



扬帆追梦

帆船自驾环球之旅

一叶小船，两位伴侣，三万海里，四年环球

万军 / 著





扬帆追梦

帆船自驾环球之旅

一叶小船，两位伴侣，三万海里，四年环球

万军 / 著



中国地图出版社

图书在版编目(CIP)数据

扬帆追梦：帆船自驾环球之旅 / 万军著. —北京：
中国地图出版社，2015.1

ISBN 978-7-5031-8528-1

I. ①扬… II. ①万… 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（2014）第279056号

策 划 马 隆
责任编辑 邹 婧 马 隆
出版审订 余 凡

扬帆追梦：帆船自驾环球之旅

YANGFANZHUI MENG: FANCHUANZIJIA HUANQIUZHILV

出版发行	中国地图出版社	经 销	新华书店
社 址	北京市白纸坊西街3号	印 张	15.5
邮政编码	100054	版 次	2015年1月第1版
网 址	www.sinomaps.com	印 次	2015年1月第1次印刷
印刷装订	北京画中画印刷有限公司	定 价	32.00元
成品规格	170×240mm		

书 号 ISBN 978-7-5031-8528-1/G·3282

审 图 号 GS（2014）2925号

如有印装质量问题，请与我社发行部联系；如有图书内容问题，请与本书责任编辑联系，联系方式：dzfs@sinomaps.com。

推荐序

这真是一本关于航海帆游的好书！

记得在万军刚刚开始帆游生活的时候，她曾与我在网上就帆游的一些实际问题有过简短的交流，从此我也开始通过她的博客，关注爱妮娅的行踪。得知她和丈夫成功地完成了小帆船环球航行时，我由衷地为他们高兴。

世界上完成了小帆船自驾环球的人并不算多。每年也就只有 100 多条帆船，200 多人，最后驶完约 6 万公里的海上旅途。相比之下，平均每年登顶珠穆朗玛峰的人数多达 400 人。万军，同她的加拿大丈夫一起，用了 4 年的时间，最终完成了这个挑战，成为在中国出生和成长的第一位小帆船自驾环球的女士，令人为她感到骄傲。

在小帆船环球航海的人中，每个人都有各自的初衷和目标：有人想要在时间上破纪录；有人想要在年龄上刷新；有人想要为慈善筹款；也有人想完成自我战胜。而万军的动机则简单得多：用不同于常规的旅行方式，以自己的节奏，来看这个大千世界。她到访了隐藏在大洋深处、仅有水路才能到达的传奇岛屿：太平洋上的皮特凯恩岛和苏沃罗夫岛，大西洋上的圣赫勒拿岛。她亲历了独特的体验：目睹了加勒比的火山强烈喷发；经历了瓦努阿图七级以上的地震；在加拉帕戈斯，躲避了来自日本的海啸。



她还近距离地接触了野生动物：从印度尼西亚的科莫多巨蜥，到加拉帕戈斯的巨型陆龟；在南非，水中与大白鲨贴面，公路上被急躁的大象追赶；在海中，被海豚奔跳包围，看大鲸腾跃戏水……

当然，帆游不只是游玩，驾帆船驶过大洋的风风雨雨，需要面对的不仅仅是天气的挑战、体力的透支、设备的损坏、伤病的折磨，还要忍受孤独，无惧艰险，这更是一场挑战自我极限的意志考验。

在经历了帆游初期的“没心没肺没期待”之后，万军帆游的目标日渐清晰，她毫不犹豫地、勇敢地选择了帆游环球。对于万军，“帆是手段，游是目的”，能吃苦，不自虐的她，为了享受帆游，努力改善船上的生活状态。可是，环航的路途并不顺利。太平洋所赐的三个“下马威”，让原以为精神上做了充足准备的她，打起了退堂鼓。幸好，她最终没有放弃，才有了那一段一会儿如天堂般美妙，一会儿如地狱般煎熬的不一般的经历。这让她觉得，帆航环球的路，也是一次心灵朝圣的旅途。见识了大自然的奇妙，体验了异域的风情，在远离现代文明的环境里，有时间阅读，有心情思考，有机遇感悟。

