羊城晚报记者 李丽

猫眼开分9.5分，淘票票开分9.5分，豆瓣开分8.1分……近日上映的纪录电影《无尽攀登》，昨日在各平台正式开分，口碑领跑同档期影片。该片由吴京、郭帆担任出品人，记录了中国登山家夏伯渝靠一双假肢五次冲顶珠峰，最终在69岁成功登顶的故事。正在进行的各地路演中，影片激起了无数观众的热血和热泪。

1974年，夏伯渝光荣入选中国登山队。一年后，他第一次登珠峰，却因帮助队友导致自己冻伤。在之后的43年里，他经历了截肢、癌症、多次大手术，但仍坚持攀登。在第四次攀登珠峰时，因遭遇暴风雪，他在距离顶峰只差94米时被迫下撤……“无腿登顶珠峰中国第一人”，这个成就听起来离大多数人很遥远。但在夏伯渝的讲述中，这不过是一个普通人在遇到生活痛击后如何重新站起来的平凡故事。近日在接受羊城晚报记者独家专访时，夏伯渝分享了他一路走来所抱持的梦想、热爱和坚持。他强调，不一定非要登山，但每个人都可以有自己的“珠峰”。

尽管登顶珠峰的最大梦想已经实现，但这位“硬核大爷”如今仍然每天5时就起床开始力量训练，每天锻炼时间长达五六小时。他说，今后他还想继续攀登世界各大洲的最高峰。

纪录“无腿登珠峰”的《无尽攀登》口碑爆了

专访“硬核大爷”夏伯渝：你们年轻人再忙也要抽时间锻炼

都说我不可能再登珠峰 “他们说他们的，我做我的”

羊城晚报：当年您入选国家登山队，却因冻伤双脚而被截肢，一般人可能在经历这样的大起大落后就一蹶不振了。您当时痛苦了多久？

夏伯渝：时间并不长，一年多吧。最初我不了解中国的假肢发展情况，不知道自己今后能干什么，觉得是不是要一辈子坐在轮椅上。当时确实是到了人生的最低谷，对今后的生活都失去了信心。

羊城晚报：是什么契机，让您重新振作起来的？

夏伯渝：我遇到了一位假肢专家，他看了我的情况之后说：你装假肢吧，以后不但可以像常人那样行走，还可以再登山。就是这句话，让我重新燃起了生活的希望。

羊城晚报：但从装上假肢，到最终能登山，中间有一个很长的适应过程吧？

夏伯渝：对，我得找到穿假肢登山的感觉，然后找出问题来改进，让假肢变得更适合登山，这个过程需要很长一段时间。

羊城晚报：这个过程中有没有人劝过您，用假肢来登珠峰是不可能的？

夏伯渝：其实大家都认为这根本不可能实现。大家都觉得，假肢专家的那句话只是在安慰我。

羊城晚报：您会反驳他们的说法吗？

夏伯渝：我从来不去反驳别人，那只会徒增烦恼。他们说他们的，我按照自己的想法去做。

羊城晚报：家里人也是一样的想法吗？

夏伯渝：家里人估计也是觉得我肯定登不上，但他们会支持我为实现梦想所做的一切努力，因为他们相信这个事情是正面的。

离峰顶94米却被迫放弃 “只要活着，我就可以再来”

羊城晚报：您经历了双脚截肢、癌症侵扰、病痛折磨，五次冲击珠穆朗玛峰最终才成功登顶。在这个漫长的过程里，有没有想过放弃？

夏伯渝：说来大家可能不信，我从来没想过放弃。因为我有梦想，我也知道穿假肢登珠峰的困难，我早就做好了思想准备去接受任何困难。

羊城晚报：在攀登珠峰的过程中，您遇到过冰崩、雪崩、地震、暴风雪。在最接近死亡的时刻，您的心境是怎样的？

夏伯渝：其实对我来说，登珠峰的每一步都非常危险。因为假肢是没有感觉的，我感受不到那些别人的脚能感觉到的高低不平。遇到裂缝的时候，别人可以跳过去，我穿着假肢跳不了。所以在攀登的过程中，我的眼睛必须一直盯着我的假肢。我告诉自己，要踩好每一步，千万不能出错，因为一步错了，我就会掉下去。在这个过程中，我会小心谨慎，反而忘记了紧张。

