

斯德哥尔摩大学交流小结

2017-06-07 08:45:49

听着Coldplay乐队演唱的《The Scientist》，思绪又回到在斯德哥尔摩的最后一个下午，持续了一周的阴天突然放晴，市政厅的红砖熠熠生辉，漫步在老城的小巷中，一头扎进街角小店，耳边回响的正是这熟悉的旋律。在这里短短的五个月，却是二十年来给我美好体验和最深刻感受的五个月，来瑞典交流是我在复旦做过的最棒的决定之一。自然环境 作为瑞典首都和斯堪的纳维亚半岛最大的城市，斯德哥尔摩被当地人亲切地称为“斯京”，它兼具了都市的现代化与北欧的纯净，如果雨雪阴天再少一点，那它就可以被称为“天堂”了吧。去年八月底来这里，飞机还没降落就从舷窗迫不及待向下望，是成片绿色的森林和清澈的湖泊，原来大自然可以这样亲近。七十余座桥梁将十四座岛屿和一个半岛连为一体，成为斯京的市区。海鸥在教堂尖顶盘旋，鸽子在街道上啄食，老人步履蹒跚又风度翩翩，人与自然就这样融合的恰到好处。最令我印象深刻的是学院旁边有一个大湖，下课后经常来湖边散步，还在湖边遇到几只完全不怕人的鸭子和鹅。



瑞典地处高纬度地区，又受到大西洋暖流的影响，天气十分有趣。刚来斯德哥尔摩时还是八月底，可以说抓住了夏天的尾巴，晚上八点多天还没有黑下来，可是到了十二月份，下午两点多天就黑了，下午去上课有一种上晚课的感觉，真是十分特别的体验。来瑞典之前一直以为冬天会十分寒冷，然而真正体验过后才知道并没有想象中那么冷。由于受到大西洋暖流的影响，斯德哥尔摩冬天的气温大约在-10~0度之间，所以并不是特别冷，有时候反而觉得体感温度比上海的冬天还要高一些。不过这里的雪确实很大，每次下雪都能不间断的下好几天，积雪能有几十厘米厚，似乎这种厚度是没有办法用融雪剂的，于是人行道上就被洒满了小石子用来防滑。下图是宿舍区的雪景。



日常生活 瑞典或者说整个北欧的教育水平极高，特别是英语普及度相当高，在这里几乎每个人都能说一口流利的英语，在日常生活中人们可以很自然的从瑞典语切换到英语，所以在这里生活是相当便利和舒适的。我刚来到瑞典就感受到了人们的友善，从机场亲自为我带路的老奶奶，到宿舍路上主动为我指路和搬箱子的同学们，都拉近了我与新环境的距离，帮助我快速适应了这里的生活。我住的宿舍是 **Corridor Room**，每一层楼有14个带有独立卫浴的单人间，大家共用一个厨房，所以能够认识各国友人，虽然我这层有将近一半中国人，但我还是认识了来自西班牙、意大利、法国、英国、荷兰、俄罗斯、智利和刚果民主共和国的同学们，体会到了丰富多彩的文化生活。说到在这里的生活，最令我印象深刻的是瑞典的垃圾回收，居民需要将生活垃圾分为六个类别，再放到回收站或者把塑料瓶放进超市里的回收机换钱，这使得瑞典的居民垃圾回收率达到了惊人的99%，这也是瑞典如此纯净优美的原因之一吧。瑞典人相当讲究工作和生活的平衡，每天下午三点是传统的**Fika**（下午茶）时间，每到这时，大家都会停下手中的工作去楼道里的厨房里冲一杯咖啡或茶，吃几块点心，与同事同学互相交谈。听说他们还有欧洲最长的年假，每年夏天，许多人可能有一个月都不用去工作，而是前往世界各地

