



不一样的人生

史振钧 孔中哲 饶庆松 李尹喆 夏树楷 著

徒手横渡25千米琼州海峡的勇士们的亲历记录

挑战极限运动，探索人生意义



中华工商联合出版社

横渡，不一样的人生

史振钧 孔中哲 饶庆松 李尹喆 夏树楷 著



中华工商联合出版社

图书在版编目(CIP)数据

横渡, 不一样的人生 / 史振钧等著. -- 北京: 中华工商联合出版社, 2016. 11
ISBN 978-7-5158-1821-4

I. ①横… II. ①史… III. ①成功心理—通俗读物
IV. ①B848.4-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2016)第245089号

横渡, 不一样的人生

作者: 史振钧 孔中哲 饶庆松 李尹喆 夏树楷

责任编辑: 于建廷 臧赞杰

营销企划: 王 静 万春生

封面设计: 尤际广

责任印制: 迈致红

出版: 中华工商联合出版社有限责任公司

发行: 中华工商联合出版社有限责任公司

印刷: 北京凯达印务有限公司

版次: 2016年11月第1版

印次: 2016年11月第1次印刷

开本: 710mm×1000mm 1/16

字数: 270千字

印张: 13.75

书号: ISBN 978-7-5158-1821-4

定价: 49.90元

服务热线: 010—58301130

团购热线: 010—58302813

地址邮编: 北京市西城区西环广场A座

19—20层, 100044

<http://www.chgslcbs.cn>

E-mail: cicap1202@sina.com (营销中心)

E-mail: gslzbs@sina.com (总编室)

工商联版图书

版权所有 侵权必究

凡本社图书出现印装质量问题,
请与印务部联系。

联系电话: 010—58302915

序

横渡海峡就是横渡人生

我为什么要倡导横渡琼州海峡这项运动

邢增仪

我 们一起来想象一下：一个人，在不借助任

何保护的情况下，从海南岛下水，徒手游到对岸的陆地，你觉得可能吗？我问过很多人，如果不读《此岸·彼岸》这本书，大部分人会“哇”的一声，表示根本不可能。但是，很多人确实把这件不可能的事情变成了现实，而且不仅仅一个人把它变成了现实，现在越来越多的人已经把它变成了现实。从解放军武装泅渡，到 1988 年海南建省时的横渡，到 2000 年我正式以公司加政府形式组织横渡大奖赛。而今海牛队以民间组织加市场机制模式（现在叫作 PPP 模式）完成这件事，累计横渡成功的将近 300 人。这些人都是什么样的人？他们之中有母女，有父子，有刚满十岁的孩子，有年逾古稀的长者，还有四肢不全的残疾人……每个人都是一个故事，每个人都是一个奇迹……他们靠什么把这样一件不可能的事情变成了现实？推此及彼，他们想事的思

维模式、做事的套路方法对我们干好自己的职业、做好自己的企业、过好自己的人生，战胜职业、事业、人生中各种看似不可能的困难有什么启发？对我们的国家、社会发展有什么积极意义？我想结合我的经历和认识给大家谈谈。就凭这一点，相信这本书会让你脑洞大开。

横渡与职业

职业和事业的区别在于，职业是在他人的平台上实现自我，事业是自创一个平台来实现自我。本书记述的人物中很多是职场人士，他们中有的从政、有的从商，有的是教授、有的是学生，有警察也有平民，等等。职场人士可以说都是帮助别人来搞定问题的。那为什么有的人在职场上平步青云，年薪百万、千万甚至更多，而有的人却一辈子原地踏步，艰难度日呢？

这跟一个人是否追求进步有关。解决一个小问题就沾沾自喜，心满意足了，所以，就不再挑战新的高度，就到不了新的、更高的境界。能横渡的这些人，刚开始也跟大家一样，不会游泳或者只会游个十米八米的。但是他们在搞定了十米八米之后开始挑战 20 米、50 米、1 千米、5 千米，乃至 10 千米甚至更多，最后他们成功了。

这也跟一个人能否坚持有关。有句话说得好：成功的路上并不拥挤，因为坚持的人不多。有了挑战新境界的这种思想之后，我们在实践的过程中还会遇到很多挫折，残酷的现实会让很多人退却、止步，止步之后你便再也到达不了那个令人兴奋的彼岸了。海上横渡是件十分枯燥的事，中途会有很多困难：有暴晒，有逆流，有海蜇，有极度的疲乏甚至崩溃……很多人受不了所以便放弃了，而能成功登陆海岸，收获鲜花和掌声的只有那些能够坚持到底的人。

