

**主题：山高人为峰**

**时间：2015年5月23日**

**主讲人：王勇峰**

主持人：尊敬的各位领导、各位来宾，女士们、先生们：

大家下午好！

欢迎参加中国国家地理大讲堂兴业全球基金专场上海站第二场的活动！

今天，我们能聚到这里，要特别感谢中国国家地理杂志社会员俱乐部的相关同事，感谢他们把大讲堂从北京办到了上海。

兴业全球基金携手《中国国家地理》杂志社推出“中国国家地理大讲堂-兴业全球基金专场”系列讲座已经第四年了。今年我们的系列讲座一共有 29 场活动，其中有 6 场在上海举办，欢迎大家持续关注我们的活动。您可以看一下手中的折页，上面有今年活动的详细介绍，扫一扫二维码，可以获得更全面的信息。

讲座开始前，我想先提醒下现场的各位来宾，为了我们能有更好的视听体验，现在请把手机调至振动状态，谢谢您的配合！

我们本次活动的主题是“山高人为峰”。

2015 年是全球登山届的多事之秋。就在前不久，尼泊尔 8.1 级地震波及珠峰地区，在正值登山季的珠峰南北坡引发了不同程度的雪崩，造成部分登山队员的伤亡事故。也就是在去年此时，珠峰南坡发生的雪崩事故造成了至少 13 人遇难。

在世界之巅遭遇雪崩，与死神擦肩而过，这是一种怎样的感觉呢？我想，大家应该都非常想听听本次活动的主讲人为我们讲述他的感受。

现在，请允许我隆重地为大家介绍本次中国国家地理大讲堂的主讲嘉宾：著名登山家、国际级运动健将、中国登山队队长、国家体育运动荣誉奖章获得者、全国政协委员国家体育总局登山运动管理中心副主席王勇峰先生！

王勇峰先生，与现任国家登山运动管理中心主任李致新先生共同被誉为“中国登山界的双子星座”。他已多次成功登顶世界七大洲最高峰，并成功徒步到达南、北极两极点，是首次完成“7+2”全极限挑战的中国人之一。

作为中国登山探险界的大腕级人物，王勇峰先生不仅从一次次攀登中到达了人生的高度，并且成为了中国民间、商业登山的先驱者，大力倡导了中国人的户外极限探险运动，引领了一大批“痴迷”登山、行走的民间人士，如王石、王秋杨、刘建等，他成功组织指挥多次世界级攀登登山活动。例如 2003 年策划并组织、指挥的“纪念人类登顶珠峰 50 周年民间登山活动”，更是掀起了一个中国民间挑战珠峰的高潮。

下面让我们以最热烈的掌声请出王勇峰先生带来他的演讲

下面我们就有请王勇峰队长

王勇峰：大家下午好，在此与大家分享下我的登山经历，在这个登山的过程中，在1988年的时候，我是差不多1984年开始，85年被选为国家队员，那么1988年的时候我和我的队友李志新经过训练，学习。那个时候已经被我们国家队的教练和领导认为我们是未来一代，我和李志新是最有希望的登山运动员，那么当时88年首创了，就是说中国以国家为目的的，国家机关的第一次攀登南极洲最高峰的时候，就派我和李志新就去了，那么88年我们国家在登山界，整个世界登山界创造了一个非常大的举动，那么这个举动就是中国日本尼泊尔登珠穆朗玛峰。

那么这个活动是什么概念呢？就是说三国的登山队员，要从中国的顶上上去，从尼泊尔下去，那么还有一部分队员要从尼泊尔登山上去，从中国下去，88年的时候，中日尼三国人开始登这样的山，那么这一年这个登山创举实现了，因为88年登珠峰还是非常难的事情。那么那个时候创举就实现了，那么李志新那一次也就登上了珠穆朗玛峰，那么88年的时候，他登上珠穆朗玛峰以后，我在尼泊尔登到8000米，没有上去。那么88年底的时候，我和李志新就被派往和美国联合登山登顶这个南极洲最高峰。那个时候南极洲最高峰，那个时候全世界各国的资料非常少，那么我们去的时候是88年去的，就是前面那四五个，五六个登过南极洲最高峰，那么我们中美联合登山队去南极洲的时候，我们当然还有科考人员，我们那个时候还有一个科学家叫金其林老师，他负责科考，那么我和李志新和美国队员去了南极洲，那么那个时候到了南极洲以后。从智利的最南端的那个岛，飞到南极洲，坐的美国的运输机，要飞行11个小时去登南极洲，那么去了以后，对这个山在什么地方？什么地方是最高峰？怎么走？所有人没有概念，当然最后我和李志新在前面，我们和美国队友合作，我们在前面，不知道最高峰在什么地方的时候，就把南极洲的第二高峰，一开始看成第一高峰了，后来到了顶以后，发现登顶登错了，下来又去直奔第一高峰，那么我们一天用了七个多小时，连登南极洲第一高峰，第二高峰，当时就创下这个世界纪录。

从来没有人那么做过，那么实际从88年回来以后，那个时候在登南极的过程中，我们去了很多国家，跟各国的登山家大家都在交流，那么在交流什么呢？就是现在各国登山家要创造一些世界纪录，那个时候其中有一项世界纪录就是我们提出来的，大家以向往的要登顶世界七大最高峰，就是说在1988年的时候，我那个时候就得到消息只有一个加拿大人登顶这个世界七大最高峰，那么那个时候各国登山家非常向往。那个时候根据我和李志新，我们俩的实力判断，登山我们觉得，那个时候世界七大最高峰最难登的世界最高峰珠穆朗玛峰。那么最难去的是南极洲的最高峰，那么我和李志新最难去的南极洲最高峰也如愿登完了，那么剩下的五座山峰我觉得我们俩完全有实力，后来我们就给自己订了一个目标，订了一个什么目标呢？我们要成为登顶世界七大洲，我们俩要排在全世界前十名，所以我们立下了这样的目标，那么是88年，实际上立下这个目标以后，发现登顶世界七大洲，他一方面在于这个山的难度，另一方面在于到达这个山峰，因为在80年代的时候，相对于中国人来讲，他出一趟国都是一件很不容易的事，那么每一个山峰基本上都在一个国家，所以就是说到达那个山峰就很难。

那么那个时候还受到我们国家经济，各方面的限制，我们的经费也受到限制，后来发现这个事情不是一件很容易的事，那 88 年以后，我们在国内登了一些山，那么终于在 1992 年的时候，也是得益于我们南极的，我们美国队友的资助，我们去北美洲，登了北美洲最高峰，那么实际上我们在登南极洲，在当时创的记录不仅是世界纪录，那我和李志新在登南极洲的这个事情，在我们国内就是第一个，那么我们去登北美洲麦金利山的时候，那我和李志新又是中国的首次去登，这个山是北美洲最高峰，虽然他不是很高，他差不多是 6194 米，那么这个山难度非常大，因为他是靠近北极，气候变化非常大，那么他整个垂直的高度是在 4000 多米，在那个年代每年都是要有，平均七八个登山队员在那里罹难了，所以那个山也是很凶险的山。

