁荣。但等待的过程中，库里并不是没有失望和苦恼。

勇士崩塌的第一年，库里手掌骨折；第二年，他吃着止痛药比赛，罕见地冲队友发火。面对荣誉和曾经的巅峰，库里内心其实比任何人都急迫。

执教库里8年，科尔越来越明白，指导库里点到即止，剩下的库里自己就能搞定——库里甚至会自己要求科尔、助教布朗以及格林，在录

## 披上铠甲

盟中游以上，但科尔还是会说：“每一个对手都想要在防守端消耗他的体力，因为他在进攻端太出类拔萃了。所以，特别是在季后赛中，对手会不断在进攻时冲击他，使他筋疲力尽，这样他就会投丢更多的球。”

过去两年，当勇士这座高楼崩塌成残垣断壁，连续两年无缘季后赛的库里，只能不断给自己寻找突破。“挂

肉”，成为了库里的选择，因为他太清楚季后赛的自己将面临什么。

“他总是把额外的时间留给健身房，这给我们奠定了基调。”接受ESPN采访时，卢尼这样形容，“我看他在健身房做着大高个们做的事，然后立刻告诉助理教练，‘我要做得比库里更多，我总不能和控卫举一样重量的铁吧’！”

## 自我较劲

短暂影响他的投篮手感，“我从来没有认为两者是不可调和的，因为我们有计划过如何平衡它们。当你越来越强壮时，你得保持你的灵活性和类似的优势。我觉得我弄明白了该怎么做到这一点。”

但过程远比库里描述的难，难到甚至要细节到区分脚趾和脚掌的关系。赛季中期，库里的投篮一度失准，这身肌肉他已经适应了许久，但还是没找到自己最舒适的状态。

直到一次赛前热身他突然发现，自己养成了用脚趾发力的习惯，这让他投篮时的力量总比预想中的小一些，于是他有意识地调整成脚掌发力，准心才渐渐回来。

每一个细节的改变，都会让库里遭一份罪，但他对此毫无怨言，“我只是把注意力一直放在体能训练项目带给我的种种收获上，确保我可以尽可能久地保持在现在的水准。”

## 保持耐心

“他不会在整个团队面前指指点点，他会私下里对他说，他真的是与人一对一地沟通。他从来没有让任何人感到尴尬。”

对于赢惯了比赛的老将来说，等待年轻人成长是奢侈的。就连格林都承认，“在经历了很多低迷和困扰之后，我对篮球的热情有些消退。”

在勇士王朝崩塌的那一刻，库里没有把自由球员的身份转化成一种权力的游戏，而是爽快地签下

一份5年顶薪，并接受管理层的决定。

谈及原因，库里的回答是：“这不是我的行事风格，我们有讨论过要走不同的道路。但最后，我对球队充满了信任，对我们的事业非常有信心。”

“如果让我、克莱和格林再做一次决定，我们依然会这么选择，最重要的是想办法让我们身边的人都能发挥作用。说到底，就是要有耐心。”

## 承前启后

像回放时斥责他在防守端的失误。其实，季后赛刚开始时，从伤病中恢复的库里被安排在了替补的位置，还是连续3场。

但是他只是开着玩笑：“普尔绝对有资格让我给他打替补，在比赛中我看到了他的能量和自信，他想利用这个机会来证明自己具备打首发的资格。我也感受到了躺赢是多么的爽，我在比赛中可以松口气看看队友们是怎么一次次投篮命中。”

所以当普尔在总决赛命中压哨超远三分时，库里露出了老父亲一

般的微笑；淘汰灰熊的夜晚，库里指了指抢了6个前场篮板正负值全队最高的维金斯，微笑着对镜头说，“就是这个家伙”。

而在年初接受GQ采访，库里说起了未来，“如果5年后普尔成为全明星，库明加成为最佳防守球员，怀斯曼是最有价值球员，到那个时候我和格林就心满意足了。”

对于库里，一切似乎都没有改变。他改变的，只是篮球这项运动的发展轨迹。

据澎湃新闻 胡杰