

王健民從聖母峰第四基地營出發攻頂的英姿。(圖片來源：王健民提供)



挑戰世界七頂峰 有苦有甘 登厄爾布魯斯峰 走在砲火下最險

記者黃路國／專訪

台北縣民王健民一年不到就完成登世界七頂峰，對台灣和全球高山有獨特觀察，他說，在攻頂後更怕被擄走吃掉。因為今年二月中旬中國的一支七人登山隊就曾被捉走，中國還情報商印尼出動二百武

部隊才救回囚票。

南極洲的文森峰攀登經驗，則是既冷又遠。

冷，是因為當地平常都是零下卅多度的超低溫

人在當地幾乎是無處可躲的冷，讓亞熱帶成長的

很不是滋味，若有疏失，就可能嚴重凍傷，被迫

肢；遠，則是因為南極洲地處偏遠，從台北到南

洲，去回就得搭上十四趟飛機，從國際航線的大

機、中型飛機到地方的小飛機都乘坐，而且只要一

轉機才到得了。

王健民說，去南美洲阿空加瓜峰時，同樣是有

有樂，登山時山頂冰雪與岩石交會，穿冰爪或穿

山鞋兩難，雙腳像被虐待般難受，所幸登山前，

山後的門戶都市具有南美風情，葡萄酒外加上

讓人流連忘返，讓上山受罪的情緒得以平歇。

最沉重要攻聖母峰得先留遺書

最沉重的則是最後壓軸的聖母峰，因為攀登前

先簽下死亡切結書，寫明萬一遇難要如何處理身

事，第一選項是留在山上，第二選項是運屍下山

化，需繳保證金一萬二千美元，第三選項是全屬

回，保證金二萬四千美元，王健民選的是第一選

卡茲登茲峰（查亞峰）海拔不到五千公尺，但是登

此外，他也曾進入食人族的地盤。大洋洲最高峰

最緊急張卡茲登茲峰下有食人族

隊及大砲對峙，那種走在砲火下的氛圍至今難忘。

，兩國正處於交戰狀態，山上不時可見雙方武器部

羅斯與喬治亞兩國邊界，王健民於去年八月登頂時

當然，也有驚魂時刻，歐洲厄爾布魯斯峰位在俄

已。

迎，「Gygy」的祝禮盈耳，爬起來心情快樂不

士著民族卻善意對待，隨時遇到的民眾都是笑臉相

山的過程中，雖然身處在非洲大陸不毛之地，當地

但也有甘美時刻，在攀登第二座頂峰吉力馬札羅

著自己的大小便凱旋的經驗，一般人很難想像。

客一律要將自己的糞便帶下山，背起綠色糞桶，扛

登北美洲麥肯尼峰的二十二天當中，當局規定登山

完登世界七頂峰的心得是有苦有甘。苦的是在攀

最特殊攀麥肯尼峰須自扛大小便



歐洲厄爾布魯斯峰



非洲吉力馬札羅山



西藏珠穆朗瑪峰

回食人族部落區... 吹箭襲擊... 中國的一支七人... 化出動二百武裝... 冷文遠... 亞熱帶成長的他... 重傷傷, 被迫截... 從台北到南極... 國際航線的大飛... 主, 而且一路... 時, 同樣是有苦... 穿冰爪或穿登... 升登山前, 下... 如美酒外加牛排... 得以平歇。