那么麦金利也是各国登山家向往的目标，那么我们去的时候，当时察看麦金利这个山的目标时候，麦金利一共有 17 条登山路线，都是各国登山家创造的，那么当然了，相应的来讲，大家大多数当时登麦金利的，都是从传统路线登，但是即使从传统路线登，也是对各国登山队员要有考验，那么我和李志新和我们的美国队友合作，我们美国队友选了一条路线他没走传统路线，选了一条排名第二难度的一条路线，叫美国的麦金利西历路线，那么我们当时查了一下资料，是历史上 24 个人登顶，那么在下来的过程中八个人因为滑遇难，那么只有 16 个人幸存。那么就是说攀登的时候基本上，现在大家对登山有一些了解的情况，现在比较普及的商业登山这些推广的过程中，就是要求参加的登山科普，他不一定具备非常强的实力跟基本的实力，大家可能看在登山过程中都有绳子，这一条绳子上，如果固定在冰上，这个时候一个登山队员可以上的时候用上升器，就上去了。那么下的时候就用下降器下来，如果没有太大的恶劣天气，恶性的事情发生的话，那相对来讲要安全许多。

那么我们攀登这个西历路线，我们和李志新将要攀登有 1000 多米的，平均在 60 到 70 度的一个冰立，就是在那样一个困难情况下，那么我和李志新从这条路线登顶成功，并且安全下来。当时 1992 年就在美国登山界，引起了很大的轰动。那么转眼就到了 1993 年，那么 1993 年这个时候我们中国登山协会，中国登山队和台湾的登山队员组织了海峡两岸首次攀登珠穆朗玛峰的活动，那个时候开展了珠穆朗玛峰的活动，那个时候我其实登山已经差不多有八九个年头了，年龄是 30 岁，就是无论从登山的经验来讲，登山技术来讲，登山体能来讲，是一个最佳的状态，那个时候我自己也非常自信。那么我和也参加过很多的和国外的联合登山，那么我们这个年代跟国外经常联合登山，那个时候中国登山队因为缺少资金，基本上跟外国的登山队，跟美国登山队，跟日本登山队，跟很多其他国家的，还有欧洲的搞联合登山。那么联合登山是什么呢？就是外国登山队出经费，那么中国登山队出技术力量，中国的山峰啊，是这样的，但是总的来讲，联合登山基本上大家干活是一家一半，那么登山一般分两种，一种就是大的登山，叫喜马拉雅登山，另一种就是阿尔卑斯登山，那么我们登大山都是采用叫喜马拉雅登山，就是说在一个登山过程中，比如说攀登珠穆朗玛峰，要建七个营地，那这七个营地就是一个一个营地这样去，那七个营地怎么建上去呢？首先大家每年要到珠峰，首先要选答案，选择通往顶峰的路线，那么就是说你的传统路线来讲，因为以前的这个修路，要选择下，他每年都有一些变化，不同的路线。那么通往路线大家都知道登山过程中，要过裂缝，要过冰壁，有时候要过岩壁，那么这个时候他就会遇到什么

问题呢？在这个过程中不小心滑坠，摔下来就出问题了。

那么首先要有一个叫修路队，专门由一部分登山队员在前面用平时练的技术，攀爬上这些危险的地段，过了这些危险地段，然后架上绳子，然后让后续的队员，就是通过绳子，用绳子登山首先大家全副服装，身上要有一个安全带，基本上人都固定在绳子上，通过这样上去，那么上去以后，大家要建七个营地，那么七个营地有什么问题呢？你的这个帐篷，登山队员吃的东西，还有前面修路用的这些技术装备，这些东西要靠人运输上去。这个时候需要有一个叫运输队，那么这个运输队就由修路队，修好的这个绳子上去把东西背到那里，运上去，一步一步建，建好营地，珠穆朗玛峰直到七个营地都建好以后，然后最后登顶队员去攀登。那么在这个八九十年代的时候，就是 93 年，差不多在 2000 年以前的这个珠穆朗玛峰，那么什么概念呢？就是作为登山队员来讲，就是说在 7800 米以下，我刚才讲了，就是说要修路，要运输，那么 7800 米以上是修不了路的，因为所有的这些装备什么的都弄不上去，那么 7800 米以上全靠自己队员走。所以这个事情，珠穆朗玛峰风非常大，而且非常缺氧。

那么我和台湾队员联合登山的时候，想的和其他国家，大家就是说都是一家干一份活，今天你就负责修路，明天我就负责运输。大家是这样。那么我们想跟我们的台湾队员合作，也想这样，实际上当时从这种主观愿望出发，发现想法是不对的，因为那个时候所有的台湾的登山运动员，最高的山就登过七千米，就根本没有在这个高海拔登山的经验，高海拔的登山经验在缺氧情况下，如何更好的攀登？那么实际上到最后就发现需要台湾和大陆队员共同完成的工作，最后全由大陆队员完成，那么实际上到最后，为了赶这个 5 月 5 号的这个好天气的时候，我们整个队伍的氧气，还有我们的一些物资基本上没有运上去，那为了赶好天气，那么我们最后选了是五个大陆队员，其中有四个藏族队员，加我一个汉族队员，然后就选了一个台湾队员。那么去攻顶，最后就规定，为了这个海峡两岸联合攀登的，联合攀登是什么概念？联合攀登队员就是说大陆的队员要上去，台湾的队员要上去，所以最后好不容易选了一个台湾的队员，确保这个台湾队员上去，那么这个台湾队员当然实力还不错，但是他没有高海拔经验，那么确保他上去，就是他的氧气相对要充足一些，虽然氧气不是很多，他的氧气要充足一些。

那么我们实际上当时大陆队员，每个人就配备了这个氧气，一个人配备了一瓶 4L 的氧气，那么一瓶 4L 的氧气今天，现在登珠峰来讲，合理比例一个队员要配备 6 瓶氧气，那么这一瓶氧气是什么概念呢？他只能在最后的时候才能用，所以说前面不能吸了，当然了在那个攀登过程中，我那个时候想的就是说，我要争取这种机会，我的想法是一定要登山珠穆朗玛峰，那个时候全世界登顶珠峰的人 400 多人，还是相当少的，所以我觉得有这样的机会，作为一个登山运动员登上珠峰，是每个登山队员的梦想，所以一定要攀登。当然了我记得那个时候，感觉到这个日子非常难熬，我们在这个高海拔营地的时候，晚上也不能吸氧，非常难受。这个时候夜里过不去就想着天明，那么难受的时候就看表，到 11 点多了，快 12 点了。心想这个时候要开始闭着眼睛睡，睡不着难受，那你怎么办呢？开始想问题，想各种各样的事情，当然了首先想的，先想高兴的事情，就从高兴的事情开始慢慢想。想完

高兴的事情再想不高兴的事情，那么想完不高兴的事情再想工作上的事，工作上的事情想完了再想家庭的事。反正所有自己能想到的事情全部要一遍一遍想。都想完了一遍差不多了，估计开始想事情的时候快到 12 点了，估计这个时候可能二三个小时过去了。

