

# 19秋美国加州大学圣芭芭拉分校交流小结

2020-12-03 13:14:18

2019年9月至12月，是我最特别的一段旅程。有幸在无所顾忌的二十岁，去到一个全新的环境——美国加州，融入当地“稀松平常”的学习与生活，给予了我许多启示与收获。犹豫从申请交流的程序开始，我就陷入了放弃和继续的抉择之中。放弃的原因很简单，也很现实——美国的本科没有临床医学专业。也就是说，如果选择交流，我在国内的课程无法按时进行，需要降级，我的本科从五年延长到了六年。此时我是个很在意他人的看法的人，害怕议论与微词。不过纠结也相对短暂，幸运的我身边有许多温柔的朋友、长辈与老师，在与他们交谈后，我终于决定参加：他们的开导让我发现，我真十分好奇与期待这期间的未知和挑战，尤其，他们的支持，给了我迈出舒适圈的勇气。其实现在的我，回想起这个开头来，就已经觉得自己当时有些畏手畏脚了；若换做现在，结束交流后的我，不会那么害怕改变和与众不同，现在的我，有足够的自信去判断，去试错，去做自己想做的事情。所以我很庆幸，当时的我拥有那么多的支持与帮助。繁琐申请的手续紧接着就开始了。交流大会、网上报名、向对方学校的申请、签证、选课、住宿、保险、付费……实话说，过程确实让我有些疲惫：英文的文件一批又一批，校内的会议或活动也总有和课程冲突的时候，周末闲下来还有各种各样的未读邮件不停地挠着我的后脖颈……大概这是我第一次独立面对这样的琐事，很是畏难，但也不得不继续，是因为尽管按照老师与交流过的学长学姐的经验来讲，一切都会“船到桥头自然直”，但总归，这些结果好与不好，都由我自己负责。还好最后如流程所说，我拿到了邀请信和签证，好好地松了一口气。不过，这是一个开始。不仅仅是此后在异国独自生活时解决需要自己解决的各种具体问题的开始，仿佛也是交流回来之后，我能够自己处理许多原先会选择避开或不自觉交给父母的问题的开始。环境与校园 我交流的学校是美国加州大学圣芭芭拉分校。学校在南加州，是个正南朝向的半岛，气温四季如一，很少下雨。学校有一片自己的海滩，穿着比基尼懒散地躺在沙滩上晒太阳，带着冲浪板在海上冲浪，牵着金毛寻回犬或德国牧羊犬在海边玩耍，都是最平凡的景象。校园是开放的，满是又高又直的棕榈树。我刚到的时候大约还是28度左右，宿舍的落地窗正对着日落，一切都新奇又有魅力。我从小在上海长大，几乎没有在其他地方待过太长时间。于是对我而言，在圣芭芭拉的这个学期，与从前我的生活节奏迥然不同。从前，我总是匆忙地往返于各个“目的地”，很少驻足或感受。而在圣芭芭拉的校园里，我会在草地上躺一个下午去享受阳光和微风；会盘腿坐在长椅上期待两米远的路上垃圾桶里忙碌的浣熊与我对视；会漫无目的地和小商店和店员聊他因为喜欢进了很多却卖不出去的细菌毛绒玩具。后来回到上海，我也喜欢时不时在街上晃悠。离家不远有一个公园，我大概能和那里的天鹅混个眼熟，因为我总是爱看着它们傻笑。习惯 向先我自诩口语还不错，而没到美国多久，我就意识到自己磕磕绊绊的英语很成问题：其实要说点菜、问路、活下去大概是没有问题，但我总是不能一次性地、准确地表达自己的想法——不是被到了嘴边却想不起来的单词打断思路，要不就是愣在说出口的简单错误里，要不总是着急地把话说了一半忘记后半要说什么……然后是日常生活。生活模式大体上差不离，不过还是有些地方需要适应。比如吃饭：我是一个中式饮食忠实粉丝，然而加州的食物更多的是经典的美式食物或者墨西哥风味的食物，尽管也有亚洲风味的餐馆，但也总带着一些“本土化”的意思。生活用品的购买也不尽相同：美国的超市在商品的类型上侧重更明显。举个例子，Target这一类连锁超市相对类似国内的超市，有生活用品和食物，但还有仓储式的Costco、食物为主的Albertsons、文具为主的Staples等超市……奇妙之处也在这里——环境是很好的老师，每一个经历的事件都形成记忆在我的脑海里渗透巩固，然后形成了新的习惯。我不再总是经过英译中、中译英的方式与人交谈，而是习惯用英语去思考与更改；我也会去品尝不同风味的食物，去总结生活方式的异同。