遺書... 因為攀登前... 如何處理身後... 定運屍下山火... 運項是全履運... 的是第一選擇... 或雪巴屍體。

發揮科技人專業 精密規劃



亞洲聖母峰頂

王健民攀上聖母峰時, 不忘帶著「全家福」一起合影。

體能訓練 密集且不馬虎

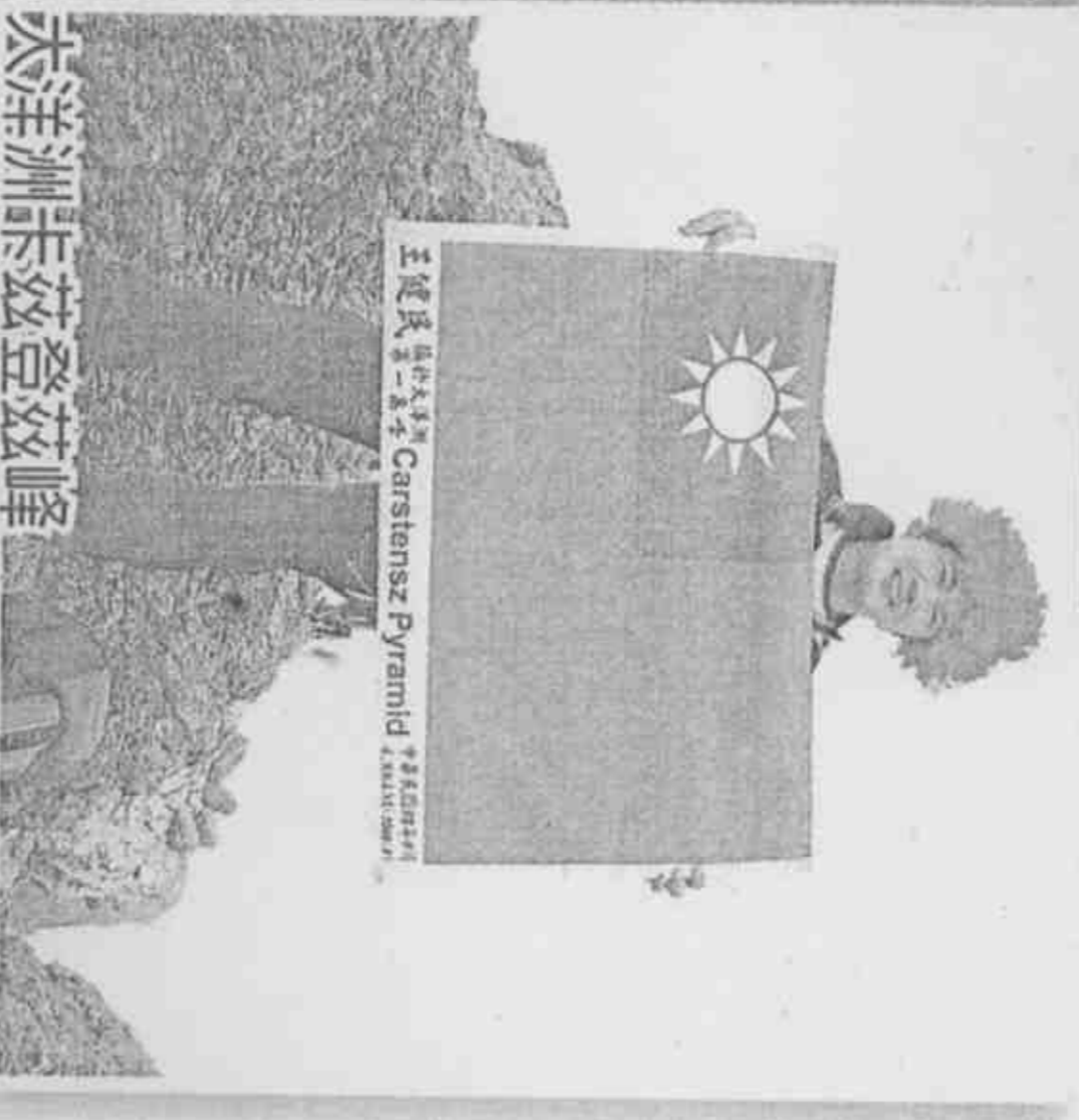
此外, 體能訓練更要密集絲毫不能馬虎。王健民... 的自找要求就是魔鬼訓練般的苦行, 除了每天固定... 練瑜伽一小時外, 每天還要跑十七、五公里, 拉... 短一年完登七頂峰, 沒有半點僥倖。

規劃加訓練... 菜鳥完登絕非僥倖

成功之道, 貴在事前縝密規劃, 執行效率超高, 短... 王健民動念要攀世界七頂峰後, 立刻開始收集... 國內外網路與登山好手的攀爬經過資料, 鉅細靡遺... 地分門別類建檔在電腦內, 甚至把前人的建議列為... 隨身攜帶的備忘錄, 這些類似古代的錦囊的卡片,



王健民重視事前的規劃, 所有的登山裝備, 小自環扣, 大到背包分類、適用時機都拍照存檔、登錄在電腦、計算清楚。



王健民攀上聖母峰時, 不忘帶著「全家福」一起合影。



北美洲麥肯尼峰



南美洲阿空加瓜峰頂

出征前親自找名醫求診

王健民的體能究竟有多好? 他曾經在卅小時內往... 返健行陽明山南北大縱走, 也曾從塔塔加登山口出... 發, 花費五個半小時攻頂並回到登山口, 就連國家... 公園的管制站原住民警都不相信, 直到他提出登... 頂數位影像時才確信為真。

科技人做事重管理, 精進更是王健民的特質, 採... 購或所擁有的登山裝備, 小自環扣, 大到背包分類... 適用時機都拍照存檔、登錄在電腦、計算清楚, ... 甚至到登山目的地時, 可以租到哪些裝備, 也都資... 料詳盡, 既省錢又省掉裝備的重量, 難怪這位登山... 界無名小卒能在一年內花費三百多萬元順利圓夢。

所有登山裝備 全都仔細登錄

王健民舉例說, 萬一在登山時感冒, 要區分輕症... 中症、重症, 輕微感冒時可用含抗生素的藥物治... 療, 重症時則要用到含類固醇的藥物來治療, 還... 有高山症或咳嗽發生時, 有些情況是要避免服用喉... 片的, 否則可能會適得其反。

側寫王健民

愛國顧家的巔峰勇士

來為王健民說, 爬山好處多多, 年... 齡、身體其實都不是問題, 當聽人說... 體力不好才不敢登山, 他認為體力可... 以訓練得來, 有心磨練心志, 就去爬... 林盡力。

愛國與顧家, 這從他登山裝備上就可... 洞悉, 像登山背包、外套都特別繡上... 國旗。另外還特製大幅國旗的捲軸, 當作... 登頂時的主要配件, 也帶小國旗作禮... 物饋贈老外山友, 雖然每次登頂與國... 旗合照都引來異樣眼光, 但他仍然以... 此為榮。

Table with columns: 姓名, 時間與紀錄, 備註. Lists names like 郭興鎮, 伍玉龍, 江秀真, 黃致豪, 王健民 and their respective climbing achievements.

台灣入完登世界七頂峰紀錄

整理製表: 記者黃昭國