



潘曉婷 中國九球天后

潘曉婷，中國職業台球花式九球打法女選手，曾位列世界排名第四，被譽為中國的「九球天后」。2000年8月起，潘曉婷一直在上海的統領台球廣場練球，台灣的林正晃先生也曾教過她。在全國體育大會上，潘曉婷於決賽中以9：1戰勝天津選手張媛媛奪得冠軍，再一次捍衛了自己中國女子九球第一人的稱號。潘曉婷目前每天依然保持7、8個小時的練球時間，她表示自己的整體實力與世界頂尖球手還有一點差距，擊球的穩定性、走位、防守和續盤能力等還需要加強。

2011年，潘曉婷出版了《我不是天后》這本書，她想通過這本書告訴讀者，她不是一個非常嚴肅、不擅言詞的人，反而是一個非常輕鬆、很喜歡幽默的話題和事物的人。「他們有這樣的看法，可能是因為我在比賽的時候喜歡皺眉頭，但其實比賽壓力真的大得非一般人可以想像，所以在生活中，我特別希望自己在每時每刻、每分每秒，都保持一種輕鬆的狀態，然後找一個平衡點。」寫這本書，是想更多的台球愛好者了解一個真實的潘曉婷，證明她與大家之間是沒有距離的，偶爾在微博上她也跟粉絲有一些互動。「可能有很多人覺得，為何每一次我都不回覆，因為無論是比賽也好、練習也好，真的忙得不可開交，但一有時間的話，我也會即時更新，讓大家知道我正在做什麼。」另外，這本書也告訴大家，她從剛開始打台球到今天得到這個成績，當中有怎樣的心路歷程。

成功並非偶然

「我最早是學美術的，家人都非常支持我。由於父親迷戀台球，後來更開了當地第一家市內的台球俱樂部。我在暑假的時候，他帶了很多年齡跟我差不多的學生來，我也跟父親學了大概一個多星期，他發覺有一個對比，就是小孩的年齡都差不多，但好像教我的時候特別輕鬆，覺得我學得特別快，悟性又不錯，對着台球的感覺也很好。所以，當

爸爸帶着其他小孩出去比賽時，我也一起去，而他也替我報名。那時候，我們打的都是斯諾克，我跟着父親去看他比賽。」在她的印象中，父親的成績都很好，都在前五名之內，就從那時候開始，她接受父親的訓練。訓練了大概半年，父親幫她報了一個全國比賽。結果去到北京，她是年齡最小的參賽者，打球的時間也最短，但最後竟然拿了冠軍。「連父親從事體育運動這麼多年，也覺得非常不可思議，半年可以培養出一個全國冠軍，他覺得我非常有機會在這條道路上走得更遠。」

年紀輕輕便得到第一個冠軍，潘曉婷說，天份、勤奮、和機遇她都碰上了，如果缺少其中一點的話，都沒有辦法成就這半年苦功就取得冠軍這樣的結果。

樂趣與職業往往有點距離，潘曉婷表示一開始她是出於新奇，跟着父親到處走，但過了一兩年後，每天十多個小時都在訓練，沒有其他業餘愛好，也沒有這種機會，父親不會給她時間跟同齡的小朋友一起出去玩。「那時覺得缺了很多，而且練球的過程非常枯燥，因為每天都對着球台。那時條件有限，沒有空調，也沒有暖氣，冬天的時候，手指凍得像胡蘿蔔一樣；夏天的時候，覺得自己快中暑了，汗水直接滴在球台上。到後來，有腰傷，頸椎也不健康，覺得特別辛苦。」被譽為美女天后的潘曉婷，在台球場上所下的功夫，是外人難以想像的，並沒有表面看上去那麼光



鮮，當真是「台下十年功，台上一分鐘」。

面對質疑與壓力

對於未來，潘曉婷沒有太多的猶豫，她一直都知道自己想做甚麼，從不曾想過放棄。她知道父親一直承受着非常大的壓力，有一次父親問她：「看不到前景，還要不要繼續打下去？」她說：「要」。當時的比賽不像現在，在國內固定一年有三個世界大賽，或者一年可以保證參加十個世界比賽，那時可能等兩年也沒有有一次全國比賽。媽媽也曾問她：「還要不要繼續？不如丟下球桿，重新拿起畫筆，繼續學習美術這條路吧？」她拒絕了，說：「既然我選擇了台球，我就要把它打好」。

雖然父母曾經問過她類似的問題，但她很清楚父母對她的想法是有差別的。「其實父親是沒有動搖的，他對我百分之九十九的支持，母親是百分之八十希望我可以退出。」

普通人都在讀書的時候，她卻選擇這條截然不同的路，她的父母也不可避免地承受來自四面八方的壓力。「父親承受的壓力應該最大，因為有時候媽媽會問他覺得這樣的選擇對不對？到底可



以走多遠？大家都看不到一個前景。」那時打台球，大家都覺得不健康，不算是一個正式、高雅的體育運動，很容易跟遊戲機聯繫在一起，學校也不允許學生去打台球。她自己除了訓練之外，便在等比賽。「所以媽媽一直勸爸爸考慮放棄，父親曾被媽媽勸得都懷疑自己到底這樣讓我走下去對不對，孩子的一生會不會因為他這個選擇而錯失了更多好的機會。」

