

“每个人心中都有一座8000米”

中国民间女登山人罗静和她的“14座”8000米雪山

罗静，中国首位成功登顶13座8000米级雪山的女性。“在大山面前，人真的很渺小”。“真正的登山不是一次两次的成功，是过程中遇到的各种困难，和通过努力化解后带来的成长”

“每个人心中都有一座8000米，在每条自己选择的路上坚持到最后，这就是成功，你就会是自己人生的导演，剧情便不会是平庸的”

本报记者 强晓玲

罗静很娇小。你很难想象，她是如何经历十几小时、几十小时，在直升机难以抵达的平流层边缘，在高寒、缺氧、负重，乃至随时面临雪崩、坠落之时，一次次登上8000米级雪山之巅的。

全世界海拔8000米以上的山峰共有14座，即所谓的“14座俱乐部”，目前只有34人完成登顶壮举，罗静只差一座。

从2011年10月4日登顶马纳斯鲁峰(Manaslu, 8156m)到2017年7月27日登顶布洛阿特峰(Broad, 8047m)，罗静在高山之巅，向死而生，成为中国首位成功登顶13座8000米级雪山的女性登山者。

日前，罗静被新华社评为2017全国十佳运动员，并获CCTV2017年体育影响力非奥运项目运动员候选人提名奖。

除了脚下一串跨越的高度，罗静更经历了同伴离去，队友遇难，以及各种险象环生。

罗静说，这些走过的路，登过的山，遇过的人，已化作血液融进自己的身体。“真正的登山不是一次两次的成功，是过程中遇到的各种困难，和通过努力化解后带来的成长。”

冬日雨后的傍晚，罗静一脸微笑，身上那件银光绿色户外羽绒服，轻巧亮眼，咖啡馆里柔和的灯光下，皮肤白皙，长发披肩的罗静像个羞涩的小女生，与照片上全副武装、一次次登顶雪山的那个“女汉子”判若两人。

“我骨子里有一种野性，外表不大看得出来而已。”

42岁的单亲妈妈罗静想让孩子知道，“人活着应该有梦想，应该有一件事情值得你全力以赴。”

罗静笑起来嘴角俏丽的小虎牙会让人联想到某位女明星的样子，弯弯的眼睛又好似温柔的“情格格”。她说，“女人真正的美，应该是经过岁月沉淀后的成熟。”

刃脊起舞

“恐惧赋予我勇气，让我懂得敬畏，使

我真正理解生命的脆弱和可贵”

“突然很响的一声，闷闷的，我眼前，也正是Nurba刚走过的雪岩一下坍塌了下去。我能看到右边一翻身坐到雪地上，因惯性下滑一段后停止，余光看到Nurba也同时一个翻身向右边跳下，也因惯性往下滑……我坐定后紧紧拽住绳子，和身后岩石上的Sanu一起喊着Nurba: STOP! STOP!……”

2017年8月14日，罗静在微信朋友圈发文，记录了刚刚与同伴成功登顶海拔8047米的世界第12高峰布洛阿特峰的艰辛，这是她的第13座8000米。

此次登顶，也是罗静第三次冲击布洛阿特峰。

第一次是2014年，当时抵达C4营地后，因积雪太深只好下撤。

第二次是2015年7月，在C1营地遭遇雪崩，命悬一线，在即将窒息的时刻，被夏尔巴伙伴Nurba从雪堆中挖出。“如果我再往前多走半步，第一个掉下去的就会是我，而Nurba也很容易被下坠的力度拉下来，接着我身后的Sanu也一定就下去了……”

每一次平安下撤，罗静都会陷入深深的思考，雪山上的每一个细节，都是让登山者能安然下山的密码。“这次的侥幸，就因我之前很短的时间意识到自己偶尔跟Nurba太近了，应该离Nurba远一点比较安全，于是，我下意识放慢脚步拉开了与他的距离。”

