

极地人生

世界两端，生命旅程

李军 ● 编著



非
外
借

上海科学普及出版社

极地人生

李军 / 编著

上海科学普及出版社

图书在版编目(CIP)数据

极地人生 / 李军编著. —— 上海: 上海科学普及出版社,
2016.3

ISBN 978-7-5427-4674-0

I. ①极… II. ①李… III. ①游记-作品集-中国-
当代 IV. ①I267.4

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2015) 第 262858 号

责任编辑 张吉容

极地人生

李军 编著

上海科学普及出版社出版发行

(上海中山北路 832 号 邮政编码 200070)

<http://www.pspsh.com>

各地新华书店经销 上海出版印刷有限公司印刷

开本 787×1092 1/16 印张 10.75 字数 200000

2016 年 3 月第 1 版 2016 年 3 月第 1 次印刷

ISBN 978-7-5427-4674-0 定价: 48.00 元

序 PREFACE

在我生命里有一个特别的群体，他们都叫我师父，李军是其中之一。

大部分人在小的时候都写过“我的志愿”这样的作文，不过在我的记忆中我没有立志要做别人的师父，我只记得我跟自己说要做一个好人，在家听父母的话，出嫁要做一个好老婆，养了孩子要做一个好母亲。结果这三个愿望都没有做好，却做了人家的师父。

很多很多年前，我曾经问过我自己，难道我的人生就像一杯温水，不冷不烫，就这样平平淡淡地过一生？那年我女儿刚刚出生一年，此后我再也没有想过这个问题，因为我答应过我自己要做一个好母亲、好妻子，除了工作时间以外，就是在家缝补，过着两点一线的生活。直到我遇到一群人，他们示范了生命的尊严，用一切的能力去捍卫自己的理想，他们名不见经传，只是普普通通的市民。他们唤醒了埋藏在我心里多年的问题，而这次多了一个问号，到底生命的价值是什么？我没有答案，我只知道我要活出生命的价值，然后我带着简单的行囊走出了家门。当时我父亲已经去世，女儿已经九岁，母亲只是觉得一贯听话的我，怎么胆子一下变得那么大。所有人都在静观其变，以为我只是闹着小脾气，看我什么时候回头。但是我没有，我只是一直往前走，为了心中的一份理想，一直走了很远很远，走了很长很长的路，遇到很多很多人，包括这个叫徒弟的群体，他们还有另外一个称呼——训练师。我和他们分别在不同的时间、不同的阶段在路上相遇。

他们拜我为师的目的各有差异，而我的目的只有一个，我需要一群人和我一起实现一份理想——让自己做得更好。当时我用了三年的时间去寻找如何活出生命的价值，最后我走

上了训练师的道路，企图用这种方式实现我的理想。不过出乎意料的，我想通过培训去帮助别人，最后是我自己受益匪浅。

训练师是一条见自己、见天地、见众生的路途。

狭路相逢勇者胜，胜利是属于敢于面对自己的一方。在这条路上与其说训练师付出给学生，倒不如说是学生锻炼了训练师。在这条路上训练师要面对的第一个坐标是自己。在训练场上，训练师常要面对学生各式各样信念的冲击，训练师的心随时会受波动，守不住一份清明心的话，很容易把自身的价值判断硬套在学生的头上，结果引发一场信念的战争，或者制造了一些听话照做的学生，这些都不是训练的本意。师者，传道、授业、解惑也，在人本的训练场上，训练师要培养一批善于思辨的教练，启发他人带着觉知思考，从而摆脱自己编织的篱笆，走向广阔的天地，把积极的生活态度像涟漪一样地往外传播，此谓见天地。

所有训练师在徒弟拜师之初，我都叮嘱他们：“人本训练师是一群高素质、知识广博、儒雅和谦卑的终身学习团队。人本训练师站得比别人高、处得比别人低、做得比别人多、取得比别人少。人本训练师以利他作为利己的基础，人本训练师关注社稷，以幼吾幼以及人之幼、老吾老以及人之老为人生坐标。”训练师切忌头顶上的光环，由于工作的特性，

站在舞台上的训练师很容易成为被崇拜的对象，自我不断被膨胀，这个时候训练师会进入一个作秀的阶段，心没有了，魂也跑了，训练质量是乏味的，学生像从工厂倒膜出来的制成品，带着满口的术语和别人刀光剑影，唯一剩下就是训练师的口袋里面可以装下多少资粮……为什么要做培训？想引发社会什么效应？一窝蜂去做的事是否必定是正确的？到底想为下一代留下一些什么？学生被引导到什么方向？到底是在解决问题，还是创造更多的问题？这些都是训练师必须拷问自己的问题。放下自我的虚荣，走进学生的心里，纯粹地支持每一个生命的绽放。