这本书里，万军用朴素的语言，认真地讲述了她这段人生的苦乐时光。书中描述的所见所闻、所思所悟，没有渲染夸张，也不片面误导，很客观地把一个真实的帆游状态，生动地呈现了出来。她的图片，让我觉得亲切，她的文字，让我深有同感。虽然篇幅所限，不能事无巨细，面面俱到，但仍足以实事求是地、生动地反映出这个小群体的典型生活状态。

我相信，通过这本书，读者不仅仅能够对帆游生活有一定的了解，也能对帆游给精神层面带来的积极作用有一定的认识，同时，阅读它的过程本身也是一个令人享受的过程。

单人帆船环球航海中国第一人——翟墨

自序

“你们将来的计划如何？”

计划？谁说要有计划的？2009年12月31日，老公布鲁斯和我，以及一群来自五湖四海的帆友们，在格林纳达一个码头的新年晚会上开心地交谈着。当这个常规无邪的问题摆在面前时，我们一时语塞，未来的何去何从，真的还没有想过。

这是个雁南飞的季节，退休后的我们，开始了第一季全职的帆游生活。驾驶着我们的45尺帆船爱妮娅号，从美国东部的诺福克出发，借着北大西洋的信风，漂洋过海，来到了充满阳光的加勒比。出发时的想法很简单：就像成千上万的候鸟一样，逃避冰天雪地的北国之家，来享受热带的阳光沙滩和异国情调。

晚会的气氛热烈喧嚣，喝高了的帆友们的七嘴八舌，被亢奋的迪斯科舞曲淹没。想寻一份清静，我走出嘈杂的酒吧，马上感受到温湿的海风，轻柔地吹拂脸颊。随意走到水边，找一块礁石坐下，听涌浪懒散地把堤岸拍打。在这个难得的蓝月亮*新年之夜，高悬的满月，让海面泛起青白的波光。月光下的爱妮娅，静静地随波微晃，高高的桅杆顶部，锚灯像天上的星，又比星还亮。这是我们流浪的家，天穹当被大海是床，四海漂泊，随



风踏浪。都市喧闹的环境，已经开始淡忘，现代文明的便利，不能垂手可得。在知天命的年纪，能换一种方式生活，从前的我，真的没有想过。

我生长于北京，幼时对大海的概念只有来自那时有限的电影和画报，特别憧憬它蔚蓝的颜色，夺目的日出，翻滚的波涛。小小的梦想就是，有那么一天，我可以站在海边，亲眼看着宽广的水面，连到天边。

小学，中学，大学。工作，结婚，生子。北京，是我唯一生活过的城市。生活的轨迹，像航线一样明了。前面的路，仿佛已看得清晰：为项目奔走，为职称拼搏，年复一年直至退休。

然而，命运的小船被潮流推得偏离了既定的航线。夹在自费出国留学的滚滚大潮中，我独自漂到了英国。几年之后，除了收获一个博士学位，我还爱上了旅游。去的地方越多，越觉得没够。这段经历让我发现，原来我是如此地享受旅途。所见所闻，都让我惊喜、感叹：不看不知道，世界真奇妙。

为了看得更多，走得更远，跟着移民的风潮，我再次远离已经熟悉的环境，来到了陌生的多伦多。

放弃冷门的专业，跨进 IT 的大门。工作稳定，待遇良好，一晃就是 8 年。儿子上了大学，房款也还得差不多了。虽然离了婚，但周围有一帮常聚的朋友。每年出游一两次，平淡的日子舒适安稳。

直到遇见了老布。

那时老布已经退休，却还忙个不停。一边编写再版了多次的加拿大中学地理教科书，一边准备年后去非洲小国莱索托做志愿者工作 4 个月。问他怎么想到要去做志愿者，“感谢运气，我这辈子太顺利了，没经历过社会动荡和饥荒。就是觉得我应该尽力做些奉献来感谢命运对我的安排。”3 个月后，带着超重的满满两大包给非洲孩子的礼物，老布去了莱索托的大山里。