并非因为雪山没有“收了”自己而得意重新“征服”山峰。相反，罗静更愿记住这些年伴随着阵阵战栗的惊险历程。2015年4月23日，“14座”之一的安娜普尔纳四号营地，罗静被雪崩流雪压在了帐篷内，被及时赶来的夏尔巴伙伴挖了出来；紧接着24日回到大本营，25日遭遇尼泊尔大地震。罗静说，自己惊吓之余回望安娜普尔纳峰，虔诚拜谢。

2015年7月20日，攀登布洛阿特峰时遇到雪崩，在所有人都以为她必被直升机救走时，经过两天营地休整，在众人惊讶的眼光中，罗静又随队伍再次出发尝试冲顶，她说，“尽管未果，却无愧。”

2016年7月22日，攀登“14座”之一的南迦帕尔巴特峰时，罗静被落石从距离头部不到10厘米处划过击中胳膊，受伤下撤。

2017年，7月8日，经过艰苦的15个小时，登顶南迦帕尔巴特峰，成为首位登顶这个号称“杀人峰”的汉族人，也是第一个登顶此峰的华人女性……

“感谢雪山将生命赐还给我，而我必将用经历过各种生死磨砺的虔诚感恩之心面对生命，杀不死我的必使我强大。”罗静写道。

这些年，罗静痴迷攀登，享受着这项极限运动带来的快乐，更让她对生命、对山峰充满敬畏感恩。她说自己不喜欢“挑战自



▲ 罗静登顶马纳斯鲁。 受访者供图

我”“征服自然”这样的词句，“在大山面前，人真的很渺小。”

2013年，因为报名太晚她没有挤进在阿富汗的那支登山队，后来队伍遭遇塔班袭击，大部分人遇难，包括罗静的“导师”、国内优秀的民间登山者杨春风。

“执著和专注是一件事能否成功的关键，当然，每一次成功也需要一点点运气，而我似乎有雪山之神的护佑，一切都是最好的安排。雪山对我总是特别地厚爱。”罗静说。

新华社给十佳运动员罗静的评语写道，“知道的越多，就越恐惧。”

奥地利登山家布多尔夫曾说，“恐惧是勇气的前提，没有恐惧也就没有勇气，恐惧可以保护我们，在应对特别挑战的时候，恐惧让我们发现看似安全的隐患。”如果没有这些年的攀登经历，罗静觉得无法真正理解那句话，“恐惧赋予我勇气，让我懂得敬畏，使我真正理解生命的脆弱和可贵，继续刃脊起舞。”

“干一件自己想干的事情”

很多时候，别人选择坐直升机进入

登山大本营，而她坚持徒步上去，既为了

适应高原环境，更为了省钱

2008年5月，罗静第一次在云南尝试攀登海拔5396米的哈巴雪山，并在团队中第一个登顶。向导一句“你特别适合登雪山，你的呼吸、步伐感觉非常好”，让本就感觉“很轻松”的罗静对高海拔雪山开始“长草”。

在这之前，罗静是一名IT小白领。她喜欢跑步游泳，做过运动版块的版主，周末参加徒步、扎营、高原转山等户外运动，丰富的业余运动，培养了罗静独立、坚韧、不服输的体育精神，更为她后来攀登高海拔雪山打下了坚实的基础。

2006年，罗静人生遭遇重大“雪崩”，将她埋进生活的谷底。当时，儿子不到一岁，丈夫突然失踪，她发现自己长时间生活在谎言里。200多万元的巨额欠款，凶险的追债者和法院难缠的官司，让身陷其中的罗静长时间徘徊在高层住宅的楼顶……

在那段阴霾的日子里，为了“捞人”，她四处求情，“闯入人间无数丑恶”；为了还账，她卖掉自己唯一的婚前财产——北京三环边的一套住宅。同乡的律师看不下去跟她透露，“他不仅在经商方面，在情感方面也欺骗了你。”倾尽所有的罗静特别委屈，但她想，“不管怎样，他是我孩子的爸爸。”

生活艰辛总要继续，看着儿子纯净的小脸，罗静意识到自己必须重新振作，开心快乐起来。

历时两年多的官司结束后，罗静做出了令身边很多人都诧异的决定，“辞职去登山。”

