

芬兰往事——2017秋阿尔托大学交流小结

2018-05-28 13:55:46

提到芬兰，没有人会用“浪漫”去形容这个国度，但是这里的人、事、物却能触发我心里最温柔最浪漫的一隅，于我而言这里是我心中永远的温柔之乡。在阿尔托交换的短短一个学期四个月的时间里，我督促自己每天写点文字，记录当天的心情也好，记录见闻也好，或者仅仅是流水账一样记录一下当天做了什么事发生了什么。回头翻看这些日记，当时的一幕幕像电影回放一样朝我扑面而来。当一段美好的生活经历被加上截止日期的时候，你往往会拼尽全力去规划好每一天。在欧洲交流这短短四个多月以来收获的体验和感悟满满一大箩筐。关于季节 夏末还未熟得脱落枝头的蓝莓和潮湿泥土里千姿百态的蘑菇，秋日黄得发橙的树叶和波罗的海上空棉花糖般漂浮的白云，长冬鲜有阳光的北纬60°和如同纳尼亚传奇的冰雪仙境拉普兰……这里的一切讲述着神秘北极圈的浪漫故事。秋 我于八月下旬来到芬兰。对于家乡上海，八月底根本还在盛夏时分，但芬兰的八月底已步入夏末。我住在艾斯堡，紧邻首都赫尔辛基的芬兰第二大城市。到达后的第三天，我的中国房东带我到赫尔辛基市中心逛了逛，街上甚至有人穿起了轻薄的羽绒服。作为森林覆盖率全球数一数二的千湖之国，星罗棋布的湖泊和高达75%的森林覆盖率赋予了芬兰人极其丰富的自然资源。若是在盛夏，漫步在街旁的森林里，不用多久就可以收获一箩筐的蓝莓、覆盆子和野生蘑菇，这也是夏日在芬兰的一大乐事。如果错过了森林采摘的季节，赫尔辛基的海边集市、Hakaniemi红房子、各大超市等等都是购买果子的好去处。

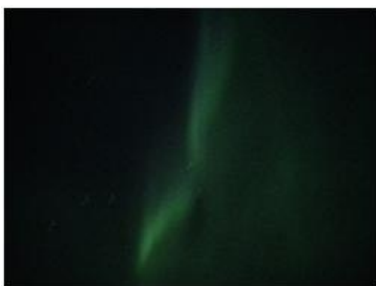


夏末意味着秋将至。秋天是北欧最美好的季节，九月上旬开始树叶就开始渐渐变黄，半个多月以后整个城市都被橙黄的树叶淹没，只要遇上阳光明媚的好天气，这个时候呆在芬兰，可谓幸福感爆棚。坐落于艾斯堡和赫尔辛基交界处波罗的海北岸的阿尔托大学奥塔涅米校区更是极尽了天地所有绚烂之色彩，将天空的蓝、云朵的白、树叶的橙、草地的绿、大海的青毫无保留地呈现在人们面前，仿佛一个滨海森林公园。每天醒来特别期待去学校欣赏秋日校园美景，沐浴在阳光下恨不得拿手机记录下所有能看到的美景，根本舍不得踏进教学楼半步。然而美好的时光总是短暂的，北欧的秋天就像昙花一现，好像一眨眼的工夫，金黄金黄的树叶就都落叶归根了，像是一个苦练十年的演员在舞台上实现片刻华丽的绽放，可终将回归到幕后十年如一日的修炼。冬 ‘Nobody in their right mind would come to Helsinki in November’。这话说得一点都没错，芬兰的冬天从十月下旬就开始了，2017年的初雪在10月25日。而紧接着的十一月是最黑暗的十一月，最漫长的十一月，最无聊的十一月，最绝望的十一月。说他最黑暗可能很多人不能理解，其实也好解释，因为十一月的芬兰，夜长已经远远大于昼长，而这时候南部稀稀拉拉的雪还不足以将城市全部笼罩，没有白雪反射本就有限的阳光，十一月的南部芬兰比任何时候都要黑暗，而这样的黑暗与寒冷始于此时，并将持续近半年时间。临近冬至，日照时间更是少得可怜，早上

