

攀登教育书系

潘多传

何振梁题

马联芳一著

上海社会科学院出版社

潘多传

何振梁
题

马联芳 / 著

图书在版编目(CIP)数据

潘多传 / 马联芳著. - 上海: 上海社会科学院出版社, 2005

ISBN 7-80681-775-1

I. 潘… II. 马… III. 潘多——传记

IV. K825.47

中国版本图书馆(CIP)数据核字(2005)第117255号

潘 多 传

作 者: 马联芳

责任编辑: 杨 国

封面设计: 杨 震

策 划: 上海古今恒教育咨询有限公司

张国富

出版发行: 上海社会科学院出版社

上海淮海中路622弄7号 电话: 63875741 邮编 200020

<http://www.sassp.com> E-mail: sassp@sass.org.cn

出 品 人: 程 彪

经 销: 新华书店

印 刷: 上海盈沔印务有限公司

开 本: 787×1092毫米 1/16开

印 张: 12.5

插 页: 2

字 数: 150千字

版 次: 2005年12月第1版 2005年12月第1次印刷

印 数: 0001-6000

ISBN 7-80681-775-1/K·182

定价: 25.00 元

版权所有 翻印必究



马联芳

马联芳副研究员 毕业于上海师范大学，现为上海市教育科学研究院《上海教育科研》杂志副主编、上海市教育学会副秘书长、上海市援藏联谊会副秘书长。当过农场工人、中学教师、机关干部、编辑记者，曾先后担任《中学教育》、《思想·理论·教育》、《中文自修》杂志副主编及《上海中学生报》总编助理等职。在书报杂志上发表文章 100 多万字。著有《雪域流韵》、《教坛星座》等散文集，主编有《60 个校长的智慧谈话》、《中学生研究性学习入门指导》、《新世纪班主任谈艺录》、《百校画廊》、《上海名誉校长办学经验研究》、《100 把金钥匙》等几十本教育著作。



序 1

上海援藏联谊会送来《潘多传》的书稿,希望我能为之作序。潘多是我国第一个登上世界最高峰的女运动员,深受人们的爱戴和尊崇。书稿里记载着潘多几十年艰难传奇的生命历程,记载着她在几十年中,对祖国体育事业的追求与探索,能为之写序,实是我的荣幸。

我在大学毕业后,曾经在西藏高原工作和生活了二十多年。我热爱西藏,热爱西藏人民。位于祖国西南边陲的西藏自治区地处世界屋脊,土地面积辽阔,到处是高山峻岭,到处是雪山草原。那里生活着淳朴善良、勤劳勇敢的藏、门巴、珞巴、夏尔巴等少数民族同胞。自唐朝文成公主与松赞干布联姻以来的悠悠千年史中,留下了许多“汉藏友谊一家亲”的佳话。但是,由于“政教合一”的旧西藏政府的野蛮、落后和专制的统治,极大地阻滞了西藏社会和生产力的发展,给广大西藏人民带来穷困和苦难。民主改革后,百万农奴翻身得解放,从此日子越过越好。改革开放后,在中央的亲切关怀和全国的大力援助下,发展日新月异。特别是第三、第四次中央西藏工作座谈会,更为西藏的发展插上



潘多传

腾飞的翅膀。今天的西藏，正以繁荣昌盛的成就，为人民造福，为祖国争光。

《潘多传》这本书，就是西藏人民在新旧社会两重天的最典型的案例。本书既记载了潘多在民主改革前，苦难漂泊的传奇生涯，也记载了潘多在高海拔的冰天雪地里，爬冰卧雪的登山运动的惊险经历。潘多出生于贫穷的农奴家庭里，苦苦地挣扎在生死线上，父母都早早地在苦难中死去，牧童、织女、苦工、背夫、流浪者等，她都当过，最后终于在中国登山队这个大熔炉里，锻炼成长为我国著名的登山运动员。

