

湖南第一人! 宁乡女子完成珠峰南北双登



今日女报 / 凤网记者 唐天喜 实习生 周子涵

2025 年 5 月 24 日上午 10 时 35 分, 对很多人来说, 这可能是个普通得不能再普通的时间; 而对于长沙宁乡女子唐玲来说, 这是永生难忘的时刻。

这一刻, 从乡村走出的她经北坡登顶了世界之巅——珠穆朗玛峰 (海拔 8848.86 米)。

更让人没想到的是, 这是她第二次站上世界之巅。2023 年, 她曾从南坡成功登顶珠穆朗玛峰。至此, 她成为湖南省第一位实现“珠峰南北双登”的运动员。



扫一扫, 看唐玲从北坡登顶珠峰视频

再次登顶珠峰, 她哭了

与从南坡登顶珠穆朗玛峰的快乐不同, 唐玲从北坡登顶珠峰后别有一番滋味在心头。

“登顶珠峰后, 我哭了。”6 月 2 日, 平安回到长沙的唐玲在接受今日女报 / 凤网记者采访时回忆, 2023 年 5 月 18 日凌晨 5 点多登顶珠峰时, 她在峰顶开心地拍视频, 而这一次, 她只能瘫坐在峰顶, 因为攀登过程中, 耗费了太多的体能, 她曾一度以为自己登不了顶、也回不了家乡。

5 月 24 日凌晨 1 点多, 唐玲从北坡海拔 8300 米的位置开始冲顶, 因为是夜里, 她没有戴护目镜, 谁知一出发就遇到暴风雪, 风夹着雪吹到脸上像刀割一样, 她的眼睛周边部位因此受伤了。

“其实当天我很悲观, 也比较着急。”唐玲回忆, “加上旧伤复发, 我的膝盖和脚疼痛非常严重, 每走一步都很痛。”

事实上, 在 5 月 22 日下午抵达海拔 7790 米的 C3 营地时, 唐玲已经哭了两回, “我当时很累, 在大风口、岩石路段走崩溃了”。

原来, 在 C2 营地到 C3 营地的路上有一个大风口, 海拔约 7450 米, 风从这儿过的时候, 风速会加大, 六七级风就可能变成八九级, 风一大把雪卷起来, 不但让人看不清前路, 也容易把人刮到山坡下面。而 5 月 19 日夜里在海拔 6500 米的位置休息时, 唐玲还遭遇了高反, 整个晚上在头痛中辗转反侧。

因为地形的关系, 大家在 C3 营地只能住在悬崖边, 唐玲不敢出帐篷, 从吃紫菜汤补充能量, 她的向导在帐篷门口给两人煮了点方便面。

从海拔 8300 米的 C4 营地出发冲顶时, 唐玲一直落在后面, 因为当天还有国际队冲顶, 尤其是海拔 8500 米之上的路段非常陡峭, “堵车”非常严重, 加上极度寒冷, 她内心越来越焦虑。向导看唐玲走不动, 便拉扯着她超过了几个队友, 并催促她快点走, 不然马上要“关门”了。

原本就气喘吁吁的唐玲急了, 一下子“哇”地哭了出来。原来, 攀登珠峰有一个规定, 如果超过“关门”时间, 无论上至多高, 都必须无条件折返下撤。上世纪 90 年代, 就曾有攀登者因为不遵守“关门”时间而遭遇恶劣天气最终遇难。

在海拔 8800 米左右, 唐玲差点一口气没有缓过来而濒临死亡。“强烈的窒息感如潮水般涌来, 我拼命喘息却仿佛被扼住喉咙, 头皮发麻、脸色惨白……那一刻我感觉自己快死了。”唐玲回忆, 她的向导立马跑过来使劲拍她的肩膀和胸口, 并说“你慢慢走, 就按自己的节奏来”。同时, 对讲机里, 她身后的人不但没有催促她, 还鼓励她。

终于, 在 5 月 24 日 10 时 35 分, 唐玲冲顶成功。她在日记里写道: “今天是我这辈子最累、最惨, 也是最难忘的一天。”

登顶成功, 所有的不堪、难过、泪水都变成了登顶路上的勋章。

乡村女孩勇敢追梦

对绝大多数人来说, 能够登顶珠峰一次, 就已经是很大的成功了, 唐玲为什么要第二次登顶珠峰呢? 更重要的是, 从北坡登顶要比南坡更难, 而唐玲看上去很瘦小, 仿佛一阵风就能吹倒她。

“可能我是个狂热的登山爱好者吧!” 唐玲笑着回应。

42 岁的唐玲是长沙宁乡市坝塘镇洩村人, 从小在田野上奔跑, 在山野中成长, 与生俱来般热爱户外运动。

“我与雪山的缘分始于 12 年前的拉萨之行。”唐玲告诉今日女报 / 凤网记者, 那一年, 她自驾游西藏, 看到巍峨的雪山刺破云霄, 一个念头便在她心中扎根: 那云端之上, 会是怎样一番景象?

