

“张迪”和“张海迪”名字相仿，身体状态也相似，他们都因脊髓损伤导致高位截瘫。南皮小伙子张迪消沉了整整十年后，终于振作起来，不仅靠自己的双手养育孩子、孝敬父母，还给更多伤友带去希望——

## “复活”

本报记者 祁晓娟

“有这些手工活，春节前你们也能有点儿收入。”1月6日一大早，张迪忙着给几名残疾人联系手工活。

用张迪的话来说，这些残疾人挣点儿钱，可以给孩子压岁钱，更能买点吃的喝的孝敬一下家里的老人。

如今，张迪很忙，不仅忙着帮助一些残疾人，还要处理南皮县脊髓损伤者“希望之家”的事情……

“你见过十年前的我吗？”张迪说，那时的自己，他现在都不敢想……

### “黑暗”的十年

张迪，33岁，南皮县潞灌镇东唐家务村人。

1月6日早晨，张迪起床后熟练地穿好衣服，坐上轮椅、洗脸、刷牙、吃早饭……他从两级台阶改造成的长4米、宽2米的水泥坡道上下来，骑上了电动三轮车去给家里买菜。

2010年，张迪在21岁那一年，因脊髓损伤导致高位截瘫。他下身瘫痪，需常年与轮椅相伴。

21岁，正是一个人褪去了少年的青涩，开始以男子汉的气魄披荆斩棘生活的时候，张迪的人生却被按下了“暂停键”。

那一年，张迪的儿子不到一岁。孩子的母亲难以面对如此局面，不告而别。

40多岁的父母，一下子花白了头发……

张迪因为无法面对自己不能站起来的事实，精神世界彻底崩塌。

身体毁了，精神也毁了。从那一天起，张迪关上了自己的屋门，更关上了“心门”。

从那之后近9年的时间，张迪足不出户，不与外界接触，不和任何人交流，甚至跟自己的父母和孩子也不说话，每天躺在床上，一脸的迷茫。

张迪的妈妈担心儿子憋坏，曾多次尝试推着张迪出门走走。每当这个时候，张迪都会大发脾气，甚至和妈妈爆发激烈的冲突。

张迪的妈妈眼泪都哭干了。

张迪在瘫痪之前，是个钳工。心灵手巧的他工资近3000元，当时在农村收入可不少，比周围很多小伙伴的收入都高。

然而，天突然塌了，他一下子变成了一个连生活都无法自理的残疾人，原本曾经可以轻松跨过的水泥台阶变成了难以逾越的一座高山。

“这种反差，我很难接受，很长的时间里，我几乎不跟任何人交流，包括父母和儿子。”张迪说，他原来算是家里的顶梁柱，现在却要依靠父母的照顾生活，他根本接受不了这个现实。



### “走”出家门

改变始于2020年，契机是“希望之家‘金种子’”培训项目。

张迪的状况不仅仅令家人着急，南皮残联部门的工作人员也很关注他的情况，希望帮助他走出消沉。那一年，张迪被邀请到北京参加“希望之家‘金种子’”培训项目，接受脊髓损伤者生活重建训练。

记者了解到，“希望之家‘金种子’”培训项目是一个推动脊髓损伤者自助、助人项目。在培训中，老师会帮助脊髓损伤者重建生活自理能力，重建心理健康，最终让脊髓损伤者融入社会，实现人生价值。

项目对参加培训的“金种子”有一个要求：“他们结业之后，要去帮助更多的人。”

张迪说，一开始，他是抗拒的。南皮残联负责人来到他家，一遍一遍地跟他说，让他勇敢迈出这一步，改变自己的生活状态。

于是，张迪在10年后，第一次走出了家门。在北京，他接受了一个月的生活重建训练，并以优异的成绩通过了一系列生活自理技能和心理重建课程的考核。

在那里，张迪看到，很多像他一样的脊髓损伤者能够生活自理、外出工作，甚至还能旅游呢，这让张迪羡慕不已。

通过培训，张迪的内心豁然开朗，人生观悄然发生了改变：“我们的身体可能和别人不同，但我们一样对生活有积极的态度，一样可以用双手去成就自己。”

