

奉化渔家女的八千米向上攀登之路

奉城拾光·面孔

记者 王巧玲 何腾涛 王层裕 王红雨

当江南的雪悠然飘落在四明山间,喜马拉雅冰川已静卧高原数百万年。

2024年9月24日5时28分,裘村渔家女徐晓慧站在海拔8163米的马纳斯鲁峰顶,展开旗帜的那一刻,她成为登顶这座世界第八高峰的极少数中国女性之一,更是奉化第一人。从东海之滨的渔家小镇,到喜马拉雅的生命禁区,从守着小卖铺的普通女子,到征服八千米雪峰的攀登者,徐晓慧以汗水为墨,以信念为笔,在云海两极之间,写就了一条一往无前的向上攀登之路。



8163米之巅,叩问生命禁区

雪覆盖路面,冰川里藏着陡崖与裂缝,暴风雪、冰崩随时可能出现。”回忆攀登途中的艰险,徐晓慧历历在目。

海拔8000米以上,空气中的氧气含量不足海平面的三分之一,人体机能急速衰退,大脑因缺氧思维迟滞,每一步都步履维艰。近乎垂直的冰壁横切,要求攀登者负重之下,用冰镐和冰爪在冰面上寻找微小的着力点,脚下便是深不见底的冰裂缝。“这里是真正的人类禁区,时机、天气、运气、体力,缺一不可。”徐晓

慧深知,登顶的每一步,都是与自然、自我的博弈。

2024年9月23日晚,海拔6400米的C3营地,冲顶前的最后一站,呼啸的寒风中,徐晓慧对着镜头给自己打气:“晚上加油!8163!”这抹坚定,成为她向顶峰冲刺的底气。抓住短暂的天气窗口,她与队友并肩出发,历经12小时左右的艰难攀登,终于在9月24日5时28分,站上了马纳斯鲁峰之巅。“所有的高反和疲惫,在那一刻都一扫而空。”谈及巅峰时

刻,她的眼中仍闪着光芒。

这并非徐晓慧首次触摸天际。2023年7月,她无氧登顶7546米的慕士塔格峰,这座被称为“冰山之父”的高峰,是她攀登八千米高峰的“模拟考试”。凭借此次登顶,她达到国家一级运动员申报标准,斩获这份标志着专业竞技水平的权威认证,不仅是对她登山能力的高度认可,更让她拿到了“通往8000米山峰的资格证”,为挑战马纳斯鲁峰,乃至未来的珠峰之路,奠定了坚实基础。从慕士塔格到马纳斯鲁,她的每一步攀登,都是对生命禁区谨慎而坚定的叩问。



扫码看视频



“你征服不了自然,我们只是拜访者。站在山顶的那几分钟,是山允许你站在那里。”徐晓慧的话,道尽了对高山的敬畏,而这这份敬畏,根植于她东海渔家的生命底色。

1986年出生的徐晓慧,成长于裘村镇的海边,自幼热爱运动的她,曾一心想进入体校,虽最终错失机会,却在心底埋下了一颗体育梦的种子。家附近海边的几座小山坡,是她攀登之路的起点,“那时候总喜欢去爬山,想着有一天,肯定能登上更高的山峰。”这份年少时的憧憬,成了她日后奔赴山海的初心。

在徐晓慧的海边小阳台上,摆着她的登山装备库:连体羽绒服、五公斤重的高山靴、高山帐篷、上升器、静力绳……阳光洒在这些带着雪迹与磨损的装备上,仿佛为这些陪伴她征战雪山的“战友”,镀上了荣耀的金边。“到了雪线以上,这些都是保命用的,一件也马虎不得。”她拿起厚重的高山靴介绍,靴子里外三层,保暖、防潮、抗撞击,每一层都有其使命,而绑上冰爪后,这份重量,更是对攀登者腿部力量的极致考验。

对挑战八千米高峰的登山者而言,专业装备是生命的“基石”,而可靠的后勤保障团队、科学的准备规划,更是登顶的关键。“登山绝非单人冒险,个人能力在自然面前太过有限。”徐晓慧始终保持清

东海之滨,埋下向上种子

如今,裘村镇的一间普通小卖铺,仍是徐晓慧的日常。店铺后,隔出厨房与她的房间,房间外的小阳台面朝大海,是她的“世外桃源”。天晴时,她在这里处理海鲜订单、做基础拉伸;店铺旁,鸡棚与海鸭舍错落,捡鸭蛋、喂海鸭、晒海苔、卖海鲜和虾干。丰收期的凌晨,她会赶在渔船归港时收购最新鲜的渔获。这些充满烟火气的日常,是她不登山时的生活模样。“不登山的时候,我就是最普通