同老布的关系升温，是在他的志愿者工作结束后，我们相约在开



罗，一起在埃及和约旦的旅行途中。古老的历史，异域的风情，浓郁的文化，友好的人民，唤起了我曾有过的在旅途的激情，有知心爱人相陪，更觉得甜蜜温馨。旅途中的一幅幅场景，像刻在心里的一盘盘影碟，每每回放出来，依旧浪漫如初：夕阳的金光里，我们牵手漫步在古老的金字塔下；拂晓的微光中，我们搀扶攀登到神圣的西奈山顶；大风中，我们乘敞篷吉普在阿拉伯的劳伦斯曾经战斗过的沙漠中狂飙；烈日下，我们沿十字军东征的土路探索古城堡的秘密；在杰拉什，细看古罗马帝国的遗址；上尼波山，远眺上帝应许给摩西的圣地；被佩特拉雄伟的石雕建筑震撼；享受死海不沉的漂浮，欣赏亚喀巴眼望四国的景观……

在旅途的感觉是兴奋，是乐不思蜀。去发现，去学习，享受视觉感官的震撼，体验精神层面的火花。同样的感受，同样的追求，在和老布四目相对时，我们惊喜地发现：伴我终生的人，原来是你！

除了旅游，老实巴交的老布就这么一大爱好：帆船航行。在2007年的夏天，尽管对航行一无所知，我依然满怀好奇，懵懵懂懂地跟他上了船。那时的我，荡起双桨横渡昆明湖，就算是最傲人的船上经历了。不过老布相信，以我爱闹爱玩儿的个性，帆船很可能是我的新宠呢。

他的直觉真的没错。航行的感觉真好：碧波万顷的湖面，满满兜风的白帆，小船轻摇与波浪共舞，水过船身哗哗轻唱，离开陆地炎热的暑夏，船上微风一片清凉。一切是那么随意，那么自由，在大自然的怀抱中，我们终于可以无拘无束。向前向前向前，去那风可以去的地方。

闲暇时，我们或泛舟湖面，或扬帆出海，很爽很惬意。

初上船时，我被七七八八的绳索、滑轮和绞盘搞得晕头转向，但很快就把它们的关系理得门儿清。其实航行的原理很简单，中学的物理知识足以。风帆的升降也不难，搞清楚帆绳的关系就行。

那时的船是一条35尺的帆船。虽然不大，也是五脏俱全。吃喝



拉撒睡功能样样有，只是各项设施都是迷你型。小冰箱，小炉灶，小水池，小马桶，小小的储物柜，就连所谓的双人铺也是随着船身的形状由宽变窄。宽的地方可以勉强并排躺两人，到脚那头就只剩一尺多宽了。不难想像，她的舒适程度比起日常的家居生活，当然不可同日而语。所以帆友们通晓的玩笑话是，“小帆船航行，那可是头等舱的价钱，三等舱的待遇。”不过，每当小船徐徐驶出码头，骄傲地扬起风帆，那种被大自然拥抱的境界太让人陶醉了，一切为她的付出都不值一提了。

帆航让我着迷。天海茫茫间，小小的帆船看似一片无助的叶子，却能带我们漂向远方，走向海天交界的尽头，去观看迷人的风景，去触摸奇妙的自然。随风踏浪行走天涯，太让我向往，让我期待了。心中那埋得很深，不安于平淡日子的念头，渐渐破土发了芽，航海远游的梦想，在不知不觉中成竹于胸。想归想，梦归梦，那时不到50岁的我，像绝大部分同龄人一样，朝九晚五地上班，退休尚早。

“咱们航海去加勒比过冬吧。”终于，看到有帆友扬帆出海，老布坐不住了。真的？这让我兴奋和激动。不过，远航不是说走就能走的，要做不少准备工作。我一边上班，一边和老布开始为出海的计划忙碌。

