

# Braveheart : 寻找生命中的光

2017-02-28 14:23:57

——纽约州立大学奥尔巴尼分校交流小结“像一道光 刺破迷惘 轻轻唤醒我 扬起稚嫩脸庞 在温暖里生长” 一学期的海外交流在日日夜夜的思念和期盼中结束，尽管离开美国到现在也只有一个多月，记忆却好像已经很远很远。从回国的那一刻起，所有曾经经历的孤独与苦恼都变成了聊天时的微微一笑，但是那些留学生活所带来的能力、阅历的成长，那些在异国他乡每一寸踏过的土地、遇见的人，却成为宝贵的财富，像一束亮光，照进了我的生活。申请之初的我十分迷惘，对着百度翻遍了交流学校也还是毫无头绪。后来在申请中没能去到一个志愿的学校，一度想要放弃交流机会，当时的想法大概和很多人一样：去一个排名远不如复旦的学校还不如留下来刷刷绩点。所以后来做出去SUNY-Albany交流的决定，要特别特别感谢家人的支持，还有学长学姐们的建议和鼓励，我记得当时有句话很打动我：工作以后想要无忧无虑地在国外生活一段时间太难了。而且复旦为我们提供的交流的机会和平台比大多数学校要好太多，所以也真心希望学弟学妹们能够好好把握。由于大部分同学都是大三交流，而我们学校大三的课程都相对比较专业，不一定能在国外选到，所以一个实用小TIPS是一定要提前看好对方学校上一年度相同学期（春季/秋季）课表，有计划地提前或延后一部分课程在国内的修读。因为大一大二一直按照培养方案按部就班选课，我到国外发现能选的课基本都是管院大一大二的基础课，而专业必修课基本没有，这就会给后续的学习带来一定压力。另外，如果有课程上的问题要积极和复旦以及国外的教务老师沟通，学校外事处的林老师和我们学院教务老师都特别热心，选课期间给了我很多帮助。美国的课程十分注重过程性评价，老师会明确告诉同学们每次测验、作业的内容、考核方式、占比，专业课基本是小班授课，老师了解每个学生的情况。大部分和我一起去的同学都感觉比在复旦的学业压力要小得多，即使真的听不懂也可以在office hour去请教老师，他们会很开心与学生交流、分享知识。学习之外当然还有很多事要做：参加活动、旅游、购物、吃（做）饭……学校里有各种社团、球赛、讲座，很多活动还可以免费蹭吃蹭喝，比如我去过一个叫from farm to table的活动，是校内一个倡导健康生活的社团组织的一年一度的免费晚餐，所有的蔬菜都是他们自己种植、烹饪的。期末考试季学校还有free late night breakfast，大概是鼓励大家自习到晚上然后一起来补充能量o(^▽^)o总之只要留心就能发现很多有意思的活动。旅游出行的话美国境内的一下航空公司比如jetblue, southwest服务和价格都很好，高速公路很发达，灰狗或者peterpan bus几乎可以带你去到能想到的所有地方~秋季去交流的同学还能赶上黑五，超市、商场、官网折扣力度都很大，尤其是化妆品、进口食品、电子产品、衣服，真的是让人忍不住剁手买买买的价格。所以去的时候一定要少带这些东西，生活用品可以带一点，用完就扔掉，免得像我们几个回来时箱子几乎都是超重的。。在国外还养成了每天逛超市的习惯，有时候是为了买东西，有时候只是想散散步休息一下。美国超市都很大很明亮，品种很丰富，奶制品和肉制品普遍很便宜，一定要尝试的大概就是活的龙虾，各种浆果（蓝莓树莓黑莓），还有1刀多一大罐的哈根达斯了吧。中国超市会小一些，但是国内特有的食物，比如调料、干货、熟食应有尽有，想家的时候去逛逛，没有什么是一顿好菜解决不了的~ Albany是个相对小的城市，人都非常友善，生活起来也较为方便。总之，只要带上足够的银子和一颗braveheart就勇敢地去探索吧，很快你就会熟悉这里的一切，喜欢并且依恋上这里。去之前和林老师聊天时她说：“回来，肯定会有很多舍不得。呆半年，就像多了一个故乡。”大抵如此。