在这条见自己、见天地、见众生的路途上，我找到了生命的价值。

李军是我当年的学生，曾经在我的课堂做过我的助教，我却一点印象都没有。在我的训练师生涯里只会记住两种类型的学生，一类是非常出色的，一类是非常差劲的。那些不记得的要么是不起眼，要么是乖学生，而李军就是属于我不记得的这一类。直到很多年后，他又来到我的课堂，上课之前他在我的微博留下这样一段话“14日香港见，期待！期待也是一种美好的体验，如果是期待自己最心爱的爱人，那更是一种刻骨铭心的体验，祝福敬爱的导师一生平安幸福！”我看了以后心里暗暗在想这个人是谁啊，因为他的微博只有江湖绰号，叫什么“头埋在沙子里”，

根本认不出是谁，但是这番话我记住了。在课堂上我偶然笑说这个微博留言反映了老一代的学生有这样的一种恐慌感，然而新一代培训的基础理论和方式方法都已经是脱胎换骨了。就在那一刻，坐在很后排的李军乐得开了花，承认就是他的留言，直到那一刻我才发现他果然像他的江湖绰号一样，一贯地埋在人群中。不过当时我还是记不起他曾经活跃于训练场上当助教。最让我吃惊的是，课程后开始选拔徒弟的时候，他居然一反常态，在人群中脱颖而出，竞选成为训练师徒弟。不过他的原意是对训练师徒弟的读书会很感兴趣，希望和一个持续的学习团队一起进修。我看他一副公子哥儿的范，学习的能力是不容置疑的，虽然做训练师的承诺尚且感觉不出来，但既然是一个人才，也就先收下来再说吧。之后他所属的训练师徒弟团读书会是最火的，其他团的徒弟都慕名而来，要旁听他的读书会。然而，如我所料，他始终没有实习做训练师的意愿，直到我要返回加拿大定居之前，需要密集训练徒弟，他被我亲自下令要加入受训的行列。硬着头皮的他来了，还是一贯的静悄悄在人群中，也因为这样反而引起了我的注意，有意无意中对他特别的刁难，事关我也是一个好胜之徒，越是难搞的学生我越是喜欢攻关。一点一点地，李军散发出他的光芒，到了今天还是喜欢埋在人群中的他，已经带领了不少人走在学习的路上，而他也一直在路上自我砥砺。

喜欢游历的他到过南北极和很多难以到达的地方。去年我挑战他把周游世界的心路历程结合他训练师的成长经历汇集成书，用课堂以外的方式启发和激励更多人。这本书记录了他用镜头看到的世界，或者更准确地说是他用镜头与各位读者交流他的内心世界。我相信这不是他唯一的一本书，我也相信在他日后的书还会有更多的变化。每一人都是一本书，这本书是一个训练师的成长经历，或者趋向成熟的人所走过的路。On becoming a trainer, on becoming a person.

而我作为这个群体的师傅，传授训练技巧是次要，陪伴他们在成长的路上经历内心的挣扎、困惑、迷失以致守住初心，解脱于贪念、虚荣、嗔心，究竟见众生即是见自己之道乃是我心所依。

祈愿所有我曾经遇到过的徒弟，一路顺风，无论你们在哪里，无论我在哪里，我都会在心中默默祝福这相遇，在此生有一个完美的句号。

爱你的，

Eva 黄荣华

2015年9月18日于加拿大

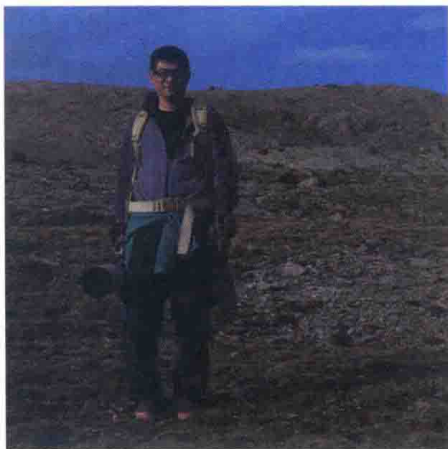
北极之约



CONTENT

目录

北极之约	1
北极，我来了	2
第一次登陆	14
蓝冰之恋	30
初见北极熊	44
英豪	62
觉知	82
与鲸共舞	94
北极圣境	110
无声的映现	128
言犹未尽	142
未尽之缘	158