的渔家女,守着妈妈开的小店,过着平凡的日子。”徐晓慧说。

看似琐碎的生计,却为她的登山梦积蓄着力量。卖海鲜、海鸭蛋挣来的每一分钱,都被她小心翼翼地存进“登山基金”,支撑着她奔赴一座座高峰。海拔为零的东海渔镇,与8000米以上的雪域高峰,看似遥不可及,却被她用无数个寒风凛冽的清晨、专注训练的午后紧紧连接。

有人问她,卖海鲜与登山,差距是否太过悬殊?徐晓慧一边晾晒海苔,一边从容作答:“我觉得都是与自然打交道。海有海的脾气,山有山的性格,你懂它、敬它,它才会接纳你。”这份对自然的通透理解,藏在她渔家女的成长里,也成为她攀登路上的准则。如今,她早已越过儿时眺望的小山坡,站上了世界级高峰,而她房间墙上,一幅穆朗玛峰南坡地图格外醒目,8848米的峰顶被特意圈注,“希望2027年能去登这座山。”她笑着,眼里满是对未来的期许。

99%的坚守,成就1%的绽放

醒,跟随有资质的正规团队,依托专业的天气研判、路线规划和危机处理,是她每次攀登的前提,“长达数年的系统性准备是必须的,任何侥幸和盲目,都是对生命的不负责任。”

装备库中,一件20公斤左右的负重背心,是她日常训练的核心道具。“这是为了模拟海拔8000米以上,背负技术装备、氧气瓶和补给的重量。”为了适应极限环境,这样的负重训练,是她的日常。在最近一次高强度训练中,她的肩部严重受伤,手术后,一块钢板被植入体内,预计今年6月才能取出。伤痛打乱了训练计划,却未浇

灭她的登山梦,无法进行高强度上肢训练,她便将重心转向下肢与核心训练。

她的房间里,2025年的日程表早已被不同颜色的笔迹填满,跑步里程、负重爬楼层数、核心训练时长、肩部康复动作,每一个格子,都记录着她的坚持;而2026年的新日程表,已然上墙,续写着她的准备之路。“荣耀的登峰时刻,只占1%,其余99%,都是这样日复一日的枯燥训练。”徐晓慧说,“山有它的窗口期,但你的准备,必须跑在它前面。”天妃湖畔的晨跑,健身房里的锤炼、楼梯间的负重攀爬,她汗水浸透衣衫的身影,是通往

珠峰梦想最坚实的注脚。

从家乡海边的小山坡,到江浙第一高峰,再到7546米的慕士塔格峰、8163米的马纳斯鲁峰,徐晓慧的攀登轨迹,是一条清晰向上的弧线。这条弧线的一端,是东海之滨的咸湿海风与人间烟火;另一端,是雪域高峰的稀薄空气与极致体验,而连接山海的,是她从未停歇的脚步,与始终坚定的初心。

山海相连,梦想无界。这个在奉化海边认真生活的渔家女,以平凡之身,赴山海之约,将脚下的土地与心中的高峰,连成了波澜壮阔的人生版图。而她的攀登之路,从未止步,向着更高的山峰,向着更远的梦想,她的征程,永远在路上。

110万元,4244副眼镜…… 一项延续了十余载的“光明”承诺

本报讯(记者 康诗文 何腾涛 通讯员 江迪 竺盛涌)1月20日上午,位于方桥街道的上海师范大学附属宁波实验学校里暖意融融,一批批学生在老师的引导下,有序接受视力检查和验光。半个月后,近视的学生将戴上由宁波市与奉化区两级慈善总会共同资助的免费眼镜。

现场,验光师耐心地为每一名

学生测试视力,细致调整镜片度数。“我上课看黑板有点模糊,一直没敢和爸妈说,怕添麻烦。听老师说学校能免费配眼镜,真的很开心。”学生何雨萱在完成检查后告诉记者。

“关爱近视学生”项目是宁波市慈善总会的专项助学行动,旨在帮

助视力不良的青少年学生改善视力状况,提升学习与生活质量。2011年,该项目落地奉化后,两级慈善总会坚持精准实施,爱心足迹遍布各镇(街道)。截至目前,已累计为我区20所学校赠送4244副近视眼镜,投入善款超过110万元。