横渡过程与人在职场的生涯是一模一样的。

横渡与事业

“大众创业，万众创新”已经成为一个国家战略。看到很多往日一起的“小盆友们”创业成功，一下子就成为身家千万、亿万富翁，很多人会心生冲动，想要创业。但是，真正行动的人却少之又少，为什么？第一关——恐惧就无法突破啊！

恐惧这个问题，也是现代心理学研究的一个重大课题。但是如果要让你去学习，很多人可能花不起那巨额的学费。在这本书的人物故事中，有很多人从自身的角度谈到了恐惧这个问题。他们是如何突破这个障碍的，这些都会给我们很多启发。

横渡的过程跟人干事业的过程是一模一样的。

横渡与人生

人生不如意，过得不幸福，这是很多人的困惑。个中原因很复杂，但有一个关键的原因就是这些人心中少了一个字，那就是“爱”。

我们发现，这些横渡者都是很有“爱”的人。他们爱自己，一个爱自己的人才不会不断地锻炼自己的身体，去坚持游泳这件事；他们爱家庭，书中很多人横渡时携家带口，有的甚至就是为了激励后代，让他们的精神和毅力成为家族的重要传承；他们爱别人，与人为善，所以别人也愿意帮助他们，他们的横渡才能得到各个方面的支持；他们爱社会，组织免费的溺水救援队，这让社会多了一份和谐，多了一份爱；他们爱国家，当谢延红在异国他乡的英吉利海峡横渡成功，把中国人的名字载入世界横渡的史册时，他知道了什么是国家，也深深理解了国家带给他的力量；他们爱这个世界，横渡者中很多人对素不相识的弱势群体慷慨捐赠，

史振钧老师坚持将写书收入全部捐赠给贫困小学，这本书也不例外，据说这已经是他的第四本书了，这些都是爱世界的表现。

横渡的过程跟获得人生幸福的过程也是一模一样的。

横渡，作为一项体育运动，可以促进我们的全民健身活动，让我们每个人更健康。更深层次上，横渡跟人们干好职业、做好事业、过好人生是一模一样的。对我们的个人成长、家庭和谐、社会平安、国家发展都是有十分积极的意义。这也正是我发起横渡琼州海峡这项活动的初衷。

史振钧等横渡者在我发起这项活动的16年后，能以横渡者写横渡者的形式出版《横渡，不一样的人生》，我很欣慰。愿此书能让更多的人认识横渡琼州海峡活动，能帮到更多的人发现自己的潜能，获得幸福的人生，益民利国。

邢增仪，海南文昌籍。横渡琼州海峡活动的发起人和倡导者，人称“横渡之母”。老三届，作家。做过护士、医生、大学校刊编辑、大学助理研究员、公司总经理、董事长等。黄埔军校同学会副秘书长、海南省政协委员、海南爱乐女子合唱团团长，曾获得“海南十佳女杰”、“海南优秀人才”等多种荣誉称号。

序一

横渡海峡就是横渡人生

张健

最近几年，国内各项极限挑战运动兴起，马拉松、铁人三项赛事参加者人数陡增，横渡海峡的挑战者也越来越踊跃。现象取决于本质和意义，挑战极限的踊跃状态出现的根本原因在于其内在所具备的实质意义。实质意义的展现及推广需要借助文字的力量，但遗憾的是，国内目前关于横渡海峡方面的书籍，寥寥无几。这本《横渡，不一样的人生》，集结了具有代表性的横渡挑战者的故事和心声，向人们诠释了横渡海峡的意义，这也算是弥补了一点市面上缺少横渡方面书籍的遗憾吧！

人生就是一个过程，彼岸花开，最终我们每个人都殊途同归。我们是在享受横渡的过程还是把它当作一种痛苦历程去忍受？Enjoy or Suffer？你随时可以进行选择，这不关乎外界，只关乎内心。你的内心引导你看到了什么，感受到了什么？被水母蜇伤、肩关节拉伤