那么实际上想完所有事情一看表是 12 点 02 分，才刚过去 2 分钟，那个时候突然想起来了，说爱因斯坦的相对论，说你抱着炉子的时候你觉得时间非常漫长，如果你在谈恋爱的时候觉得时间变得很短，后来我一想，这个可能属于人在最难受的时候，感觉时间很慢，就一直在熬。终于熬到了天亮。天亮的时候，我们钻出帐篷，我说终于天亮了。那么 5 月 5 号那天天出奇的蓝，因为你一出帐篷一看，放眼世界的时候，确实空间很大，但是缺氧什么感觉呢？就是觉得你憋气，你呼吸，在那不动，你觉得那么大的空间让这个呼吸顺畅一点，你使劲吸依然是不顺畅，就是这样一个感觉。那么开始攀登的时候，就是唯一的一个氧气瓶，因为我那个时候已经缺氧非常难受了，那个时候一般的登山队员要求，你要带什么报话机照相机了，你要背个包，带一些必备的这些食品，带一些必备的急救装备，那个时候我已经感觉非常难受了，全都扔掉了。我只带了一瓶氧气，因为这个氧气不够，那么在攀登过程中，吸氧非常艰难。那么这个时候大家知道登珠峰，就是从北侧，就是从中国北侧登珠峰，它有三个难度，第一个就是 6500 到北凹，整个是冰雪地形，要求非常高。那么第二大难度是从 7000 到 7800 是一个很缓的，整个一个大的漫长的雪坡，是一个风口。那么最后一个难度就是在 8700 米的时候，有一个差不多七八米左右的平均坡度在 80 度到 90 度这样一个岩壁，那么这个岩壁来讲就是说，可能在下面还好一些，那么就是说在珠峰那个时候，还是非常难。75 年的时候中国登山队在那搭建的基础梯，登山队可以从那基础梯爬上去，那么我上了第二台阶以后，我就发现了因为缺氧右眼就看不见了，右眼失明了，当时我在想就是说，我要不要继续往上走？最后我一想为了自己的梦想，为了自己海峡两岸的实现，都上了这么一个高度，再放弃了也不合适，所以我当时就咬着牙从那一边走到顶峰，非常非常难受。

早晨九点半出发，差不多在中午一点半的时候，听到前面队友们开始欢呼说，到顶了。当时我听到这个声音我非常难受，就往那一坐，一点兴奋都没有。当时我的想法，我说赶快回去，实在待不了了，那么那个时候氧气也用完了，当然到了顶峰大家照照相，那么那个时候我的队友，其中有一个藏族队友，人家登顶的过程中，他一瓶氧气一直没用，他看见我难受了，他就把他那一瓶氧给我了，那么给我以后我就要操作，把我这个氧气瓶卸下来，把新氧气装上，因为我特别难受，动作迟缓，在操作氧气瓶的时候没想到没弄上去，那瓶氧气整个滚到山下了，意味着自己的生命丢掉了，但那是没办法的事情，后来开始往回撤，既然我这么难受，我当时坚定地说我既然能活着上来，我一定要活着回去。就是没有这个氧气我也要活着回去，就是这么一种信仰，就开始一点一点的往下走，那么在走到第二台阶的时候，因为当时一共六个队员，大家都是各走各的，其他队员都走了，剩我一个人了，那么在第二台阶的时候，下第二台阶的时候，我记得很清楚，因为我这个右眼看不见，靠左眼，所以下台阶的时候，一个眼睛和两个眼睛是不一样的，一个眼睛看目测的不是很准，因为有了这个第二台阶的教训才知道，因为下梯子的时候，我就看那个台阶，就正常的拿脚去踩那个，结果一踩，根本没踩着，是空的，一下头朝下，脚朝上挂在这个第二台阶了。

当时那一个念想，我当时想坏了，这可能回不去了。因为我知道平时训练的时候，在这个岩壁上训练的时候，一个人在一个绳子上面，你头在下面，脚在上面，这样 180 的倒转，你把自己再很容易的正常的放下来也是要费点劲的，那么在那个地方，那个体力，缺氧那种情况下，要把自己再正过来，放下来，我觉得够呛了。

但是还是生存的愿望非常强烈，那么后来我也不知道自己是怎么回事？把自己终于从第二台阶放下来了，下来以后呢，我就感觉到阎王爷还是关照我的，我还得坚持，就一点一点的，就是走一两步，慢慢地，差不多，我挪到从 8700 看到了 8700 以内的时候，差不多 100 多米的时候看到一个帐篷的，是个黄色的帐篷，那么那个时候科技还不像今天，那个时候帐篷为了防止高海拔的高空的风，这些恶劣天气，他那个拉锁的设计非常的坚固，那么这就是说什么问题呢？虽然他防住了狂风，防住了这种恶劣天气，暴风雪。但是它整个的，开帐篷门和关帐篷门都非常的难，要费很多劲，后来我当时在那个地方，我说我现在一点体力也没有了，我即使到了帐篷那，我能不能拉开拉链？我能不能钻进帐篷歇一会，我就想这个事，后来发现那个帐篷门在风中哗啦哗啦的在飘，那说明什么问题呢？说明这个拉链门开了没有关，也可能是我们早晨出发的时候队员忘了关了，也可能前面的队员在帐篷里暂时休息，我高兴地说终于可以能到帐篷里稍微歇一歇了，因为毕竟帐篷里还是防风的。一点一点挪到了帐篷，到了帐篷的时候，我看了一下表，已经是晚上九点半了，那个珠穆朗玛峰的时差大概是晚两到三个小时。那么就说明什么问题呢？就说明我从那个地方登顶的时候，用了四个多小时，那么回来的时候用了将近七到八个小时，体力是极度的衰弱，到了那个地方，我往帐篷里一坐。生与死的这种想法在我头脑里又开始浮现了，因为我登了那么多的山，我很清楚，在这个 8700 米的这个地方，如果没有氧气，体能又极度衰弱的时候，一个人是熬不过去的，很可能因为这个体力疲劳过度生命有危险。那么也可能导致最后体能过低，就是说这个是扛不过去的。

那么再让我继续往下撤，要撤到 7800 的这个营地的时候，我根本撤不下去了，那么就是说怎么办？唯一的一个可能，当时想就是说如果在 8700 米的地方有氧气，我就可以生存下去，如果没有氧气可能就危险了。当时大脑里就想氧气，想着氧气，我歇了一下，我到这个帐篷周围一看，还真找到了三个过去人登山遗留下来的三个半瓶氧气，我把那半瓶氧气接过来吸，那么氧气一吸，马上呼吸通畅了，我终于又可以在这里扛过去了。那么实际上这个时候大部分人，当天晚上，就是 5 月 5 号晚上整个没接到我的消息的时候，都急了，因为在珠峰，就是没有按照时间到达预定的地点，基本上预示着就是人失踪了，遇难了，他们都认为我凶多吉少了。后来大家就说分析一下，可能他王勇峰会熬过去这一关，第二天天一亮的时候，他们就拿着望远镜观察那个，差不多上午十点多钟，看到了那个帐篷出来一个小圆点，我穿的是羽绒服，大家一看果然我还活着。整个大本营都非常的激动，那么我出来以后，我又睡了一觉，我觉得我就更有信心，我觉得走到 7800，因为到了 7800 就到了安全地带，因为 7800 以下都有绳子，可以顺着绳子往回走，走回到 6500。那么从这个地方走到 7800，你不能走错路，你要如果走错路，也可能就要从这个珠峰摔下来，2000 多米就死无葬身之地了，我也提醒自己千万不能走错！我就朝着大体的方向走，那么走着走着突然发现前面有脚印。我一看有前面队员走的脚印，我路线就不会迷失了，走了几十米以后，