该项目多年的实施,守护了青少年的视力健康,体现了社会对儿

童成长的真挚关怀。“我们希望通过持续多年的努力,让每一个孩子都能平等地拥有清晰的‘视界’,安心学习、健康成长。”区慈善总会相关负责人表示,下一步将继续与市慈善总会紧密合作,加强对学生及家长的用眼健康宣教,并探索建立长效关爱机制,让这份光明与温暖延续下去。

医教协同育人才 见习基地启新程

区人民医院与区工贸旅游学校共建中药专业实践平台

本报讯(记者 王林威 郑连乔 通讯员 陈托 马碧幸)1月21日下午,区人民医院与区工贸旅游学校合作共建中药专业教学见习基地暨研学活动正式启动。

当天的现场拜师礼环节中,王玉莹、张米莱、陈可瑶三名同学分别向区人民医院车艳、黄晓、胡姣敬师求教,正式建立师徒结对关系。活动结束后,学生们即刻投入现场研学,近距离学习理论知识在临床场景中的实际应用。

此次基地共建并非偶然,而是源于2024年年初的一次多方携手。当年,区工贸旅游学校联合浙江药科职业大学、区中医院、区人民医院医共体、区中医医院医共体、宁波绿之健药业有限公司、宁波大昌药业有限公司,签订六方战略合作协议,秉持“合作办学、合作育人、多边交流”原则,共同发力中药人才培养。同年9月,该校中药专业迎来第一届学生,如今已形成高一、高二两个班级60名学生的规模。

这个备受关注的中药专业,采用“3+2”中高职一体化培养模式,衔接浙江药科职业大学,学生毕业后可获得大专学历。依托六方合作的优质资源,专业配备了总价值超96万元的实训中心、中药标本馆及专业设备,师资队伍不仅有学校专职教师,还吸纳了高校教授与药企专家共同授课,核心课程聚焦中药鉴定、炮制、调剂等实用技能,突出实践导向。

都需要理论到实践的过程,希望学生们能够把课堂上学到的理论知识,与我们的临床工作充分结合。”区人民医院副院长陈凯介绍。未来,区人民医院与区工贸旅游学校将以见习基地为纽带,持续深化合作,通过常态化见习、师徒结对指导、定期研学等多种形式,让临床资源与教育优势充分融合,助力培育更多懂理论、强实践的实用型人才,推动中医药文化传承与区域健康事业协同发展。

“老带青”草莓技术培训会田间开课

本报讯(记者 王怡宁 王林威 夏嘉莲 通讯员 戴怡昕)1月21日,奉化区“老带青”草莓技术培训会在位于岳林街道的爽爽家庭农场热闹开讲。10余名青年种植户、农技员齐聚田间地头。

培训现场,区农业产业研究院助理农艺师何雨琳围绕红颊、建德白露、越雪妃等优质草莓品种,系统解读了其商品特性、市场优势及生长周期中的关键习性。随后,农技专家吕鹏飞聚焦草莓种植中的痛点难点,开展病虫害防治与高效栽

培技术专项授课。他结合多年一线实践经验,详细拆解灰霉病、白粉病的识别要点与绿色防控方案,同时深入讲解高架栽培、水肥一体化等现代化种植模式的应用技巧。在互动环节,农技专家还走进草莓种植空间,手把手指导学员检查植株长势、判断病虫害征兆。

该培训会旨在通过“农技专家+资深农户+青年学员”的传帮带模式,加速农业技术下沉与人才培养,助力青年种植户、农技员快速成长,为我区草莓产业高质量发展筑牢根基。

遥控窃电“省”成本 机关算尽被刑拘

本报讯(记者 孙申磊 单晓峰 通讯员 肖湘风)近日,区公安分局大桥派出所接到报警,称通过电力监控系统,发现某企业有窃电行为。接警后,民警迅速赶赴现场调查。

到达现场后,民警联合供电公司分析和排查用电情况。通过数据分析与现场取证,很快锁定并控制涉嫌窃电的男子王某某。随后,民警依法将其传唤至派出所接受调查。经查,王某某经营一家小型加工厂。去年,因工厂效益下滑,竟通

过窃电降低经营成本。他利用自身掌握的电力知识,在厂房内私自加装遥控窃电装置,夜间开启盗取电力,白天则关闭装置以掩盖行为,借此规避日常检查。直至案发当日,王某某因未及时关闭装置,被监测系统发现异常,最终被民警当场查获。

据统计,王某某在近1年内累计窃电约3万度,涉案金额2万余元。目前,王某某因涉嫌盗窃罪已被警方依法刑事拘留,案件正在进一步办理中。