

最美的世界冠军
是这样炼成的

潘晓婷

口述

我不是天后

WO

BUSHI

TIANHOU

邱懿 执笔

“体操王子”李宁

倾情推荐并作序

杨澜 张晓梅 范冰冰 刘璇
杨扬 李小鹏 丁俊晖 杨威

鼎力推荐



科学出版社

A black and white close-up portrait of a woman, Pan Xiaoting, smiling and looking towards the camera. She is holding a thin, light-colored stick or wand in her right hand. She is wearing a dark, high-collared garment and a large, ornate earring with a floral design and a long chain. The background is dark and out of focus, with some bright light sources visible on the left.

潘晓婷

口述

我不是天后

邱懿执笔 TIANHOU

科学出版社

北京

版权所有，侵权必究

举报电话：010-64030229；13501151303

内容简介

本书是潘晓婷的第一本自传，文中展示了她从一个普通少女到世界冠军的成长历程，同时，本书还记录了她作为一个美女的时尚感悟。书中从她天赋初显露、成为美院落榜生，曾被认为“不良少女”等多个侧面展示了她多彩的少年时代。与多哈冠军失之交臂时，我们可以体会到她登上世界巅峰的崎岖与艰难；而在2010年广州亚运会上夺冠，又让我们为她达到最终辉煌而高兴！当然，本书还记录了她与许多体育界、娱乐界名人相识、相交的过程以及她个人的情感历程。

图书在版编目(CIP)数据

我不是天后 / 潘晓婷口述；邱懿执笔. —北京：科学出版社，2010
ISBN 978-7-03-029618-4

I. ①我… II. ①潘… ②邱… III. ①潘晓婷—自传 IV. ①K825.47
中国版本图书馆CIP数据核字(2010)第229752号

责任编辑：张 婷 / 责任校对：刘亚琦
责任印制：刘士平 / 封面设计：李尘工作室

科学出版社出版

北京东黄城根北街16号

邮政编码：100717

<http://www.sciencep.com>

北京佳信达欣艺术印刷有限公司印刷

科学出版社发行 各地新华书店经销

*

2011年1月第 一 版 开本：B5 720×1000

2011年1月第一次印刷 印张：15 字数：250 000

定价：35.00 元

(如有印装质量问题，我社负责调换)

序

2005年时，就听中国运动员教育基金会的工作人员说起，有个九球打得非常不错的女孩，在国内的许多比赛中成绩很好，但一直没有什么机会出国参加比赛。还听说她很不容易去日本参加了两次大阪九球公开赛，而且都拿到了冠军。这个女孩就是潘晓婷！于是就有了书中提到的基金会支持她出国比赛的故事。

虽然离开赛场这么多年，但是我还是特别喜欢和那些运动员们在一起，听他们亲切地叫我李宁哥。因为公司还有基金会的原因，我这么多年也接触了不少其他项目的运动员。各个体育项目都有它自身的特点，台球这项运动作为非奥项目，在很多方面不如奥运项目的支持资源充足，因此，对于从事非奥项目的运动员来说，要想打出成绩，非常不容易。所以，潘晓婷一步步成长的故事就更加值得一读。

这个女孩子身上有着运动员特有的坚韧和执著的气质，听说媒体给她起了“九球天后”这样一个称呼。难得的是，面对溢美言辞，潘晓婷不仅没有迷失，还表现出了一个优秀运动员的优良素质，用实际行动参加公益活动，努力回报社会。在中国运动员教育基金会举办的“冠军慰问四川灾区儿童”“风雨操场”活动中，以及其他慈善组织举办的“健康快车”“关爱留守儿童、艾滋儿童”等公益活动中，都看到了潘晓婷积极参与的身影。