那时，我对远洋航行知之不多，在技术上几乎没有发言权。我所关心的，只是海上的生活状态。远洋航海意味着至少要连续几个月在船上生活，在那个胳膊腿都伸不利索的空间里过长期的日子，感觉实在委屈。最初老布对此不以为然，俱乐部的其他男帆友们听说后也摇摇头：“女人呐，就是事儿妈。”航海嘛，玩儿的就是个“野”，粗犷的环境，粗糙的活计，粗放的生活，追求舒适简直就有悖航海的英雄本色。对此我很不认同。我能吃苦，可不想自虐。航海本身已经足够辛苦，多数大老爷们随之任之，骄傲地宣称去航海就是去“粗蛮度日”。而我就要在条件允许时尽量改善一下，让原本的粗糙平滑一些，把日



子过得舒适一点。相对粗蛮，我得意地叫它“顺滑生活”。在我不屈不挠地坚持下，老布终于退让，这才换成了现在的爱妮娅，1983年美国出厂，航海界的传奇，泰德胡德（Ted Hood）设计的45尺单桅杆帆船。爱妮娅，是我们给她的骄傲又响亮的名字。

后来住到了船上，感觉真的很好，马上就适应了。辛苦且快乐，刺激又浪漫。老布是船长，当然，是在老婆的任命下。

从下了决心去远航，到看船，买船，卖船，修船，整船，一晃就又是两年。这期间，我换了个收入更高的工作，在为远航的小金库添砖加瓦的同时，也让我在选择出海和退休的时间上犹豫不决。时钟嘀嗒嘀嗒不停在走，时光无情地悄悄流逝。一想起买船期间遇到的一个真实故事，我就有了时间的紧迫感。

那是在离波士顿不远的的一个码头空场，我们要看的一条帆船静静地坐在支架上。那船的船体显得很旧，船漆黯淡无光还略有斑驳。进到舱内，里面凌乱不堪：铺上堆着毯子和脏衣服；锤子改锥钳子扳子等工具零散地躺在桌上或地板上；似乎到处摊着纸张和图书。从没有见过这么卖船的，至少也得收拾得干净些再挂牌吧。看我们一脸的狐疑，对方的经纪人说出了缘由：船主夫妇几年前买了这条帆船，计划一边修船整船，一边等两个双胞胎女儿长大离家以后，他们就出海帆游。可是，在两个女儿都上了大学，两口子准备出海那年，老婆却被发现已是癌症晚期，不久就离世了。悲痛欲绝的丈夫，不能面对他们曾经倾注过无数心血和梦想的小船，从此就再也没有回到船上。

这故事令人伤感，也让我心神不安。世事无常，人生苦短。一等再等，梦想就只是空想、幻想。一天一天地过去，我们不会更年轻。孩子们那时已经成人独立，我挣钱的目的是什么？失去圆梦的机会，那些身外之物的金钱，还有什么意义？闲云野鹤的生活，人在旅途的美妙，异域风情的体验，已经在向我招手，为了不在将来的某一天有“假如当初……”之类的后悔，我不再纠结，选择了退休。追随梦想，



在退休之后，无奈之前。

终于，我们跨出了远航帆游的第一步，同爱妮娅一起，来到了曾经梦中的加勒比。

点点回忆，让我发现，过去的半辈子，我的生活一直是随波逐流，在社会的大环境和机遇中，被潮流挟裹着，波澜不惊地漂过每一段路途。机缘巧合，让我真正地漂在海上，浪迹天涯，为了浪漫，为了自由，为了渐行渐清晰的梦想。

在风的召唤，海的诱惑下，用我称之为“前文明”的旅行方式，我们风帆航海，一步步地从加勒比到太平洋，从太平洋到印度洋，从印度洋到大西洋，帆游了 40 多个国家、地区和岛屿，最后又回到了加勒比。

一条帆船，两位伴侣，3 万海里，4 年时间。与浪共舞，风雨漂泊，触摸自然，享受浪漫，忍耐艰辛，勇对挑战……这绝不仅仅是单纯的游山玩水，更是一趟放逐的修行，一次心灵的探索，一场精神的历练。