这些用五官体会到的感受是课堂上的转述很难做到的，还有附加在其上的思维角度的不同，更是很宝贵的收获。学习生活 在课程上，我选择了专业课、语言课和体育课。我选择的专业课是神经生物学。和国内不同的是，授课效果的反馈更加频繁：教学周只有十周，每周也只有一次讲座，但在这十周中，会进行三次大作业和两次期中考试，这就让我从学期的一开始就快速进入状态忙碌起来——因为语言仍然有一定的障碍，同时每过一两周就需要复习、考试，几乎时刻都处于“战斗状态”。不过这样的学习模式在习惯之后，让我受益颇多：在时间的规划上，我“被迫”改掉了原来拖延的坏毛病，而且此后，我的学习方法也与国内原有的经验结合，改善了我的学习方法。语言课也让我感触极深。我选修了日语课和德语课。上课的方式对我而言也很有趣——我需要用我的第二语言去学习一门新的语言，这又给我提供了许多思考问题的角度；而且在其间，我对“语言即工具”的认识愈发深刻。另外，两门语言课让我收获最多的是他们的课堂模式。在国内学习英语时，教学的老师一般并不是以英语为母语，而且出于高考的应试压力，我们把更多的精力放在了怎样去答对一道题目上，而应用英语真正去交流的机会少之又少，这也在一定程度上限制了语言综合能力。而在加州大学上课时，大概是由于几乎没有应试压力，老师更多地把时间安排在同学间的对话训练上，课堂的流动性好，课程的进度虽然相对缓慢，但尽管只经过了短暂一段时间的学习，我便对这两门语言有了大致了解，更生出了对这两门语言的浓厚兴趣。除此之外，体育活动也让我收获颇丰。在国内，出于惰性也好，氛围也好的各种原因，我始终没有规律地进行体育运动，但我想要改变这样的生活习惯。所以我参加了健身器械课和有氧运动课。或许是在陌生的环境中容易迈出自己的舒适圈，我把这些感兴趣的课程体验了个遍。或许最后我没有感受到身体有了什么明显的改变，但我仍然为自己迈出了这一步而感到高兴。朋友和活动 尽管我只在加州大学待短短的一个学期，我还是认识了许多很棒的朋友——我的德语和日语老师，我的体育老师，我的室友，还有许多上课和活动认识的朋友们。我在美国度过了万圣节和感恩节。在这些大型节日的时候，学校和城市也会用各种各样的方式来庆祝。万圣节的时候，我路过了拿着剑的精灵王子，骑着滑板、拎着精心涂鸦的纸箱做的船的加勒比海盗，拎着一篮子糖和巧克力的入戏的狼外婆……他们就在校园里像模像样地飘过，让人忍俊不禁；感恩节的时候，室友Calley邀请我一起回家，我和她可爱的家人们度过了很地道的一个感恩节。我还和朋友们去学冲浪，去跳伞，去爬山，去出海看座头鲸和海豚。原来的我，表现出来的性格是内向而腼腆的，我害怕说出的想法和别人不同，于是会尽量和身边的人保持一致，渐渐地，我越来越少听到自己的真实想法。但在这里，或许是换了一个陌生的环境，或许是这里的风土人情更加张扬，我“借着交流的由头”，像“借酒吐真言”那样，去解放了自己，让自己做了许多真的想做的事情。于是我发现，其实内心深处，我仍然爱热情与开朗，也在这以后，我想试着成为这样的自己。成长 三个月其实很长，除了以上粗粗叙述的，期间还发生过许多细碎的故事，没过太久，但我其实也一时不太记得了。这样看来，初想好像交流就是换了个地方待一段时间，像回忆的那样，仿佛只是一段踏出舒适圈之后，轻松惬意的休学时光。但其实不然，我发现了我的一些变化：简单的，比如我找到了许多感兴趣东西——我继续学习日语和德语，我喜欢时不时出门运动，我愿意泡在图书馆里啃医学书；我不害怕向老师提出自己的疑惑，不害怕独自负责一件事情，不害怕犯错，不害怕表达自己，不害怕改变。复杂一些的，比如这次经历更像是我的人生按下了暂停键，另一个我代替原本的，去体会未知的任何——事件、风景、人。而这样的我，放下原来背负的几乎一切顾虑、压力和，记忆。我不仅是与一个新的环境相处，更是与最原本的自己相处：像婴儿那样。然后发现，抛去那些之后，原来这才是我倾向的处理事情的方式，原来还可以通过这样的角度去看待世界，原来这才是我想要成为的样子。不知道这样的想法未来看上去，会不会显得莽撞又幼稚，但现在的我看来，是一种成长。