

坐着轮椅游世界！高位瘫痪女孩用旅行“重启”人生



今日女报 / 凤网记者 陈雪炎 供图 / 受访者

25岁之前，背包周游过20多个国家：走过巴黎的街头，爬过挪威的奇迹石，进过埃及金字塔，看过冰岛的夏日……

25岁之后，遭遇车祸，高位瘫痪，还能去看世界吗？

贵州女孩孙晨璐的答案是：当然。

在爸爸妈妈的陪伴下，她没有停下脚步，开始坐着轮椅去看世界，青海、澳门、新加坡、越南……“如果寻常的路被挡住，那就去走一条新的路！”接受今日女报 / 凤网记者采访时，这个阳光又爱笑的女孩充满热忱地说道。

一次意外，用轮椅丈量世界

“偷得浮生半日闲，‘格格’出宫啦！”1月4日，高位瘫痪女孩孙晨璐在社交平台发布了自己和父母一起到北京游玩的打卡视频，分享坐着轮椅游北京的特别攻略，吸引了众多网友点赞、评论。

走进故宫，换上一身粉嫩嫩的川黛格格造型，轻轻捏着一把小团扇，掩面莞尔一笑……视频里的孙晨璐明媚又活泼，以至于很多网友最初认为她只是脚受伤了暂时用轮椅代步，但其实轮椅早已成为了她身体的一部分。

25岁之前，孙晨璐的人生顺风顺水：本科毕业于上海对外经贸大学，在英国布里斯托大学完成了硕士学业，之后在北京一家留学咨询公司工作，旅行的足迹遍布20多个国家，还计划去加拿大攻读博士学位。

2017年1月，在前往机场的路上，她遭遇了车祸，经过3次进ICU、5次上手术台的治疗，尽管保住了性命，但头部和手臂以外的所有身体部位都毫无知

觉，再也无法独立行走。好在她从没想到放弃，开始了漫长又痛苦的康复之路。

2019年2月，在父母的帮助下，她坐着轮椅来到了两年前因车祸未能抵达的目的地——马来西亚，开启了一场圆梦之旅。孙晨璐告诉记者，那是她出事以来第一次出去旅游，从一个人说走就走的旅行，变成一家人的旅游，不变的是旅行让她再次感受到生活的美好。

“刚开始，我常常因为别人盯着我的轮椅而感到尴尬，好在以前读过的书、走过的路都给我带来了信心，慢慢地，我的想法开始转变：现在只是换了一种方式去玩——坐在轮椅上看世界。”孙晨璐笑着说。

从那时起，轮椅成为了她丈量世界的新方式，一家三口，四个轮子，无限可能。

旅途中，她还拍摄了“坐着轮椅去旅行”的系列视频，分享自己坐着轮椅怎么完成旅行

的真实经历，以及旅途中的穿搭和妆容，从最开始零星的点赞到如今超19万的粉丝量，几千名网友在弹幕和评论区鼓励她，并亲切地叫她“璐璐”。

也有人不太理解：坐着轮椅还要去旅行的意义何在？

孙晨璐笑着说：“坐在轮椅上的每一分一秒，我都觉得自己是被禁锢住的，只有在路上，去看世界的精彩和美好，才觉得我的生命自由又鲜活，充满新的期待。”



孙晨璐与父母合影

一路陪伴，克服重重困难出发

坐着轮椅看世界，并不像想象中那么简单。开心的背后，一路上也有很多无奈和艰辛。

“首先就是交通方面，有很多麻烦之处。”孙晨璐告诉记者，每次坐飞机出行，她都要提前预约机场的轮椅服务，一些机场会配备升降车，没有升降车的机场就只能靠工作人员抬。机舱内的过道只有二三十厘米，普通轮椅根本进不去，因此上飞机后要换坐一个小轮椅，才能推进机舱。坐高铁的时候，为了跨越车身和站台之间的缝隙，需要爸爸和工作人员协力把轮椅抬上去。此外，高铁上的洗手间很窄，也不是每个车厢都有无障碍厕所，所以一般坐高铁之前她都会注意控制饮食，只有下了高铁才敢敞开心扉。好在上车后，常有列车员会帮忙与其他乘客沟通，帮她换到比较宽阔的位置，方便进出。

“即便有种种困难，但每一次，爸爸妈妈都会想尽办法让

我不留遗憾，拥有最好的旅行体验。”孙晨璐回忆道。

她记得有一次去海南三亚旅行，刚开始上码头的时候，还有无障碍坡道可以推行轮椅，但是紧接着就是一段很陡很窄的斜坡，起初工作人员建议他们别推轮椅下去，但经过爸爸多番争取，最后游船的工作人员和爸爸一起把孙晨璐抬到了游船上。

