

# 一位舟山人在巴厘岛的潜水日记： 重回水下幽蓝世界的感觉太爽了

□记者 朱蔚 整理

倾诉人：牛哥  
倾诉时间：9月20日

人到中年的牛哥是一位户外达人，也是潜水爱好者。上个月，他从舟山出发，辗转飞到巴厘岛潜水。

距离牛哥上一次潜水，已经有五六个年头，潜游在海底世界，像是一种回归本源的生命体验。记者从牛哥的水下视频中，也跟着他一起感受着海底世界。画面中，他穿着潜水服，戴着顶牛角帽，像宇航员一般缓缓地移动着，身后拖着的气泡串如珍珠般上升，阳光在水面碎成万千金箔。一幕一幕游走中，穿越沉船舱门的全景镜头尤其震撼。

旅行已是上月的事情了，牛哥虽然回来了，但心还漂在海里。对他来说，大海有着难以抗拒的蓝色魅力。



照片由受访者提供



## 重拾旧梦开始准备工作

八月下旬，夏日的热浪还在东海的洋面上翻滚，我背着沉寂多年的潜水装备，踏上了重返海洋的旅程。行李箱里装着那套陪伴我十年的潜水服、面镜和头罩，它们也都是我的老伙计了，摸着这些装备，心里还挺感慨的，就像见到了老朋友，它们仿佛在无声诉说着我们共同见证过的海底传奇。

作为一位中断潜水五六年的“老新人”，这次巴厘岛之旅不仅是一次潜水旅行，更是我与深蓝世界的重逢仪式。

一切都开始于今年上半年在上海举行的国际潜水展。当我的朋友郭教练兴奋地向我展示“四天三晚十潜”的巴厘岛特惠套餐时，我一看就心动了。2000多元的价格对于潜水活动来说堪称惊喜，更难得的是这个会出现得恰到好处。自从2019年最后一次潜水后，疫情和生活琐事让我与海底下的世界渐行渐远，是时候重返水下了。

说起来，我曾经也是个不折不扣的潜水爱好者，十年间累计超过五十潜，考取了OW、AOW证书，后来还考过高氧。但这次查询时才发现，我的高氧证书竟莫名从系统里消失了。所以我到时候还要重新考高氧，高氧的意思就是可以潜的时间更久。

## 沉船带来的震撼重逢

抵达巴厘岛的那一刻，热带海岛特有的咸湿空气扑面而来。我们的潜店位于东海岸，这里以岸潜点丰富著称。与常见的船潜不同，岸潜意味着我们将直接从沙滩步入海洋，这种回归本源的潜水方式恰好符合我“重启潜水记忆”的需求。

其中有一潜安排在二战沉船自由号附近。穿上潜水服，背上气瓶，脚踏橡胶脚踏步入海水的刹那，一种熟悉的失重感从脚底蔓延至全身。调整呼吸器，缓缓下潜，耳边只剩下自己呼出的气泡声，那种全世界突然静下来的时刻，正是潜水最令人着迷的魔法。

自由号沉船静静地躺在海底，船体保存得也比较完好，舵盘、船舱还有船首的装饰雕像都看得清楚，锈蚀的金属结构与蓬勃生长的珊瑚形成奇妙共生。成群的小鱼在船舱间嬉戏，还有海底贝类随着水流摇曳生姿。

这条沉船是巴厘岛的网红潜点，以前只在视频里见过，当我真的悬浮在它面前时，才明白什么叫“历史的重量”，亲眼所见的震撼远胜任何照片。

它曾在海面航行，在战火中悲壮地沉没，如今却是珊瑚、鱼类、虾蟹的乐园。那种感觉特别奇妙，自己分明只是一个过客，却仿佛触摸到了时间的纹理。这种时空交错感，我在潜水中感受到了。

## 生态奇迹与潜水技术的恢复

其他的潜点也不错，比如那个海底悬崖，珊瑚长得

非常茂盛，五颜六色的鱼儿成群结队。还有一些人工放置的雕塑，做成各种造型，也算是水下的一个看点吧。偶尔还能看到龙虾从洞穴中探出长须，海龟悠闲地游着。这些应该都是得益于当地严格的保护政策，所以这片海域生态保存完好，潜到海下，每个角落都展示出不同的氛围。

对我来说，这次也是一次恢复性训练，我特别注意中性浮力控制。通过调节呼吸和BC充排气，身体逐渐找回悬浮于水中的微妙平衡。那是一种完全失重的感觉，一切都由自己来掌控。水下是无声的，除了自己吐气的声音，再没有其他声音，万籁俱寂一般的宁静，自己也会非常平静。在珊瑚礁上方保持静止时，还会引来一尾好奇的小鱼绕着面镜游弋，那一刻仿佛真正融入了海洋。

潜水中断了几年，我的体能和技巧确实已不如从前。每一次下潜，都是一次技术复盘。我会注意手臂的位置、身体的姿态、呼吸的节奏。有点像瑜伽或者太极，你必须在放松与控制之间找到平衡。水底没有慌忙的余地，越急，越耗气，越危险。

我感觉自己的呼吸技巧还需要再提升，如果能更缓慢地呼吸，就能延长气瓶的使用时间，在水下逗留更久。

## “蓝色鸦片”的魅力重生

人们总说潜水是“蓝色鸦片”，这次潜水之旅也让我有了全新领悟。当30米深的海底完全笼罩在幽蓝之中，当唯一能听见的只有自己的心跳和呼吸，当身体摆脱重力束缚自由悬浮——那种极致的宁静与自由会产生致命的吸引力。

和其他潜水爱好者喜欢微距摄影不同，我更痴迷宏大的海底景观。沉船的沧桑，悬崖的壮阔，鱼群风暴的震撼，这些大规模场景带来的冲击力无可替代。幸运的是，这次我全程用新入手的360相机完美记录了这些时刻。这款带潜水壳的设备可下潜50米，全景拍摄让我在后期可以选择任意的视角，独自一人就完成了全部拍摄。

这次是8月23日去的，28日回来，满打满算就5天时间，确实有点赶。光顾着潜水了，都没时间在巴厘岛好好玩玩。而且转机挺累人的，下次要是再去，肯定要安排几天时间。

不过话又说回来，这次巴厘岛之行特别值！不仅重新找回了潜水的感觉，还看到了这么棒的沉船。虽然身体疲惫，但精神焕然一新。

下次，我打算把高氧证重新考下来，再练练深潜，争取能下到50米。踢腿的姿势也要继续提升，既要省力，又要优美，如此可以在水下游得更自如。

水下世界真的太迷人了，每次下水都像去了另一个星球。现在回来了，心里还老是惦记着那片蓝色世界里漂浮的感觉。看来这“蓝色鸦片”的名号真不是白叫的，我也已经开始计划下一次潜水旅行了。