

58天单人徒步1500公里穿越南极

中国小伙去时增肥10公斤离开时瘦了20公斤

一名中国探险家独自拖着185公斤物资，顶着严寒和暴风雪在南极徒步58天，最终穿越南极，行程1500公里，这是多么令人自豪的壮举！这名中国探险家名叫温旭，是一名科研工作者。

独自穿越南极期间，他经历了怎样的挑战？又是怎么克服的？一部名叫《光语者：独步南极》的纪录片真实地展现了他独自穿越南极的故事，这部纪录片的部分内容是温旭自己在徒步南极的过程中拍摄的。

近日，在中国南极科考四十周年之际，这部电影即将与观众见面。记者联系到温旭，听他讲述了这段惊心动魄的历程。



温旭的穿越线路。

温旭在南极搭的帐篷和拖的物资。

温旭在南极点。

坠入冰面湖遇险 催生徒步南极计划

今年是中国南极科考四十周年，纪录片《光语者：独步南极》近日开始举行路演，即将进入院线与观众见面。这部电影记录了中国青年探险家温旭深入南极腹地徒步58天，探寻自然之极和心灵之极的非凡经历，也是《光语者》系列纪录片的第二部作品。

2020年12月21日，首部记录中国科学家刘杨在北极坚守4个多月的纪录电影《光语者》公开上映，曾让观众看到真正的“追光者”。制片人卢武当时向记者表示，《光语者》拍过北极之后，下一个目标就是南极。他的拍摄计划和温旭的探险计划不谋而合。

1987年5月，温旭出生于天津。15岁那年，他看了电影《垂直极限》，从此对登山产生了浓厚的兴趣。第二年寒假，他就瞒着父母报名了中国登山协会举办的培训班，并在北京的黄草梁有了第一次攀冰体验，从此解锁了户外运动。同年，他攀登了海拔5000米的玉珠峰，虽然因手套问题在距离顶峰50米的时候下撤，但是两个月后就成功登上海拔7546米的慕士塔格峰。

高中毕业后，温旭进入中国地质大学(北京)，本科毕业后成为中国地质大学(北京)与中国科学院青藏所联合培养的冰川学硕士，从相对单纯的登山转到科学考察。时至今日，他已攀登了包括珠峰在内的近30座雪山，仅慕士塔格峰就到达12次，并且穿越过格陵兰岛冰川。

单人无助力穿越南极计划源于一次遇险。

2017年5月，温旭参加了位于长江源头附近的龙匣宰陇巴的一次冰川科考活动，在接近冰川顶端的位置掉进一个冰面湖。“它是冰川融水形成的，掉进去很危险，所幸自救成功。对于冰面湖的出现，科学家都很震惊，之后我们用无人机在那里飞了一下，发现除了那个冰面湖，其他大大小小的冰面湖还有很多。它们对冰川表面有侵蚀和切割作用，一些融水会从这个冰川湖穴流到冰川底部，使冰川的移动速度变得更快。格陵兰就是这样，那里的冰川移动速度

前一年可能移动不到100米，现在以每年上千米的速度在移动，最后落到海里。”

这件事对温旭影响非常大，这些年来他亲眼见证了冰川发生的明显变化。“我登了12次慕士塔格峰，每一次都能看到冰川出现变化，最直观的就是攀登方式。2004年第一次去的时候，如果不穿踏雪板，一脚踩下去雪就到大腿根了，还没踩到底。现在再去攀登，就得穿冰爪了，因为会有好多冰。另外，这座山的冰塔林，也就是冰川末端，退缩非常明显。很多冰川都是这样。”

从那时起，温旭就决定要做一些应对气候变化的工作。

拖着185公斤装备 遭遇极寒和12级大风

2019年11月13日，温旭从南极海岸的伯克纳岛最北端出发，开始单人无助力无补给横穿南极，这样的挑战目前在国内是唯一的，在国际上也是一个新的纪录。

温旭虽然探险经验非常丰富，但此前还没有一次徒步近两个月。“因为是一个人，又在自然环境很极端的地方，要体验极致的孤独，去之前要把地形和天气了解清楚，出发的时候要带着所有的装备包括食物。带多了太重，又会消耗体能；带少了后面不够吃。在准备的时候做了很多权衡，大概每天消耗8000大卡热量，但是带的食物只能每天补充6000大卡，差的这两千大卡就要像动物冬眠一样事先储存，准备阶段差不多增肥了10多公斤。”

因为这次是单人无助力穿越，而且南极腹地环境极其恶劣，前方拍摄工作主要依靠温旭自己来完成，受到物资重量限制，无法带更为专业的装备，只能用运动相机和无人机来拍摄，依靠太阳能充电板来充电。