潘多的一生，是传奇的一生，是感人的一生。潘多的经历，是我们常人闻所未闻的；潘多的功绩，也是我们大家所称颂的。她经历了贫穷、苦难、艰险，但她逆境成材、拼搏成材，她不怕困难、百折不挠的精神，是值得我们广大青少年学习的。

潘多在藏语中的意思是“有用的人”。她用自己的青春和热血，把自己锻炼成为一个有用的人、杰出的人。更有意思的是，她在晚年退休后，走进校园，成为一名努力把后代培养成国家建设事业有用的接班人的辛勤园丁。她用自己的事迹、声望和精神，把成为“有用的人”的理想，辐射和寄托到千百个后来人身上。她的三句话：“‘苦’字面前不摇头，‘难’字面前不低头，‘死’字面前不回头。”不仅是登山运动员的豪言壮语，而且是所有攀登事业、学业高峰者的至理名言，并且也是“特别能吃苦，特别能忍耐，特别能战斗，特别能创业”的“老西藏精神”的又一个闪闪发光的耀眼亮点。

本书文笔朴实，描绘动人，生动地记录了我国著名藏族女登山运动员潘多的鲜为人知的、传奇的、奋斗的人生经历。雪域高原的漫漫山道上，留下了童年潘多，从藏东千里跋涉，到后藏的



艰难足迹；喜马拉雅的悬崖峭壁旁，也洒下了少年潘多充当马帮背夫的辛酸汗水；帕米尔高原和珠穆朗玛峰上，更刻勒下了青年潘多爬冰卧雪、战天斗地的光辉篇章。潘多的故事，是现时代少有的传奇；潘多的业绩，潘多创造的攀登精神，更值得现时代的人们学习和发扬光大。因此，本书不仅具有很强的可读性，也具有可供学习的深厚内涵。希望本书能得到广大读者的喜爱，也希望能为学习和为祖国建设而奋斗的朋友们，给以一种不屈不挠的精神和力量。

上海援藏联谊会的会员、二十世纪七十年代曾在拉萨援藏支教的马联芳同志，精心撰写了《潘多传》一书，写出了这样一位藏族的英雄模范人物，可以相信，书中所提炼出的这种精神力量，对我国的精神文明和物质文明的建设，激励人们奋发向上，都会有很大益处的。

我真诚地希望这一精神产品，能发扬光大，能发挥更大的激励作用！

杨晓渡

（上海市人民政府副市长）



序 2

案头放着由上海《教育参考》杂志吴国平同志送来的《潘多传》样稿，我怀着崇敬的心情读完了全书，深深地为潘多同志传奇的一生、感人的一生所感动。潘多同志是中华民族的骄傲，也是全世界女性的骄傲。

潘多同志和宝山是有缘的。从无锡市体委领导岗位上退下来的潘多同志不曾意想她的晚年生活会和宝山的教育事业结下不解之缘。二十世纪九十年代，当许多学校聘请企业家为名誉校长的时候，同洲模范学校却独具慧眼盛邀潘多同志担任学校的名誉校长，他们看中的是潘多同志身上的精神力量这一“无形资产”的教育价值。

在潘多同志担任同洲模范学校名誉校长的七年多时间里，她对教育倾注了满腔的热情和心血。她身体力行、言传身教，活跃在师生中间，用她自己的人生经历感悟学生，用攀登的精神鼓舞学生。潘多同志慈母般地关爱着同洲模范学校的成长，她用自己的“名”为同洲模范学校带来了良好的办学声“誉”。

同洲模范学校在宝山区教师进修学院的全力支持下，把潘



潘多传

多同志的事迹提炼为“攀登精神”并以此确立了“攀登教育研究”的科研课题,编写了包括《潘多传》在内的一套校本教材,作为学校实施素质教育的抓手,在诸多领域进行了操作实验,取得了显著的成效,在市内外产生了很好的影响。

同时,攀登教育还推广到宝山不少学校,潘多同志不辞辛劳地为孩子们讲述自己的人生经历,勉励莘莘学子为中华民族伟大复兴努力学习、奋发有为。潘多和她的“攀登精神”就像陶行知和他的“生活教育”一样成为宝山推进、深化素质教育的品牌特色,在这里我代表宝山一万教工和十万学生向潘多同志及她的爱人邓嘉善同志表示崇高的敬意和衷心的感谢!