孙晨璐回忆道，因为轮椅进不去船舱，所以她只能坐在船板上，好在上岛后的无障碍设施建设得很完善，妈妈爸爸轮换着推她在栈桥上漫步，一边拍照，一边看大海。

到了傍晚时分，沙滩上很多人踩点抓螃蟹，看到别人在踏浪散步，双脚踩出片片浪花，孙晨璐不禁心生羡慕。但轮椅无法在沙滩上推行，离海岸线仅50米，她却寸步难行。

此时，站在一旁的双亲看出

了女儿的失落，便找了两位工作人员帮忙，连人带椅把她抬到了海岸线旁，海风卷着浪花而来，把孙晨璐的脸吹得笑开了花。

第二天，他们遍寻商家，问到了一家可以让轮椅搭乘的渔船，体验了一次海钓。

“我把鱼竿卡在肚子上，手腕扶着鱼竿，右手大拇指卡住转盘收放线。”孙晨璐笑着回忆起当时的情景，“轮椅随着船身摇晃不停，我却幸运地钓到了两条，船长直呼我是钓鱼高手！”

就这样，一路坐着轮椅，孙晨璐和父母一起走过了不少地方，青海、澳门、新加坡、越南……每次出行，一天差不多要在轮椅上坐10个多小时，保持一个姿势不能动弹，一天下来，身体酸痛得厉害。

孙晨璐却说，她很享受在路上的每个瞬间，即使轮椅变成了她的双脚，她也不想停下脚步。

一路分享，挑战无障碍人生

一直以来，孙晨璐不断出发，也不断遇见更好的自己。

“车祸曾经摧毁了我的人生，现在的我是一个从地狱里爬回人间的全新的自己。如果把人生比作一次飞行，那我只是偏航了，并没有坠机，找回自己的轨道，就能继续向新目标出发！”孙晨璐笑着说。

从在天安门广场举起伸展不开的手用力地敬个礼，到去北京环球影城打卡坐着轮椅也能玩的游乐园项目，再到用轮椅征服以坡坎著称的山城重庆……上山、下海，她一个不落，一路探寻着人生的无限可能。

2019年，孙晨璐在参加脊髓损伤生活重建训练营时接触到乒乓球，2021年她参加了全国第十一届残运会暨第八届特奥会，并拿下两枚乒乓球团体赛金牌。

在朋友的介绍下，孙晨璐还认识了老谭——一个住在北京的美国人，他在2013年开始发起一项旨在帮助残障人士参与适应性运动、重新融入社会的志愿活动。在他的帮助下，孙晨璐学会了在水里戴着浮标游泳，甚至还体验了一次惊险刺激的滑翔飞行。

像鹰一样遨游在天空中，俯瞰大地，她开心地喊着：“这太令人兴奋了，就像坐在空中的敞篷车上，风从我耳边吹过，突然觉得生活有无限可能，能活着真是太好了！”

对于孙晨璐而言，在旅行中收获的快乐给了她更多对美好生活的向往，她希望能把这份快乐传递下去。

于是，现在每到一个地方，她都会花几个小时努力地化妆打扮，甚至换上当地的民族服饰，拍摄一个个详细的旅行视频，分享自己的无障碍旅行路线和攻略，鼓励更多同样身体不方便的朋友们不要害怕未知，要敢于走出家门，去看更广阔的世界。

“游故宫，有三条无障碍线路，从门口的无障碍坡道进去，可以路过保和殿、太和殿……”视频里，从如何用残证订购票和预约，到哪些宫殿可以凭轮椅抵达，孙晨璐事无巨细地介绍着。

她说，希望用自己的真实旅行经历告诉很多因身体缺陷想出门却不敢出的朋友，现在，很多城市和景区的无障碍设施建设越来越完善了，针对残障人士的服务也更到位，只要在出行前做好充分的准备，任何人都可以享受出门旅行的便利和美好。同时，她也希望自己的视频能够吸引更多人对无障碍出行的关注和重视：“在遇到轮椅游客时多给予一些耐心和善意，让他们知道，他们并没有被世界抛弃。”

新年伊始，孙晨璐又计划起了下一场旅程——泰国，她期待着之前用双腿没能走完的路，坐着轮椅依旧可以走完。



孙晨璐在故宫