九点天还没亮，下午三点不到夜幕已经降临，再加上十一二月雨水频繁，阴雨天不断，阳光成了奢侈品。这样的气候条件很大程度上影响了芬兰人的性格，缺少光照会影响脑内褪黑激素的分泌，从而导致冬季抑郁症，而众所周知，北欧是世界上抑郁症高发地区。



如果说冰天雪地极寒天气才是想象中的北欧，那么南部芬兰尤其是首都地区可能满足不了你的想象。北欧国家如此高的纬度之所以仍然有人类生存居住，主要归功于从大西洋来的墨西哥暖流，对比同纬度的西伯利亚地区，两地冬天的气温甚至可以相差三四十度，这也是我回国以后说赫尔辛基并没有比上海冷多少的原因，由于芬兰室内有暖气，甚至给我的感觉比在上海还要暖和一些。直到我一月初从芬兰回国，首都地区都没有能够来一场几天都化不掉的大雪。积雪倒是常常有，只是一般都熬不到第三天，就化了。真正让我感受到冰天雪地的北极风光是在拉普兰。拉普兰是芬兰北部的一个大省，占了近三分之一的国土面积，几乎全在北极圈内。我跟随学校国际交换生协会和旅行社联合组织的团，去拉普兰省府罗瓦涅米以及萨里山度过了传奇般的一周。在拉普兰我看到了作为一个南方人这辈子都没怎么亲眼看到过的自然环境。我们刚到萨里山的时候是晚上，住在一个芬兰式的小木屋里，第二天早上出门被外面的自然环境惊艳到心头一颤，眼前的世界一片银装素裹，恰好的阳光洒在树的顶端，给这冰雪世界增添了一丝暖意。一望无际的雪原，纯净得容不得一丝尘土，满世界的白色照亮了缺乏阳光的极地雪原，仿佛是上天对这片土地的馈赠，又或是补偿。若是天气晴好，在这样的高纬度地区的白天，很容易看到映红半边天的夕阳；而在夜晚，有很大几率能够欣赏璀璨耀眼的银河和绚烂瑰丽的北极光。



关于学习 之所以选择去并不知名却实过其名的阿尔托大学交换学习，主要还是要感谢复旦给我们院系提供了这个宝贵的名额。相比于赫尔辛基大学，阿尔托的理工科更具优势，理工科各专业在芬兰排名均居首位，在全欧洲也是名列前茅，这是因为阿尔托大学是原赫尔辛基理工大学、赫尔辛基艺术设计大学和赫尔辛基经济学院三所院校合并而成的。芬兰并不是一个留学大国，但她的教育，尤其是基础教育可谓享誉全球。而大学的授课理念与她的基础教育一脉相承，是强调授之以渔的启发性教育。欧洲尤其是北欧其实有不少不知名但教育水平处于全球顶尖水平的学校，由于疏于宣传和标榜，所以不为人所知。复旦给我提供这样的机会去了解她对于我而言可谓幸运之极。阿尔托的本科课程是芬兰语授课，而研究生课程是英语授课，因此就算是本科生去阿尔托交流，也只能选修研究生课程。不过英语教学倒是给来自世界各地的学生提供了前来学习交流的可能，因此在这里我的感受是师生组成非常国际化。阿尔托有完善的网上教学平台MyCourses（类似于复旦的elearning），课程的大纲、讲义、参考资料、作业要求、通知等信息全都由老师发布在MyCourses上，大大提高了学习效率。除此之外，合理明确的先修条件给学生选课提供了可靠的建议。专业课 正如大多数国外的大学，阿尔托大学并没有力学系或力学专业，和我的专业最接近的就是Mechanical Engineering，供我选择的和专业相关的课程并不多。不过学校开放而自由，可以选择除了艺术学院商学院以外所有理工科院系的课程以及语言课，当然如果你有兴趣，去旁听也是十分欢迎的。秋季学期分成两个Period，我一共选了三门课，旁听了一门课，分别是Random Loads and Processes, Machine Learning: Basic Principles, Dynamics of Structures和Finite Element Method in Solids，其中Machine Learning: Basic Principles是我旁听的计算机学院的热门课程。这是一门非常非常好的课程，选课人数有大几十，为了能够给每个学生个性化的指导，主讲老师聘请了近十个助教，把全班分成五个学习小组，学生可按照自己的空闲时间和coding能力等自行选择学习小组。课程由每周两次的Lecture，两

