

行者天下



经典育儿杂志《父母必读》主编 **恽梅** 作序
天涯、西祠、优酷 反响热烈

黄河◎著

奶爸和布丁 走泰国

不一样的体验式亲子旅行



旅行不为观光，
只为成长？
泰国热点
亲子旅行项目
一网打尽？

奶爸+5岁萌娃

实世界的“爸爸去哪儿”



机械工业出版社
CHINA MACHINE PRESS

奶爸和布丁 走泰国

不一样的体验式亲子旅行



黄河◎著

IT男“裸辞”成为职业奶爸，带着5岁的儿子布丁，从泰国开始在多个国家尝试背包客式的“体验式亲子旅行”，不走寻常意义上的传统旅游路线，而专门探索适合亲子旅行的线路。他们走进了泰国东北部乡村森林、泰国北部山区、泰国南部海岛等，写下了旅行中的见闻和亲子旅行的心得。本书希望通过一种全新的“体验式亲子旅行”理念，给父母们打开一扇崭新的窗口，让他们通过这扇窗发现，原来带孩子可以这样玩，原来小小的娃儿能在泰国旅行中收获这么多！

图书在版编目（CIP）数据

奶爸和布丁走泰国：不一样的体验式亲子旅行 / 黄河著.

— 北京：机械工业出版社，2016.1

（行者天下）

ISBN 978-7-111-53080-0

I. ①奶… II. ①黄… III. ①旅游指南-泰国

IV. ①K933.69

中国版本图书馆CIP数据核字（2016）第039268号

机械工业出版社（北京市百万庄大街22号 邮政编码100037）

策划编辑：谢欣新 责任编辑：谢欣新

封面设计：吕凤英 责任校对：王欣

责任印制：李洋

北京汇林印务有限公司印刷

2016年5月第1版·第1次印刷

145mm×210mm·8印张·150千字

标准书号：ISBN 978-7-111-53080-0

定价：36.80元

凡购本书，如有缺页、倒页、脱页，由本社发行部调换

电话服务

服务咨询热线：（010）88361066

读者购书热线：（010）68326294

（010）88379203

封面无防伪标均为盗版

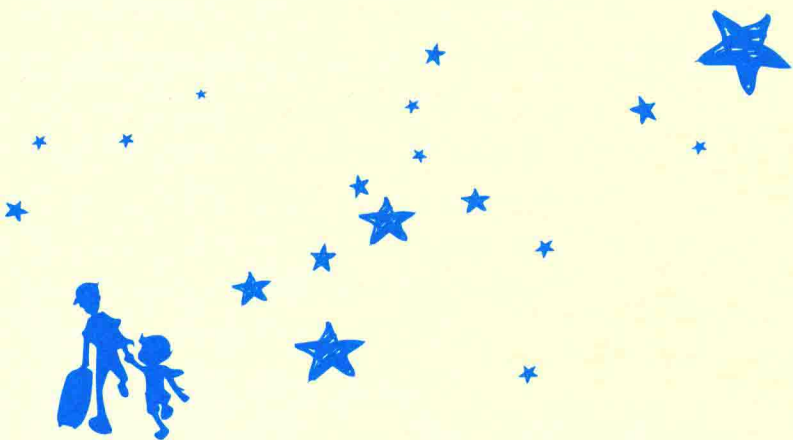
网络服务

机工官网：www.cmpbook.com

机工官博：weibo.com/cmp1952

教育服务网：www.cmpedu.com

金书网：www.golden-book.com



人生的刻度（代序）

《父母必读》杂志主编 恽梅

奶爸黄河带布丁旅行的几篇小文曾陆续刊登在《父母必读》杂志上，我有印象，但未留意。他的文字、故事读起来轻松、幽默，旅行攻略也相当实用，只是这些年热衷于带孩子旅行的父母越来越多，各种美文美图的亲子旅行文章实在不少。

