



南非人利安娜·梅登：

42岁独自划船横渡大西洋

划船划了66天后，42岁的利安娜·梅登终于抵达大西洋对岸的终点，见到了迎接她的丈夫、两个儿子以及朋友们。梅登由此成为首位完成划船横渡大西洋壮举的南非女性，现在全世界完成这个挑战的女性不过34人。

主笔 王晓莹

队友放弃后，她独自出征

2023年12月13日，梅登从非洲西北海岸附近的加那利群岛出发，向西划船横渡大西洋，原计划耗时85天。但历经66天5小时，她在2月17日抵达中美洲的安提瓜和巴布达，全程划船距离约4800公里。

梅登是南非人，现在已在英国定居20多年。她是一名整骨医生，也是两个孩子的母亲。此前，她从未想过尝试这样的挑战，但不惑之年的到来以及新冠疫情期间的居家生活，让她开始思考生命中什么才是最重要的，“当听说这次挑战时，我真心觉得机不可失”。

这次活动名为“世界最艰苦赛

艇比赛”，选手可以以单人、双人或四人形式参加。梅登原本打算和队友一起参赛，但就在比赛开始前几个月，队友退出了，梅登非但没有放弃，还决定独自踏上征程。

梅登的心态很好，甚至把这场比赛当成一种休假，“能远离那些琐碎的日常生活，我开始感到非常开心。我不想去想每天晚上吃什么、给家里买什么东西，洗衣服和孩子上学的事也不用管了”。

然而，随着在海上漂泊的日子越来越久，她开始怀念中规中矩的日常生活，“现在我更能珍惜生活中的每一件小事”。“离开孩子和丈夫，我会很难过，但没几个孩子能告诉别人：我的妈妈横渡过大西洋！”她说。

在大西洋上，梅登没少经历困难。与其他选手一样，梅登需要克服

睡眠不足、体力消耗到极限、海水浸泡引发皮肤病等问题，他们全程划桨次数超过150万次，每天消耗热量超过5000卡，平均每人减重8公斤。除了剧烈的温度变化和极大的湿度，梅登还遭遇过翻船以及超过6米高的巨浪。她还需要经常潜入水下，清理船底的藤壶。

计划今夏带大儿子徒步

赛程开始的第一周，梅登感觉非常艰难，“我都开始质疑自己能不能完赛。但熬过第一周后，我逐渐进入状态，开始享受这段疯狂旅程带给我的成长和孤独”。在海上的日子，她会想念抽水马桶和舒适的床，“当你坐在(用来方便的)桶上，迎面涌来3米高的大浪时，那可不是什么好玩的体验。”

最终抵达安提瓜和巴布达时，梅登感觉一切都值了，“那一刻，你会忘记经历过所有痛苦、流过的眼泪以及那些黑暗的日子，满心只有兴奋”。“那种感觉很难用语言来形容——狂喜、解脱和一切都结束了的难过交织在一起。”她说。

终点处，梅登的丈夫带着7岁、8岁的两个孩子翘首以盼。梅登也表示，她希望自己这段经历可以向其他妈妈证明“一切皆有可能”，“人总能找到太多理由来逃避挑战，这种心态会让你无法实现改变人生的重大飞跃”。她也期待能以此鼓励自己的孩子敢于直面挑战，“如果我能激励任何人走出舒适区，那就对得起在海上漂泊的66天”。

凭借这次壮举，梅登还为英国三家慈善机构筹集到了2万英镑(约合18.2万元人民币)善款。她的邻居、酒庄主管杰米·卢恩也是她的赞助方之一，卢恩说：“梅登第一次带着这个疯狂的念头来找我时，我就觉得她能做到。梅登很特别，我们都能从她的力量和决心中受到鼓舞。”

现在，梅登已经有了下一个努力的目标——一次陆地之旅。她告诉媒体记者，打算今年夏天来一次苏格兰西高地徒步，全程约154.5公里，还要带上8岁的大儿子鲁阿里德。“经过了海上的66天后，接下来的假期里我要专注于当一个好妈妈。”



编辑：赵恩霖 美编：杨晓健 组版：颜莉

“讲文明树新风”公益广告
新时代美德健康生活方式

齐鲁晚报

敬老从心开始，
助老从我做起

孝心不是应景之谈，
而是真切地陪伴