

# 我騎單車繞了

騎著單車踩踏過美國30個州，曾在20個大城、  
200個小鎮和100戶人家投宿，路邊露營30次，破胎50次。  
全程1萬4000公里，歷時11個月，我的夢想完成了！

文·圖／復健部 物理治療師 鍾永正

每個人心中都有個夢想，我也有小小的一個，那就是騎  
單車遊美國，把美國遊透透。

2007年6月，滿26歲的我向醫院申請留職停薪，帶著單車「大吉」，到了芝加哥，這是我第一次踏上美洲大陸，就此展開長達1年的夢想之旅。

展開這趟旅程的前10週，我先在一個夏令營擔任指導員，和許多美國人一起生活，帶一些身心障礙的小朋友度過歡樂的暑假。



# 美國1圈

這是我把自己準備妥當的大好機會，除了英文練得更溜，學習上餐廳給小費、使用提款卡與如何在美國生活，也實際了解美國人的思考方式以及遵守規矩的生活態度。就拿十字路口來說，美國很多車流小的十字路口沒有紅綠燈，只有一個「停」的標誌，我在營隊常常坐別人的車去鎮上，只見每個駕駛人一到十字路口就會先停車再往前開，不論當時有沒有其他車輛、有沒有警察或天色明暗，都是這樣做。

而我在台灣，到了巷口只是放慢速度，看能不能比從側面駛來的車先穿越過去，如果不行，才停車讓對方通過。這個方法當然比較省時間、省汽油，但幾次下來，我發現守法才是真正能夠省腦力的方法。每到一個路口不必思考要不要停車，不必精神緊繃地評估側面車輛的速度，不必注意有沒有警察抓你違規，更重要的事，不會在路口與其他車輛擦撞，陷入兩個駕駛人下車對罵或互控的風險。

Mount St. Helens是座活火山，我去的那天剛好是爆發28週年



## 騎單車遊美國，心中的夢付諸行動

夏令營結束之後，單車旅行正式開始，我騎了11個月的單車，總共1萬4000公里，幾乎是順時針繞了美國1圈。其間路經30個州，住過約20個大城、200個小鎮和100戶人家，路邊露營30次，在10個國家公園「投宿」，破胎50次，並且搭了20次便車。可喜的是一路零事故，感動的是得到無數人的援手。