我敬佩潘多同志,因为在潘多同志的身上,集中体现了中华民族善于合作、乐于奉献、勇于攀登的优良传统。一位农奴出生的普通女性,凭着自身的勤奋与刻苦,靠着内心的勇敢与顽强,数次打破了女子登山世界纪录,为中国的体育事业建立了不可磨灭的历史功勋。《潘多传》所记录的她充满辛酸血泪的童年、勤奋刻苦的登山训练生活以及充满惊险与荣耀的登顶过程,是宝山实施素质教育难得的好教材。

我敬仰攀登精神,因为正是这种精神激励和支撑着英雄的潘多不畏艰险、不断超越自我,直至登上她生命价值的顶峰。今天,我们要用潘多同志征服世界顶峰的志气、精神、行为和荣耀来教育和引导我们的学生。我相信,书中围绕着潘多那一幕幕一呼百应、万众一心的豪迈场景一定能让孩子们形象地理解合作的巨大威力,那一个个行走在生死之间、无怨无悔的真实人物必定会让同学们深刻地感受到奉献的伟大意义,以及她那一句句“‘苦’字面前不摇头、‘难’字面前不低头、‘死’字面前不回头”的慷慨激昂的话语必将激起师生们不断攀登的勇气和力量。



我敬服攀登教育，因为同洲模范学校所倡导和实践的攀登教育，是体现素质教育理念的一种先进教育模式，是以塑造学生的攀登精神为核心，以发展和培养学生适应现代社会发展需要的四种能力为重点的创造性实践。我欣喜地看到在每一位同洲学子的心中都有一个远大的目标，就像海拔 8844 米的珠峰顶峰，并且每个同学都向着自己的目标在不断前进，不断攀登。

宝山的教育事业是幸运的，宝山区的孩子们是幸福的。因为潘多同志说过，她的一生与“山”有缘，多年来，她对宝山教育事业的发展倾注了极大的热情和心血，做出了令人瞩目的卓越贡献。

宝山的教育要办成“让人民满意的教育”，这是我们全体教育工作者的共同志向，因为我们肩负着发展宝山、振兴上海，实现中华民族伟大复兴的历史使命。

今天，宝山的教育事业正在焕发不断攀登的活力，因为我们传承着善于合作、乐于奉献、勇于攀登的攀登精神。

明天，宝山的教育事业必将创造更加辉煌的未来，因为我们进行着开拓创新、不断超越自我的教育改革和实践。

30 年前，在征服珠峰的史册上光荣地刻上了潘多同志的名字。我相信，在不久的将来，必将有更多的宝山学子的名字刻在诺贝尔、奥林匹克等一座座人类文明的珠穆朗玛峰上。

(上海市宝山区教育局局长)

目 录

- 序 1/ 杨晓渡
- 序 2/ 沈子华
- 第一章 潘多出世 /001
- 第二章 走过童年 /011
- 第三章 千里跋涉 /021
- 第四章 工地苦力 /035
- 第五章 马帮背夫 /045
- 第六章 南亚漂泊 /055
- 第七章 奔向拉萨 /067
- 第八章 登山新兵 /075
- 第九章 征服“慕峰” /083
- 第十章 再夺“公峰” /093
- 第十一章 雪山情深 /099
- 第十二章 喜结连理 /107
- 第十三章 鸿雁飞飞 /117
- 第十四章 应召归队 /125
- 第十五章 甘当基石 /133
- 第十六章 勇攀珠峰 /143
- 第十七章 凯旋以后 /153
- 第十八章 生命异彩 /161
- 第十九章 融进“同洲” /171
- 第二十章 潘多效应 /179
- 后记 /189