后疼痛的泪水，你是抱怨不休，还是仍然可以眼含泪水、微笑面对伤害和疼痛？这完全取决于你的内心。

横渡海峡，大家都在追求成功，但是比成功更加重要的，是你在横渡中战胜了一些什么，收获了一些什么。将你在追求成功历程中所获得的精神品质运用到日常的生活工作之中，去获取非凡的成就感和满足感，这才是人生最大的赢家！横渡海峡的历程，使我们漫步人生路之时迈出的步伐变得更加坚定，望向未来的时候，目光不再游离！

此外，本书收录的横渡挑战的故事，既包含成功者的经验分享，也包含了失败者的教训总结，能为心存横渡海峡梦想之人树一面标杆旗帜，具有历史性的借鉴意义。

本书的几位作者本身就是横渡者，他们对于横渡意义的理解比一般的文人作家更加到位，这也是本书的另一特别之处。谢谢作者的无私奉献，让读者能够跟随他们的笔迹去横渡琼州海峡，分享横渡所带来的无限正能量！

张健，北京体育大学社会体育系主任，中国游泳协会公开水域委员会常委、北京铁人三项运动协会秘书长、北京市人大代表。曾横渡琼州海峡、渤海海峡、英吉利海峡等，其中渤海海峡游程 123.58 千米，创造了横渡海峡最长距离的世界纪录。

目录

第一部分 旁观者说

人生的奔跑，不在于一瞬间的爆发，而取决于途中的坚持；你纵有千百个理由放弃，也要找一个理由坚持下去。很多时候，成功就是多坚持一分钟，这一分钟不放弃，下一分钟就会有希望。所以，只要坚持往前走，属于你的风景终会出现！

吴启宇本纪——剑胆柔情话吴哥 / 3

你就是传奇——顾明往返横渡琼州海峡事迹纪实 / 9

刘午峰：别让你的梦想沦为空想 / 17

陈心少年横渡，太多的争议和思考 / 26

敬天爱人，崇高境界 / 30

自强不息，龙跃海峡 / 35

书写横渡历史那支坚强的笔——李亦东往返横渡琼州海峡 / 41

感天动地，从负数开始的人生 / 52

最美横渡人——赵峰 / 62

母子同渡 / 69

沧海横渡尽显英雄本色——记横渡琼州海峡湖北省仙桃第一人陈传华 / 75

平凡人的不平凡之路——从横渡到拯溺 / 80

第二部分 横渡者说

每个人心中都有一道琼州海峡，每个人心中都有一段又一段的梦想。我已经成功跨过了我三十二岁时的海峡，希望你能找到你当下的海峡，也希望我们在四十岁、五十岁乃至更年长的年纪依旧充满活力，依旧不断去跨越心中那一道道海峡。

横渡海峡就是横渡人生 / 89

蓝色，我的梦想 / 100

二次横渡琼州海峡 / 106

感恩琼州海峡——横渡琼州海峡之感恩篇 / 117

琼州海峡——横渡是我爱您的方式 / 123

不渡海峡终不还 / 125

每个人心中都有一道琼州海峡 / 134

横渡海峡，挑战极限 / 143

挑战之旅，败而不挫——从单程到往返横渡的历程 / 150

附录一 海牛历年来成功横渡琼州海峡的勇士列表

截至 2016 年 6 月 1 日，海口海牛横渡俱乐部已成功组织、策划和导航横渡琼州海峡活动 41 批次。有 255 人参加，215 人次横渡成功（其中有 22 位女性）。

海牛俱乐部横渡琼州海峡勇士名单 / 169

附录二 横渡及游泳知识

读完此篇文章不等于可以转身下海横渡，你需认真刻苦训练。你认真训练的程度与横渡成功的概率成正比，没有不断地循环训练，梦中的彼岸永远是别人在登陆。

论普通人长距离游海 / 183

横渡琼州海峡须知 / 193

跋 《横渡，不一样的人生》众筹出版鸣谢

第一部分 旁观者说

人生的奔跑，不在于一瞬间的爆发，而取决于途中的坚持；你纵有千百个理由放弃，也要找一个理由坚持下去。很多时候，成功就是多坚持一分钟，这一分钟不放弃，下一分钟就会有希望。所以，只要坚持往前走，属于你的风景终会出现！



吴启宇本纪

——剑胆柔情话吴哥

要写横渡琼州海峡，吴哥是避不开的一个人物。如果把这部书比作编年体史书的话，那么，吴哥的事迹无疑必须得写入“本纪”，而不能列入“世家”、“列传”、“书”或“表”。我这么说，读者应该知道这个人对于横渡琼州海峡的重要意义了吧。

