

徒步129天 3800公里从平顶山到西藏

潘俊全：希望徒步到更多的地方



潘俊全展示写满支持者名字的横幅 本报记者 张鹏摄

□本报记者 杨岸萌

12月12日，在市区五一一路中苑小区28号楼，记者见到了前一天

刚从拉萨回到家的潘俊全。

经过8个月的准备，8月1日建军节当天从市区出发，历经129天、3800公里，24岁的潘俊全于12月7

日徒步到达目的地——拉萨布达拉宫。一路经风历雨，他克服了身体和精神上的不适，遇到各种各样的人，收获了无数感动。

萌生徒步旅行念头

潘俊全从小身体就很好，从小学三年级开始，每年至少有半年时间早起跑步。

“这是他之前在市中小小学田径运动会上获得的奖牌，1500米和5000米都是第一名。”潘俊全妈妈从卧室里翻出两个奖牌说，儿子从小就比较淘气，身体好，爱运动，所以中专毕业后她就想着让儿子到部队上锻炼身体。

2011年，18岁的潘俊全入伍，2016年退伍。

退伍回来之后，潘俊全做了一

些销售的工作，同时也没忘记到健身房锻炼。他回来两个多月后，90岁的奶奶去世。“爸妈上班忙，我7岁之前是在漯河老家跟爷爷奶奶一起生活的，所以与两位老人感情很好。”潘俊全说，本以为退伍之后能有多时间多陪陪老人，谁知道奶奶突然去世。“我很难受，从漯河到平顶山，是奶奶一辈子走的最远的路，她走了，我想带着她的照片去更远的地方看看。”

潘俊全说，当兵的时候，战友向他介绍了徒步旅行家雷殿生，他

买了雷殿生根据自己徒步的经历写的书来看，知道他历时十年走遍了全国各地，是唐朝以来第一个徒步走出罗布泊的人，潘俊全很是佩服，也萌生了徒步旅行的念头。

有了想法，潘俊全先告诉父母。父亲潘钊霖很支持：“男子汉大丈夫，自己想去做，无论结果如何都是对你的磨炼。”

母亲更多的是担心：“那么远，一个人，万一遇到危险怎么办？”后来潘俊全父子俩一直给她做工作，母亲也就妥协了。

平安到达目的地

8月1日，建军节，作为一名退伍兵，潘俊全感觉在这天出发很有意义。

出发前，潘俊全在小区大门口留了影：他身穿背心短裤，背着一个装有帐篷、睡袋、太阳能充电板等徒步必需品的重达40多斤的登山包以及一面用来让沿途行人签字的旗帜，旗上有翘起的大拇指，一股自信扑面而来。

“万事开头难，最考验人的是第一周。”潘俊全说，第一天晚上，他到达宝丰县商酒务镇，“脚上疼、背疼，一晚上热得几乎没怎么睡。这时候才发现背的睡袋太厚了不实用，赶紧寄回了家。”

记者问：“第一天有没有想着干脆回来算了？”

“那多丢人！我出发的时候很多人都知道，就这么回去了，我自己、别人都会对我失望的。”潘俊全说，接下来的一周是最难熬的，因为天气热、身体还没有适应高强度活动，他每天要喝十几瓶矿泉水，身上衣服天天被汗浸湿，脚底板像

被针扎一样。

一个月后，潘俊全脚上磨出了茧子，走路不再像以前那么疼；一天只喝两瓶矿泉水也不感觉渴，也不会出汗了，他发现自己身体逐渐适应，不像以前那么累了。

徒步旅行攻略是潘俊全之前做好的，经过的地方具体到小村庄。每天走多少，在哪里休息，沿途经过哪些景点，在景点逗留多久，都有详细的计划。

出发第四天的时候，因为当天计划走38公里，潘俊全凌晨4点多起来，为节约时间，买了两个油饼和两个鸡蛋边走边吃。走到汝州市临汝镇一个小村子时，看到路边有一户人家，院子用竹篱笆围起来，院里有两只大狼狗。“看到人经过，两只狗叫着就从篱笆上的一个小洞向外爬，明明旁边有个大洞，它们还从小洞爬，我就在一边看着，笑它们傻。谁知道它们爬出来后立即向我身上扑，当时我都蒙了，拿背包里的兵工锹阻挡已经来不及了，幸亏手里有因为太噁没吃

完的饼，赶紧扔了过去，这才有时间逃走。”

一路上，潘俊全一般都是吃干粮、睡帐篷，偶尔会到旅店休整。

走到洛阳的时候，潘俊全在西苑公园过夜。“我记得很清楚，公园对面就是一个大酒店，害怕路边吵，我在公园深处找了一个地方睡觉。晚上一个人也没有，睡的地方也没路灯，我睡下能听到猫叫声，好像还有鱼跳声，感觉很疼人。”

潘俊全说，其实一路上并不像大家以为的那样有很多危险，也是他运气好、身体好，一般走到山上的时候都是大晴天，最后在川藏公路上也没有出现缺氧等高原反应。只有一次，10月26日，在川藏公路四川省甘孜州理塘县禾尼乡附近，突然下起了雨，雨之后是小冰雹，风还大，冷得很，“每天走多少都是有计划的，遇到这样的天气，还是要走，不过走下来要费劲得多。”