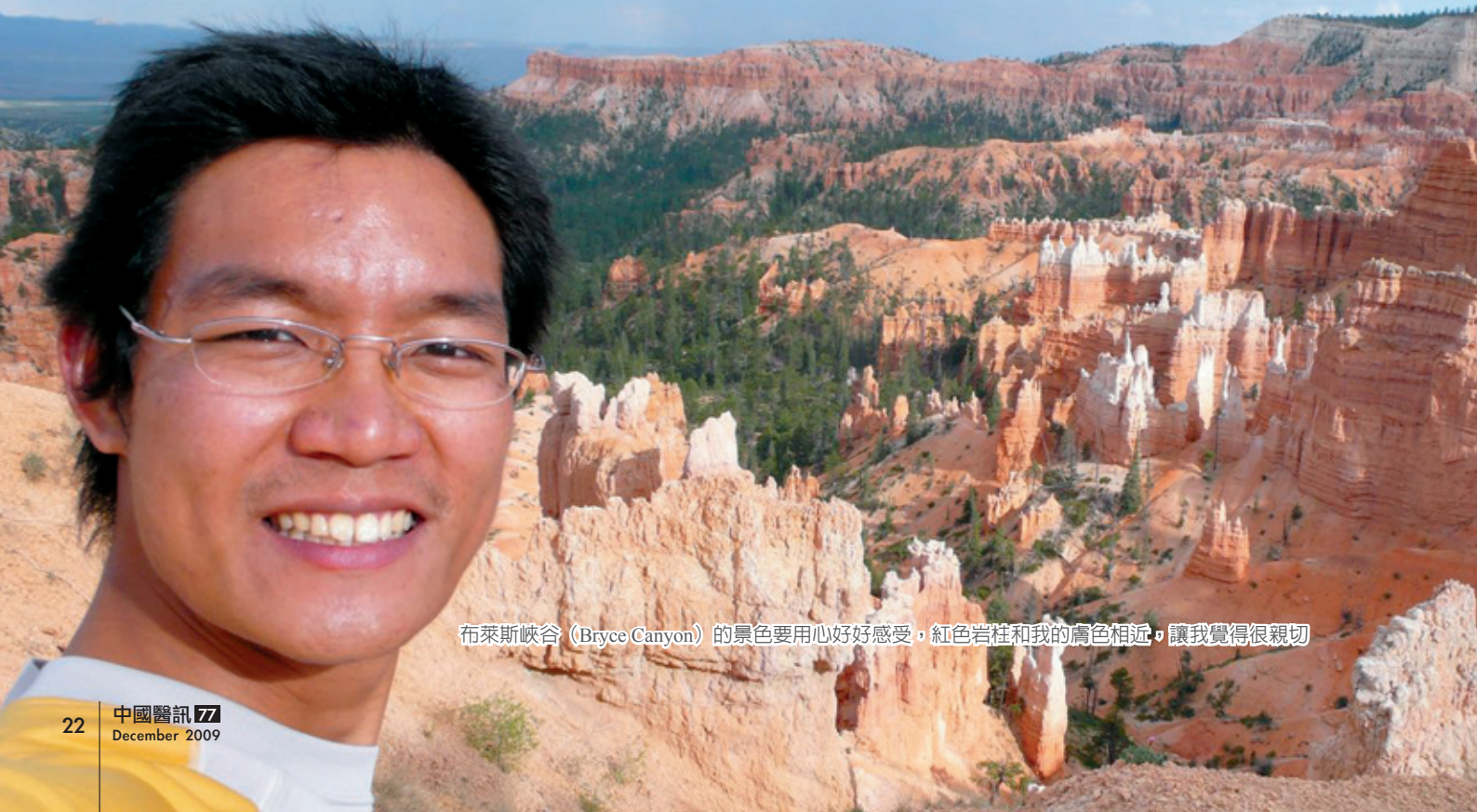
話說2007年8月，我從伊利諾州布魯明頓市（Bloomington）的火車站出發，花了8天騎到克里夫蘭，這是最困難的一段，很多事情都要學習，包括哪種公路可以騎單車？路上要買什麼食物果腹？應該騎多快？騎多久要休息？最慘的是天天迷路，因為不知道美國的高速公路是可以騎單車的，所以拿著一本介紹得不夠精細的全美地圖，找些小路來騎，騎到哪兒都是玉米田，抓不到方向，

迷路迷得一塌糊塗，加上人煙稀少，無人可問，往往騎了一個小時又騎回原點，這種白忙一場的挫折感可是對身心的一大考驗。

## 感謝接待家庭，行囊塞滿無盡祝福

這趟旅程中最最美好的一刻，就是每天入夜之後可以好好休息，不必和烈日、馬路，車輛搏鬥。如果幸運找到人家借住，通常也有豐盛的晚餐可以享用，而且是被當成上賓對待，餐桌上出現大塊的牛排和主人拿手的好菜。這時，我因為長程騎車的關係，食量放大到正常人的兩倍。

雖然白天騎了8小時單車，已經累壞了，但我再累都會和接待家庭聊天，聊聊地球另一端的台灣，以及為什麼騎單車遊美國、路上遇到的事、彼此的家庭和工作等等，怎麼聊都聊不完，聊到深夜還意猶未盡。隔天早上要離開時，心中極為不捨，雖



布萊斯峽谷（Bryce Canyon）的景色要用心好好感受，紅色岩柱和我的膚色相近，讓我覺得很親切



然萍水相逢，交情卻是那麼深厚，帶著滿滿的祝福以及不知道何時能夠再見的惆悵，我再度騎上單車向前奔馳。或許是緣分吧！旅途中，我結交了很多好朋友，這種際遇是出發前所沒有預料到的，也是最珍貴的回憶。

### 大自然的洗禮，親臨其境的震撼

美好的還有大自然的景色，在伊利諾州，我看到了大平原。身在台灣，是不懂什麼叫做大平原的。大平原到底有多平呢？當我站在玉米田的田梗轉360度，發現地平線就是直直的一條，連個突起的小丘都沒有，此情此景，你能想像嗎？