< 前面的话 >

我是一个训练师。

我的训练师之路，如同这一趟北极之旅。

北极，在我脑海中的印象，就是暴风雪和北极熊；训练师，在我脑海中是西式正装、讲义和一间又一间的课堂。我一想到暴风雪，就心生寒意，浑身似乎战栗来袭；一想到北极熊，眼前就浮现出毛绒绒的白色和那可掬的憨态；一想到训练师，则是身踞讲台，和众多个性鲜明的学员探讨学识，为各自的观感而舌辩论战，即便抛却自我，也要随时清醒睿智，保持全身心的投入。

然而，去北极之前，这一切都是我的遐想；做训练师之前，所有的这些，也都只是我的演绎而已。

到了北极，我才知道：北极也有和煦的海风和灿烂的阳光；北极熊憨厚的表象下，也有一颗威猛的心。体验，还是体验，这就是千变万化的世界，这就是不去体验就不会明了的世界。对我而言，训练师之路，将会把我多年游走在地球各个角落的步履，带往更深更远的时空，进入那全新的宏观和微观世界——大自然的昭示和我的感悟。

请随着我的足迹，一同走进北极这个课堂，体验这块尚未开发的处女地，一同见证从没经历过的新奇与浪漫，从中探索人生。

北极， 我来了

期待北极的味道「帕兰斯」号探险船





2014/8/15

星期五 多云 东北风 4 级

下午一时左右，我们乘坐的飞机顺利抵达斯瓦尔巴群岛的朗伊尔城。

< 初抵朗伊尔 >

跨出机舱，扑面而来的是寒冷而清新的空气，我的身心为之一振：呵，北极，我来了！

去过世界各地很多机场，也见到不少人性化的设施。朗伊尔机场规模不大，设施也相对简单，这里的一切说不上有多高档，却是花了心思的，让人感到舒适，一种温馨之感油然而生。作为世界上最北的机场，朗伊尔机场单单从地域层面上讲，意义就远超其他了。

走进候机大厅，行李提取处那尊雄浑逼真的北极熊雕塑，让人眼前一亮，温顺，友善，憨态可掬，用一种和蔼的姿态迎候着来自世界各地的游客，但我却始终未能释怀，不敢掉以轻心。说实话，此次北极之旅，有大半原因是为了北极熊而来，连我自己都说不清楚，

◁ 朗伊尔，2014 年 8 月 15 日

△ 我来了，北极 —— 真是不去体验就不会明了的净土呵

为什么会对这个遥远的物种有一种特殊的偏爱——现在踏进它的故乡，接下来，我想会有足够的时间让我去寻找这个答案。

出了机场，我们将要乘坐的“帕兰斯”号探险船，派出了工作人员，帮助我们在大件行李先运上船，我们只需携带随身的行李即可，而我的随身物品也不简单——“长枪”、“短炮”，两台全画幅单反相机加六只镜头，这些装备，都是我为心仪的北极熊特意准备的。

朗伊尔这座小城，是斯瓦尔巴群岛的首府。这个充满浪漫气息的地方，由波士顿北极煤公司的持有人——美国人约翰·朗伊尔（John Munroe Longyear）建造，故以他的姓来命名这座有着诸多“世界最北”称号的小镇。

码头不远处，立了一块“熊出没”的牌子。这小镇，设有诸多“熊出没”的标志，一块块警示牌在这片空旷中显得尤为醒目。在深圳，司空见惯很多汽车有这样的标志，有些不以为然，只当作一种装饰而已。

在这里，却被告知要特别留意这个标志，因为这代表着我们临界北极熊的领地，只要再往外伸出一脚，就有可能直接面对这个冰原巨兽。据说，在我们到达这里的前些天，刚刚有人不慎越过警示区域，被北极熊袭击了。看着这血色的警示，我心中既兴奋，又紧张，仿佛掀动鼻翼，都能闻到咫尺之间北极熊寒冷的气息。