直到完整读完这本书，直到慢慢将黄河对亲子旅行的思考、对人生的思考作为底色，铺开来看时，让我突然有一种强烈的感觉：哦，原来完整的拼图是这样的。

在这张拼图上，和布丁一起去看世界，触摸大自然，感受多元文化，构成了主画面，而内心的热爱、好奇心、体验则是

背景与底色，至于主线呢，在我看来，则是寻找人生的刻度。

美国著名人口学家、企业家马蒂·迪特瓦（Maddy Dychtwald）认为，今天的家庭生活正走到一个交叉点，即女性对工作更加满意，男性对家庭更加满意，但两性其实都感受到压力，都在寻找新的更为平衡、美好的生活方式。IT男黄河聆听了自己内心的声音：“到底想做什么，有什么梦想？”他将自己的兴趣与热爱结合在一起，跳出男人与女人的分工模式，跳出传统意义上的事业与生活非此即彼模式，找到了一种新的生活方式——和布丁一起游世界，成为亲子旅行作家。

在这种新的生活方式中，这位老爸一次次慢慢地蹲下来，站在孩子的视角看世界。

他将“带着孩子一起旅行”成功地转换为“和孩子一起旅行”，规划大人和孩子共同感兴趣的旅程，将关注点从风景和摄影切换到在旅行中和孩子的交流里来，让一次次亲子旅行变成真正的成长之旅、体验之旅，更是亲情之旅。

于是，奶爸和布丁的旅行也便有了更多的鲜明态度。一次真正的亲子旅行必然是孩子喜欢的：路上能找到玩伴，不管哪个国家的，也不论男女老少；能在大自然与动物们亲密接触，比如在原始森林徒步、在海中与野生动物一同游泳、在国家公园乘坐越野车观察野生动物等。抛弃程式化的旅行攻略，放下成人的偏执，站在孩子的视角，一段段妙趣横生的旅途由此开启。

贯穿全书的是“体验式亲子旅行”理念：体验大自然、体

验野外生存、体验与动物的亲密接触、体验文化课程、体验与当地人的相处。你会惊奇地发现：原来，带孩子旅行可以如此有趣，可以有如此多的维度。

当一个成年人乐意完全打开自己，乐意重拾好奇心，与这个世界相遇，随之而来的便是无限的创造与想象。正如我们的父母也不曾想过我们会成长为今天的样子，我们当然也无法预知我们的孩子未来会怎样。其实，若想保持做父母的淡定从容，不在于我们掌握了多少“确定的技术”，而在于对“不确定性”的认识有多深、有多远，在于如何用整体的视角看待我们今天的生活，看待孩子的成长，并寻找到一种有刻度的人生。



奶爸和布丁的梦想：在旅行中体验这个世界

本人做爸爸也有些年头了，成为奶爸却只是这两年的事情。千百年以来，中国一直都存在奶妈这个传统职业，奶爸这个职业是近年来才开始红火的。

在大中华传统之下，“奶爸”这个说法好像总有点不那么男人的感觉。我曾经也是这么认为的：男人就应该在外面赚钱养家，带孩子是妈妈的事情。这两年看过一些儿童教育的书，我逐渐认识到，教育孩子是爸爸的本职工作，也是爸爸的另一项伟大的“事业”，重要性不亚于赚钱养家。从陪孩子玩耍，到辅导孩子学习，再到与孩子共同探索人生道理，爸爸都是不可或缺的。

我和布丁妈都认同这个观点：“旅行是孩子的一所天然学校，

即使孩子还小，即使将来记不住旅途中的点点滴滴，但旅行可以开拓孩子的眼界，扩展孩子的想象力，从而释放孩子的创造力。在旅途中与大大小小各色人种的交流，孩子很自然地就能摸索出与陌生人交往的方式。”

从布丁刚会走路的时候，布丁妈带他到处流窜，从城里到城外，从省内到省外，从国内到国外。酷爱交通工具的布丁梦想坐遍世界上所有类型的交通工具，他坐过了一节公交车、两节公交车、电车、有轨铛铛车、双层巴士、突突车、双条车、农场机车、绿皮火车、蒸汽火车、高铁、长尾船、快艇、轮船、邮轮、飞机。跑着跑着，布丁变成了一个“心野”的孩子。

我们一起看中国国家地理出的《水下天堂：全球最美的潜水胜地》。看着五彩斑斓的水下世界，布丁说：“我也要去！”我说：“你老爸自己都还不会潜水呢。”实情是这个做爸爸的钱包太瘪，潜水可是个超级烧钱的玩意儿。

网上看到玛雅人的金字塔图片，布丁说：“我也要去！”我说：“将来，有机会的。”