潘多传

三次打破世界纪录的中国登山运动员、藏族女运动健将潘多,是西藏自治区昌都地区江达县岩比乡人。

昌都自古以来一直是川、滇、青三省进入西藏的咽喉之地,也是西藏东部的门户,素有“卫藏”之称。昌都地处赫赫有名的横断山脉之中,辖区内高山、大河、大峡谷纵横排列,水流湍急的金沙江、澜沧江、怒江从南到北将横断山脉切为三截。位于河谷地带的横断山脉最低海拔就有 3100 米,而终年积雪的雪山上最高海拔要达到 5460 米,那里的大峡谷谷底和雪山之巅的相对海拔差一般都在两千米左右。与高山峡谷相并列的金沙江、澜沧江、怒江等三江不仅江水日夜奔腾不息,而且落差巨大,形成“水无不怒石,山似欲飞峰”的奇特地理风貌,具有地球上任何地方都无可比拟的大气魄、大风光。横断山区的大江大河、雪山草原、森林湖泊都具有地老天荒、原始朴拙的古朴状态,呈现“藏在深闺人未识”的风貌。这里地面切割纵深、江河湍急、海拔又高,人烟稀少、语言不通、汉藏风俗迥异,而且商旅困难,所以历来使人都有“蜀道之难,难于上青天”之感。江达县就在水流湍急的金沙江西岸,与四川的白玉、德格两县隔江相望。

昌都不仅在地貌上与西藏其他地区迥异,而且还是西藏唯一的康巴地区,与拉萨、日喀则等地区有着迥然不同的藏区人文景观。它与四川甘孜、阿坝地区、青海玉树地区、云南迪庆地区、甘肃甘南地区一起形成我国别具风格的康巴藏区。在这些地方居住的康巴人一般都身材魁梧、性情豪爽、能歌善舞、敢爱敢恨、信仰虔诚,据说连达赖的卫队都爱聘用剽悍的康巴汉子。他们还大都善于经商,在拉萨八角街有名的商业区摆摊设点,乃至开大饭店大公司的很多是康巴人。

在昌都或江达城里游走的康巴汉子大都面孔黝黑、身材高



潘多含着热泪告别热情欢送的乡亲

大,又粗又黑的头发梳成随意的辮子盘在头上。各式腰刀在腰间或横挎或斜插,双目看人,目光深邃,咄咄逼人;走在街上,晃着膀子,像一座山峰移过来,一派男子汉的阳刚之气。而康巴女子则天生健美,挺拔苗条,聪明热情,风情万钟。潘多的母亲次久就是这样一位康巴美女,闻名于岩比乡。她无论是到青稞田劳作还是去草场割草,总会有一些姑娘和小伙子十分情愿地追随左右。

二十世纪三十年代末的一天,平静寂寞的江达县岩比乡的山野忽然被一群骏马的突然到来打破了。岩比乡是一个半农半牧区,山坡上是茂密的树林,山间平坝子的农田里种的是青翠的青稞和金黄色的油菜花。河溪边、山坡旁是风吹草低见牛羊的绿色草场。二三十匹骏马,有枣红马、黄骠马、乌鬃马和大白马,它们不但有漂亮的身架,而且毛色油亮。它们在草原上奔腾嘶鸣,犹如在绿绒毯上展开了一幅花团锦簇、活灵活现的群马闹春图。一个身穿藏袍的马倌骑着一匹大白马东奔西跑,一边挥舞着长



潘多传 第一章

长的响鞭，一边吹着口哨，长长的鞭梢准确地落在不听话的马儿头上，马群终于在他的驱赶下，来到水草丰美的地带栖息。

岩比乡的农牧人家饲养的大都是牦牛、绵羊和山羊，马匹较少，只有供自己家骑乘、拉车的三五匹。岩比乡的山野本来十分平静，人口稀少，平时偶尔有鸟儿飞过天空、响着铃铛的马儿跑过山间的小道，有的只是轻轻呜咽或呼啸怒吼的山风，以及四季不变的田野、村庄和耸立的群山。今日一下子平添这么多欢奔乱跳的马儿，引得次久他们都不由自主地放下手中的活儿，拄锄观望。