他带的物资重量也是一个新纪录，总共有185公斤。“出发的时候，极地服务的公司就反复强调太重了，对他们来说都是一个很不可思议的事情。”虽然是用雪橇拉，但并不容易，“只要雪稍微

深一点，或者前面有一个小冰坎，就会拉不动，每走一步都很艰难”。

最后到他离开南极的时候瘦了20多公斤，“1500公里58天走完，每一天几乎都到达自己体能的极限，消耗非常大，食物补给非常重要，吃东西掉到地上一点碎渣渣都会捡起来”。

出发后的第二天温旭就遇到了极端天气，给他带来非常大的心理压力。“最后接近极点的时候有几天好天气，中间全都是坏天气。最冷零下40摄氏度，还有12级大风，暴风雪很多，两个月里好天气也就十几天。”

虽然当时是极昼，太阳挂在天上不落，但因为一直有暴风雪，见不到太阳，长期处在这样的环境下，心理压力很大，而且在极端天气条件下，经常容易犯错误。“比如第二天，暴风雪突然就吹走了一些装备，包括手套、羽绒服。有些小失误会带来非常严重的问题，可能危及生命。比如说失温、冻伤，只要几分钟没有防护好，都可能发生风险，好在用备用睡袋改制了一件羽绒服，想办法解决了。”

他用GPS导航，之前对路线做了详细分析，但因为在南极不容易充电，一直用GPS也不行，所以日常用指南针导航，“由于地磁南极和地理南极不在一个点上，几乎每天都要重新计算磁偏角，包括我走的方向，才能用指南针指向正确位置。”

每天画心情日记 从视觉到嗅觉全方位孤独

一个人在南极，经常会体会到极致的孤独。他每天画一些心情日记，做心理量表。“我们之前是想了解一个人面对极限环境，心理上会有什么变化，这也是一个科研项目。画心情日记是排解孤独和压力的很好方式。另外，出发前在心理方面也做了一些辅导，真正面对困难和压力的时候，通过一些正向引导进行克服。把困难和压力转化成对家人的思念，支撑自己去完成目标。”

他还带有其他科研项目，如采集身体样本回去研究菌群的变化，采集表层

雪样和雪坑样，用手持风速风向仪测量实际的气象数据等。

他的体能几乎每天都达到极限，每天都感觉特别饿，会计算食物到底够不够吃。“晚上脱下滑雪板几乎站不住，跪着爬着把帐篷扎起来，然后钻进去休息，还在帐篷里写过手中有粮心中不慌。那时候真觉得没吃没喝太可怕了。每天时间特别紧，必须要在窗口期内完成探险，我曾经把26个小时定义为自己的一天，这样就可以在同等休息的情况下多走2个小时。”

他的妻子虎蛟蛟也是一名经验丰富的探险家，她这次担任了温旭的探险经理，温旭说：“我每天用卫星电话和家里联系5分钟，不敢打太长时间，跟她联系的时候，既要说当时的探险情况，包括天气、身体等状态，也稍微说一些体己话。”

2020年1月10日，温旭终于抵达南极点，“到南极点的时候，首先的感觉是终于见到人了，这一点太重要了。因为之前从视觉到嗅觉是全方位的孤独，除了冰天雪地白茫茫一片，其他什么也看不到，这种孤独是非常强烈的”。

根据原来的计划，温旭到达南极点之后，要继续走到对面的大陆架，后边还有600公里的距离。他用风筝滑雪的方式继续往前走了大约100公里，但由于天气极差，持续狂风把表面的积雪吹得起伏很大，没有飞机起降的条件，到对面的大陆架后难以撤离，被迫提前结束，回到南极点乘坐飞机离开。

在南极点同担任后援和保障的探险公司会合后，温旭离开南极。一个人在“白色沙漠”中度过两个月后，温旭特别向往人多的地方和绿色。

闻到空气中青草的芬芳，温旭说：“感觉特别幸福，看到绿色的树也特别高兴。最大的感受是要去爱，不仅是爱人和事，也包括爱地球、爱自然。”

谈及未来的计划，温旭说，自己除了探险之外，还有科学计划要实施，也希望能继续呼吁更多的人关注气候变化。

综合《扬子晚报》《北京青年报》报道

【免责声明】本栏目所有作品均系作者原创，版权归作者所有。如有侵权，请联系删除。【广告】本栏目接受各类广告，费用从优。【声明】本栏目对内容的真实性、准确性、完整性不承担任何责任。【转载】本栏目内容未经许可不得转载。【其他】本栏目保留对任何内容的解释权。