假。当然，瑞典最有名的平等精神体现在生活的方方面面，长达480天的产假是父母共享的，而且父亲被要求强制休满至少三个月产假，于是就经常见到父亲一个人推着婴儿车在公园里晒太阳。同样，残疾人设施也相当完善，有楼梯和扶梯的地方必然有坡道或直梯，有洗手间的地方必定有残疾人洗手间，公交车在停靠站时也会向站台一层倾斜，以方便轮椅和婴儿车上下。还有学校里的洗手间不分男女，而是被分成一个个小隔间，每个隔间里有完善的设施，不过这让我在一开始有些不知所措。每个人在这里都能完全按照自己的想法去生活，而不会被他人评价。某门课上有一个瑞典同学，在读了两年大学后，去搬家公司从事了四年体力工作，这学期又回到学校继续完成他的学业，他的经历颠覆了我对人生的认知，这种情况在之前我是永远无法想象的。同样，一门研究生级别的课上，有一位看起来五十岁左右西装革履的大叔永远坐在第一排认真听讲，听说是出于爱好辞去了工作来攻读一个数学博士学位。这里的自由充分给予了每个人自主选择生活方式和人生轨迹的权利。学习生活 说到这里的学习生活，瑞典的学期制度也很有意思，这里每个semester四个月，分为两个period，每个period只能选两门课，他们认为集中精力到一两门课上效果会更好，因此在这里每两个月就有一次期末季，学习并不轻松。教授对待课程是极其严谨和认真的，每次提交的作业都会得到详细的批改和批注，也会在课后用邮件通知大家讲课时的微小错误，课堂上同学们可以随时打断提问，教授也会耐心解答到明白为止。博士在这里受到极大尊敬，每年会在市政厅礼堂举行毕业典礼，由市长亲自授予博士学位。这里的课堂人数要比国内少得多，一般十几个人就差不多了，没见过什么大课，所以老师也基本上能认识每一名同学，下图是我在斯德哥尔摩大学的第一节课，教室里十分宽松。



我在斯大一共选了四门数学专业课，因为本科课程授课语言大多为瑞典语，其中有三门是研究生级别的课程，确实很难。也许是因为专业的原因，或者是北欧人性格的原因，这里的课堂没有想象中那样活跃，当然还是比国内沉闷的课堂要活跃一些，比如同学们会经常向老师提问，老师也会详细解答到明白为止。这里的数学作业一般是教授自己出题目，题量比国内少，但是每道题都能切中重点，而且有时需要去查阅其他参考文献，还会有开放性研究问题，每次作业做下来都会有很大收获，特别是能得到详细的批改。数学课的期末考试与国内也有很大不同，主要是考试时长方面，这里的每场数学考试都长达五小时，一般是早九点到下午两点，可以带食物，中间也可以和监考老师出去呼吸新鲜空气，这样做的原因是为了使同学们充分发挥出自己的水平，而不会因为时间太紧张而来不及表达自己的所有想法。同学们释放压力的方式也很特别，我这个宿舍区每周二晚10点整会有持续一分钟的Lappis shout活动，这时同学们会在自己窗口大声嚎叫来释放压力，听说这项传统是从1970年流传到现在的呢。探索欧洲 来到欧洲当然会去其他国家转转，我利用课余时间去了十几个国家的二十几个城市，这段经历对我是极其特别和重要的，因为旅行给了我认识这个世界的机会，特别是当那些只有在历史书和电影里见过的建筑和风景活生生的出现在我面前时，让我真真切切感受到人类和自然的伟大与震撼。在挪威的峡湾乘船前行，在心心念念的马德里看足球比赛，在安达卢西亚享受阳光和温暖，在柏林触摸历史的印记，在巴黎喝一杯左岸咖啡，在佛罗伦萨伴着音乐欣赏日落，在布拉格走过千座桥，在维也纳听场音乐会，在马耳他感受湛蓝的地中海，都将成为我一生中美好宝贵的记忆。下图是我在马德里看的一场足球比赛，现场看球确实要比看电视刺激很多。



同时，我也在旅途中遇到了许许多多的人，无论是成为了朋友还是只有一面之缘，都让我明白这个世界上有许许多多的人过着和我们完全不同的生活。特别感谢Airbnb这个民宿软件，让我经济实惠地体验了当地人的生活，也结交了许多朋友。比如在马德里的房东Amine，自幼从摩洛哥移居到西班牙，目前在一家NGO工作，曾经在日本、越南和挪威长期居住和工作过，拥有丰富的阅历和对世界独到的见解，让我意识到这个世界已经成为一个整体，我们没有必要局限在一个国家而限制了自己的视野，应该努力与各种各样的文化接触。还有在地中海岛国马耳他的房东Conrad，一位慈祥的意大利爷爷，会说5种语言，厨艺也十分高超，用美食款待了我，把我从瑞典昂贵又不怎么好吃的食物中解救了出来。在欧罗巴大陆旅行确实是一段神奇的经历。读万卷书，行万里路，这五个月的交流似乎同时

满足了这两个条件。就像行前大会上林老师和大家说的，这是一次**adventure**，充满了机遇和挑战，既提供了与世界接触的机会，也有适应国外生活的挑战，我很享受这次**adventure**，这将是我最一生中宝贵的经历。此时闭上眼，仿佛又听到了市政厅整点的钟声，仿佛又漫步在落日余晖中金色的老城，就以我在斯京拍的最后一张照片结束吧。