本来已经滚鞍下马，在草地上盘腿打坐休息的马倌，想打酥油茶喝时才发现竟然粗心地忘了带木头酥油筒。他本能地抬头四望，发现不远处有几个农人在耕作，便喜出望外地翻身上马，朝着次久他们直奔而来。直觉告诉他，次久是这个群体的中心人物，他便打马来到次久面前跳下马来，躬身弯腰施了个礼后开口



潘多和丈夫以及欢送的乡亲在金沙江边



说：“阿佳拉（藏族对妇女的尊称），我是藏军昌都岱本（相当于团，约500人）的马倌次仁，一直在昌都山野牧马，今天马群见贵乡的草儿长得好，就一直跑到贵乡的草场上来了，也没有事先打个招呼，多有冒犯，还请原谅。请问这儿叫什么地名？可有酥油筒借用？”

次仁虽然在村寨里的年轻人中算是出挑的，但是岩比乡由于位处深山老林，平时鲜有陌生人出现，今天突然从大白马上跳下个高大威猛的汉子对着她又是施礼又是请教，羞得她整个美丽的脸庞刷地变成了大红脸。不过她还是彬彬有礼地回答：“我们这儿是昌都的江达县岩比乡。欢迎次仁大哥到岩比乡来放马。至于酥油筒么，不用客气，您是远方的客人，我们应该请您喝三杯酥油茶。”

说罢，她便去拿来酥油茶壶，冲了满满一杯冒着热气的酥油茶，双手恭恭敬敬地端给次仁喝。次仁面对着这个杏脸桃腮的美



美丽的藏族姑娘



丽村姑的热情招待，激动得慌忙接过酥油茶杯，一饮而尽。次久竖起茶壶又满满地斟上，并且一而再，再而三地次仁斟满，以藏族传统的接待客人的敬献酥油茶大礼热情款待次仁。

次仁喝罢酥油茶，连声道谢：“阿佳拉，吐吉其（谢谢）！”并且随手从马鞍边的包袋里取出一坨鲜黄色的酥油和一块生牛肉干，回赠给次久姑娘。

次久又急又窘地说：“不行的，不行的，招待客人是我们藏族的礼节，随便拿别人的东西可就不好了。”说完红着脸一定要把礼物塞回次仁的包袋里，旁边其他的姑娘和小伙子也一起帮次久叫嚷着要把礼物还给次仁。

次仁见状解释道：“各位乡亲，一点点小礼品，不足挂齿，千里鹅毛一点心嘛。我是日喀则地区白朗县人，家中有兄弟三人。按照西藏噶厦政府规定，三兄弟中必须有一人当兵，一人做喇嘛。因此，我就到昌都来当兵了。前些日子在昌都其他地方放马，但因为干旱少雨水，草长得不好，军马吃不饱；听说金沙江边的江达空气湿润，草场好，今天一见，果然名不虚传。我们可能要多放牧几天，那就要多多麻烦老乡们了。”

次久和她的伙伴们纷纷说：“那没关系。你们当兵在外是很辛苦的。以后只要我们到这里来干活，你要喝酥油茶、抓糌粑，就天天到我们这里来吧。”

以后的日子里，次仁在放牧之余几乎天天到次久这里吃喝。他们在劳动之后，一起坐在田间地头喝酥油茶、抓糌粑，次久夸奖次仁牧马时剽悍英武，次仁则赞美次久的美丽善良。他们从对对方的好感，渐渐地升华到了人世间最美好的青春梦幻之中。

春华秋实，青稞终于扬花吐穗，长出沉甸甸的青稞穗来。藏