一直以来，我和基金会的其他发起人都在思考退役运动员的转型问题。听说潘晓婷的台球俱乐部已经在多个城市开了加盟店，虽然台

球是非奥项目，平时训练时间晓婷都是自己安排，但至少现在的训练已经不是她的唯一，将来退役后也不会出现转型的迷茫。在这点上，可能很多运动员都会羡慕她。

书中还多次提到了她的父亲，我也已经身为人父，所以特别能体会潘父对于女儿的付出。天底下，父亲们都想亲自为自己孩子的未来去筹划，但是潘晓婷的父亲却选择了让女儿自己去走这样一条不一样的路。在当时那样困难的环境下做出这个选择，潘晓婷的父亲无疑是要背负巨大压力的。书中很多章节读后让人动容，这是他们父女俩人真实的奋斗故事。他们一路走来，非常不容易。晓婷能够有今天这样的成绩，潘父应该十分欣慰了。

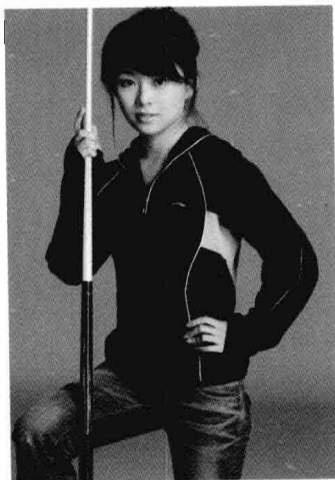
“体操王子”、李宁品牌创始人





目录

① 成长篇



- 002 横空出世
- 006 “贪恋”美女
- 009 少小纪事
- 013 不小心流露出的天赋
- 015 学习那点事儿
- 018 美院落榜生
- 020 蛇皮球杆的诱惑
- 022 和九球的第一次亲密接触
- 026 爸爸的良苦用心
- 029 慈父变魔鬼教练
- 033 我的第一次夺冠之旅
- 036 半只烤鸭
- 038 难忘1998年的春节
- 041 职业台球生涯伊始

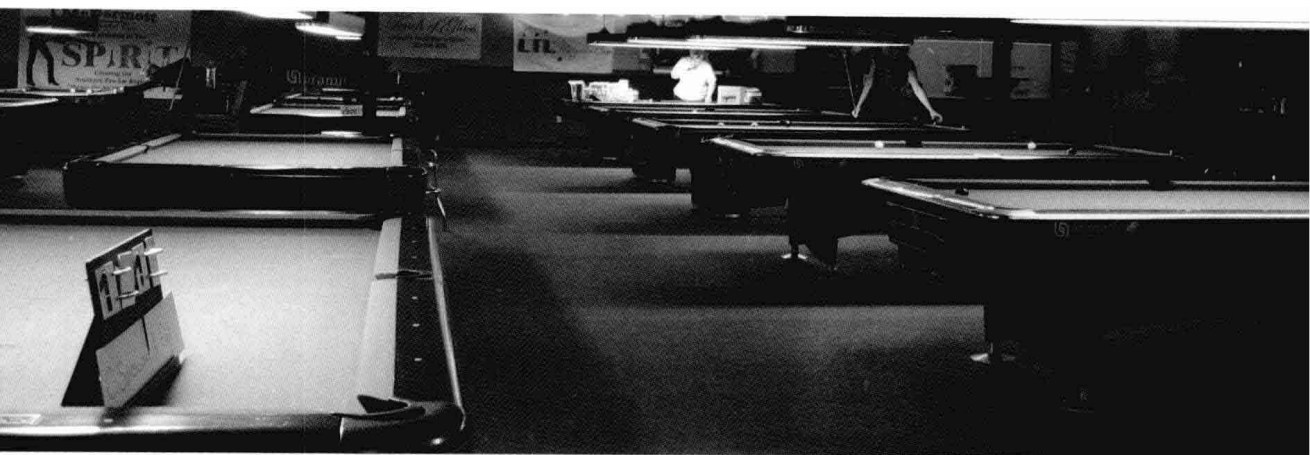


- 043 职业生涯中的贵人们
- 046 与大阪的缘分
- 056 失之交臂的多哈冠军
- 063 太平洋彼岸，从头开始
- 071 世锦赛夺冠之路
- 079 加入中国女子九球国家队
- 082 奥运来了
- 084 曾被视为“不良少年”
- 086 从一枝独秀到满园芬芳
- 088 辉煌背后的痛苦
- 091 坚持下去
- 093 亚运，对手就是自己
- 099 我会是一个好教练
- 101 不习惯的称呼——潘董事长
- 103 可以做的还有很多



