

站在高崗上的女性登山家江秀真

新北市雙溪區四面環山，風景宜人秀麗，少了都市的喧鬧與繁榮，多了一份恬靜美好，這美麗山城如何蘊育出世界知名的女性登山家呢？她是如何克服困難挑戰極限，是心中的執念？是為了人定勝天？還是為了高山動人的美麗呢？

因家中巨變，而培養獨立自主、克服萬難的能力及精神

江秀真生長於雙溪，童年常與玩伴奔跑追逐嬉戲於山林間，這不僅訓練出腳力，也培養出對山林與自然環境的熱愛。兒時榮獲田徑金牌，心想父親可能會很開心，但父親只說：「你要嘛就拿世界的金牌給我看看。」，這句話一直在她心中縈繞，也成為日後邁向世界攻上頂峰的決心。

國小六年級時，家逢巨變，被倒會四百多萬，父母親為了還債，帶著兄姐北上工作及念書，而她被留在雙溪，負責照顧弟弟妹妹。那是一段非常艱困的日子，但也成為她人生中的滋養，讓她在困境中學會獨立自主與堅毅不拔，克服萬難的能力與精神也逐漸在她內心茁壯。

高職畢業後，進入公司擔任會計一職，心想終於可以過上安然的日子，但對山林的熱愛卻與日俱增，為擇己所愛，毅然辭掉穩定的工

作，參加聖母峰的遠征訓練，當下她不知道這個決定是否太冒險，但憑著兒時父親的一句話，她相信自己可以做得好，登上世界第一高峰，拿個登山「奧運」金牌給父親瞧瞧。

踏遍七大洲的頂峰之後，我的歸途在哪？我該何去何從？

1995年5月12日登頂世界最高峰聖母峰，那年她才24歲，是第一個挑戰成功的華人女性。這次登頂的過程，歷經生死，瞭解生命是脆弱的、不堪一擊，她說她的肺功能比一般人來得好，等同於有三個肺，這是上天賜給她的禮物，讓她能適應高山缺氧的環境。山上舉步艱辛，氣候萬變難測，每個步伐都需要仔細地評估與算計，因為踏出去的每一步，都是未知的風險與挑戰，只要踏錯一步，就可能陷入危險，甚至是喪命。為了登峰造極，需要無比的毅力、勇氣與膽識。她感謝少時因家道中落，讓她培養出獨立堅強的精神，她感謝上天賜給她異於常人的身體機能，更感謝自己不畏艱辛，完成登上世界頂峰的梦想。

完成攀登世界之巔「聖母峰」後，她陸陸續續登上七大洲的頂峰，也成功完成二次攻頂聖母峰—南側路線的心願。攀登完世界及七大洲之巔後，她開始思考該何去何從？她笑說：「在基地營睡了兩個多月的帳篷，回家後，躺在日夜嚮往的彈簧床上，反而還睡不著，跟媽媽借

了客廳，繼續搭帳篷。」。

每一次的攀登經驗，除了讓她體會到了生命的脆弱與無常，以及在國外攀登的過程，她發現嚮導與基地營幾乎都是外國人，不諳英語的她，如同啞巴一般；登頂成功回國後，也因為她只有高職學歷，許多工作無法適任，她意識到自己在學識上的不足，決定重拾書包，以二十五歲的「高齡」考入嘉義農專，一路取得了嘉義大學森林所學士與碩士學位，因為長年於國內外登山經驗，深刻體會氣象學與登山密不可分，於是也完成了臺灣大學大氣科學系碩士學位，在這期間她也考入玉山國家公園擔任巡山員，成為我國第一位女性巡山員。

在高山之前，學會低頭，珍視人生

目前她就讀中正大學成人教育所博士班，期望日後能創辦一所技職體系的山域嚮導專業學校，除了有感於國內對於專業登山運動並沒有一套完善的制度之外，也在攀登巴基斯坦布羅德峰是另一個轉捩點，在登頂前她自信滿滿，笑著說她有辦法大聲唱出魯冰花，要登頂應該沒問題。但面對高山惡劣的氣候，她不得不屈服，她學會放下好勝與自滿，轉身下山，她說：「在登頂的路途上，有時選擇下撤，比堅持上攻還要困難。」，事後證明撤退的決定是對的，因為與他們同行的外國隊友在登頂途中不幸罹難了。