谨以此书，纪念我们退休之后携手完成的环球航海之旅。

* 蓝月亮是指偶尔出现的一个公历月份内有两次满月的第二个满月，新年夜赶上蓝月亮更是少见，下一次要在 19 年后了。

目录

2009 年—2010 年 闲云野鹤，为梦启航

初次远航 / 003

踏上历史的石阶 / 008

感受“海底总动员” / 009

泳装就买比基尼 / 010

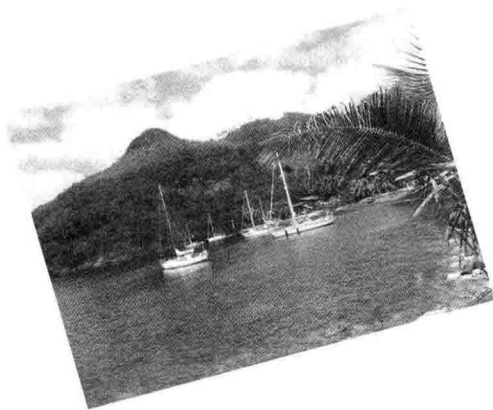
正宗的法式面包 / 012

在异域风情下干活 / 013

落日的绿色闪光 / 014

火山岛的一夜 / 015

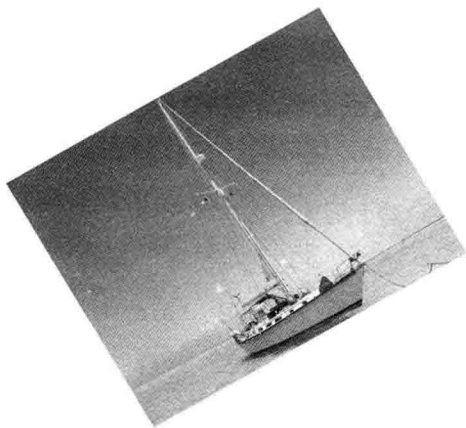
难忘格林纳达 / 017





2010 年—2011 年 风雨大洋，风情他乡

- 巴哈马群岛印象 / 026
- 险象环生过海峡 / 032
- 原生态的雅拉库纳 / 034
- 过巴拿马运河 / 038
- 这个第一次，海阔天空 / 041
- 厄瓜多尔背包游 / 042
- 魅力无穷秘鲁行 / 046
- 进化论灵感的火花 / 051
- 两千里路风雨行 / 059
- 凄美的传说 / 065
- 孤独的皮特凯恩岛 / 070
- 遥远的小小島 / 074
- 世外桃源 / 079
- 航海不相信眼泪 / 082
- 法属波利尼西亚群岛 / 086
- 一个人的岛屿 / 090
- 美属萨摩亚岛 / 095
- 我卡瓦，我快乐 / 098
- 瓦语好说口易开 / 101
- 暂别帆游 / 104





2012 年—2013 年 追梦随风，心灵朝圣

大海的召唤 / 107

如诗如画新西兰 / 109

航行走澳洲 / 114

红色中部的诱惑 / 124

达尔文的日落 / 127

“帆航印尼” / 127

古邦印象 / 130

地球上的天堂 / 136

热情如火的伦巴塔 / 140

原生态的龙目 / 144

旅游界的宠儿巴厘岛 / 145

孤舟爱妮娅，独帆印度洋 / 147

南非的动物世界 / 162

高山王国莱索托 / 168

航行走南非 / 173





2013 年—2014 年 **漫漫汪洋，环球在望**

新航季到来，重启帆航之旅 / 193

开弓没有回头箭 / 197

顺风顺水走大洋 / 204

传奇的圣赫勒拿岛 / 207

阿森松岛不是家 / 212

大海带来的惊喜、尴尬、诡异 / 214

突发意外，坚持就是胜利 / 219



结束语 / 223

感谢 / 226



2009年—2010年
闲云野鹤，为梦启航