② 时尚篇

- 112 当台球遇到女人
- 115 潘氏美容秘诀
- 122 我的皮肤我做主
- 125 美白瘦脸是终生事业
- 128 化妆有术
- 132 有始有终，完美卸妆
- 135 貌由心生
- 138 换一个发型，换一种心情
- 141 “这个东西很晓婷”
- 144 耳环情结
- 148 搭出自己的风格
- 152 “享瘦”的灵丹妙药
- 154 拍照行家
- 157 瑜伽，改善健康调整心情
- 159 赛车真人秀



④ 情感篇

- 194 老潘头儿与我
- 199 “SUPER”小老太
- 204 飞飞
- 206 五朵金花
- 209 球杆是我生命的另一半
- 211 可爱的朋友们
- 217 感情：魔幻的“泡泡论”
- 221 赌球内幕及职业思考



成长篇

都说「伟人」降生的时候，总会出现一些异兆，要么是妈妈梦见龙啊凤啊的，要么是奶奶梦到哪路神仙了，然后这个人物就像奉了神谕似的，走上了一条非凡的道路……



横空出世



我，潘晓婷，公元1982年2月25日横空出世，在山东兖州出生并度过我的童年，14岁跟父亲回到济宁练球。这样复杂的经历让我自己也搞不清到底应该算哪里人，不过媒体都随我父亲，把我的籍贯算作济宁。镜头切回到我出生的场景，都说“伟人”降生的时候，总会出现一些异兆，要么是妈妈梦见龙啊凤啊的，要么是奶奶梦到哪路神仙了，然后这个人物就像奉了神谕似的，走上了一条非凡的道路。但是，无论我多么希望我能这样来到这个世界，无论我问了我妈多少遍，得出的结论就是：我就这么普普通通、平平常常的出生了。

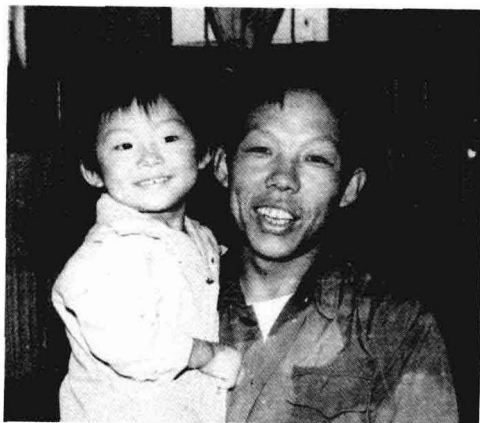
接下来，我觉得有必要交待一下我的家庭：

我的父亲潘健先生，山东济宁人。为人随和，喜欢一切新鲜的东西。曾是山东拖拉机厂的职工，学过木工，当过市级足球运动员、国家级篮球裁判，后来改行当厨师，又被评为鲁菜特二级厨师，还是个顶级台球爱好者，在兖州当地有“潘一杆”的美誉。在他没打台球之前，每天下午下了班后跑到球场上，然后把一岁的我放在场地边，丢只球给我玩，所以我童年的记忆，总是与球有关。

我的母亲王颖女士，山东枣庄人。一个普通的家庭妇女，不普通的是她也是个台球好手。有一次爸爸和我薄一个球，两轮都没薄进去。我妈就急了，拿过杆就打，一杆进洞。但是，她总是很谦虚地说自己是蒙的。妈妈一直认为爸爸是个成功人士，因为他什么都能干好，也是因为妈妈对爸爸的信任，才使她后来成为我和爸爸的坚强后盾。