我给布丁讲南极企鹅的故事，布丁说：“我也要去！”我说：“儿子，去南极的船票好贵啊！你把老爸卖了，也凑不够一张船票钱呀。”还在穿开裆裤的时候，布丁就常常打主意要把爸爸卖掉，好自己独占妈妈温暖的怀抱。可惜，直到现在他的算术还是幼稚园水平，算了半天也算不出来老爸能卖多少钱，这件事只得作罢。

我讲到非洲食人族的故事，布丁说：“我也要！”我说：“这你也要去？你要是去吃人还是被人吃掉啊？”布丁想了想：“那算了。”

比起布丁什么地方都想去，他什么事情都想做却让我更加头疼。当我讲加勒比海盗的故事时，布丁居然说：“我也要当海盗！”惊出我一头冷汗。下次要让他看一看现代索马里海盗只有一只小破艇、几杆破枪的悲惨现状，绝不复当年加勒比海盗驾驶黑珍珠号快船那般风驰电掣的威风了。

最近流行的教育理念是：“不要压抑孩子。”而我担心的却是，如何才能稍稍压制一下布丁越来越膨胀的“野心”，让他慢慢懂得需要在梦想和现实之间寻得一个平衡。在布丁心里，去世界上任何角落都不是梦，做任何事情也都不是梦，一切皆有可能！这一点自小便有的自信，我虽然多活了数十载，也是自愧不如的。

我热爱旅行，布丁也热爱旅行。虽然布丁妈不那么喜欢满世界乱窜，她却希望布丁能和我们一起在满世界乱窜中体验这个世界，在旅行中得到成长。我曾经的梦想是作为一个背包客走世界，但随着我变成了一个奶爸，梦想也随之变成了带着布丁这个小小背包客走世界。俺们并非吉普赛人，可以造一辆大篷车去流浪，布丁妈要上班的。正由于布丁妈不能每次都一起出去，这才有奶爸和布丁的旅行。从2014年起，我们常常出去旅行一个月左右，把一个国家细细走一圈，布丁再回来陪伴在

妈妈和奶奶身边，继续完成幼儿园的“学业”，过一阵子，再去另一个国家旅行一段时间。布丁还没上小学，他还有大把的时间可以挥霍，等戴上“小学生”这个紧箍咒之后，就只能眼巴巴地盼着寒暑假才能出去撒野了。布丁五岁的时候，我们父子俩背上背包，前往奶爸和布丁走世界的第一站——泰国，开始了体验式亲子旅行的探索之路。

随着一次次与布丁的背包旅行，我积累了许多带着低龄孩子旅行的经验，体会到了亲子关系的微妙变化，并逐渐看见孩子的成长。我这个职业奶爸从此变成一位亲子旅行作家，探索一条有益于孩子成长的“体验式亲子旅行”道路，为其他喜欢带孩子旅行的爸爸妈妈们提供经验和借鉴。

“体验式亲子旅行”是怎样的一种旅行方式？

“体验式亲子旅行”这个名称并不能算是一个正式的定义，是我根据我和布丁的旅行体会自己命名的，这种旅行方式有以下三个显著的特点：孩子喜欢，孩子体验，孩子成长。

首先，一次真正的亲子旅行必然是孩子喜欢的。

传统的旅行是以名胜古迹、自然景观、美食文化为主的，而亲子旅行则侧重于引起孩子兴趣的游玩内容。拉着孩子去看历史古迹，拖着孩子陪大人逛商场，孩子抱怨叫累是必然的。

这时即便大人威逼利诱，用玩具、冰淇淋贿赂孩子，使其就范，但终究不是一次真正的亲子旅行。

那么，孩子们喜欢什么样的旅行呢？以我做奶爸多年的体会，我觉得孩子感兴趣的旅行可能会是这样子的：

- ✧ 遇见没见过的有趣事情，满足他们天生的好奇心。
- ✧ 路上能找到玩伴儿，不管哪个国家的人，男女老少皆可。
- ✧ 有好吃的零食和好玩的玩具。
- ✧ 有儿童游乐设施可以玩，从门票不菲的主题乐园到免费的小公园。
- ✧ 有针对儿童的博物馆、水族馆等。
- ✧ 能去大自然与动物们亲密接触，比如在原始森林徒步，在海中与野生动物一同游泳，在国家公园乘坐越野车观察野生动物等。
- ✧ 能亲自动手参与其中，比如在木偶博物馆能够自己操控皮影戏，在科学博物馆动手做科学小实验，在露营中学会野外生存技巧等。
- ✧ 可以尝试有趣的交通工具，尤其是从未坐过的，就像泰国的突突车、一根大树挖空的独木舟、水陆两栖观光车、观光潜水艇等。
- ✧ 适当的小冒险，和孩子夜间拿上手电筒进入森林探险，钻进一个洞穴去探险等。
- ✧ 新奇刺激的体验，比如乘坐热气球观看动物大迁徙，在现