過去在電影和照片中看到尼加拉瀑布，隔著距離，感受並不真切，但當我親眼目睹的霎那間，下巴差點沒掉下來。它和我想像的完全不一樣，我不僅用眼睛看到瀑布四周的景色，也用皮膚感受到它的霧氣，耳朵被它震得轟隆



巨型仙人掌（Saguaro），一般的高度可達12-15公尺，生長極緩慢，每50-70年才會長出一支手臂



隆，甚至還嗅到了它的味道。所搭乘的船行駛到瀑布正下方的時候，那種相對的渺小，不僅是空間，更有時間的錯亂。站在這個千萬年才能形成的瀑布前，我深深的被震撼了。

後來陸續到了大峽谷、大蘇海岸、優聖美地、黃石公園、冰河山腳下、聖海倫火山前、太皓滑雪、亞利桑納沙漠，都是置身其間，方才真正領悟它們的壯闊及偉大，印象驚人，怎麼也忘不掉。

### 領悟慢活真諦，咀嚼人生好滋味

旅行中另外一個重要的收穫就是「慢活」！出國前，我一個便當只花3-5分鐘就解決了，早餐耗時更短，每天用在進食的時間差不多是10分鐘。幸運的是，我的胃一直都受得了這麼大的考驗。騎單車長征，平均時速不到20公里，每每看到一旁呼嘯而過的車子，時速100，只消開1個小時，就等於我辛苦



夜夜笙歌，美國年輕人常常辦轟趴，我就算騎車再累還是會參加

踩踏1天的成果，有時真想攔車跳上去。然而，我最終仍然沒有背棄我的單車，腳用力踩踏板一圈，它就往前走一些，不踩，它也就跟著停了下來，天下沒有不勞而獲這種事，騎單車也一樣。漸漸的，在這樣的心境下，我吃飯的速度明顯慢了下來，拿著叉子把食物一口一口的放到嘴裡，試試異國的風味，品嚐烹調者的手藝，慢慢地騎車，慢慢地咀嚼，我開始「慢活」。





客廳的臨時大床墊是我充分休息的好地方，文房四寶加上千年歷史的中國字，是我最佳的伴手禮！看：每個人對自己的中文名字多麼滿意呀！

獨自騎單車旅行其實也是一種「放空」，途中常常一天沒說幾句話，腦子裡可以浮現各種事情，也可以淨空到什麼都不剩，就只是一邊騎，一邊大聲唱歌，或者一邊和自己對話。過去的我，覺得自己是個大忙人，家人要照顧，工作要做，帳單要繳，電話要接，還有很多人要找，我不在的時候，可怎麼辦哪？沒想到赴美數月之後，每次打電話回家問有沒有人找我，或者有沒有非得由我來做的事？答案都是「沒有」，那種感覺就好像我從地球消失也沒有關係。

忙忙忙，現在的人個個都忙，似乎連喘口氣的時間都沒有，但真有那麼忙嗎？就我現在看來，那只是自我催眠而已。無論是誰，地球沒有了你，仍然會照樣運轉的。



「大吉」陪我在美加征戰一年，卻在台灣被「牽」走了，若是在路上看到車頭碗組是藍色的YUKON，一定要通知我！

### 憑著一股衝動，終於做了想做的事

回想起來，這趟旅行能夠圓滿結束，最重要的因素是「衝動」。當初決定去美國壯遊，有人諄諄告誡我當地治安不好、黑槍氾濫、旅途辛苦、浪費時間和金錢等等，如果是正常人做出正常的判斷，我有上百個理由喊卡，但憑著一股衝動，我什麼都不怕，就是要做想做的事，而我真的做到了，並且平安的回來了。

這趟單車美國行就在我的人生歷程中留下難忘的一頁，我很感恩，感謝一路上許許多多支持我、幫助我的人，每一段美好的回憶都與他們有關，沒有他們，這個故事就不會精采。🌍

本文作者將於12月15日下午5點10分至6點在兒童醫療大樓11樓，分享此次單車美國行的特殊體驗。

蒙大拿天空是最常憶起的景色，只要抬頭一望，一幅幅獨特的藍色彩畫是在都市叢林裡享受不到的