我发现不对，就发现自己站在一个很陡的地方，大家可能没有这种经验，就是说你站在一个地方，你在一个山坡上，如果你在一个很陡的地方，你的视野很小，上下左右都看不清楚，后来我发现自己走到了这么陡的一个地方，就说明什么呢？走到珠峰的北壁，大家看珠峰照片，看到正面的叫珠峰北壁，那有可能走在珠峰的北壁上，我一想我怎么可能走在珠峰的北壁呢？那么下去就是海拔六千，那如果说整个从珠峰北壁直接滑到6000米，那要滑2500-2600米，后来我说我怎么会走到珠峰北壁了呢？自己就纳闷了，我就跟着队员的脚步走，就走错了吗？

难道他们走错了吗？我就开始琢磨，这是什么原因？我就在想，我说肯定走的不对，为什么呢？想了几分钟，终于想出来了，就是我那天登顶的时候掉下来的氧气瓶，整个砸在雪坑中，特别像脚印似的。当时这个冷汗一下就出来了，那要再走的话基本上就到底下了，那么我自己又顺着原来的脚印就爬回来，自己重新整装，看准目标，就是自己给自己鼓励。氧气没了还能走下来，在第二台阶挂上了，自己还能弄下来，走错路了自己也能找回来，下一步一定要沿着正确的方向，向这个7800迈进，鼓励自己。凭借这么多年的登山经验终于到了7800，我一看7800，当时那个时候就有点兴奋了，感动激动。感觉整个人在地狱走了一遭，阎王爷给面子。往那个地方一坐，肯定要歇一歇，坐那休息休息，差不多也就三四分钟，就听一个，就我一个队员，很凄惨的声音喊我的名字，就是说一个人，如果说你周围亲密的人失去的时候，突然失去的时候，这种呼喊的声音，就是说很恐怖，非常不好听，当时我的心里听了非常不舒服。喊的那种撕心裂肺的，我说我还活着你怎么这么喊。后来他就讲，从发现我失踪以后，整个所有登山队的这些人，大家都不知道我的生死，那么这个时候见到他以后，他通过他的报话机告诉大家，我依然还活着。那么当然在那次珠峰失踪28小时之后，生命是活着回来了，但是在这个上面待的时间太长了，我最后右脚冻掉了三个脚趾头，右脚被截肢三个脚趾头，那么我现在是三等甲级残废。

每年享受三等甲级残废国家补贴550块钱，那么就讲大家看的这个照片，给大家讲一下，那么这张照片就是当时珠峰到大本营的时候，那么当时脚下来冻伤之后的情况。那么这个在这个医院的时候进行了截肢手术，这个在93年，登珠峰时应该是8800米，快到顶峰的时候拍的，就是我胸前一个大口袋装了氧气瓶，什么都没带。那么从珠峰回来以后，那么当然经过住院，差不多住了40多天医院，从医院出来恢复受伤的脚，因为当时大夫说，为了让这个脚趾头长一点，那个切面切完了从这个大腿上植一块皮贴上再长好，那么这个恢复过程中，大夫说要三冬三夏，那么差不多整个恢复期，恢复了一年以后。又开始登山进行新的征程，那么94年底的时候，我又去登了南美洲的最高峰，那么97年又登了欧洲最高峰，那么97年登了非洲的最高峰乞力马扎罗，那么转眼最后一个山峰就是到了1999年，就是这个大洋洲的查亚峰，那么我们这个时候登山都是非常艰辛的，非常难的，去什么地方都不容易。那么实际上我和李志新当时到了1988年订下了登世界七大洲最高峰目标的时候，我们的第一个目标要成为全世界全十名，这个时间左熬右熬，熬的就很那个时间长了，最后也就在全世界不要再排的太靠前了，干脆我们要成为全球首登世界七大洲最高峰，全球的第一个华人，我们俩肯定差不多的。



这个时候突然，我们那时候刚登大洋洲的查亚峰，山的难度不是很大，但是他那个地方在食人族部落，很偏远，那个地方要过食人族部落，那个地方很难去，去那个地方登山怎么办呢？要经过印度尼西亚的外交部，旅游部，什么部队的批准才能去，所以我们申请，我们97年登乞力马扎罗，申请用了两年，那么那个时候，我们申请之后得到批准，在1999年的6月份我和李志新得到许可，去大洋洲查亚峰，那么当然这个时候，后来差不多我们在1999年初的时候，突然又一个消息得来了，香港的登山家钟建平先生也要登顶世界七大洲最高峰，人家在98年的时候，也完成了六座，那么就是说他也剩下一座，他剩下一座珠穆朗玛峰，他要在1999年初攀登世界最高峰珠穆朗玛峰，那说明什么问题呢？那么当时他也给自己立了目标，他的时间多，因为他是香港人，经济条件各方面都很好，后来他也定了目标，成为全世界登顶世界七大洲最高峰的华人。那么钟先生是春天登，而我和李志新夏天登，我们努力了11年，结果最后一想连这个纪录都拿不上了，心里比较伤感，但是我们也关注钟建平先生的一举一动，毕竟珠穆朗玛峰世界最高峰，不是那么好登，心想如果钟建平先生登珠峰如果登不上去，第一依然是我和李志新的，经常关注他到6000了，到7000了，什么8000米，他牙痛了，又得什么病了，都有。经常问问看看他这个身体状况怎么样？登珠峰身体要好。当然这种想法是不对的。我们后来一想算了，我们不跟他计较了，我和李志新商量再调整目标，因为我们要开新闻发布会，我们成为第一个登上世界七大洲最高峰大陆的，中国的，我们在新闻发布会上就开始，我记得下午是一点半开始，新闻发布会下午是两点钟开始，那新闻发布会一讲，记者采访你们的目标怎么样实现？肯定问，我们就说，如果完成的话我们就是，本来以前华人第一的，我们现在是第一个中国人。如果说你想模糊一点就说中国人，反正得说，都想好了。一点多钟来了个电话说王队长告诉你一个好消息，我心想还有什么好消息？他说钟建平先生没登上珠穆朗玛峰，他已经放弃了。当时我的心情确实还是很激动的，后来发布会让我上去讲的时候，第一件就讲了这个事情，我说本来之前我和李志新调了目标，现在的目标不用调了，因为钟建平先生确实珠峰没登上去，我和李志新依然会成为第一个华人，登上世界七大洲最高峰的。就是说我们这个目标要实现，所以我们一定要努力，不辜负大家的期待。那么99年6月22号，我和李志新终于站在了大洋洲最高峰查亚峰，站在顶上，成为第一个登上七大洲最高峰的华人。那么当时在99年的时候，全世界登上世界七大洲最高峰的，那么我们俩是排到62位，第63位，所以这个成绩还算交待得过去。那么当然就是说登完世界七大洲最高峰以后，那么就开始在这个民间，中国的民间有登山队，那么那个时候的工作就开始推中国民间的登山发展。这个照片是我和李志新在南极洲最高峰的时候，那是1988年的时候。