堅持走下去

她不知道家人有沒有做好最壞的打算，但她從來不去想最好或最壞是甚麼，或許當時年紀實在太小了，她除了想在全國女子當中稱王稱霸之外，其他都不太去想。「父親也是這麼教我的，他叫我一定要跟男選手練習，一定要跟他們的水平接近，這樣我才可以女子的比賽中，打得相對輕鬆一點。當時根本想像不到自己會取得世界冠軍，更不知道自己甚麼時候有機會參加世界比賽。以往看世界比賽錄影帶時，覺得台球球員的技術都很好，那些女孩為甚麼會練得如此厲害？可惜，我們跟她們相差太多，水準也相差太遠了。」

即使知道兩者的差距，她還是堅持下去，不知道有沒有比賽，不知道自己去到哪裡。所以，每一次比賽，她都會緊張，那時候她都不說話。「最好身邊的人都不要理我，然後想一想如何讓自己做得更好。例如當狀態最好的時候，怎



樣去調整心態，出桿時應該怎樣，要注意哪些細節，在開球、防守時又要怎樣做，分析對手和賽場，把自己沉澱在比賽的環境和狀態之中。」

台球這項運動為她的生活帶來了非常大的影響，因為她之前是一個不太自信的人，但是從開始打球到現在，得到好成績和業內人士的認同之後，她變得更有自信，只想做得更好，希望在每一場比賽都能盡情地發揮。



本文摘自香港電台普通話台與中央人民廣播電台華夏之聲聯合播出之《文化名人面對面》。節目逢星期日下午三時至四時在普通話台播放，港台網站(rthk.hk)直播及提供節目重溫。

名飲食

識食海參 還要識價

前文提及在斐濟群島收購海參的朋友，因為市場競爭和來貨不足，而做不下去。競爭有幾大？行內人士說，全世界的海參市場，中國佔了八成，其他兩成才是日本及東南亞。

北方人善吃

歐美人士對海參沒興趣，吃得最多是中國人，其中以北方人最懂吃。日本人吃刺身居多，佔海參市場一成也不到，其他東南亞佔市場一成多。

南方人的飲食文化，以鮑魚、花膠、魚翅為上選，對海參飲食文化的認識，不及北方人；南方海參不多，只有海南島和湛江有些零散雜參；加上名貴食材當中，以海參的製作最為繁複，海參遇

油會穿；在食味方面，海參淡而無味，不像鮑魚鮮甜。近年因為海參的營養價值廣為人知，南方人吃海參也熱起來。

北方人吃海參的歷史很長，炮製款式多，用作燉雞藥用價值很明顯。但中國遼參價錢也不便宜，北方人搞酒席多有海參菜式，但用白石參（豬婆參）居多，一來遼參貴，每人一條的話很不划算，所以用豬婆參就很有看頭，1斤發起變5斤，全個上碟就很有看頭。

富豪豪吃

富豪吃海參的款式很多，用最靚的遼參燉湯，也有「蝦子遼參」、「鵝腸腸釀海參」、「蝦膠釀海參」、「官燕釀海參」、「海參配白鴿蛋」、「花膠露筍白菇配海

參」等等。當然這類高級酒家就會用上貴價日本刺參，食客均為識飲識食之輩。

富豪請客一席「蝦子遼參」，計算一下價錢，成本是1萬6千元一斤日本刺參，一席用12、3條的話，一個菜成本價已是8千元了，酒樓利潤加倍，一個菜式已花去1萬6左右，還未計其他名貴菜式，所以富豪豪吃，開開地吃十來廿萬。

酒樓精賺

近年香港酒家興起吃海參，「海參鵝掌」以份計算上枱，食客感覺名貴。通常大眾化酒家為控制成本，用較低價的中東、南美、印尼小號刺參代替貴價的



■中東刺參圓點較密。



■南美刺參個體圓，刺不太尖長。

日本刺參和中國遼參，這種中東、南美、印尼小號刺參，發好後有中指的長度，成本約2、3千元一斤（有2、3百枝），海參加鵝掌的成本其實有限，但以貴價菜式出售，每份收客百多元，食客以為海參一定名貴，但不知海參的種類在價格上有很大差異。香港酒家對小號海參需求量大。

識買海參

香港街市見有擺出一些雜參，有些還

是已經發好的海參。筆者還是建議買乾貨，自己經手沒焗較好，質量上有保證。

經濟許可的，可買日本刺參和中國遼參（過萬元一斤）；經濟一般的，可買澳洲刺參或豬婆參（7百至1千多元一斤）；普通大眾的，可買質素次些的非洲、中東小號參（2、3百元一斤）。

海參現在需求量大，價錢是上升中的，不妨趁低吸納一些合乎自己經濟原則的海參，乾貨容易儲存。買海參時用手拗一下測試是否容易彎曲，堅不易彎者是乾燥度足夠的好貨。下篇教你辨別海參種類。 文：方芳