

给机械手做美甲、起名字 失去一只手后，她成为“赛博格”

36岁的Jessica杜颜嘉酷爱极限运动，走过39个国家，跳伞、潜水、滑雪、冲浪……却在去年年底，因一场意外失去左手。她选择装上中国首例半掌智能仿生手，成为人机共生的“赛博格”，发掘新的可能性。

这场意外，让原本的“独行侠”感受到来自家人和朋友充盈的爱，更因此习得了“爱自己”的本义——不是吃好喝好玩好，而是无论发生什么，都坚定地接纳自己、守护自己。



一场意外，她装上机械手

自由如风、好奇心强的“独行侠”，这是从前的Jessica对自己的评价。前35年的人生里，她走过39个国家，热爱各种极限运动，有近十年自由潜水经验，积极尝试跳伞、滑雪、冲浪等等。

去年年底，这样的生活被一场意外重重地按下了暂停键。一天晚上，Jessica喊朋友们来到海南的家里烧烤聚会，结束之后，独自把烧烤工具搬回室内的卫生间。当时炉火还没完全熄灭，Jessica在洗澡时一氧化碳中毒晕倒，左手被火炉严重烧伤。

醒来时，Jessica已经躺在医院，完全不记得晕倒后的6个小时里，究竟发生了什么。医生当即通知她，要做好截肢的准备。医生还告诉她，当时是她自己打了报警电话。“其实是我的身体在本能地保护我。左手被烧到剧痛，身体产生了报警的本能反应，可以说是左手给了我第二次生命。”

截肢手术之后，Jessica经历了一个多月的幻肢疼痛，因为大脑还不能接受“左手不在了”的事实，止痛药也无法缓解。“我就不停地告诉大脑，手已经不在了，然后不断跟左手道歉。突然有一天，梦里的我没有左手了，好像大脑接受了这件事，之后疼痛开始逐渐减弱。”



从前的Jessica全情投入到极限运动和繁忙的工作中，从未真正关注过身体的疼痛；这场意外让她意识到，身体的每个部位释放出的每个信号，都值得认真对待。

她还记得手术前的那个晚上，自己擦干眼泪，亲吻了左手：“谢谢你这35年来的陪伴，以后我会更加爱惜自己，守护好自己。”

为了给自己选择一只新的手，Jessica下了很多功夫，几乎成了半个假肢专家，考虑的首要因素就是功能性。

她发现，市场上大部分手部假肢需要与手臂相连，而自己保留了部分手掌，全世界只有一家公司有适合的产品，连忙写邮件联系。幸运的是，这家公司正准备向中国输出这项技术。

装上中国首例半掌智能仿生手后，Jessica得以继续独立生活，拧矿泉水瓶盖、拆快递、做饭、开车、打字都渐渐熟练起来，甚至偶尔被这只机械手惊喜到：“用烤箱或微波炉，完全不用戴隔热手套的。”

一只全新的、足够酷的、只为自己而装的机械左手，是Jessica守护自己的全新开始。

Jessica爱美，出院第一时间就想做美甲，但不好意思去店里，就网上买穿戴甲自己做，给机械手的指尖也贴满水钻。她给这只机械手起名Olive，跟大力水手的老婆同名。“听起来是个无所不能、力大无穷的正义英雄。”

学会守护自己，方能走出困境

Jessica从小经历父母离异，跟着爷爷奶奶长大，很早就开始独立生活，从不爱麻烦别人，也不喜欢被麻烦。“以前，我在感情上一直很自卑，认为自己不够优秀，事业不够成功，不够漂亮，不够年轻……”

而康复过程中，来自家人和朋友的真实爱意，支撑她走出人生低谷，也重塑了她对爱的理解。

给伤口做植皮手术需要取一部分头皮，Jessica不得不剪掉一头秀发，妈妈怕她有心理压力，陪她一起剃了光头；十几年来身处不同城市、几乎没有生活交集的发小，在Jessica回到家乡住院后，每天下班来给她送饭，陪她说话，带她做康复运动，且从不主动过问这段经历；朋友们从世界各地飞回来看望她，怕她一直躺着腰伤复发，寄来按摩椅和舒适的睡衣，嘱咐她：“有什么事情一定要‘麻烦’我们，被你麻烦是特别幸福的事情。”

她第一次意识到，原来自己被这么多爱围绕着，原来爱不是利益的“等价交换”，不会被时间和距离阻碍。

曾经自由如风却时常缺失方向感的Jessica，现在活得更加“落地”。妈妈晚上有没有睡好？朋友恋爱和工作上的难题有没有得到解决？她开始关心身边人的具体生活。

也正因脚步的暂停，Jessica沉下心来，感受到世界更为本真的一面：入春后，一朵花悄悄绽放了；院子里的枯树枝一天天在生根发芽；妈妈今天去市场买到了便宜的鱼虾和水果……以前的她从未想过，自己会为这些小事而雀跃。“突然发现生活中无时无刻不存在着幸福，只是人没有发现它、体会它。”

出院一个多月后，Jessica看了一部有关运动的电影，鼓起勇气尝试做拉伸，居然能做到下犬

式了。虽然还没那么标准，但她意识到，失去一只手，并没有如想象中那样受到万般限制。运动和生活，都在渐渐地恢复。

接纳所有样子的自己

Jessica将现在的自己称为“Jessica 2.0”。从小到大她都是“极度爱自己”的人，不过，1.0时代的自我之爱，更像欲望和利己主义：吃好的，喝好的，买很多喜欢的东西，追求物质的成功和极致的快乐；完成了许多目标后，精神上仍时常感到匮乏和孤独。

2.0时代，Jessica对自我之爱的理解，转变为了对自我的“守护”。“我的自我守护来源于跟朋友的交流、跟家人的连接、跟世界万物的连接。最重要的是，我接纳和拥抱所有样子的自己，即使有残缺，仍然觉得自己很优秀。”

Jessica渐渐理解，获得不一定是福，失去也不一定是祸，正如自己失去了身体的一部分，却构筑了自我守护的桥梁。“能发现和体会爱，了解不同群体的世界，体会生命的多样性，很有意思的。”朋友也开玩笑说：“你的人生体验拉满了。”

最近，Jessica和朋友计划去毛里求斯或墨西哥潜水，追逐抹香鲸和虎鲸，完成1.0时代没有完成的心愿。明年的世界运动会将首次把自由潜水纳入比赛项目，设有残障人士组别，Jessica在教练的鼓励下计划报名参加。

“以前只是把潜水当作爱好，从没想到过技术能力要达到什么高度。现在觉得是种挑战，希望能通过比赛，让更多人看到残障群体，看到没有手的人也可以拥有很多工作机会，也可以运动，也可以健康地生活；希望为更多残障人士，带去守护自我的力量。”

向内的探索，让Jessica向外发出更亮的光芒。当身体不再“完整”，心却更完整、更美、更有生命力。从那只为自己而装的机械手开始，她已然学会如何真正守护自己。

(来源：一条)