那么登完以后，开始了民间登山，我的重心更多的去体验登山，去做安全登山。我们那个时候觉得登山教练，各方面都非常少，开始做这项工作，那么登山当然就是给大家讲，刚开始登山的时候，大家那个时候99年的时候，中国真正的商业登山开始发展的雏形，就是大家花钱去登山，那么过去登山对很多人，是觉得不可能的事。其实我记得我在我年轻的时候，除了我和我的队友，比较好的朋友在一起，跟其他人外界不太愿意打交道，因为那个时候很多人对登山不太清楚，他们经常会问你为什么要登山？人家不理解，他是不是脑子有点问题？所以不太愿意见那些不熟悉的人，不像今天，更多的人愿意去参与体验，

那么后来我觉得 99 年开始，中国的民间登山，业余爱好者有需求的话，把我学到的经验开始推广，如何做中国的安全登山，就是怎么登山？首先大家喜欢山，那么首先我觉得要经过一些必要的步骤，第一就是登山，他是要有几个方面的问题，第一他要有体能，第二你要有技术，第三你要有经验。那么当然你还要有时间，那么现在在今天登山的这种科技发达，我们今天有很好的供氧器，我们穿的装备是越来越轻，功能越来越强大，防风防雨，越来越强大，那么就是说我们技术装备也越来越先进，那么首先你要说喜欢登山的人，第一要心里有一个安全的理念，就是说登山也好，户外运动也好，只要出去那么他是有一定风险，为什么他有风险呢？因为他里面存在很多不确定的东西，比如说赶上坏天气，比如说今天遇到大地震，大雪崩了，所以首先要有安全的概念，就是说要很重视这个事。

那么要收集资料，要进行体能储备，第一步我现在要想登山，我怎么办呢？今天中国整个登山的，我们的整个系统还比较发达，各种各样的培训班，有很好的俱乐部，可以参加一些培训班，培训机构培训户外的，还有再专业的，参加国家登山协会的培训班，然后参加一些有经验的俱乐部，先进行周围的一些小山，进行一些徒步，进行这样的一些事情。那么有一定的积累，那么登雪山，就是想登珠峰的人，还是要一步一步登，那么我给大家讲，就是说先登五到六千米的山，有很多的推荐，那么再登七到八千米的山。最后可以攀登世界最高峰珠穆朗玛峰，所以现在登珠峰，虽然是很多人的向往和梦想，但是现在就是说对普通人来讲是可以实现的，就是我们现在比较科学一点，一个人如果身体很健康，想攀登世界最高峰珠穆朗玛峰，要有五到六年的时间是可以实现这样一个目标，刚才我讲了几个步骤，体能的储备，登山技术的学习，经验的获得，一个一个山峰的攀登，再去攀登珠峰就安全了，那么现在不主张就是说，一开始登一个五千米的山，甚至还没登什么雪山，直接去挑战珠峰了，那样危险系数很大，当然一步你可能登顶成功以后，你回来以后，您和亲朋好友的满足很多。但是这样的准备时间太短了，危险系数非常大，就是相当于一个什么问题呢？相当于我什么山没登过，我就登珠峰，比喻一下，就是相当于你从三楼直接跳下来，如果你没事，你就是英雄了，如果你跳楼把腿摔断了，把人摔死了，他这个危险系数非常大。所以这个时候就要一步一步。

那么登山我们都知道上山容易，下山难，大家都知道，大家登山经常会说，为什么出事的时候经常是下山的时候？上山不太容易出事，主要上山的时候，一方面注意力集中，目标感强，那么下山的时候，你经过长时间的劳累，首先注意力，脑力方面，体力方面都达到一个很疲惫的状态，然后这个时候容易造成一些伤亡事件。那么大家可能爬过一些山，总觉得上山给人感觉离这个地比较近，下山离这个地比较远，实际上他是一个重心的问题，就是说上山的时候，重心离这个山坡比较近，平衡容易掌握，那么下山的时候，重心远离整个的坡面，重心不太容易掌握。那么再加上如果你没有很多长时间的这种锻炼，平衡，再加上体力的极度衰落，很容易出事，所以说上山容易下山难，那么登顶只算是成功了一半，安全下山后才算成功。

那么给大家讲讲中国登山的发展历史，那么我们国家就是说，真正的，现代登山应该是 1786 年，算是现代登山运动的开始，我们那个时候现代登山运动当时被称为在这个法国的

勃朗峰，就是西欧的最高峰，那个山峰在那个地方耸立，当时很多人说那个山有很多妖魔鬼怪，就想上那个山，那么当时在欧洲的高海拔地方，在山上长着一种叫高山玫瑰，那么谁要能取这个高山玫瑰，那么男的要向女的去求爱的话，他一定要跑到山上摘下高山玫瑰，这个女的一般会达到这个男的，取这个高山玫瑰很危险，说明这个男的很勇敢，很有决心，那么当时有一个大夫，他后来觉得这个山也很好奇，直接就贴了一个布告，谁要登上这个勃朗峰，我要给他多少钱？算是揭榜的形式，终于有一天，有一个人把这个榜揭了，当地有一个人说我来登，大夫一听说他来登，挺激动，我也想登，咱俩一起登吧。那个时候首次登上了勃朗峰 4806 米，那么登上这个以后，就昭示着现代登山运动的开始，因为任何事情，就是首次实现这个目标的人很伟大，因为首次实现这个目标的人，为什么大家说他很伟大呢？因为他设定了一个目标，最后证明他是可行的，成功的，就给后人极大的勇气，所以每一座山一说首登的大家都很尊敬，因为首登的时候他有很多不确定的因素。那么中国的登山运动从 1956 年开始，中国解放了，中国也需要有登山队，最后中国就开始在工人学徒中组建了一批登山队员，开始登山。那么这批登山队员，那还得学技术，你跟谁学呢？攀登需要技术，过去攀登一个就是说登山他差不多，有三到四个人有一条绳子，把三到四个人连在一起，什么意思呢？就是一个人滑的时候，或者掉裂缝里头，三个人要把他保护住，连在一起，那么在爬雪山的过程中有一个叫冰镐，底下穿着带钉的叫冰爪，人们要练在这个坡上行走的技术，就是说要在这个冰面上，不管是坡陡，还是坡缓，不管怎么样，冰爪一定在冰面上站的很稳，那么冰镐是一个支撑的，它有平衡功能，有时候滑坠的时候，它有自动刹车的功能，那么还有比较陡的地方他可以作为一个小台阶，所以它有很多功能，那么这个时候，这些技术要经过学习训练，那么那个时候就学习登山。