12月7日，历时129天，潘俊全到达拉萨布达拉宫。

最佳拍档“龙哥”

近万张照片、在快手上直播，潘俊全将沿途的风景通过这种方式展示给大家。

12月7日，到达拉萨后，潘俊全买了小孩子戴的手镯、项链等邮寄给陕西省渭南市的李明亚和四川省广元市的夏荣琴，作为送给她们女儿的礼物：“这两个姐姐从我出发十几天的时候就开始关注我，每天给我加油打气，这让我很感动、很受鼓励，要谢谢你们。还有粉丝请我吃面、吃火锅，送水，很感谢他们的支持。”

路上，潘俊全还遇到无数骑行、徒步的人。他半路曾与三人结伴一起走，后来因为各种原因没有坚持到底，而他认为的“最佳拍档”“龙哥”陪他从康定一直走到拉萨。

过秦岭的时候，潘俊全遇到了骑行的“龙哥”。与“龙哥”聊天，得知他是山东人，28岁，当过8年兵，比起骑行，他更加想徒步。两人分手前加了微信。“后来我到四川的时候，‘龙哥’联系我因为家里有事骑行中断了，现在事情处理完了也要徒步，我们约在康定见面，

之后一直一起走。”

10月5日，徒步第66天，潘俊全和“龙哥”进入川藏公路。气温降低，厚衣厚被行李增多，两人买了一个小推斗车，行李装上去，轮流推着走。10月24日在四川省甘孜州理塘县附近，他们救了一只受伤的国家一级保护动物黑鹳，花了三个小时才把它交到森林公安手中。

11月17日，在西藏八宿县王排桥休息时，潘俊全他们遇到理塘县一个村子里到拉萨朝拜的24名藏民，晚上他们比邻搭帐篷聊天休息。可能是有感于他们俩徒步去拉萨，第二天藏民邀请他们吃饭，一起行走。

“他们24人，四个男的，两人负责带路，两人负责开车，其他的都是女人。他们的行李都在车上放着，还带着做饭的家伙。”潘俊全说，之前他们大多时间都是吃干粮，遇到藏民后，人家不但让他们把比较重的帐篷等行李放在车上，还免费管他们吃饭。“年龄最大的老奶奶70多岁，他们人都很好。从那之后我们就一起走了。”

难忘色季拉山

让潘俊全“终生难忘”的感动发生在色季拉山。

11月25日，距到达目的地还有十天左右。潘俊全和“龙哥”已经推着推斗车跟着藏民走了8天。藏民走得比较快，每天40公里左右，因为是去朝拜，吃的全是素食。比他们自己的计划走得远，又不能吃草补充体力，他和“龙哥”两人感觉比以前累多了。

行至色季拉山时，有一段盘山路，仅慢山坡就有20公里远。因为两人推着车，无法像藏民一样从“小路”走。这一天，他们整整走了50公里，在到休息点之前，“龙哥”已经多次向他念叨，说从当天开始不再跟着藏民走了，也不要再看到推斗车。

“当时我也很矛盾，我跟‘龙哥’同行这么多天，不能单独留下他走；但是又想跟藏民一起，了解他们，所以很纠结。”潘俊全说，快到达休息点的时候已经晚上8点多了，天都黑了，他们俩也处在崩溃的边缘，他还在纠结。“就在这时，我看到24位藏民全部在帐篷外拿着手电向我们这里照，一看到我们，70多岁的老奶奶赶来拉着我们的手说还以为俩孙

子丢了，回来就好。”

接到他俩之后，藏民端出来为他们准备的米饭和海带等四个菜：“要知道他们真的很节省，平时就是吃糌粑，很少买菜。这菜是他们专门开车从附近的城镇买的，他们自己都没吃，就给我俩了。”

回想当时的情形，潘俊全唯有四字：“终生难忘。”因为这份感动，他和“龙哥”再也没有超过与藏民分开走的念头，处理掉推斗车，他们背着行李和藏民一起走到终点，从此他们称呼藏民为“我的藏族家人”，藏民还给他和“龙哥”起了藏名：扎西邓珠和央央邓珠（音）。“到达拉萨大昭寺时，藏族家人的朋友给我们每人献上了五条哈达，那时候真的感觉这次徒步很圆满。”

如果说出发前心里还有一点不确定，害怕路上会有各种艰难险阻，那么现在谈起徒步到拉萨，潘俊全已经云淡风轻。“能把这段路走下来，感觉今后人生无论遇到任何困难我都能克服。”

未来，潘俊全还计划把自己的经历写成书，把拍摄出来的视频剪成小电影，徒步到更多的地方去旅行。

湛河区人民法院公告

叶县鑫能化工销售有限公司、平顶山市亿鑫达生物能源有限公司、宋聚宝、吴玉香、魏中合、魏中建、赵魁、高东丽、魏中峰：

本院受理的平顶山银行股份有限公司与你们及平顶山市恒鑫源投资担保有限公司金融借款合同纠纷一案，已审理终结。现依法向你们公告送达(2017)豫0411民初3989号民事裁定书、(2017)豫0411民初3989号民事判决书。自公告之日起经过60日即视为送达。如不服本判决，可在公告送达期满后15日内向本院递交上诉状，并按对方当事人的人数提出副本，上诉于河南省平顶山市中级人民法院。

特此公告