一开始，罗静没有想过要登上8000米。哈巴雪山之后让她有了信心，仅一年半的时间，她便完成了从5000米级到8000米级雪山攀登台阶。这时，她结识了中国民间登山运动的积极倡导和开拓者，成功登顶珠峰、乔戈里峰、洛子峰等11座8000米级高峰的杨春风。

“老杨是当时国内民间攀登高海拔为数不多的殿堂级人物，他的攀登故事、理念和鼓励，对我产生了很大的影响，也使我有了尝试8000米级雪山的勇气和决心。”罗静说。

2011年10月，罗静在“导师”杨春风的带领下，登上了自己的第一座8000米雪峰——海拔8156米的世界第8高峰马纳斯鲁峰，从此，跨入了攀登8000米级雪峰的大门。

高海拔攀登目前还是一个高消费的探险活动，仅一个珠峰，如果从北坡登顶至少要花费30万-40万元人民币，从南坡也要25万-30万元。罗静并非有钱人，她的第一座8000米是用自己准备买车的钱完成的。

第二座8000米时，有公司表示愿意合作赞助，但不能“自由”地攀登，让罗静有一种被深深束缚的感觉，“这样的赞助我

情愿不要”。

随着罗静在户外圈不小的影响力，攀登公司也愿意在她身上下注，于是通过向攀登公司赊账、介绍客户、自己组队等形式，在没有任何商业赞助的情况下，罗静靠自己的力量完成了7座8000米雪山。

“北京的房价也帮了我很大的忙。”罗静笑称，当年卖掉房子还债，她用余款在五环付了两套小房子的首付，几座8000米的费用不少来自卖掉的那套小房子。

生活中的罗静简朴，她没有奢侈品，更不会追求物质上的享受，连以前喜欢的朋友聚会，后来也很少参加了。

攀登第一座8000米时，她第一次花200元买了一条冲锋裤，她的登山靴也是又旧又破像个古董，登山装备也都是最基础的，“能保证不被冻着就好”。

很多时候，别人选择坐直升机进入登山大本营，而她坚持徒步上去，既为了适应高原环境，更为了省钱。

从2012年开始，她就是一直在没有钱的状态下坚持“干一件自己想干的事”。

“以自己的方式完成14座雪山”

“登顶永远不是最终的目的，开拓自身

的可能性才是真正令人兴奋的”

罗静对登山是有野心的。“没有一座山峰，我是用舒适的方式去攀登。”

和所有优秀的登山家一样，罗静喜欢给自己的攀登制造一些麻烦，无氧、多峰连登、自己组队……这些年，罗静从一个“跟随者”转变为“决策指挥者”，她深刻体会到，“登顶永远不是最终的目的，开拓自身的可能性才是真正令人兴奋的”。

2013年，在一周之内连登迦舒布鲁姆I峰和II峰两座8000米；在2016年，15天之内连续登顶珠穆朗玛峰和安娜普尔那两座山峰；2017年，一个月之内，完成了布洛阿特和南迦帕尔巴特。罗静“收获”了对自己体能的认可。

2015年，罗静开始挑战无氧，因为无氧攀登对体能要求更高，“计划也不一样，包括体能的分配，风险的预估，什么时候该用氧，什么时候不用，该坚持还是不坚持，这些都存在很大的风险。”

现在商业登山公司允许攀登者用氧的海拔越来越低，最夸张的时候，登山者甚至从大本营就开始吸氧。罗静说，“对于外人来说，只关乎你是否登顶，没人管你用了几瓶氧气。如果把名利放在第一位，你就不会愿意拉练。把夏尔巴人当保姆，很早就开始用氧，这样攀登下来收获在哪儿？”

为了尝试无氧登山，拉练的时候罗静要比别人走得更高，每次出发要比别人提前一天。在安娜普尔那，罗静第一次尝试无氧，结果从3号到4号营地，“一路吐过去”。

2017年7月，被称为“杀手峰”的南迦帕尔巴特，是罗静无氧攀登最高的一座山峰，她坚持了13个小时，离顶峰只剩下1个小时的路程。她说，“什么时候用氧其实是内心的较量。”