实际上，吴哥只是大家对这个人习惯性的尊称，他的本名叫吴启宇，在横渡者中无人不知，无人不晓。对这个人的纪传，我们不妨从他的几个身份和绰号说起。

“水中蛟龙” 吴启宇

吴启宇，男，1955年生，现为海南省海口市防暴警察支队教导员。之所以称他为“水中蛟龙”，是因为他本人就是一个成功横渡琼州海峡者，是中国警察横渡琼州海峡第一人。

说起 2000 年参加横渡琼州海峡大赛，吴启宇说有点像个玩笑。当年他听说两个人打赌，要有人能从假日海滩游到万绿园，就奖 6 万元。他听了这个传闻不屑地一笑，那才几千米远呀！当年武装泅渡训练每次都是 10 千米。2000 年某日下午，他开车带着妻子和儿子来到假日海滩，之后让家人到人民桥处等候，他下海朝着妻儿的地点游去。几个小时过去，天黑了，他上岸一看，游过了，已经游到了白沙门。想到穿泳裤走到人民桥有碍观瞻，他便返身下水再往滨海公园回游。此时，妻子见他没按时上岸，已请求有关方面开快艇海上搜救了。终于，他在滨海公园上岸，找了一个公用电话跟妻子联络。

没过多久，吴启宇在一次吃饭时正遇上那两个打赌的人，那两人并不认识吴启宇，他们说起有一个人前几天游得比他们打赌的距离远多了，所以他们放弃了这个赌注。这件事后没多久，横渡琼州海峡大赛消息登出，吴启宇报名参赛。

2000 年 6 月 10 日，海南“力神杯”横渡大奖赛中，他自徐闻县海仔村海滩下水，在海口市秀英港码头登陆，用时 11 小时 58 分 52 秒，成功横渡琼州海峡。他说，开始之前，他给家人和导航者下了一道死命令：除非我死了，否则谁都不准捞我起水！血性汉子，拼死精神，经历多年风雨之后从他嘴里说出来，竟是那么的不经意，稀松平常。若不是久经风浪，怎会有这份从容？若未曾中流击水，怎能有这份淡定？

“横渡总教头” 吴启宇

“横渡总教头”这个绰号，是说他的教练能力。

吴启宇的训练生活从 1974 年入伍开始，新兵时是受训者。因身体素质好，训练刻苦，他很早就被选拔参加各种比赛，并成为教官。在部队期间，他曾多次参加海南军区、广州军区的军事训练尖子比武，成绩名列前茅，并接受过系统的

武装泅渡训练。有记者就在海口特警反恐突击队湛江训练场采访过吴启宇，他是这个突击队领队、总教头。

2000年，横渡之前他每天去海边训练时，看到那些准备参赛的人训练方法完全不对。在部队的专业泅渡训练，加上多年的教官生涯，让他自然而然地去指导这些训练者，又很自然地把这些“散兵游勇”组织起来，把没有目标的练习变成目标明确的训练。他向朋友借了条船，组织大家系统地训练，一次实现一个既定目标，先顺海流游，再纵深往大海深处去，5千米，10千米……直到有一天他带领他们在海里待了8小时，体验横渡的真实感觉。

私下里他还是一些游泳横渡爱好者的指导教练，也是那群天不怕地不怕的横渡勇士的民间组织“海牛队”的总教练，是横渡勇士们不请自来的总教头。“要横渡，找吴哥”已经成为横渡者不约而同地第一反应。他指导的海口市警察黄纯刚刚学会游泳半年，就成功横渡琼州海峡。

为提高警界人员身体素质，海口市公安局曾组织2000多人进行游泳训练，其中700多人从零开始，吴启宇便是这场大规模游泳训练的总教官。

让吴启宇名声大噪的是2001年组织中国警察横渡琼州海峡活动，他不仅是这次活动的组织者，事实上也是这群代表全国160多万警察的25名勇士的总教练。

训练、教练已经成为一种习惯，每一个行为仿佛都在下意识地找寻精准。吴启宇每天训练自己游泳，开车时也都会沿着间隔线丝毫不差地行驶。他曾两次参加中国警察汽车拉力赛，参赛前他一个人开车环岛行驶了3圈，之后就上阵了。如果没有平时的训练习惯，这种既消耗体能又要求绝对精确的竞技是常人无法承受的。