那么中国的登山还是很牛的，中国人还是很厉害的，你像苏联的登山也非常厉害，那么中国的登山队员经过和苏联的登山队员学习以后，就提出了自己的目标，那么就是说首次提出来登顶的贡嘎山，今天的这个山依然是全世界最难的山峰之一，这个山是死亡人数在所有的山中排名很靠前的，因为这个山第一是它的山体不稳定，经常的冰崩和雪崩，第二攀登的非常陡峭，容易滑坠，第三它的气候变化很大，所以说中国人，就是中国登山队学了技术以后，大家就开始挑战登顶的这个贡嘎山，那么那次付出的代价是惨重的，虽然有六名队员登顶了，其中的三名队员都遇难了，在下山的过程中滑坠了悬崖峭壁下，这是我们中国登山队创造的纪录。那么这就是大家看的 1958 年中国登山队成立的中国登山协会，那么中国登山协会负责管理全国 3500 米以上的山峰，负责组建承接国家各种各样任务，推广登山运动。那么 1959 年实际上我们当时创造了世界纪录，就创造了女子登山的最高纪录，在新疆的牧子塔峰，那么中国登山运动开始以后，苏联的这个老大哥非常想登珠峰，因为大家知道珠穆朗玛峰，它的北侧在中国侧，南侧在尼泊尔侧，所以苏联这个就想从中国侧登这个世界最高峰珠穆朗玛峰，那么最后中苏联合登山队，那么中国登山队实际上成立了三四年，那么要登珠峰，没有实力，所以组成中苏联合登山队，希望借助苏联登山队的力量，中国登山队也一起登顶。

那么当然随着中苏的关系越来越紧张，1959 年的时候苏联登山队，就撤了，是中苏联合登山队不登了，那后来中央的高层朱德，贺龙，刘少奇他们就说怎么办？苏联不登了，我们

还登不登？那么当时中国登山队的健儿就说苏联人不登，我们来登，那么当时登珠峰，一个是我们在困难时期，需要弘扬我们中华民族的精神，再一个那个时候，因为尼泊尔已经在这个边界谈判中，已经很多次的要求把整个珠峰划归到尼泊尔。他的理由就是说一般的这个山峰来讲，这个山峰是你的，我们的珠峰都到顶了，他 1953 年从南侧登的，所以这个山峰划给尼泊尔也是合情合理的，总理非常关心这个事，说如果中国登山队员在 1960 年能上去珠穆朗玛峰，那么和尼泊尔再要珠峰就可以了，所以中国登山队也承接了这样的任务。那么当时贺龙元帅亲自指挥，当时国家拿出仅有的 70 万美金，全部购买了登山装备，登山需要什么氧气，登山的这种绳索，冰镐，铁索，花了 70 万，组织了一个 400 多人的，浩浩荡荡的登山队员去攀登，那个时候珠峰虽然英国人从北侧登了七次，没有上去，因为说你为什么要登山？大部分现在的这个登山家，大部分的登山爱好者，问他们为什么要登山？因为山在那里，这句话是谁说的？是英国的著名登山家说的，因为马洛里当时整个欧洲最狂热的登山家，问他为什么要来登山？他说因为山在那里。

所以很多人觉得这句话，它包含了很多，它也说明了很多问题，所以也比较通俗易懂，大家一说，因为后来大家总结了，因为山就在那里，然后就可以延伸很多，谈各自的体会。那么后来很有名的登山家，没有什么文化含义，没有什么推广价值，但是后来有很多，也有很多的登山家说你为什么登山？我是为什么，他会讲出各种理由。那么为什么都没有流传下来？后来人们老问我为什么登山？登山它是人生的读书，因为登山可以遇到各种各样的问题，自己也想了半天，最后讲来讲去，还不如马洛里说的这个，登山讲的感受体会，也能挂上钩，后来我也了解了其他的老登山家，新的登山家，大家年轻的，刚出来也有很多的这些。后来我再总结，我终于明白了，为什么呢？因为山在那里就是比较合适的，那其他的说的一些，说登山的意义，感想，理想。关键是好记现在一说你们为什么登山？不就因为山在那里吗？都会说了，通俗易懂，说可口可乐好喝，要说别的很难记，我觉得他这个流传，就是大家说的这个，为什么要登山？因为山在那里，大家现在全世界都认可这个说法。证明了他的这个推广价值，有人说马洛里当时随便说了一句，你不管随便说一句，还是真说一句，假说一句，但是他确实流传下来了。从 20 年代到现在，把这个登山的精髓讲的，那么就讲中国登了北侧，那就是说在马洛里从北侧，在 1924 年创造了最高的纪录，登到 8700，他就失踪了，也就是从北侧没上去，中国人这个难度可想而知，首先登山第一就要讲天时地利人和，首先登山这个天气，那个时候登山，但是珠穆朗玛峰的山峰它都是局部的气候，他跟大的这个气压，他局部气候变化很快，所以别看去了 400 多人，早上一大早起来一看，天气好，咱们开始冲锋，开始上，结果走到半路一场暴风雪回来了，不是冻掉鼻子就是冻掉耳朵的，最后登的基本上都快没什么希望了，最后实在没办法了，再选一些残兵败将，最后做一次最后的冲锋，结果整个登山队员全没了，剩下一个是王福周，一个是曲新华，一个是贡布，一个是刘年满，实际上这几个，当时他们是运输队员为主，都不是主力队员，主力队员基本上都受伤了，都回来了，那么我们的这个老登山家贡布，他那个时候，他不是正式登山队员，那么他负责警卫战士，当时就是说他特别勤快，就是负责警卫，但是他平时负责警卫，他老爱帮着登山队员干活，非常勤快，高山反应也没有，最后没人了说怎么办？说贡布表现不错，也训练训练去登，那么这四个人肩负着重

任，听他们四个人讲故事讲的很尽兴。

那真是祖国的嘱托，人民的嘱托，全部在他们四个人身上，天天晃就想就我们四个人，那个时候买的那个氧气，一瓶氧气就得十多斤，这个时候他们也不知道，上到了第二台阶下面了，不容易了，到了第二台阶一看，这么大的岩壁，这怎么办？那也得上，根本就上不去，岩壁怎么上？最后是刘年满，他是消防队员，结果他想起来搭人梯的这个办法，那么搭人梯他站在最底下，曲新华第一个上去，搭完人梯还要爬，不能穿着那个登山靴和冰爪，得把鞋脱了，上去以后，他又把其他三名队员弄上去了。那是很费劲的，上去以后。刘德满在下面，体力消耗大已走不动了，剩下的三个要继续完成任务，他们就剩下唯一的一瓶氧气了，就说你刘年满在这等我们执行完这个祖国的任务，等我们回来，留给他氧气用，叫他活着等他们回来，三个人继续走。差不多凌晨四点钟，到了珠峰顶峰，那么那个时候黑夜没法拍照，他们当时就到了顶峰，按当时给的任务，带着毛主席的小塑像，然后在顶峰找个地方放上。他们就回来了，回到第二台阶上面的时候，突然发现刘年满在那躺着，然后氧气瓶下面压着一个纸条，刘年满在上面写着，我已经不行了，但是为了你们完成祖国的任务，回来的时候继续有力量下去，登上了还要活着回去，向人民报喜，向祖国报喜，就是写了一个这么一个东西。三个人看了真的很感动，真的是为了我们国家为了团队，然后他们把刘年满又弄醒了，几个人就一起安全下山，为中国人争得了荣誉。