羊城晚报：在第四次登珠峰失败的时候，您离峰顶只有94米之远。当时心里是怎么想的？

夏伯渝：那次对我来说确实是一个巨大的打击。当时我们离登顶还有一个多小时的时间，但是突然遇到暴风雪。在那个时刻，人被冻伤的几率很高，登顶的危险性可以说是成倍增加。

我当时已经67岁了，觉得那应该是自己最后一次登珠峰，所以下定决心一定要冲顶。暴风雪来的时候，我也想过“上去再说”，但后来我看到身边的高山向导——那些二十多岁的年轻人，他们都是来帮助我完成梦想的——我突然意识到，不能为了我自己的梦想而不顾他人的生命。所以当时就决定下去了，我心里很清楚，这可能会成为我终身的遗憾。但生命始终是最重要的——只要活着，我还可以再来。

羊城晚报：在不知道自己还会不会成功的情况下，有没有考虑过，到哪一天会真正放弃登珠峰？

夏伯渝：到哪天我完全走不动的时候，我才会放弃。

羊城晚报：到了今天，您怎么看待珠峰？

夏伯渝：珠峰是我的梦想，是我终生奋斗的目标。我恨过它，因为它夺去了我的双脚；但我也感谢它，因为有了再登珠峰的梦想以后，我的生活变得更加充实、更加精彩、也更有意义了。

硬核剧组大比拼 硬核大爷夏伯渝和

（右起）合照 吴京郭帆夏伯渝叶濡畅

还想攀登各大洲最高峰 “每天锻炼，骑20公里爬山”

羊城晚报：很多人通过这部电影和您的亲身讲述，感受到人生新的动力。您能说说在这次路演中，您遇到的印象最深刻的观众吗？

夏伯渝：路演过程中，观众都挺热情的。特别是我发现，有很多残疾朋友在努力地完成一些在别人看来不可能完成的事。我印象最深的是一位脑瘫的残疾朋友，他因为小时候缺氧而生病，现在说话都特别慢。他看了我的故事之后受到感染，于是去登了四姑娘山，但差一点点，最终没能登顶。这次看了我的电影之后，他准备再去登，而且他跟我说这次一定要登顶。我确实很感动，但我却不太支持他继续登山，因为我担心这对他的健康有影响。当然，他的这种精神是非常可嘉的。

羊城晚报：可能更多人在看了您的故事后会觉得：太了不起了，但如果换成自己，我做不到。

夏伯渝：我一直觉得，不管是什么人，还是要有梦想，有一个奋斗的目标。这辈子为了目标坚持去奋斗，不管能不能成功，只要努力过，你就不会后悔，你就有成功的希望。如果你不去努力，你就根本不会有希望。最难的是坚持，最重要的也是坚持。

羊城晚报：“坚持”这一点，可能是我们很多年轻人都特别缺乏的精神，对此您有没有建议？

夏伯渝：我一直觉得，现在年轻人都比我懂得多。拿我儿子举例，他老跳槽。我自己呢，自从到了登山队我就一直干到退休，一辈子呆在一个地方，所以我一开始对他这种做法特别反感，但是后来看到我儿子越跳越好，我觉得原来跳槽也是一种好选择，也是一种达到目的的途径。所以，年轻人有些做法尽管我们不太理解，但他们有他们的主意、有他们的方法。

羊城晚报：我看到有位网友感叹说，您虽然不幸，但也幸运，因为您找到了一个伟大的梦想。您觉得，对于那些过着平凡日子的人，他们该如何找到属于自己的“珠峰”？

夏伯渝：我一直鼓励大家，并不一定非要登山才算攀登高峰。只要是生活和工作中的目标最高点，那就是你们的“珠峰”。

羊城晚报：您现在每天锻炼多久？能具体介绍一下您的锻炼情况吗？

夏伯渝：我每天五点钟起床开始力量训练。背负10公斤沙袋，下蹲150个为一组，做10组；俯卧撑60个一组，做8组；还有仰卧起坐、背飞……最后骑车20公里去登香山。每天的锻炼时间有五六个小时。

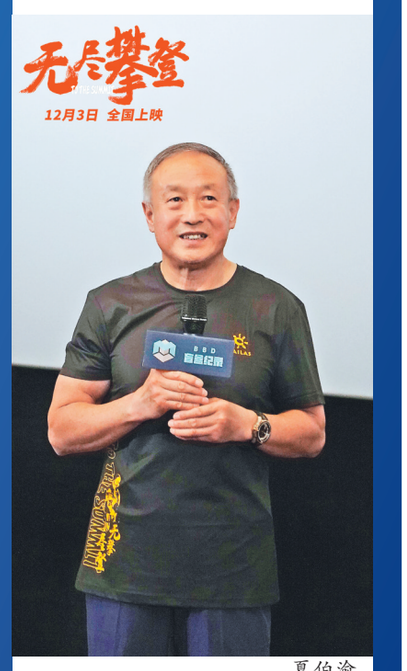
羊城晚报：这个训练量让我们大多数年轻人都望尘莫及。

夏伯渝：你们工作压力比较大，肯定不会有那么多时间锻炼。我本身就是运动员出身，我的工作就是登山，退休以后我也有时间去锻炼。不过你们年轻人再忙，还是要抽出一点时间来锻炼身体，有个强壮的身体才能有精力更好地完成工作。