于是, 在那一年, 她开启了人生中第一次雪山攀登、第一次冰壁挑战、第一次高海拔徒步……从四姑娘山双桥沟的冰瀑到哈巴雪山的初试, 从四姑娘山大峰二峰三峰的进阶到玉珠峰的挑战, 她的足迹从海拔 5000 米、6000 米, 一步步向海拔 7000 米

迈进。

2022 年, 唐玲登上海拔 7546 米的慕士塔格峰, 成为一名国家体育总局认可的国家一级登山运动员。那一年, 她 39 岁。

登上珠峰, 是每一个登山爱好者的梦想。“我想把登上珠峰作为自己的 40 岁生日礼物。”唐玲说。2023 年 5 月 18 日早上 5 点多, 她经过千难万险从南坡到达了“世界屋脊”珠峰之巅。

“此次之所以登北坡, 是因为今年恰好是中国人从北坡首次登顶珠峰 65 周年, 我想去看看当年我们中国第一批攀登者走的路线是什么样子的。”唐玲告诉今日女报 / 凤网记者。

“南坡更险, 北坡更难。”唐玲介绍, 北坡总路线更长, 冲顶周期要多一天, 通常需要 6 天才能登顶。在难度上, 北坡更具挑战性。比如说北坡各个地段悬崖、峭壁多, 山路就几十厘米宽, 两侧是七八十度的斜坡, 脚踩下去雪就跟着滑, “我自己就掉了两次, 有一次掉了六七米”而且,

对女攀登者, 尤其是对小个子女生来说, 很多冰壁, 像著名的“三个台阶”中第二和第三台阶, 跨度非常大, “腿短的人根本跨不上去, 要拼命拽着绳子, 把自己用力拽上去”。而且在这个地方, 左边、右边、梯子下面都有以往攀登者的遗体。“内心的那种恐惧只能自己去克服, 坚定自己的信念: 我一定要上!”

从北坡登顶珠峰的经历, 对唐玲影响很大。“明天和意外, 你永远不知道哪一个先来。以前总觉得做一些事还有时间, 现在我不想等了, 想尽快执行。”唐玲告诉今日女报 / 凤网记者, 下山后自己做的第一件事, 就是资助了一名藏区困境女童, 只要不辍学, 就一直资助她到大学毕业。

“我也是农村出生、从大山走出的孩子, 最终又因山结缘, 可以说, 是山塑造了今天的我。我希望山区的孩子能多读书, 走出大山看世界。”唐玲说, 这或许只是一个开始, 未来若有能力, 她愿做得更多。

准备陪大儿子爬他人生的第一座雪山

从北坡登顶珠峰后, 唐玲展示了从长沙带去的写着“吃得苦、耐得烦、霸得蛮”的旗帜, 落款是“湘妹子唐玲”。

唐玲向来主张女性要去实现自我价值。从乡村妹子变成企业高管, 从攀爬家乡的土山到登顶珠峰, 她从未停下追逐梦想的脚步。但在生活中, 她也看到一些女性到中年

后, 就有些得过且过、自暴自弃。“我希望用自己的行动来告诉她们, 你依然可以。”

就像唐玲在珠峰海拔 7028 米处录的视频所说: “人到中年又怎么样? 你依然可以去拼, 可以去闯, 可以更好地做自己。你不仅仅是妻子、女儿、母亲, 你依然可以去做那个最阳光最灿烂的自己, 加油吧, 希望我们都勇敢地去做自己。”

当然, 也有些人在唐玲的直播间里留言说: “你是因为有钱才能去做自己, 才能去登珠峰。”对此, 唐玲说, 每个人做自己不是要去攀比, 也不一定要花很多钱, 而是要对自己的需求足够重视, 丰盈自己的内心。

在珠峰海拔 6500 米处的大本营, 唐玲吃到了她母亲做的家乡菜, “我妈在家折腾了半天时间炒了两大盆, 再让小伙伴带

来大本营, 幸福啊”!

唐玲也常常想把这种幸福的感觉带给她正上小学和初中的两个孩子。她去孩子的学校讲述自己攀登珠峰的经历, 把孩子学校的旗帜带到珠峰, 旗帜上写满了孩子和老师名字。很多孩子都跟唐玲的两个孩子说, “好羡慕你有一个这么厉害的妈妈”。

为了攀登雪山, 唐玲每个月坚持最少跑 100 公里, 或者参加越野跑、马拉松, 加上她还要操心工作上的事情, 她陪伴孩子的时间并不多。但她和丈夫把每周日当作家庭日, 经常带两个孩子去大自然。“读万卷书, 也要行万里路。”唐玲告诉今日女报 / 凤网记者, 家庭日活动的一个重要内容就是爬山, “长沙周边的山我们基本上都爬完了, 而且走的是野路”。

接下来, 唐玲准备陪正在读初中的大儿子去爬他人生的第一座雪山。“不会设定具体的攀登目标, 更多的是想让他去体验一下, 亲眼看看妈妈看过的风景和走过的路。”



唐玲一家人常常周末去爬山。



回看 2023 年唐玲南坡登顶珠峰视频