

單車人生

騎單車，開拓新視界

作者：庫克 KEVIN COOK

就像許多人一樣，我在兒時經常騎著腳踏車，後來卻有一段時間停掉了這個習慣。這一晃就是 40 年。後來，內人和我搬到紐約，那裡的單車騎士每天得冒著生命危險上路，跟計程車、警車、消防車、雙層公車、快遞機車，甚至是在街角用時速 20 哩倒車的貨車，一起上演猶如電影《瘋狂麥斯》（Mad Max Beyond Thunderdome）的戲碼〔譯註：在沙漠中飛車追逐〕。這樣子騎腳踏車，我可不要！至少在我過 50 歲生日、新陳代謝作用消退前，我都不需要。但從啤酒罐裡喝下的卡路里，卻開始一路堆砌成我的啤酒肚。我該開始運動了。不運動，我就得放下 Samuel Adams（美國知名啤酒品牌），但我實在無法做到。

於是我開始到健身房騎室內腳踏車。一邊看電視、一邊運動到出汗，還可以看到總共燃燒多少卡路里：順便地騎個半小時大概是 200 大卡，足夠抵銷一瓶啤酒的熱量。之後我感覺人比較強壯、也比較有精神，但對於一個逐漸上了年紀、頭髮快禿光了的男人而言，努力運動卻一無所獲，總是不痛快。面對這種「中年騎單車危機」，我開始渴望再次



走出戶外。

在我 55 歲生日那天，內人送我一輛全黑的休閒自行車，輪胎厚、手把寬。騎在這輛單車上，就感覺我跟它一樣天下無敵。一開始，我固定沿著哈德遜河的自行車道繞行曼哈頓區，感受著風吹拂著我留不住毛髮的頭頂。漸漸地，我往城裡騎去。

我算是上了年紀才跟上這股快速成長的風潮。「全美自行車愛好者聯盟」（League of American Bicyclists）發言人泰勒 Steve Taylor 說：「走路或慢跑是很棒，但騎單車可以到地方要多更多。要探索一座新城市或居住的地方，沒有比這更好的方法了。」（懂嗎？）這個非營利組織的會員超過 10 萬人。他說，比起開車，騎單車既健康又環保，「不僅適合年輕人或健身迷，

也適合長大後就可能沒再騎過單車的職場人士。成年人要騎單車，從來沒有像現在這麼簡單，而且一年比一年簡單。」

世界各地每年新設的自行車道數以千哩計。在美國，仿效巴黎及阿姆斯特丹等都市的公共單車計畫，正讓單車共享制成為人力交通工具界的 Zipcar（共享租車服務）。紐約的「花旗單車 Citi Bike」是全美規模最大的城市單車共享服務，號稱有 10 萬會員。其他還包括波士頓的 Hubway 及芝加哥的 Divvy。

如同大多數與我年紀相仿的人，我到戶外騎單車並非為了追求緊張、刺激或獎牌。每當從我後方竄出的騎士激起我飆車的欲望，我就想起有次藍斯·阿姆斯壯 Lance Armstrong 贏得環法自由車賽冠軍，我貼身採訪一整天後他所說的話。當時我問他，當其他世界級的車手都在服用禁藥，他是怎麼不靠禁藥凌駕他們的？他冷冷看著我說：「賣力。還有別的問題嗎？」

我還有一個問題。「可以給我這個年紀的車手任何建議嗎？」

他打量我一下，然後說：「別摔車。」

我一直很努力信奉藍斯

的建議過活。遺憾的是，要騎上布魯克林橋又不撞到觀光客，根本就不可能。他們總是毫無預警地走上自行車道，就為了微笑自拍。之後，我會在結痂的傷口上塗著 Neosporin 藥膏時自我安慰，心想全世界的人們一定都開心地看著他們到紐約出遊的照片，而我只是背景中打滑摔車的模糊小不點。