羊城晚报：成功登顶珠峰后，您还有什么新的目标吗？

夏伯渝：世界很大，山还挺多。接下来，我的目标是攀登各大洲的最高峰，还有，去看看南极和北极。

夏伯渝自述



夏伯渝

世上无难事 只要肯攀登

人们反复问我靠什么坚持那么多年，好像大家觉得“梦想”就是一句冠冕堂皇的话。如果当年的我登不了山，我想我会一直陷在失去双脚的绝望中，就像一片黑暗中唯一的亮光熄灭，我拼了命想抓也抓不住。当癌症来临，恐怕也就是我放弃此生的时候。更别提我后来爬过的山、去过的地方、遇到的人以及连我自己都觉得很精彩的后半生。但是，命运还是给了我一个机会，我可以爬山。那我只要爬山一个喜好，只要登顶一个梦想。这个梦想拽着我往前走，我不用想别的，我这两条假腿走一步，就离梦想近一步。如果再找一个梦想之外的理由，我想当年确实留下了遗憾。我是1949年出生的共和国同龄人，当年国家交给我的任务，我没能完成。这件事在我心里也一直很不是滋味。

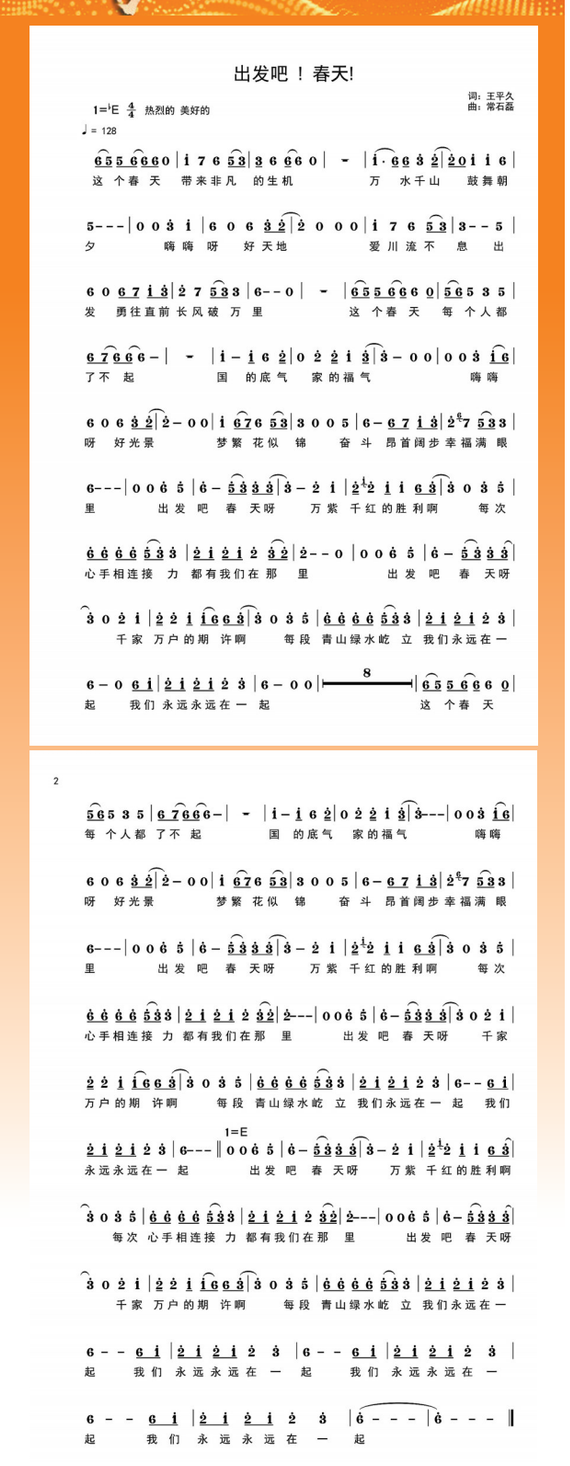
我的故事在大银幕里播出来了，希望大家看后喜欢吧，如果还能有一点收获，我就更开心了！爬了将近一辈子山，圆梦登顶了，也获得大家认可了，对于我，这经历很圆满了！我由衷地感谢帮助过、支持过我的每一位，也祝愿大家都能圆只属于自己的梦！我这一生已经足够证明：世上无难事，只要肯攀登！无尽攀登！！！

