

LOW CARBON LIFE

低碳生活

文_施立松 责任编辑_杨紫婕





所谓“低碳”，就是倡导人们在生活、生产中，尽量减少“碳”排放，以减缓全球变暖的趋势。在减少二氧化碳排放的过程中，个人的努力具有“聚沙成塔”的意义。

低碳生活会降低生活质量？

生活中，要实践低碳生活，需要注意节电、节油、节气，从点滴做起。这些看似正常甚至微小的生活行为，能产生巨大的减碳效果。

改变日常生活方式，降低碳排放量，会降低生活质量吗？答案是否定的。一直以来，人们对低碳生活存在着误解。有人认为，在最贫穷、最不发达的国家，人们消费少、不开车、交通困难，当然是低碳状态。发达国家人均碳排放量都很高，高排放才有高质量的生活。

存在这种误解，是因为公众只看到表面现象，其实在经济发展水平较高的情况下也可以是低碳的。在以使用核能为主的法国，人均碳排放比发达国家的平均水平低一半；北欧国家绝大部分依赖可再生能源，丹麦基本上是风电，挪威、瑞典基本上是水电。这些国家碳排放量很低，但生活水平很高。

还有人认为，过低碳生活，就不能开车、住大房子、享受空调了。事实并非如此。低碳的真实含义是在给人们提供舒适生活的同

时，对环境影响很小或有助改善环境。欧洲现在建设了很多零排放建筑，隔热效果非常好，在自然通风的条件下，隔热层可以把室内温度调控到一个合适的水平，且能保持很长时间。在交通领域，可以开发太阳能汽车、生物燃料汽车等，同时大力发展公共交通。

因此，过低碳生活并不一定会降低我们的生活品质，相反，生活品质可能还会得到改善和提高。

然而，因为之前所提到的那些误解的存在，公众对低碳生活敬而远之。其实，低碳并不遥远，它就在我们的生活、生产、消费中。

同时，对于我们普通人来说，选择低碳生活是一种环境意识，也是一种态度，而不是能力，任何节能、防治污染、环境友善的行为，都是对低碳生活的贡献。

在环境问题日益严峻的当下，低碳生活可以让我们的身体更健康，开销更少，生活环境更优美，不仅减轻了自身的压力，也减轻了地球的压力，何乐而不为呢？

穿棉布衣服还是化纤衣服? 坐电梯还是爬楼梯? 开车还是走路? 在一部分人眼里, 这不再是随机的选择而是严肃的生活态度问题, 因为他们追求的是“低碳生活”。



Tips:

■ 联合国环境规划署对个人采取“低碳生活方式”的建议

1. 用传统的发条式闹钟代替电子钟，每天可以减少大约48克的二氧化碳排放量。
2. 用传统牙刷替代电动牙刷可减少48克的二氧化碳排放量。
3. 把在电动跑步机上45分钟的锻炼改为到附近公园慢跑，可以减少将近1公斤的二氧化碳排放量。
4. 不用洗衣机甩干衣服，而是让其自然晾干，可以减少2.3公斤的二氧化碳排放量。
5. 在午餐休息时间和下班后关闭电脑及显示器，可以将这些电器的二氧化碳排放量减少三分之一。
6. 改用节水型淋浴喷头，不仅可以节水，还可以把3分钟热水淋浴所产生的二氧化碳排放量减少一半。

哥本哈根人的低碳生活

2009年5月，我随团去丹麦考察，在哥本哈根短短3天的旅程中，古色古香的克里斯蒂安堡、闻名世界的海滨公园“美人鱼”铜像、琳琅满目的世界第一条步行街斯特洛伊艾，到处充满活力、激情与艺术气息，让我流连忘返。“北欧风物今观遍，民情最美数丹京”，安徒生笔下的童话世界哥本哈根让我恍如进入了梦幻中的天堂，但最让我难以忘怀的还是哥本哈根人的低碳生活。