她認為：「登上巔峰之後，下山才是挑戰的開始。」，攀登布羅德峰她學會放下，並將啟示化為推動全民山林教育的力量，立志於創立登山學校，以及進入企業、公部門及各級學校推廣生命教育與環境教育。目前演講場次已超過兩千場，並計畫透過演講走遍全臺灣四千多所學校，推展登山教育理念與成立學校之願景。拜訪世界著名登山學校，觀摩其校史、教學經驗，盼能相互交流合作，帶動台灣登山運動的國際觀；提升國人登山知識與文化素養，降低山難事故發生；實踐「取之社會，用於社會的價值觀」，力行自我承諾的生命態度，終其一生。

女力「登峰」造極，無所不能

過去，登山是男性的天下，在登山訓練及核心價值上，大都以男性為主體去發想及訓練。江秀真克服性別上在生理與體力的差異，突破性別框架，成為第一位登上聖母峰及完攀世界七大洲最高峰的華人女性，以及是我國第一位女性巡山員，更榮獲第20屆十大傑出女青年獎與第47屆十大傑出青年獎等殊榮。她的精神與努力，激勵了不少愛好山林的女性，她認為登山與守護山林的責任不分性別，是全民可以共同參與的。

近年來，不少女性投入登山運動，登山訓練也開始注重男女之間

的差異，有許多課程是以女性角度去設計，甚至也有女性擔任高山嚮導員，帶領著隊伍登峰造極；另，危險又兼具挑戰巡山員工作，需面對山老鼠的盜伐集團及毒蛇猛獸，是錢少事多高風險的行業，但近年來有為數不少的女性紛紛投入這份守護工作。我們很樂見這樣的改變，證明女力，是無所不能的。

江秀真學經歷

- 1978-1983 年新北市雙溪國小
- 1984-1985 年新北市雙溪國中
- 1985-1986 年新北市明志國中
- 1986-1990 年私立育達高職
- 2000-2002 年嘉義大學森林所學士
- 2005-2014 年玉山國家公園保育巡查員
- 2006-2012 年嘉義大學森林所碩士
- 2008 年獲得 97 年體育運動精英獎〈最佳運動精神獎〉
- 2008 年獲得 97 年第 20 屆十大傑出女青年獎
- 2009 年獲得 98 年內政部一等獎章
- 2009 年獲得 98 年第 47 屆十大傑出青年獎
- 2014-2017 年臺灣大學大氣科學系碩士
- 2018 年-迄今目前就讀國立中正大學成人教育博士班

登山經歷

- 1987-迄今 台灣百岳 90 座
- 1995.05.12 第一次攀登聖母峰—北側路線，海拔 8848 公尺
- 2006.08.05 登頂歐洲—厄爾布魯斯峰，海拔 5642 公尺
- 2006.10.08 登頂非洲—吉力馬札羅峰，海拔 5895 公尺
- 2007.02.19 登頂南美洲—阿空加瓜峰，海拔 6962 公尺
- 2007.06.19 登頂北美洲—第拿里峰，海拔 6194 公尺
- 2007.09.09 登頂大洋洲—查亞峰，海拔 4884 公尺
- 2008.01.08 登頂南極洲—文森峰，海拔 4897 公尺
- 2009.05.19 第二次登頂聖母峰—南側路線，海拔 8848 公尺

個人紀錄

- 全世界百名內完攀七大洲最高峰
- 全世界第十二位女性完攀七大洲最高峰
- 亞洲第四位女性完攀七大洲最高峰
- 華人女性第一位完攀世界七大洲最高峰以及聖母峰
- 全世界第一位女性完攀七大洲最高峰與珠穆朗瑪峰南北側路線登頂



照片說明：歐洲最高峰-厄爾布魯斯峰 5642M



照片說明：北美洲最高峰-第拿里峰 6194M



照片說明：榮獲 98 年第 47 屆十大傑出青年獎



照片說明:TEDxTaipei 2015