

# 加州大学伯克利分校交流小结

2017-03-27 08:42:24

2016年秋季，我参加了校际加州大学系统交流项目前往加州大学伯克利分校进行了为期四个月的交流学习。我非常感谢学校，也非常感谢学院，能给我这个机会。在Berkeley的这段时光让我成长了不少，开阔了不少眼界，也更加清楚未来的路我该怎么走。 [学习才是主题] 我因为上的是医学院而且是大四，因此大部分医学基础课程已经上过了，而且国外的大学医学院是研究生院，伯克利并没有很多相关课程，选课的余地比较小。因为学校推荐两门专业课，两门别的课程，因此我选择了细胞分子神经生物 (Cellular and Molecular Neurobiology, MCB160)，人类癌症学 (Biology of Human Cancer, MCB132) 以及两门和医学不相关的课程，一门是线性代数和微分方程 (Linear Algebra and Differential Equations, MATH54)，另一门是统计学的数据处理 (Concepts in Computing with Data, STAT133)。因为希望以后能够从事生物统计相关的工作或者研究，我把学习的重心更倾向于学习数学统计的内容。国外的神经生物以及癌症学的课程是由三个professor担任lecture的主讲的，均已经属于高年级专业课了。刚开始上课的语速就很快，这对刚到美国还不适应的我挑战很大，尽管我的托福听力分数还可以，但是一上来全部是高速的专业词汇砸过来，我还是有点招架不住，因此在这课以前我每天会在课前预习1小时，晚上自习马上复习2小时。并且在前2/3学期 (期末复习课程较多就没有抽出时间去)，每个老师开的office hour我都会去和老师交流。有些同学问的问题感觉很显然，但是老师还是会很耐心地解答。我刚开始会担心自己会不会问的问题太蠢教授不屑一顾，但是看到教授从来没有不耐烦，就算同学上课的时候举手打断老师问问题也非常赞许，并且鼓励大家充分利用office hour，甚至为了时间错不开的同学特地调整office hour，我也争取每次都抓住机会问教授问题。和国内还有一点不同，国外除了教授上的lecture，还有研究生助教(GSI, abbreviation for Graduate Student Instructor) 带领的discussion，主要就是梳理这一周老师上课的内容，重点拎一下，或者会有练习，quiz。一般，GSI梳理内容之后，我就会感觉整门课的东西清晰起来，自己期中期末考试复习更有针对性。而且为了应对pop quiz，我平时也会下功夫。我和GSI交流也较多，一有office hour就会去问问题。他们是非常优秀的PhD学生，除了知识以外，也能教给我们一些学习方法。Berkeley生物相关的课程阅读相当大，我经常读得焦头烂额。要想在美国医学生物类的课程上拿到好成绩也是需要下非常大的苦功夫的。Math 54是数学，统计，工程专业必须修的一门很重要的课。我之前在国内只学过微积分，而且数学一向不是擅长。但是Berkeley的线性代数课程安排我相对比较适应。除了每周三天教授带领的lecture，一周还有两天错开的discussion section，当然也是研究生助教带领梳理知识点，做些练习，考试等等。这就要求我每个星期都必须花时间自己去理解复习。在复旦，大多时候我会在期末前才准备复习，但是在Berkeley几乎天天都在复习预习。因为我已经约莫两年没有学过数学了，刚开始起步学线性代数的时候连计算都有点费劲，后来费了一番功夫，上了正轨以后也觉得没有那么难了。比较幸运的是，我的助教是中科大的PhD，一些不会的问题可以用中文问，而且真的非常优秀的中国学长，我想很久都不会的问题他看一眼就能告诉我思路，大一学过的微积分许多都已经不记得了，他也能帮助我回忆。一些复旦一起去的理工科朋友，国内的一些同学也是我学习求助的非常好的资源。133是统计，我选这门课还是比较冒险，因为这已经是统计专业的专业课了，讲的R语言，Linux系统的操作，以及一些数据库。