< 北极城镇 >

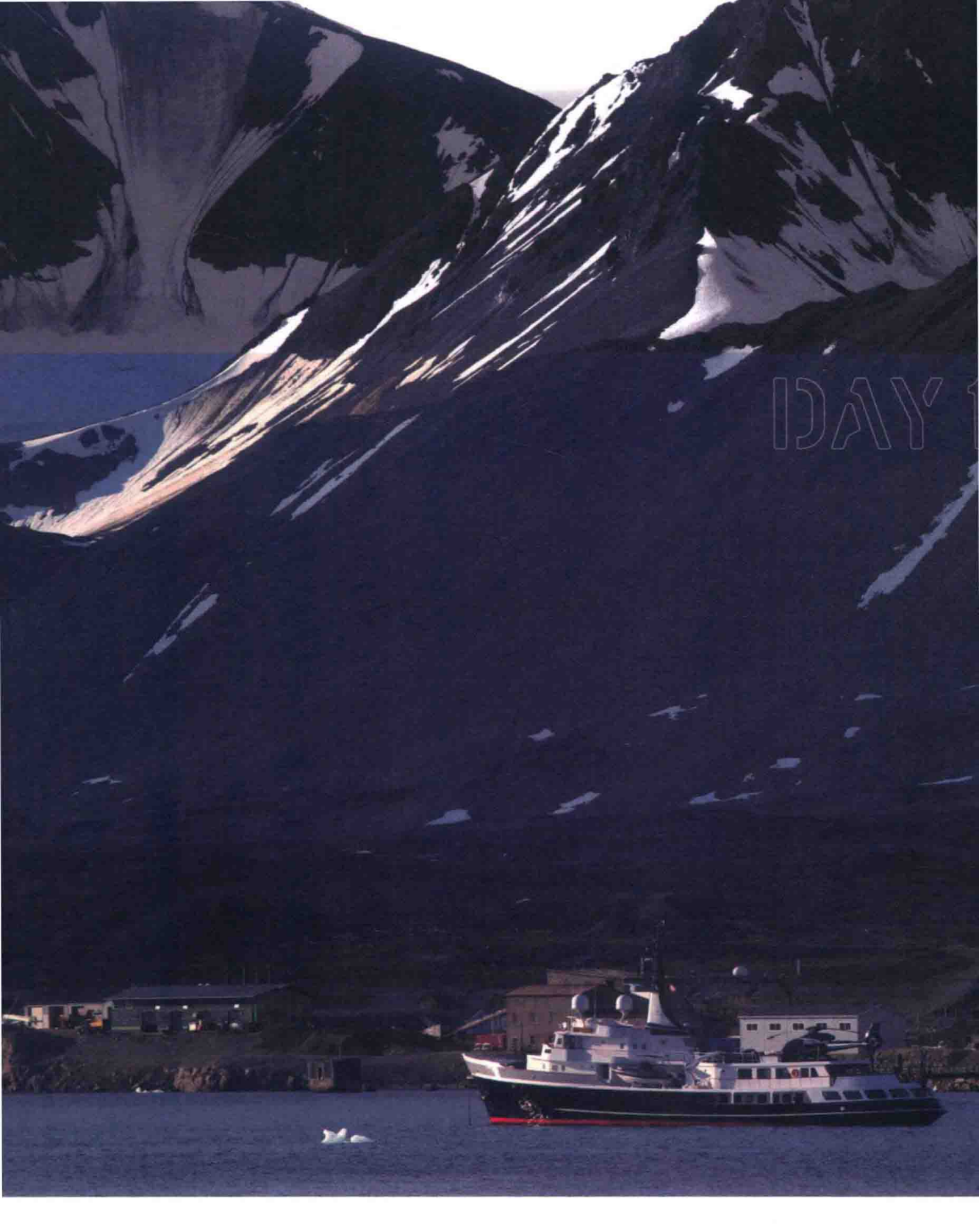
因为极夜的原因，每年的11月到第二年的1月，这个城市都处于黑暗之中。现在的朗伊尔，正处于长达数月的极昼期。气温并没有想象中那么低，空气的干燥程度也让我有些惊讶，这里居然适宜得让人有点惬意。风，也不大，就近闲庭信步，颇有几分诗意。

因为气候的原因，每当极夜时，这里的居民们不用工作，躲在房子里开展室内活动。真正繁忙的，恰恰是现在这段适合探险的时间——世界各地的北极爱好者们，慕名聚集到这里。据说，这里还有一所世界上著名的探险学校。