回到家后，大家都说张迪像变了一个人。

村里的人说，张迪现在爱笑了，也会主动跟他们打招呼了。看到张迪的变化，村里人也都替



他高兴。

看到张迪的变化，最高兴的就是他的妈妈。“以前，他每天都把自己关在屋里，谁来都不说话，很少见到他笑，我这当妈的看在眼里，疼在心上，但也没有别的法子。”张迪的妈妈哽咽地说，“你看看现在，张迪跟谁都能聊天，我感觉我那个阳光的儿子又回来了。张迪还找到了一份工作养活自己。”

### “领头人”

改变后的张迪有了新的人生目标：他不仅希望靠自己的双手养育孩子、孝敬父母，而且现在有了进一步的追求，希望以自己改变的经历脚踏实地地为更多伤友带去希望。

2022年8月8日，南皮县脊髓损伤者“希望之家”成立，第一

期脊髓损伤者生活重建训练营同时成立。11名来自南皮及周边县市的脊髓损伤者是第一期学员。张迪作为在北京接受过生活重建训练的“金种子”，成为“希望之家”的指导老师。张迪在他的朋友圈里发了这样一条信息：今天是我们自己的节日，新的开始，新的生活。

从那时起，南皮县的脊髓损伤者有了开启新生活的平台，张迪成为领头人。

通过调查，张迪结识了很多像他一样的人。

“以前南皮县没有脊髓损伤者‘希望之家’，多数伤友并不知道脊髓损伤导致高位截瘫后，通过生活技能的训练还能实现生活自理，甚至就业。他们通常把自己封闭在家里，有的甚至10多年从未出过家门，生活起居全靠家人照顾。”张迪说。

来自泊头的张海波参加了这次的训练营。作为一名脊髓损伤者，他曾经不能自己上下轮椅，不能自己刷牙、洗脸，全都需要妻子的照顾。

在训练营中，张海波像个孩子一样，从最简单的动作开始学起。“能自理的感觉太好了。”张海波说，“我终于觉得自己活得像个‘人’了。”

海兴的脊髓损伤者李全良参加完训练营之后，精气神更足了。“我也想着去外面看看世界。”他买了一个电动“车头”，连着轮椅，自驾着在周边玩。有一次，他甚至“骑”着车从海兴到了南皮。

南皮的刘硕今年21岁了，因为意外从高处掉落摔伤了。脊髓损伤的他一度不能自己穿衣服、吃饭、上厕所……通过在“希望之家”生活重建训练营的训练，他能够“自理”了。

……

很多伤友开始慢慢接受自己的身体，从寸步难行到灵活使用轮椅，从大小便出糗到合理管理大小便，从需要家人照料到自理生活，每一个人都在发生质的变化。

“金种子”生根发芽

为了能让更多的伤友受益，张迪想方设法地联系更多的脊髓损伤者加入进来。

“我有时一天要打几十个电话。”张迪说。

一开始，很多人并不能打开心扉。张迪清楚地记得，他给一名脊髓损伤者打电话。在电话的那头，那名脊髓损伤者无奈地说：“我太久没出门了，已经不知道怎么走出来了。”

张迪就拿自己的经历跟他分享，还把他拉到了他们的微信群中。

张迪的微信群从开始的11人，增加到现在的130多人，除南皮县之外，沧州市其他区县的伤友也加入到这个大家庭中。“我们经常微信群里分享康复知识、生活技能，没有参加过训练营的伤友非常喜欢这样的分享，觉得对他们帮助很大。”张迪说。参加了生活重建训练营，实现了生活自理以后，伤友们下一步的目标是实现就业。

目前，南皮县“脊髓损伤者‘希望之家’”已经和“北京脊髓损伤者‘希望之家’”合作，引进了一些适合伤友们居家就业的项目。“虽然我们刚开始工作不久，但大家的干劲都很足。”张迪说，“希望有更多适合伤友居家就业的机会。”

春节前，张迪联系了一批手工活。他通过手机把这些手工活分给几名残疾人。大家在家中就可以赚点“零花钱”。

“有了这些收入，他们会更加自信。”张迪说。

张迪这颗“金种子”已经在南皮县落地生根，为更多的脊髓损伤者带去希望。

(本版照片由张迪提供)