2015年在布洛阿特峰经历雪崩，那一次罗静离死神只有半分钟距离。“因为领队的一个错误决定差点没命下山。”死里逃生，让她深刻意识到，“绝不能做一个傀儡，自己的生命不能交给别人来负责。”

在营地，罗静经常会遇到一些女性登山者，不会打睡袋和帐篷，不会穿冰爪，不愿意自己背负装备，一切都要夏尔巴人帮忙。“我很震惊，这样的人怎么可以来登山？万一发生危险怎么办？”

“实际上，在登山文化发展并不成熟的中国，傀儡客户几乎是登山者中的常态。”罗静说，例如珠峰线路非常成熟，营地很多，计划非常完备，有专门的修路团队，所以风险相对较小，

如果攀登者体能和海拔适应能力好，珠峰登顶的概率非常高。

“所以很多人总是拿登珠峰的心态去想象14座，甚至有人在登顶珠峰后会说，我要去登k2(乔戈里峰)、马卡鲁，想法太简单了。”

2017年，罗静以“罗静高山探险”为名组织了珠峰—洛子连登，6名队员全部成功登顶，这次她成了被“客户”依赖的罗队长。“follower(跟随者)和leader(指挥者)的成长是不一样的。我的决策会影响到我的团队，我要能承担得起这份责任。”

正是经历了生死，罗静才能静下心来理解登顶14座雪山的意义。“为成功定一个标准的心态非常可怕。”罗静说，“每一次攀登，如果你不是用脑子去思考，而是作为登山客户的心态去跟随，即便完成了14座，那又有什么区别呢……而如果为了登顶而登顶，没有实实在在的收获，登顶也没有什么意义。”

“每个人心中都有一座8000米”

“没有一个母亲能永远陪着孩子。为何

不追求梦想的精神伴他一生呢，这是我能为

他做的最好的事情”

登山途中休息时，罗静习惯从怀里掏出保温杯递给最近的同伴，让他先喝一口，也会拿出巧克力、糖块与之分享。

在干将嘉嘉的攀登中，当她把杯子递给旁边的韩国同伴时，小伙子惊呆了。他告诉罗静，“你的举动，真的是世界上最美的女人。”

那一次，他们遭遇了最大的山难，15个队友中5人死亡。在那次历时20多个小时的攀登中，前面同伴偶尔回头的一个眼神，都让罗静心怀感激，“那一次，如果没有那点支持，我不见得能活着回来。”

罗静说，“高海拔就像一个放大镜，人性的温暖都得以加倍凸显，哪怕是一杯热水，一个眼神，都会让人铭记终生。”

夏尔巴人Nurba一直跟罗静以兄妹相称，对于这对经历过生死的搭档来说，他们的感情已经远远超过了向导和客户的关系。不久前，她邀请Nurba和另一名夏尔巴人Sanu来中国旅行了十几天，“他们玩得特别高兴”。

罗静一直有个心愿，要开创以低海拔攀登为主的探险公司。她说，这是她对夏尔巴人的承诺，她希望自己的生死搭档不再会为了维持生存而去做高风险的工作，她实在无法想象自己有一天会听到他们的死讯。

多年来，在“轻量化”的登山路上，罗静的背包里总放着儿子给她的毛绒玩具，她总是惭愧于自己在儿子成长中的缺席。“儿子军训离家，包是自己收拾的，我都不知道他是不是带够了衣服。”有5年的时间，罗静没有陪儿子过过生日，因为那个时候是巴基斯坦最好的登山季。

罗静说，“没有一个母亲能永远陪着孩子。为何不追求梦想的精神伴他一生呢，这是我能为他做的最好的事情。”

不久前，罗静晒出自己身着蓝色硕士袍的研究生毕业照。在微信朋友圈，她每天定时打卡学习英语。罗静说，“我要带孩子，要学很多东西，学很多国家的语言，看很多书，我不希望大家觉得我是一个只会登山的女人。”

罗静说，“没有一个母亲能永远陪着孩子。为何不追求梦想的精神伴他一生呢，这是我能为他做的最好的事情。”

罗静说，“没有一个母亲能永远陪着孩子。为何不追求梦想的精神伴他一生呢，这是我能为他做的最好的事情。”