当地接待的官员Nash先生告诉我们，哥本哈根是世界上最适合居住的城市。2008年，哥本哈根被英国《Monocle》选为世界20个最佳城市，以生活素质高和重视环保等因素排列榜首。哥本哈根计划到2025年成为世界上第一个碳中性城市，即将二氧化碳排放量降低到零。哥本哈根大力推行风能和生物能发电，随处可见通体白色的现代风车，有世界上最大的海上风力发电厂。电力供应大部分是零碳模式，有严格的建筑标准，推广节能建筑。对房屋保温层和门窗密封程度都有严格规定，墙壁厚达三层，中间层是特殊保温材料，夏天隔热，冬天防寒。窗户也有严格的要求，外边的冷（热）空气不会进来。家家户户要求都使用节能灯，晚间通往郊外的路没有一盏路灯。推行高税能源的使用政策，每消费1度电，需要支付26.6欧分，这样的价格由三部分组成，能源的市场价格、运送费用以及税收。其中税收占比高达

57%，如果不采取节能方式，则会付出高额的代价。

哥本哈根市民把“低碳生活”看作是一种态度，“低碳生活，最酷；低碳经济，最火”的理念已经融入每位市民脑中。积极提倡并去实践低碳生活，注意节电、节油、节气，把电子钟更换成发条式闹钟，使用传统牙刷代替电动牙刷，坚持到户外锻炼、很少使用跑步机，尽量少用洗衣机甩干衣服，而是让其自然晾干，坚持少开空调，冬天多穿衣服，夏天即使是公务活动也很少穿西装。

哥本哈根人注重环保，我们入住的Ascot酒店提供的卫生纸都是用再生纸做的。丹麦法律规定不准养鸟、驯鹿，但可以喂鸟。在哥本哈根的一些广场和草地上，有许多人给鸽子和海鸥喂食，喂鸟是哥本哈根的一大时尚。在哥本哈根的街头不时能看到这样的公益广告：今天你手洗衣服了吗？充电器不用时拔下插头每年能减少30公斤的二氧化碳排放量，用多少热水就烧多少每年能减少25公斤的二氧化碳排放量。市民积极回收垃圾以再利用，在大街上看到很多车辆上都印着这么一幅画：一位美女身着一件简单的白色T-shirt，上面写着“I love waste”。

我们旅行团一行10人在当地导游的带领下体验了一次低碳生活：以自行车代步去斯特洛伊艾购物。哥本哈根有很好的自行车代步服务，有自行车专用道，自行车都是黄颜色

并写有赞助商的名字，免费自行车停放点随处可见，20丹麦克朗就能自行租借，把车还回至任何一个停放点时，就可以将20克朗的押金拿回。车前的龙头处还有一幅哥本哈根交通旅游图，走到哪里都不用担心迷路。但如果没有把自行车停放在规定的区域，罚款则高达1000欧元。而让我们感到非常诧异的是，几乎一路绿灯畅通无阻到达目的地，导游解释说：“在哥本哈根市内，所有交通灯变化的频率是按照自行车的平均速度设置的。”哥本哈根市对各种交通工具的重视程度：自行车居首、公共交通第二、私人轿车最末。导游还骄傲地告诉我们，哥本哈根是国际自行车联盟命名世界首个“自行车之城”，自行车代步已是一种城市的文化符号，作为一种城市文化，1997年，时任美国总统的克林顿访问哥本哈根时，哥本哈根市政府送出的一份官方礼物就是一辆特别设计的自行车，名为“城市自行车1号”。一路上，我们看到设计式样各异的自行车，有情侣骑的双座位的自行车，有母亲骑的带小推车的三轮自行车（她可以轻松地为车内的小宝宝唱摇篮曲），有父子同车的，即大车后部伸出一辆彩色儿童车的自行车，还有不少上了年纪的老人仍然骑车代步。

“雁过留声，人过留痕”，生活在哥本哈根的人们却不愿意留下“碳足迹”，他们的生活方式是最时尚的。MCE