场观看火箭发射升空，登上一艘真实的航空母舰，爬上一座活火山等。

✧ 特别而有趣的体验课程，比如学做泰国菜、学泰拳、学做蜡染画等。

我理解的体验式亲子旅行，需要有孩子感兴趣且大人一样能乐在其中的旅行项目，一家人共同经历旅行的快乐，从而在旅途中加深父母与孩子的亲情。

其次，“体验”是最大的特点，让孩子在体验中触摸这个世界，感受这个世界。

亲子旅行的理念在许多中国年轻爸爸妈妈们心中已经扎下了根，他们很愿意带着宝宝到处去玩，让孩子接触不同的环境，拓展孩子的视野。在当下主流的亲子旅行当中，大部分父母们会选择带孩子去博物馆、水族馆、主题乐园、动物园这些地方，也会带孩子去农家采草莓摘橘子亲近大自然。如若去东南亚玩，美丽的海岛是优先的选择，孩子们在椰树海滩之间玩耍，玩得乐不思蜀。

那么，体验式亲子旅行和现今主流亲子旅行有什么不同呢？

需要明白的是，现今主流亲子旅行玩法和体验式亲子旅行并不冲突，我们也会带布丁去迪士尼，也会带他去普吉岛。不同的是，我们还会选择一些非主流的旅行项目，而这些“另类”的旅行经历让孩子印象深刻、激动万分，我们不一样的旅行体

验也令许多爸爸妈妈们耳目一新。

对孩子来说，旅行中最有趣的事情莫过于体验各种新奇事情了。所以，我在选择旅行项目时，偏重接触大自然的体验，尽量创造孩子与野生动物亲密接触的机会，也特别鼓励布丁在旅途中与当地文化接触交流，让布丁在旅行中体验到这个世界的多种多样、多姿多彩。

体验式亲子旅行是一种将背包客文化融入亲子旅行的尝试，读者们可以从奶爸和布丁的旅行经历中了解“体验”的含义，就如：

体验大自然

在泰国考艾国家公园的热带森林中徒步了大半日，这是布丁第一次长途徒步，一路上两个家庭、三个孩子，跟在向导后面，沿着密林中被脚踩出来的小径前进。向导对孩子们介绍热带森林中能蓄水的雨藤、绞杀大树的寄生榕树、树冠上鸣叫的鸟儿、树梢间跳跃的猿猴、落叶堆中的蝎子、水塘边野象群刨的坑与留下的粪便。公园内有一棵数十米高的巨型榕树，成了最受孩子欢迎的游乐场，在巨型板状气根之上、藤状气根缝隙之间，爬满了欢快的孩子。孩子们一路上兴趣盎然，竟然不叫累。

在婆罗洲巴科国家公园有数条不同难度的徒步小径，布丁走过了其中两条稍短些的。那小径上高低起伏、大树如伞、巨石嶙峋，热带雨林地区独特的榕树树根突出了土面，在地面上

盘根错节。布丁踩着如巨蟒一般的树根上上下下，他惊叹道：“我们这是在童话中么？”

体验野外生存

在泰国北部的边境城市塔通，布丁随着向导穿过阿卡族村寨，穿越农田，进入了山中。只带了食材，以竹子为材料现场制作用以烧水、盛饭、盛汤的容器，削制竹筷、竹汤勺，以芭蕉叶为餐桌布，烤竹筒饭、烤鱼、煮面，做出了一顿丰盛的午餐来。布丁看得目不转睛，并上前帮手，他惊喜地发现用自然界的材料可以做这么多事情！

在野外搭帐篷露营，也是一种非常受孩子们欢迎的户外运动。我们在加勒比海岛波多黎各的海滩露营地住过两晚，在美国迈阿密的青年旅社院子里露营过三天，本打算还去鳄鱼遍布的大沼泽国家公园宿营地露营的，却遇上了佛罗里达十年来最冷的冬日而作罢。野外露营是有趣的事情，带上烧火做饭的家伙事儿就更不错了，孩子七手八脚地帮忙搭帐篷、生火做饭，这种独特的体验会让孩子深深爱上大自然。