爸爸妈妈都是比较有趣的人，因此我们这个三口之家总是充满了笑声，关系极其融洽，我管爸爸叫“老潘头儿”，叫妈妈“老太太”，他们管我叫“小孩儿”。现在如果我们三个人一起去比赛，爸爸就是我的摄影师，妈妈则是“教练”。

我家还养了两只小狗，“老大”姓潘，5岁，名叫“Nine Ball（9球）”，我将它视为可以给自己带来好运的吉祥物，就用“9球”命名，寓意自己在比赛中总能打进9号球；“老二”姓王，4岁，特别黏人，我想让它淘气一点，就叫



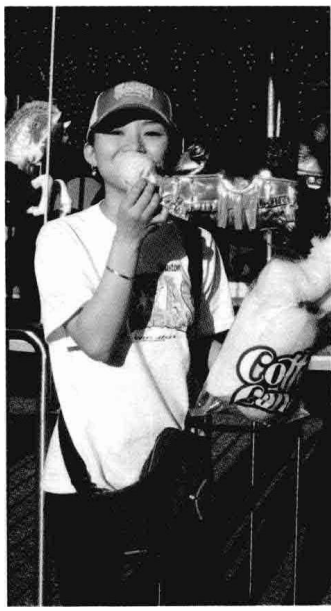
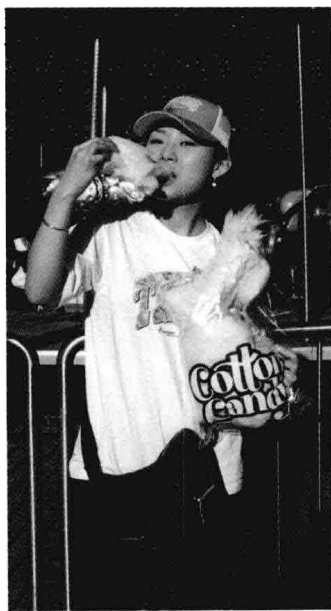
它“淘淘”。它们都是我在路边买的，之所以收留它们，是因为“9球”的眼睛有些受伤，触发了我的同情心，“淘淘”又显得特别羸弱，可怜兮兮的。我在家里闲着的时候，最喜欢逗它们。我本来是想把它们训练成帮我捡球的“跟班儿”，可是这两个家伙一见到球就跑了，倒是练会了像人一样一口一口吃西瓜的绝活，“淘淘”甚至还会自己剥鸡蛋吃。

该逛街了，但不是两只小狗都有幸坐着我的车出游哦！我就像妈妈一样挑个听话的宝宝带着出门。因为“9球”身型较大，而且喜欢站在车上，还经常把头伸出车窗，所以我就经常带“淘淘”出门。

在我觉得孤单时，它们是我的好伙伴，听我说话，陪着我哭，跟我一起乐。我外出比赛时，它们代替我，成了爸爸妈妈的开心果，逗爸爸妈妈开心，它们的存在，让我那博爱的妈妈在我离开时，母爱有了寄托。



“贪恋”美女



和所有同龄的小女孩一样，爸爸妈妈希望把我培养成德、智、体、美、劳样样出色的“五好学生”，所以，3岁时他们就送我去学画画。据妈妈回忆，我刚学会拿笔，就喜欢在纸上乱涂鸦，之所以说是涂鸦，是因为那时我根本没有任何关于美的概念，拿着笔在纸上乱画一通，一张纸画满了，就兴冲冲地拿到妈妈面前炫耀，眼巴巴地等着妈妈的夸奖。虽然看不出画的是什么东西，也丝毫没有美感可言，妈妈还是会把我夸上一番。用爸爸的话说，就是：“你的一切，在你妈妈看来都是好的。”