我在国内没有上过统计学，编程几乎毫无基础，而选这门课的同学大部分是统计学专业大三以及计算机专业。但我觉得Berkeley最好的一点就是，教授和GSI非常注重教学，一周有很多时间的office hour。因此，我这门课能够坚持下来，基本都是靠上课以及下了课去充分利用office hour的时间，补上自己缺的编程，数学知识。在这节课上，我认识很多了中国本科就出国的学生。我最要好的朋友就是在这节课上认识的华裔妹子。我们期末考之后还一起出去玩了一整天。在一些观念上，让我认识到了之前在国内截然不同的学习环境。1) 笔试。国内我上过一点基础的计算机课程，期末考试是上机考试这学期期末考试全部是笔试，就是用笔写代码，并且也会考一些我们常常忽视混淆的概念。这样，通过两项的结合，我们既巩固了编程，也能够加深对计算机概念的理解。2) 团队合作。期末的project我本来打算和华裔妹子一起做，我们俩认为我们两个人足以。但是教授坚持要四人一组。因为他认为团队合作对于数据科学非常重要。合作的确是很愉快的一件事，尽管期末季很忙，但是大家为了同一目标抽出时间在图书馆预约study room一起讨论该如何完成project是个蛮开心的事情。3) 刻苦。我以前一直以为，中国人，以及日韩人是最刻苦的。但是和几个外国小哥一起teamwork，发现他们的努力的程度我自愧不如。我和另一个华裔女生写的introduction以及conclusion部分，两个外国小哥都帮我们修改了一遍。其中，瑞典小哥把我们每个人写的代码都改成了统一风格格式，工作量很大，我真的很佩服。 [有酒有远方] 总的来说，我在伯克利贡献了大部分时间给图书馆。毕竟，这个学校有太多优秀且拼命的人。但同样，闲暇的时光我也领略了这边的风景。忙里偷闲，我在感恩节和一个复旦的朋友，还有两个韩国朋友，一个香港朋友自驾去了Napa Valley参观了古堡，一头扎进酒庄，沿路喝过去，灌了很多当地的红酒。然后我们沿路一路繁华一路荒凉开到17-Mile Drive的Pebble Beach。海边的风景真的很美，有海鸥，还有就算不加滤镜也颜色饱和的海浪。回来的路上，我们路过了Union City，半夜爬上了香港朋友极力推荐的他的secret place (其实就是一个山头)，可以俯瞰到整个城市。我们冒着雨，踏着一脚一脚踏泞终于爬上山顶，瑟瑟发抖，看着所有流动的光影汇成河流向远方蔓延，突然大家都没有说话，只听见耳边风呼呼的声音。的确是很让人热血沸腾的景色，之前的Caser看到这样的城市会不会想攻下她，让这样的繁华据为己有。在Berkeley我还要感谢我的language partner。每周她都会带我在Berkeley附近吃吃喝喝，告诉我Berkeley有关的趣事，还有对于校长的吐槽 (哈哈)。她非常喜欢跳芭蕾舞，期末季的时候我在她邀请下去看了她的演出。平时很普通的女生，换上芭蕾舞后光芒万丈。其实这里很多学生都是这样，在教室里很平凡，下课参加自己喜欢的活动的时候专注的神情非常吸引人。Sather Gate每天中午都会有清唱团合唱，还有乐团演奏，亦或者舞蹈社练习。这里的每个人，对于生活和学习，对于整个世界，都是兴致盎然的。而今年，对于我们这些小小交换生来说也是非常特别的一年，因为今年11月份是美国大选。整个学校都洋溢着一种国内从未感受到的气氛。Trump当选之后，Sprout Plaza这边有学生痛哭流涕，第二天我还见到了一些学生自发组织的游行。给我们上课的神经生物的老师表示昨晚一夜没睡，对于结果非常失望。和我一起上癌症的同学告诉我他的一门课midterm因为老师难以接受选举结果而推迟一周。我从来没想到在美国能这么深切地感受到每个人与政治紧密相连。不过，毕竟我是外邦人，也就是看个热闹，但是反思下来，中国学生普遍对比美国学生缺少对于国家大事的关心，参与的激情也不高。我希望，我们这一代的学生也应该随着国家的心跳而呼吸，积极为国家的更美好而付出。 [诗酒趁年华] 在Berkeley也见识了dead week大家疯狂的裸奔，也见识了一些Berkeley同学想要改变世界的想法。