那么 60 年这个事情，引起了整个全世界，整个中国的轰动，那么这几个登山英雄，王福周，曲新华，贡布，刘年满，真是创造了世界纪录，这样的中国登山精神，中国的奉献精神，团结精神，对当时中国战胜自然灾害取得了很大的作用。那么实际上从他们登上珠峰的时候，那外国人基本上是不相信的，外国说中国这个登山实力，短短几年内，就是国外的国家，他们的发达国家都 100 多年，200 多年，马洛里他们都没上去，中国人能上去？不相信，但是我们说上去了，怎么办？说你拿照片来，说照片天黑没照上，肯定是不行，但是我们自己知道我们是登上去了。那么那个时候我们登上去，实际上当时就证明我们国家水平已经达到了世界的水平。那么他不仅鼓舞了全国人民战胜自然灾害，那么也对对中国登山队，也是让中国登山队的自信心提升了，实际上从那以后，中国登山队创造了很多的辉煌纪录，你像 1964 年，这也是中国登山队创作的纪录。那么 75 年再次组织这个珠峰，60 年登了，75 年我们再登一次珠峰，我们要测测珠峰的高度，那么 75 年以黄海海平面为基准，最后测的高度是 8848.13 米，那么 75 年上去的时候，这批队员还有一个重大发现，在顶峰找到了毛主席的像，那么最后向全世界终于证明了中国三名队员 1960 年确实是登上了珠峰。我们创造的纪录是从北侧登顶珠峰，那么这个月的 5 月 27 号，在西藏拉萨，我们西藏登山队进行隆重的纪念仪式，纪念我们中国登山队从这个北侧登顶珠峰 40 周年，他们在拉萨举办。

这是我刚才讲的 1988 年我们中国登山队创造的一些辉煌纪录。那么 03 年，我们的业余登山队也登顶珠峰，那么衡量一个国家的登山实力水平，他是从两个方面来说的，那么一个就是从登山的专业水平，整个国家，整个登山的成绩。那么实际上我们国家从 1960 年登上珠峰，创造了很多世界纪录，包括 1999 年我和李志新登上世界七大洲，包括西藏登山队登

上八千米，创造了很多纪录，在专业上来讲，我们中国的登山队员在国际上是很厉害的，那么另一个衡量指标就是说，你业余登山队的水平，业余参与人数，那么我们国家限制很多，受经济发展的限制很多，那么从 99 年以后，中国业余登山队员登山的活动层出不穷，那么 03 年我们业余登山队也登上了世界最高峰珠穆朗玛峰，那次王石是代表性的人物，再一次登上世界最高峰的珠峰，业余水平也达到了一个很高的水平，现在我们国家各种各样登山的这个方式很多，那么现在可以很自豪地说中国登山是排在世界的前列。

这是我们当时创造的登山纪录，我们在 08 年奥运圣火在珠峰的顶上传递，这也是中国人的设想，最后中国人实现了，在珠峰的顶上进行火炬传递，这个让世界登山界非常惊讶的。是不是讲的这个差不多了？

主持人：非常感谢王队长带来的精彩分享，那么接下来我们就进入互动环节，由于时间关系，我们的观众一共有五个提问的机会，每个人限提问一个问题，请尽量简洁明了，我们为大家提供的礼品是，每一个提问的听众都可以获得中国国家地理行事历和限量版掌柜钱包各一个，然后结束之后，我们会有 15 分钟的时间留给大家想和王队长进行单独的交流。好，那边那位听众好像是第一个举手的。

听众：非常感谢王队长刚刚给我们做了一个非常精彩的讲座，我是一个初级的户外爱好者，就是自己是打算今年或者明年去尝试一下 5000 米以上的雪山，现在考虑的是哈巴雪山或者是四姑娘山峰，那这两座山的话都在海拔五千米以上，但是我想问一下，作为入门级的五千米以上雪山的话，我们普通的户外爱好者是不是都可以上？还是要有一定的户外基础？或者说有一定的身体素质？那如果说攀登的话，因为现在这一类的山，我看了一下，户外俱乐部作为这个产品的话，他们从 1 月份到 12 月份基本都是有不同的时间，都是有这个产品可以上去的，那哪一个月份是可以作为一个最好的时间段是能够上去的？谢谢。

王队长：我觉得是这样，你以前登过雪山吗？

听众：没有。

王队长：所以我觉得还是要跟大家私下多交流交流，多询问一下，那么现在虽然在中国的商业登山，但是中国商业登山也有问题，就是现在他组织爬雪山，他组织的这些俱乐部，一定要有一定的水平，一定的安全保障，这个要选好的。那么这个山峰，其实你说的这两座山峰，你经过一些训练了吗？

听众：没有。

王队长：其实我倒不建议你一开始去登这两座山，其实我觉得，你像这两座山都是有一定技术难度的，哈巴雪山有一定的危险性的，所以一开始你又没有经过训练，如果他这个俱乐部是很有名的俱乐部，这些很强的，但是我又担心你弄一个不咋么样的俱乐部，这两座雪山还是稍微有点难度，其实一般来讲正常的参加，你比如西藏的登山队，每年的十一的时候他有一个登山大会，这是安全保障的。那么青海的玉珠峰现在相对比较成熟一些，非

洲的乞力马扎罗，那么四姑娘大峰二峰相对更安全一些，所以这两座山我觉得你还是要多征求一下意见，因为这两座山总是出事情。

听众：那如果说大峰二峰的话时间段一般什么时候？

王队长：除了冬天以外，这两座山都没问题的。

听众：王队长您好，我的问题比较简单，因为我也是一个比较喜欢户外的一个爱好者，我就想问一下，根据您的经历和您的判断，您觉得当时乔治马洛里有没有可能是从北面上去以后，再下来，是否有登顶过？另外一个您说的，60年中国登山队他是踩在一个队员的身上去的，第二台阶的时候他们下来是怎么下来的？我就想问一下这个问题。

王队长：马洛里之谜，现在全世界依然，马洛里是带着欧文，最后从8300米出发的时候，马洛里带着欧文就上去了，那么他们走到8700米的时候，天气就变了。然后他们就失踪了，然后最后后人一直就是说马洛里和欧文究竟上去没上去？这是马洛里之谜，那么包括马洛里欧文的后代组织了很多登山队，去证明马洛里和欧文登上去了还是没登上？那么其中就是有一个，他们当时带了一部照相机，就是如果能找到马洛里和欧文的话，如果能找到他们那个照相机，可以从照相机里的底片，胶片里，可以发现他们有力的证据，证明他们登顶没登顶？那么1999年的时候，美国登山队，组织了一个庞大的登山队，寻找马洛里和欧文，那么在8100多米的地方找到了马洛里的遗体，那么欧文没有找到，那么照相机依然没有找到。但是经过他们整个大量的说，他们认为，他们得出的结论，说马洛里和欧文没有登顶，那么人们就说，还有一部分观点就是说，你没找到那部照相机，没找到欧文，不能说他们没有登顶，所以现在依然是一个谜底。但是大部分现代人已经相信了，因为他们自己经过各方面的判断，经过当时的分析，就认为他们还是没有到达顶峰。

那么登山运动员现在也好，过去也好，一个登山队员，他身上都要有绳子，就是你一个人上去的话，他把绳子放下来，把另一个要拽上去，那么下来的时候顺着绳子下来。

听众：王队长您好，刚才我们就是听了您的演讲，也非常精彩，那我就是在看的时候，你也参与了1991年中日联合登山队在梅里雪山的一个救援工作，那么我就想问一下，因为我们大家都知道，就是中日联合登山队那一次，可能也是登山史上非常大的一个灾难，那么就是我们在去梅里雪山的时候，当时我们也到达了大本营，和当地的藏民也有过一些交流，那么就是说我一直有一个疑问，就是说在那个登山，因为他们藏民也有一个，就是在他们的观念里面是转山，就是认为登山可能是对自然的征服，转山可能是人与自然一个和谐的相处，那么我就想问一下，您在登过这么多山以后，就是对这个问题，在对自然的征服，和人与自然和谐相处的这个方面，你有没有什么独到的见解？谢谢。