至今，我已經橫渡五個行政區超過 1 萬哩路，從翠貝卡區（Tribeca）騎到西哈林區（West Harlem）再折返，騎經布魯克林橋、曼哈頓橋及威廉斯堡橋一直到聯合國總部大樓，穿越第 59 街大橋到皇后區（Queens），再從那裡騎到布魯克林的紅鉤區（Red Hook），也就是自由女神跟你四眼相望的地方——這裡程數已足以讓我自覺跟任何一位搭乘豪華轎車的商場大亨一樣屬於這個地方。比起從曼哈頓某處直升機坪搭機飛到紐澤西某座機場的川普 Donald Trump，每週要路過那直升機坪好幾次的我，對紐約的各個角落更加瞭若指掌。

有一天我繞道去了「格蘭特將軍墓」（Grant's Tomb），那是位於哈林區河濱公園的一處花崗岩柱廊。猜猜有誰在那裡長眠？距離那裡 50 個路口，40 呎高的「小紅燈塔」（Little Red Lighthouse）靜靜守護著哈德遜河上一處曾是英國戰艦和美國殖民地居民兵家必爭之地的河段。我在那附近

拐錯了彎，後來才驚覺汽車及半拖車從我兩旁呼嘯而過，原來我正瘋狂地騎在往喬治華盛頓大橋的匝道上。那次拐錯彎的離譜程度還只能排第二。最誇張的是有一天我該往右卻誤往左彎，結果騎進了梅西百貨感恩節大遊行的隊伍中。我搞不清楚究竟該奮力擠過前方遊行的樂隊，還是乾脆停下來一起歡唱。

梅西百貨往南 7 哩處，在布魯克林某個荒涼的角落，會騎經一處「超級基金」（Superfund，土壤及地下水污染整治基金）場址，就是有毒的工業污泥流入紐約港的地方。偶爾還能看到釣客從格瓦納斯運河（Gowanus Canal）釣起一尾銀花鱸魚。我不會說我想和他共進晚餐，但還是很開心能在那種地方見到一絲生意。到頭來，那或許正是騎單車和其他移動方式之間最大的不同。光靠雙腳根本不可能走這麼多地方，而坐車又跟在潛水艇裡面沒什麼兩樣。但是騎單車，你可以用眼睛、耳朵和鼻子來感受這個世界。只要你想要，隨地都能放下駐車架。

我時常從布魯克林區騎到皇后區再折返，總共 12 哩的來回路程，中間會繞道一座吊橋前往羅斯福島（Roosevelt Island），就是位在東河（East River）正中央、由草皮和人行道構成的一小塊地。我出發前會放一些補給品在口袋——一些堅果、一個貝果和一包貓食——因為一路上會遇見一些

朋友。羅斯福島上有一處野貓群居的地方，十多隻耳朵有鋸齒傷痕的流浪貓就窩在某位好心木匠幫牠們搭蓋的一間小木屋裡。只要我停下來，他們就會出來迎接鮭魚口味的貓食。麻雀、鴿子、海鷗和加拿大雁也會搶食貝果麵包屑。距離那裡 4 哩外有一座公園，裡頭也有一些松鼠認識我。我會騎到他們棲息的那顆橡樹旁找個點，然後發出個咔嗒聲。這些松鼠早就聽慣了人聲，更不用說汽車喇叭、警笛、吹葉機和其他上百種城市裡的聲響，但只有一個人會發出咔嗒聲。牠們不懂英語，我也不懂鼠話，但牠們都懂這個訊號：花生男來了！牠們一隻接著一隻從那棵橡樹的洞中擠出來尋找午餐。在一個充滿不平等、政治對立、暴力和其他恐怖威脅的世界裡，能跟這些為了一顆花生就開心的不得了的生物相處一分鐘，都讓人心情舒暢。

現在，我和家人將搬往麻州一處大學城，聽說那裡有超過 1,000 哩的自行車道。該輪到麻州的松鼠們學會那個訊號了。

庫克的新書《Electric October》將於秋季出版。

喜歡騎單車嗎？快加入國際扶輪自行車聯誼會（Fellowship Cycling to Serve），詳情請上網：cycling2serve.org。

本文譯自 2016 年 1 月號國際扶輪英文月刊 The Rotarian 中的 Life in the Bike Lane 一文。