后来，慢慢知道了涂鸦跟画画的区别，所画的东西也就有了画的样子。我对“美丽”的最初印象，大概就是美

女了，尤其是古代美女。我最初学画画时，家里还没有电视机，我所能见到的美女，就是贴在我家墙上的古代美女。

刚开始画的时候，我通常都是在挂着美女图的墙对面，摆个小板凳，蹲在地上，就像是抄老师在黑板上写的笔记一样，照着图上的样子画。最初画的那些画，跟墙上的图完全不一样，这让我很沮丧。后来，我到处搜罗小幅的古代美女图，找到小样之后，先把这些小图平铺在桌子上，然后拿一张薄薄的、透明的纸盖在上面，照着映在薄纸上的痕迹画、临摹。临摹出来的古代美女，总算有了美女的样子，我这才重拾了对画画的信心。看来，我从小就是个需要鼓励的人，那是我继续前进的动力，或许正因为如此，1998年底拿到第一个冠军后，我才走上了职业台球之路。

随着学画年数的增多，我逐渐掌握了画画的一些技巧，不需要临摹，也能把家里墙上挂的美女图原样画出来了。那时，画完了墙上的美女，我又开始画花瓶、陶罐、年画上的——只要是能被我看到的美女图，基本都被我“复制”过。

经过好几轮“复制”般的练习，我已不满足于重复地画家里的那些美女了，于是开始画想象中的美女。这时候的我，像是在练《倚天屠龙记》中张无忌练的乾坤大挪移那样，把所有我认为其他美女好看的地方，全部挪到了我想象中的美女身上。通常我画出的美女，有着张三的脸型，李四的鼻子，王五的身材，甚至连发簪、耳环等饰品，都是被我改装过的。想象中的美女简直就是天上有人间无的仙女，一点瑕疵都没有，美得让我好生羡慕，恨不得让自己变成画中的人。

再后来，家里有了第一台黑白电视机。那时，没有现在这么多都市剧，更不用说看美女如云的偶像剧、时装剧了，而且那时的化妆技术也没有现在这么高超。电视上的女性人物，在幼小的我看来，就跟身边的任何一位姐姐、阿姨或者大妈一样，没什么特别的，最能吸引我的反而是那些古装片中的美女。看完了《西游记》，就开始画七仙女。现在偶尔看《西游记》时还在想：蜘蛛精、白骨精的造型也挺漂亮的，为什么那时就只画七仙女呢？当电视上热播《新白娘子传奇》时，我又开始画白素贞，电视上播《神雕侠侣》时，我又开始画小

龙女。就像是画墙上的美女一样，我在每一部看到的古装片里寻找美女，然后将其“复制”下来。一度看动画片时，也如此这般，被我“复制”过的有《花仙子》中的花仙子小蓓、《圣斗士星矢》中的雅典娜、《绿野仙踪》中的多萝西……

我的画技就在这不断搜寻、复制美女的过程中得到了提高。小学五年级的时候，还得过学校书画比赛一等奖呢。那幅画自然也是画美女的，背景是虚的，人物是实的。记得那幅获奖的画，后来被贴在学校进门的大厅里，这让我暗自得意了很久呢。

那时候，我的梦想是当一名画家。年幼的时候，爸爸妈妈去上班，怕我一人在家不安全，就把我反锁在家里，一锁就是一整天，而我就安安静静地待在家里画画，一画也是一整天。

现在回想从小时候到现在发生的人生转变，都会感觉非常奇怪。一个从三岁就爱画画的女孩子，后来却走上了一条与画画完全不同的道路。我突然改打台球，并把这当成了职业，然后打到了世界冠军，是不是让人觉得难以想象？

但从学画画时起，我就养成了独处和静思的习惯，这对职业台球选手来说是非常重要的。因为打台球需要很专注，凝神思考，得耐得住性子，不急不躁，心理素质要特别稳定……而这些，我都具备。如今，能耐得住寂寞的人不多，我偏是其中之一。从这点来看，爸爸妈妈的无心插柳之举，却为我现在的台球之路铺好了路基。

至今，我的朋友也不多。朋友多的话难免要应酬，应酬就要进入嘈杂的公共场所同各种各样的人接触，这样既占用我练球的时间，也不符合我的个性。