

2024年5月12日,西安的“攀登者”陈斯雅,成功登顶“世界第一高峰”珠穆朗玛峰。站在海拔8848.86米的“世界之巅”,她喘着粗气,艰难展开写有“陕西·西安 千年古都 向上向前”的横幅,在风雪中激动地向自己的家乡——古都西安送上祝福。5月23日,三秦都市报全媒体记者对话这位“80后”西安姑娘,看她是如何把“古都西安”带上了珠峰?



扫码看视频



陈斯雅登顶珠峰。



整理登山装备。

本报记者葛兰摄

历经艰难险阻 成功把“古都西安”带上珠峰—— 西安姑娘站在“世界之巅”祝福家乡

登顶:
西安姑娘把“西安”带上“世界之巅”

“我是西安攀登者陈斯雅,我现在在世界之巅的珠穆朗玛峰上,千年古都向上向前,祝福中国、祝福西安……”5月23日接受记者采访时,陈斯雅清晰地记得40天前成功登顶珠峰,泪洒“世界之巅”的那一刻。因为那一天,她不仅实现了多年来登顶的梦想,同时也用行动向世界展示了西安女娃的勇气和坚韧不拔。

通过对话记者了解到,在过去的40多天里,陈斯雅历经生病、风雪、滑坠等重重困难,最终成功登顶珠峰。每一步都充满了挑战,每一次想要放弃的念头,都被她的坚持所击败。她知道,无论前面将面临什么样的危险,她都要坚持登顶。因为这是她6年来的心愿,她要挑战自己,她要证明她可以做到。

5月12日,身处海拔8848.86米、氧气稀薄的珠峰峰顶,陈斯雅激动得泪流满面。她表示,每前进一步,都需要用尽全力,录制视频时,更是无法控制自己的情绪,掩面哭泣了一分钟。“一路上我都快不能呼吸了,真不敢相信自己能登顶成功。”然而,她做到了,成功地将“西安”带到珠峰,完成了人类终极的高度挑战。

只有半个小时,多等几分钟,都是对身体的极大考验。陈斯雅说,她的眼泪是对过去艰辛历程的释放,也是对未来挑战的期待。“完成6年来的心愿,站在世界之巅,我真的做到了!”陈斯雅的泪水,是对自己的肯定,也是对生活的热爱。每一步的努力、每一次的坚持,都是她生活的一部分,都是成长的痕迹。



向珠峰峰顶前进。

(本版照片除署名外由受访者提供)

挑战:穿越“恐怖冰川” 每一步都是生死挑战



遇到冰川需要搭梯子通过。

回忆这一路的艰辛,陈斯雅说,最难的是昆布冰川。从洛子峰面7600米处开始,长17公里,海拔高度在5270米至5943米之间,这里地形复杂多变,冰裂缝密布,被称之为“恐怖冰川”。一

旦掉入冰裂缝,生存机会渺茫。

白天阳光直射,冰面变得极其不稳定,极易发生冰崩。为了降低风险,陈斯雅和团队早晨出发,预计能在中午前完成穿越。然而,随着太阳升起,温度升高,

原本稳定的冰面开始活动,还发出巨大的声响,整个冰床开始缓慢移动,像是随时都可能崩塌。在这种环境下,每一秒都充满了不确定和危险。陈斯雅和队员们只能站在原地,静待震动消失,几

分钟内,无人敢动。

“等震动消失,我还拽着向导的胳膊不敢动,向导一直在重复着说‘不要停,这里需要快速通过。’而我当时只能听见自己的心跳,那种感觉特别窒息。”陈斯雅说,向导告诉她只有通过这段路程,才有可能实现登顶珠峰的梦想。在向导的帮助下,她小心翼翼地穿越每一个冰裂缝,有时候需要架设铝合金梯子才能过去。

在下山过程中,陈斯雅不断遭遇滑坠,体力和意志都遭受了极大的消耗。在第4次滑坠时,陈斯雅在冰壁上目睹了两名背负物资的夏尔巴人失控滑坠,直冲她而来。“那个冰爪从我面前飞出去了,然后人一下砸到我身上,三个人就交织在一起,当时就觉得我回不去了。”陈斯雅回忆起那一刻的恐惧,仍心有余悸。幸运的是,最终她的向导及时赶到,将他们三人分开。

情怀:登顶途中变身“宣传大使”

攀登珠穆朗玛峰一路走来,陈斯雅不仅以坚韧的意志征服了世界之巅,还用地道的西安美食征服了来自世界各地登山者的味蕾。“成功抵达珠峰大本营,我带的陕西茯茶、羊肉泡馍、太阳锅巴以及甑糕等特色食品,一度成为一道独特风景。”陈斯雅表示,在珠峰大本营,许多登山者为了方便选择吃泡面、喝咖啡,而她却将