王队长：其实我们作为职业登山运动员来讲，实际上，人和山的这种关系都是征服和被征服的关系，那么当然了我们在登山的过程中，我们登了多年发现，山是有灵性的，跟山相处一种征服和被征服的状态不是那么太和谐，其实我们那个时候，像我们这一代，像我们登山运动员提出人和山也要相处，人和山要做朋友，人和山也要和谐，那么如果人和山的

这种征服，我们就说，如果说这一次登山你征服了山，你就站在山顶上，那么下一次你去登山，你被山征服了，你就什么都没有了。所以最后在这个，现代的登山运动上，登山人和这个山，现在也是大家讲的融合和谐，现在已经很少谈征服了。

听众：我注意到，今天大多是男性登山，您是否就是说作为一种鼓励也好，什么也好，就是您从队长的一种角度给我们讲一下，作为一个女性的登山爱好者，不管我们到底能不能够最终登山珠峰？那么您从这个角度看，有什么一些好的建议吗？或者说从女性的角度来看，有没有我们自身的优势？

王队长：现在看是这样，因为过去登山的条件非常恶劣，包括山上持续的，女性在高海拔，就是恶劣的条件下，受身体限制各方面，对女性来讲是一个非常大的挑战。那么现在保障条件，现在的科学技术，装备改变了很多，参加的女性登高海拔的探险越来越多，那么女性参加了高海拔的探险以后，发现女性在这个登高海拔，比男性有一些优势的，比如说女性总体来讲，高海拔的高山反应高山适应性，要比男性好。那么女性的这种长时间的耐心，忍受力要比男性好，就是在高海拔，当然还有身体素质，技术，在这些方面登高海拔，长时间的这些东西，突然发现女性反而有时候有优势。那么现在在我们登山界活跃的，高海拔的登山活跃的，咱们国家比较有名的，比较活跃的女性登山者，比如说现在八千米以上的山峰，现在登顶的七座是八座？王敬，还有一个女的叫罗静，也登了七八座，那么今年大家如果看到珠峰南侧，还有一个叫中国女子登山队，全是业余的，全是女性，某些方面，她们做出的成绩不一定在高海拔的情况下，不一定比男性差。所以就是说只要喜欢，慢慢的，不要着急，梦想总会成真的。

听众：王老师您好，前面有提到说您那次遇险冻伤脚趾截肢的事情，但是接着您下一个又勇攀下一个世界纪录，那就是想问一下，你是怎样克服这个困难的？这是第一个问题，然后第二个问题是说，像我们这种业余一般人的话，如果想挑战珠峰的话需要多少预算？

王队长：其实我觉得就是说，一个人还是要有一个目标，要有一个梦想，就是我做什么事情？然后为这个目标和梦想去努力，去实施。那么就是说我当时，包括定了七大洲的目标也好，包括定了要成为中国最优秀的登山家也好，一直这个目标感非常强烈，我觉得有这个，因为我当时做完手术以后，确实那个很疼的，走路都是一瘸一拐的，当时手术以后不能动的时候，就是说右腿的肌肉萎缩，左腿这么粗，右腿这么细，要把他恢复这个力量和左腿一样，那是要一个很长的过程，但是我觉得这个事情，有了目标。但是远大的目标和近期的目标都要切实可行，其实中国登山队是一个英雄的团队，但是有的时候也会出现一些胆小，害怕，那么我在登山的时候，我那个体能这些方面都非常好，我被选上了，因为登山队队员都是老的带年轻的，年轻的他毕竟登山还是要战胜恐惧的，就是你没经历过暴风雪，一遇到暴风雪是很可怕的事情，你会绝望。再一个，走一个很危险的路，你根本没走过，因为你的恐惧和胆怯，脚也软了，腿也软了，很容易就出事，那么在老队员的带领下，慢慢积累，你慢慢这方面胆量有了，各方面有了。都会成长的很快，登山传统的都是这样，那么我当时很有幸的选上，我被两个老队员带，要过一个冰地，要走一米的三个刀



脊，其中有个老队员就不让我上，说你不能上，顶峰就走几百米，他说你看看这个，左面一滑，摔死了，右面一滑也摔死了，然后咱们三个在一个绳子上，我们俩有技术上，你这个技术不行，你一滑我们三个人不全摔下去了吗？我就跟他说，我说登山队都是老队员带新队员，老队员应该勇敢一点，拿出一点勇气，怎么一来就逃脱责任啊？我说不行，但老队员说这次不能答应你，我回来就伤心地哭，老队员不带新队员，新队员能成熟吗？我心想，别看你牛，我说我一定，未来，我的登山技术和水平我要超过你，我当时是给自己定了一个这样的目标，也就三四年过去，他根本就不是我的对手了，因为我年轻啊，后来我发现当时怎么定了这么低？就超过他，当年觉得超过他也不是很难的一件事情，不行，我要再调整目标，后来我说我一定要成为中国最优秀的登山家，其实最后目的实现了，就奔着这个目的，现在来看这个高海拔的，在我们这一代，比我年轻的这一代人，都这么多年了，超过我的话基本上没有，这个目标最后确立了，最后我也实现了，你只要有坚定的目标，坚强的信心，最后持之以恒，一定是可以实现的。

第二个问题是关于珠峰的，因为珠峰大体上的预算，我没有算过，但是我觉得要想登顶成功珠峰，我觉得应该差不多在 100 万到 200 万之间吧。你比方说你要登珠峰，你要从 5000 米的山要登，加上你登山装备，加上你训练，你得一笔费用吧？刚才那个，你这么算一下，你得花个几万吧？你买装备，交通费，这些都得上，三四千是不行的，我估计得几万，两三万。六七千米的山也得几万吧，十万八万吧，七八千米的山也得十几万，你就排吧，最后登珠峰了。直接报价，北侧攀登珠峰，直接报价 32 万人民币，南侧攀登珠峰 4 到 5 万美金，也将近 30 万，就是 5 万美金，也就 30 万左右。这个费用说明什么？说明你一路很顺，还没说，你说我登了 7000 米没登上去，再登第二次，又一笔。你花的北侧 32 万，觉得不对，我还得买点摄像机，我再雇一个采访，又会多加十万。我比别人多训练，我在拉萨多住一个月，又多十多万，你就不是 32 万，结果准备的很好，上去以后，比如说赶上地震，比如说赶上天气不好，没上去，又来一次，又得 30 多万吧，所以说这个应该来讲，不能光说报价，报价三千块钱是打不住的。

主持人：好，那经过王队长这一个下午与我们生动而又幽默的分享，相信大家不管是从登山的专业技巧，还是从对人生的体验和感悟上都能有所收获，但是时光总是短暂的，再次感谢在场所有听众的到来，那么我们这次的活动就到此结束，谢谢大家。