感觉在Berkeley，生活有无数种可能。记得星野道夫曾经说过，曾见过的风景会一直残留于心，而站在人生岔路口，给予我们鼓励和勇气的，也许并不是别人的话语而是曾见的风景。在Berkeley曾见过的风景是我在中国从未见过的，我可能在未来某个迷茫的时间点上突然想起，找寻到自己真正应该去的地方。作为好久没写过文章的理科生几乎已经词穷。但是我真的非常感谢学校能给我这样一个难得的机会去见识一个不一样的世界，认识到自己渺小并决心为所看到的一切而努力。已经回国个把月，但是还是会怀念在Berkeley的日子。几个复旦的女生，来自不同的专业，租了一间小小的公寓作为家，每天晚上结伴回来，谈论着每天的见闻趣事，诉说着生活和学习上遇到的大大小小的问题。在UC San Diego交换的同学飞到旧金山，我们一起用脚丈量着整个旧金山去看金门大桥，看纪念碑。那蜿蜒起伏的路夜夜撩动我的心弦。不管将来会怎样，在国内还是出国，这段记忆我将会好好收藏，毕竟那是在Berkeley的时光啊，有书，有酒，有朋友。 [是不是还应该来段在Berkeley生活的指南才算完整的小结] 1. 签证：唔，记不清了，就记得一定要是中信银行付签证的申请费了，出签很快。还有！说一句和签证无关的，所有国外要求但是我们没有打的疫苗都可以去学校的tang center打，不要钱！（开玩笑的啦，已经全部都包含在我们交的巨贵的健康保险费里了）而且，国内略贵的HPV疫苗Berkeley也是免费的。2. 电话卡：我用的是美洲电信，有点小贵，30多刀一个月，但是可以国内1000分钟一个月，美国内无限量，1.5G一个月流量。还算划得来。也可以选择几个一起去的同学找附近的运营商办family plan。3. 银行卡：可以去附近bank of America办一张，然后让父母打钱过来。毕竟最近的汇率每天都在上升，而且买外汇也不容易。4. 租房：我们是通过airbnb，比较贵。但是考虑到大部分租房都是一年租，在airbnb上直接租到半年的也还是方便的（但是感觉我们碰到的拉美房东比较狗皮，不过airbnb这个平台的申诉功能好好利用）也推荐international house，可以和外国国际生一起住，语言环境比较好，但是缺点就是离downtown远，可能晚上图书馆回来不安全。5. 天气：早上冷，中午热。因为有早八点的课，我带的T恤和短裤基本上就没穿过。冬天比上海稍微暖和点，但最好还是备上大衣，羽绒服，围巾手套。不过，美国的衣服不是特别贵，可以当地买。（但个人觉得不是很符合我的审美啊，我比较喜欢日韩系的）。

还有一些化妆品美国也比国内便宜很多，比如Armani，Makeupforever的foundations将近便宜100多块，因此大牌的比较值得一买。而且比如NARS的好像国内也没有专柜吧。Berkeley太阳比较晒，应该做好防晒的准备。6. 吃饭：我在食堂买了600刀的meal plan。但是食堂的菜式就那么几种，刚开始还行后来就觉得巨难吃忙的时候，刚开学还不熟悉附近的时候可以去吃。推荐Sather Lane的Tost, Tea Station 还有Famous Bao。最后一个是我的最爱，我几乎期末天天去那里点麻辣牛肉面（每次说extra spicy,最后上来都是感觉一点点辣），也有很多别的中国菜，都蛮好吃的。Asian Ghetto,北边也吃过一些餐馆，地中海风味的啥的，一些同学觉得不错，但是我觉得通通不如中国菜好吃。我的胃最诚实。7. 超市：附近有Trader Joe's, Walgreen, 但是Ranch99中国超市就要坐bart过去了，略麻烦。8. 出行：学校会发AC transit 的卡，附近公交随便坐不要钱。一般远一点就是bart了，相当于国内的地铁。国外如果说是一个block,不像国内那么远，走两步就出一个block了，所以就算房子在3~4个blocks之外也不需要走很久的路。最后放两张图~1)Napa Valley 2)Doe Library前每周五下午都会有麻瓜在玩魁地奇