体验与动物亲密接触

与动物亲密接触永远是孩子们的最爱！家长们喜欢带孩子去动物园，看动物表演。但是被关在笼子里的动物实在是了无生趣，于是就流行起了户外放养的野生动物园，可那也是一个

扩大了动物园。

在我看来，让孩子真正与动物亲密接触，最好的办法是让孩子去观察大自然中的野生动物，虽然不能摸，甚至不能太过接近动物，但那才是真实的动物。就像在婆罗洲的猩猩保护区看红毛猩猩，我们在红毛猩猩的领地寻找它们的踪迹，希望能在大森林中邂逅这些人类的近亲，运气不好还见不着。在斯里兰卡的国家公园中，我们只能留在越野车中，静静观察不远处的野象群，人类不得离开越野车而进入动物们的领地。在这些地方，我们只是访客，动物们才是主人。观察野生动物们在自己的家园自由地生活，孩子们会感受到自由生命之美，从小可以了解环境保护和动物保护的意义。

体验文化课程

在东南亚有许多体验当地文化的课程，这种文化体验方式是从西方学习而来的，可以令旅行者了解当地的文化。这些课程主要面对成年人，我带了布丁去体验，发现许多项目同样是适合孩子参加的。布丁随着我参加过泰国和斯里兰卡的烹饪课程，也在马来西亚学习过制作蜡染画，通过孩子们动手参与的乐趣，以体验的方式将鲜明的当地文化印入了孩子的心里。

体验当地人的生活

在旅游景点、高档商场与豪华酒店，是无法真正了解当地

人生活的。于是东南亚兴起了一种家庭寄宿的旅行项目，通过寄宿在普通老百姓家中，和他们同吃同住，能够真正看到当地人的生活方式。在马来西亚，我们就住在马来族渔民家中，和他们一样用手抓饭吃，跟随老爷爷在近海打鱼。

更加难得的是，如果在旅行中结识了当地朋友，被真诚地邀请去他们家做客，是一种美妙的体验。我和布丁就曾在斯里兰卡的百姓家中做客，布丁认识了好多小哥哥小姐姐，至今仍难以忘却。

我和布丁以体验式亲子旅行的方式走过了一些国家，布丁非常喜欢这种旅行方式！我相信，大部分孩子也是会喜欢的。

最后，体验式亲子旅行相比传统的旅行方式，孩子能够得到更多的成长。

旅行中能锻炼孩子的独立性和适应能力，帮助孩子变得更加开朗，并学会与不同人打交道，这些好处是许多父母希望带孩子旅行的重要原因。

体验式亲子旅行比起传统旅行方式来，孩子能够得到更多的成长，这得益于体验式旅行中的背包客基因。因为，在体验式亲子旅行中：

✧ 强调开放自己的心，鼓励孩子主动去接触当地人，结交当地的朋友，这对孩子的社会交往能力很有益处，更重要的是，这有助于孩子拥有一颗开放与包容的心。

✧ 尽量找机会乘坐当地的交通工具，而不是跟团或者全程自

驾。虽然会辛苦一些，也会花去更多的时间在路上，却能够有更多的机会了解当地人的出行方式。孩子在和爸爸妈妈转公交、转三轮车的过程中，就学会了如何在一个陌生的城市中前往一个陌生的目的地。

✧ 鼓励孩子深度接触自然，以生态环保的方式旅行，通过徒步等方式深入感受自然界的美好，孩子由此便爱上了大自然。

✧ 喜欢带孩子与真正的野生动物亲密接触，让孩子从小就有拥有动物保护的理念，激发孩子们的爱心。

✧ 通过野外生存的体验，孩子们不仅长了见识，还提高了独立生活的能力。

✧ 带着孩子参加自己动手的文化体验课程，可以帮助低龄孩子有兴趣了解当地文化，而通常通过观赏建筑、参观博物馆了解文化的方式，需要较大的孩子才能够理解得了。

需要爸爸妈妈们特别注意的是，体验式亲子旅行不仅仅是带孩子参加体验式的旅行项目，更重要的是父母自己需要敞开心扉，在旅行中开放自己去接纳当地的人和文化，这样才有更多的机会体验这个世界。在生活中，父母是孩子的榜样，在旅行中，也是一样的。