——节选自《无尽攀登》上映前的夏伯渝亲笔书

唱响中国梦 第九批“中国梦”主题新创作歌曲展播

这个春天每个人都了不起

——访《出发吧！春天》词作者王平久



从2018年到2020年，连续三年在央视春晚的舞台上，《赞赞新时代》《我们都是追梦人》《你好2020》三首洋溢着青春活力的歌曲受到观众尤其是青少年的青睐，他们的歌曲“青春、律动、昂扬、热情”的风格让观众印象颇深。这三首歌都是王平久、常石磊这对老搭档合作完成的。

当2021年央视春晚再次向王平久、常石磊发出创作邀约时，他们想创作一首与之前几首歌既一脉相承，又有所创新的歌。为此他们认真策划，首先要解决的就是“在2021年的春天，我们需要一首怎样的歌”这个问题。“我们一致认为，过去的2020年对每个人来说都是不平凡的一年，经历重重困难，每个人都需要重新出发的力量和勇气。因此我们想为大家创作一首充满春日蓬勃朝气和希望的歌曲，鼓舞大家汇聚力量，在新的一年整装出发，迎接2021年的春天。”王平久说。

“春天”的含义非常多，每个人对“春天”的理解可能有所不同。而2021年的“春天”，无论是对国家、对民族、对时代，还是对每一个中国人来说，都意义非凡。王平久想用“非凡的生机”来形容它。因为只有经历刺骨难熬的“冬天”，才能感受到“春天”的盎然生机，而这份生机的“非凡”，正是因为人与人能够牵起手来团结在一起，在春天整装出发。

王平久认为，“出发吧！春天”既是向过往作别，也是一句青春的口号，希望我们鼓起勇气面对未来的挑战。“出发吧”不只是一句呐喊，更是一个动作，就好像向未来的自己挥手鼓劲，而这个挥手的动作不是某一个人的，是千千万万人的，它是我们心中共同的动作。

“国的底气，家的福气”这句歌词也道出了每个人的切身感受。在过去的这些年里，我们越发感觉到“国”与“家”紧密相连，个人命运与国家命运同频共振。这让每个人都更加凝心聚力，更有自信。

看到《出发吧！春天》歌词，听到歌曲，或许很多人会首先想到疫情。但王平久认为，这首歌所表达的并不仅仅是疫情的事。在我们每一个可能遇到困难的瞬间，我们都能感受到守望相助、汇聚在一起的“爱川流不息”，都会相信“我们永远在一起”。王平久希望这首歌洋溢的青春力量让每个人都感觉到春天扑面而来，让大家为之一振、抖擞精神、充满力量、拥抱未来。

（郭超/《光明日报》）

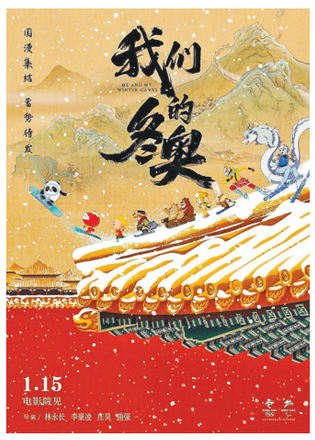
三代动漫人集结献礼冬奥会

动画片《我们的冬奥》，定档1月15日

集结了多个经典中国动画角色的动画片《我们的冬奥》，近日宣布定档2022年1月15日，献礼2022年北京冬奥会。

据悉，《我们的冬奥》集结了《大闹天宫》里的“齐天大圣”、《大耳朵图图》里的“胡图图”、《熊熊乐园》里的“光头强”和“熊大”“熊二”、《非人哉》里的“九月”“敖烈”，以及木偶动画里的“小虎妞”“老寿星”等多个经典中国动画角色形象。

影片讲述的是冬奥会即将举办时，北京冬奥会和冬残奥会吉祥物“冰墩墩”和“雪容融”在去参加奥运村的开村典礼时的一系列奇遇：“光头强”与“熊大”“熊二”一起帮助大家从暴风雪中脱险；九月偶然捡到“冰墩墩”，将其送回的同时收获完美假期；“小虎妞”在玩具的鼓励下勇敢面对挑战；“齐天大圣”借“冰器”时遇到“胡图图”一起参加天宫冰雪大会。



值得一提的是，奥运历史上此前从未有过吉祥物动画电影。此外，该片集合30+知名IP角色，将唤醒五代人的童年回忆。 羊城晚报记者 李丽