家乡味道带到世界的最高点。

一碗来自西安的羊肉泡馍,很快成了珠峰大本营中的热门话题。登山者们围坐在一起,分享着这份来自东方的美味,“当看到大家品尝后满意的表情,听到他们对中国美食的赞叹,我心中充满了自豪感和一种莫名的力量。”

当她打开一包西安羊肉泡馍时,很快吸引了周围人的眼

球。“羊肉泡馍是西安的经典小吃,这种食物既能充饥,又便于储存,特别适合长途跋涉中的能量补充。而甑糕则是传统小吃,甜而不腻,口感独特,同样适合在极端环境下食用。”陈斯雅的现场解说,打开了一位非洲朋友的话匣子,她接着陈斯雅的话描述起她认知里的秦始皇兵马俑博物馆。

陈斯雅告诉记者,在大本营适应训练的那些天,因为感冒、咳嗽以及生理期,让她特别难受。是热气腾腾的茯茶给了她力量和安慰,让她能够在不适中坚持下去。“带着家乡美食登顶珠峰,不仅仅是对个人饮食习惯的坚持,更是对中国文化的自豪展示。”陈斯雅打开相册里珍贵的照片说。

圆梦:从攀登太白主峰到登顶珠峰她走了8年

陈斯雅的登山之路始于秦岭,这座山脉不仅孕育了她攀登高峰的梦想,也锻造了她的意志与体能。2016年,面对生活和工作的双重压力,陈斯雅决定走进大自然,寻找内心的平静。秦岭的壮阔山景使她重拾信心,也激发了她攀登更高山峰的决心,直到这次登上珠穆朗玛峰。从攀登秦岭太白主峰到登顶珠峰,这条圆梦之路,

陈斯雅一走就是8年。

无论是拥抱覆盖第四季冰川遗迹的皑皑白雪,还是邂逅秦岭深处的山间精灵,都让她对高山充满了敬畏和热爱。夜晚降临,陈斯雅搭起帐篷,璀璨的星河让她内心释然。早晨看到日出的那一刻,更是让她感动不已。

太白山的壮丽景色和独特气候,为陈斯雅提供了绝佳的户外

运动条件。在这里,她不仅锻炼了身体,更磨练了意志。每一次的成功登顶,都是对她能力的肯定,也是对她精神的鼓舞。2018年,当她第一次看到巍峨的珠穆朗玛峰,便被深深震撼,而后萌生了登顶珠峰的念头。从此,便开始了系统的体能训练,不断挑战自己。

此后,陈斯雅的生活与登山紧密相连。她通过日常的跑步、

快走、爬楼等训练,不断提升自己的体能和技能。5年间,她已成功登顶7座5000米以上的中国山峰。每一次的攀登,都让她更加坚定攀登珠峰的决心。今年4月,陈斯雅抵达珠峰南坡大本营,开始了冲顶珠峰的挑战。

登顶珠峰的那一刻,陈斯雅感受到了前所未有的成就感。她不仅实现了个人的梦想,更将西安的名字带到了世界最高点。

逐梦:行走中将“西安元素”带上每一座山峰

身高1.6米,身形瘦小,而且还是一位11岁女孩的妈妈……就这么一个看似极其普通的“弱女子”,却登顶海拔8848.86米的珠穆朗玛峰。直到结束采访,记者都不敢把登顶“世界之巅”和这位1987年出生的“弱女子”联系在一起。

其间,记者注意到,40多天的

攀登珠峰途中,强紫外线在陈斯雅的脸上和手上留下了明显的晒伤痕迹,不过这也见证了她的勇敢旅程。

当陈斯雅展开自己的登山包,每样登山装备都被整齐的放置着,一双靴子、一双冰爪、绳索、还有四套不同功能的衣服、睡袋、雪镜、头盔……在陈斯雅

家,还有很多登山装备。“穿戴整齐时,一只脚就有5斤重,在缺氧环境下,走每一步都很缓慢,就像灌了铅。”

采访中,陈斯雅时不时咳嗽两声,这是高寒缺氧造成的呼吸道损伤。她说,“这几天好多了,再休息几天就能彻底好了。”11岁的女儿知道陈斯雅登顶成功,也

是特别开心,还与同学们分享了妈妈登上珠峰的喜悦。

陈斯雅告诉记者,她不会止步于此,还会不断挑战自己。未来,她会继续行走于大山中,将西安的历史、美食、文化,带到她所能抵达的每一座大山之巅。

文/本报记者 葛兰
视频/本报记者 陈昭好