『在登山途中，重塑一个全新的自己』

两年攀登十三座高峰，六十二岁自贡登山爱好者欲五年内登顶八千米级山峰



2025年9月，邹振源成功登顶海拔6410米的金银山。

40多年前，因为喜爱音乐，他开了一家高保真音响设备店。

40多年后，想要释放压力，他登上了人生第一座高峰——海拔5025米的四姑娘山大峰。此后一发不可收拾，两年内一口气攀登了13座高峰。

今年9月下旬，62岁的自贡登山爱好者邹振源，在世界第八高峰马纳斯鲁峰海拔4850米的大本营里，作出了一个遗憾而艰难的决定：从马纳斯鲁峰撤下。9月22日，因持续强降雪、频发雪崩，尼泊尔政府宣布，2026年马纳斯鲁峰登山季提前结束，全球480名持证攀登者被迫下撤。许多攀登者可能一生再无机会登临此峰。

11月20日，邹振源和几名“山友”相约前往峨眉山，徒步登上海拔3099米的峨眉山山顶。“算是为明年7月攀登新疆慕士塔格峰热身。”邹振源有个心愿：5年内，拿下海拔7546米的慕士塔格峰、海拔8163米的马纳斯鲁峰，为登山生涯画上圆满句号。



9月，邹振源前往马纳斯鲁峰C2营地。

本版图片由邹振源提供

华西都市报-封面新闻记者 刘恪生 罗暄



邹振源正在登山。

高山突遇失温
向导“抢救”20多分钟

7月2日，邹振源和“山友”赶到新疆慕士塔格峰，准备登山。但因第一批队员下撤途中有4人失踪，登山计划终止。“山友”们商量，9月到尼泊尔攀登马纳斯鲁峰。

9月12日，邹振源和13名队友抵达马纳斯鲁峰大本营，开启拉练。“拉练第5天，从C1营地徒步到C2营地的路上，我出了很多汗，但没及时处理。”他回忆说，山上气温低于零下30℃，雨雪交加，山风又大，再加上没补充够能量，导致体温骤降。

“失温时，我双腿不停发抖，意识逐渐模糊，立刻向夏尔巴向导求助。”邹振源说，向导连忙把他拉进帐篷，用双手使劲揉搓他的胸口，并给他穿上连体服保温。“20多分钟后我才缓过来，又过了半小时才恢复了体温。真是在鬼门关走了一趟，当时感觉快撑不住了。”他说。

路上，他们还看到一名日本登山者的遗体，这似乎是个预兆。“第二天天气不好，我们下撤到大本营，队长说冲顶窗口期需等待7至10天。”邹振源说，此时又传来数名登山者被埋、发生雪崩的消息，不少国际登山队开始下撤。基于综合考虑，他决定放弃此次冲顶。

最终，14名队员中，仅有3名女队员留守，继续等候天气转晴，其余队员均选择下山。马纳斯鲁峰这座难度等级达到4E（极难）的雪山，自1956年首次被人类征服以来，首次出现整个攀登季无一人登顶的情况。本次登山旅途中，邹振源怀里还揣着一面特制旗帜，上面印着自贡亮眼的城市名片“龙之乡、盐之都、灯之城”，这是他原本计划登顶时献给家乡的礼物，但最终未能如愿。



2024年9月，登顶四姑娘山大峰后，女儿在山上为邹振源过了一个简朴的生日。

幸遇登山知己
不到10日却又天人永隔

“每座山峰都有自己的性格：有的海拔高，但祥和宁静，性情温和；有的海拔低，但山势凶险，气候变幻无常，攀登凶险无比。”说起自己攀登的13座山峰，邹振源印象最深的有两座。

2024年9月，即将满60岁的邹振源与同样酷爱户外运动的女儿邹雯婷，携手共攀海拔5025米的四姑娘山大峰。“从山下到山顶，我全程步行，用时8小时登顶。”邹振源回忆起那次登山经历，特别激动：“那时工作压力特别大，登山让我看见了大自然的美好，心灵得到洗礼，重新认识了自己和生活。我感觉，和大自然的极限比起来，工作生活中的困难都不值一提！”

女儿在山上为邹振源过了一个简朴的生日，她拍摄的视频里，记录了一个和平日里完全不同的父亲：在峰顶引吭高歌，唱起自己公司的歌《先锋之歌》，大喊“我们成功了”，然后喜极而泣。

2025年9月，在攀登海拔6410米、贡嘎雪山南侧的金银山时，邹振源认识了来自杭州的“山友”老冯。老冯比邹振源小10岁，两人都经营着公司，相似的经历让他们无话不谈，不久便成为知己。他们相约攀登马纳斯鲁峰，并说好要去对方家里做客。

位于甘孜州康定市境内的金银山山势凶险，有冰川、冰壁、碎石坡、冰裂缝等各种复杂路段。那次攀登，6名队员中有4人成功登顶，1人因高反下撤，1人永远留在了山上。逝去的正是老冯。

回家后，老冯的妻子主动添加邹振源的微信，发来老冯在家庭群里谈论与邹振源相遇的聊天记录：“这位大哥要在登顶时吹单簧管，挑战吉尼斯世界纪录。”

然而，邹振源终究没有在登顶时吹响单簧管。登顶后，他一直未见老冯，心中隐隐觉得不对劲，最终在下山后得知了老冯的噩耗。

两人相识不到10日，却像是等了一辈子的知己，但倏忽之间便天人永隔，这更让邹振源重新思考人生的意义。

许下心愿
5年内登顶8000米级高峰

邹振源是个热心肠，21年前曾在自贡市自流井区新桥救下一名轻生女子，并与《华西都市报》结缘。2005年5月19日，《华西都市报》刊登了一则题为《轻生女跳河，有人下水有人抛绳》的新闻报道。文中义无反顾跳水救人的勇者，正是邹振源。

登山，改变了那个被工作、生活压得喘不过气的邹振源。“登山需要近乎严苛的自律，戒烟限酒、负重运动，也重新让疲惫不堪的我燃起了对生活的热爱，洗涤我不堪重负的心灵。”他说，登山途中可以欣赏到世界上绝美的风景，“经营企业压力很大，登山时我心里想的只是怎样上山、下山，怎样安全回家，其余事变得不值一提。”

最重要的是，登山让邹振源重新认识了生活、认识了自己，结交了许多志同道合的朋友。“登山也让我直面了死亡的恐惧，解开了过去的心结，更能勇敢面对一切。”他说。

接下来，邹振源计划在未来5年，完成攀登海拔8000米级雪山的目标。“登山会面临许多艰难的挑战，比如人在海拔5000米以上会整夜难以入睡，甚至一个月不能洗澡、换衣，高反也会让味觉发生改变，在山上只能吃简单的食物。”

“但最大的挑战，是在登山途中战胜自己、超越自己，重塑一个全新的自己。”邹振源说。