身临其境，感觉整个人都置于一个新奇的环境之中。我没有因为惊喜而四处拍照，只是在想，每一个这里的居民，他们都有哪



都市见惯不怪的“熊出没”警示，在这里可不是装饰 △
北极的山川下，我们的座驾“帕兰斯”号探险船显得多么渺小 △



DAY 1



些奇特的故事，又为什么要远离家乡，远离热闹和喧嚣，远离繁忙的工作，远离我们苦苦追求的一切？他们选择来到这里，会书写一段怎样的人生？如果是我，我能在这里呆多久？会在这里做些什么？最思念的人是谁？又有谁会惦记着我？哲学源于思考，投身这近乎蛮荒之境，若是用心与这片土地交流，或许每个人都将领会到些许哲理。

< 新奇环境 >

我注意到，这里的建筑并不高，外墙、屋顶都是彩色的，房子的结构样式有着明显的北欧风格，多种颜色相互碰撞，营造出一种童话的感觉，静谧而美好。由于气温、冰雪……这种种自然现象，提醒人们不得不一次次回归现实。听说这里的住户，房门常年不锁，为的是如果有人在路上突遇北极熊，可以迅速找到一个安全庇护的所在。虽说不上是夜不闭户、道不拾遗那种理想中的社会状态，其人文意义却颇值得人们玩味。呵！此刻，我距离北极熊仅有一步之遥，这憨态可掬的族类，潜藏的兽性随时可能咆哮而出，令我不寒而栗。

不如想象中的冷，空气干燥。初履极地，有如闲庭信步，颇有几分诗意 △
“帕兰斯”号配备有橡皮冲锋舟、皮划艇，是我们登船和探险的“伙伴” ▷
当母船“帕兰斯”号变身我们的北极之家，我们又是那么急不可待地投向她的怀抱 ▷

危险而刺激——这种感觉，也许是不远万里追寻的原因之一？

奇怪的是，房子底下突兀地悬空着，脚踩上去，有些不习惯。原来，这是因为朗伊尔城地处北极冻原气候带，脚底下是厚厚的千年冻土层，建筑物如果直接建造在地面，土层的冻胀和融沉会对其产生灾难性的后果。于是，人们就想出了这么一种因地制宜的法子，在这个地方扎根、生长。了不起的北极人！

由于气候、土壤等原因，朗伊尔不能发展农业，几乎所有食物都要从岛外运进来。令人感慨的是，这里还推行“无死亡”政策，重症和绝症病人，必须送回挪威本土的医院去，除非猝死，无人有权死在这里。拒绝死亡，也是由严酷的环境决定的，在低温的冻土层，无论多长时间遗体都不会自然腐烂，会对环境产生不良影响。因此，只要病人还有一口气，病得再重都要离开斯瓦尔巴群岛，回挪威本土去，即便病逝，也要运送到挪威火化埋葬——生命在这绝域之中，要遵循的规则实在是多了些。活着，本身就是一种享受。

我们人数众多，小镇上只有一家餐馆勉强有能力接待，上上下下忙活了很久，为我们准备午餐。其实，是很简单的一顿，我点了汉堡和蔬菜汤，由于有着在“世界最北”进餐的背景，吃起来倒也甚有风味。趁着餐馆准备的空当，大家好整以暇地徜徉镇上，或采购或拍照或邮寄，为进军极地做最后的准备。

卖纪念品的商店特色明显，几乎目所能





及之处，全是与北极熊有关的东西：北极熊的毛绒玩具，北极熊的图案背包，北极熊的水晶摆件，北极熊的纪念贴纸……一切都印刻着北极熊故乡的浓郁印记。我购买了许多小饰品小玩具，准备回去后作为礼物赠送亲朋好友，出行不易，能与大家分享一份快乐也是一桩美事。我还为自己挑了一枚小小的纪念章，简单地别在背包上。瞧，稍一点缀就别有一番极地的味道，我喜欢这种感觉。

这里有全世界最北的邮局。再往北的科考站地区，也有邮递的地方，但听人说，寄送效率不敢恭维，那就不作数啦。我购买了二十多张明信片，打算在旅途中写下见闻，寄给远方的亲朋好友。

小城中心的广场上，竖立着一尊矿工雕像，昭示朗伊尔城的历史。1900年，在斯瓦尔巴群岛上发现了欧美工业发展所急需的煤矿，此后一百多年，包括约翰·朗伊尔在内的多国矿业公司，纷纷来此开采，朗伊尔由此被称为世界上最北的“煤都”。直到今天，煤矿业仍然是朗伊尔乃至斯瓦尔巴群岛重要的产业支柱。雕像尊严肃穆，凝视远方，



特意摄下“帕兰斯”号船首船尾，相信我的北极之旅，同样首尾两全其美 △