到三次的Exercise以及平时的quiz和final report组成。Lecture上老师会逐章讲解机器学习的理论和应用，有时候还会邀请企业人士来给学生做讲座，实现产学研的结合；每周的作业和课程PPT老师会提前放在MyCourses上，Exercise就是每周的作业时间，主讲老师会给每个小组安排一到两个助教，指定时间指定地点统一指导学生完成coding练习并接受学生的提问；而Quiz和Final report就是检验学生学习效果并且给分的手段了。除此之外，为了达到理想的教学效果并且不断提高课程质量，每周有对课程学习的feedback；MyCourses上提供了大量课程相关文献和全球顶尖学校的相关教学视频，供感兴趣的同学们自主学习。这门课的老师是一位非常可爱的年轻人，上课充满激情，对课程的建设投入了大量心血，如果全身心投入把这门课学好，不仅可以收获机器学习的理论框架和实际应用技能，还切切实实体验了一门研究生课程可能有的所有形式。Random Loads and Processes是ME下面海洋工程方向的一门专业课，和我们院系的随机载荷课程比较接近，于是我就选了一听。这也是一门不可多得的好课，但同时也是一门上得我云里雾里的难啃的课。难啃的原因主要有：老师的芬兰口音的英语让本就不习惯英语授课的我更加难听懂；课程的教学理念是problem-based-learning，这和我上过的大多数国内的抠细节抠理论抠计算的课程完全不一样；作业形式非中国学生最擅长的计算解题而是每周写一篇报告和一篇学习周记。课程同样由每周两次的Lecture，每周一次的Exercise和每周的Assignment以及Final exam组成，所谓problem-based-learning是建立在三到四人的学习小组上，组员自行确定一个用到随机载荷过程理论的工程问题进行研究，这是这门课最重要最具特色也是最让人头疼的部分。我和课上另一个中国女生以及两个葡萄牙小哥组成了一个小组，选题是他们俩比较熟悉的风载荷的随机过程。每周的Assignment是小组共同完成一篇堪比期刊论文的report，外加每个人自己的Learning diary，Assignment的内容根据每周上课讲的理论循序渐进，一点一点把一个工程问题深入。惭愧的讲，上这门课的整个过程让我感到非常痛苦，由于上课不能完全理解老师讲解的内容，课后小组讨论和做Assignment的时候就无从下手，好在两个葡萄牙小哥都是学霸，耐心细致地回答我们的疑问，丝毫没有因为我们对团队所做的贡献微不足道而责怪我们或者对我们有偏见。在他们的帮助下，我算是“熬”过了这个Period，但是回首看来，每周花大量时间写一篇报告和学习周记，老师及时给予评价和修改意见，对于我论文写作方面的能力帮助很大，我回来给我导师介绍这门课的时候他表示这样的训练十分必要，他觉得现在的研究生写作能力急需提高。除此之外，因为这门课而认识的小组成员后来一直一起学习，并且彼此成为了很好很好的朋友。课程结束后我也会思考为什么我们中国学生在这种形式的课程面前和他们的差距那么大，我们往往只会解决一个课本中给了充分题设的具体的题目而并不去思考算它的意义，但是在一个开放性的实际问题面前，我们往往不知所措，而两个葡萄牙小哥在此过程中展现出来的素质让我们惊讶，从文献调研到问题提炼到编程计算到结果分析到报告撰写，如果不是对一个问题理解得足够透彻，是很难去瞎编出一篇报告的。



第二个Period的Dynamics of Structures和Finite Element Method in Solids这两门是典型的力学专业课，且授课形式和国内差不多，我上得如鱼得水，同时也得到了很好的成绩。语言到一个国家，学一下他们的语言是再好不过的机会了。来之前在知乎的“芬兰是怎样的一个国家？”这个问题下看到了一张非常形象的介绍芬兰语的图片，又看到了一个吐槽芬兰语语法变态的问题，就知道这是一门很奇葩的语言。属于乌拉尔语系的芬兰语只有芬兰人能懂，但是大多数的芬兰人还能讲一口流利的瑞典语，芬兰的官方语言也是芬兰语和瑞典语双语并行。本来想修一门芬兰语课，但是给交换生开设的芬兰语课数量有限，且极其抢手，最后很可惜没选上。所以关于语言，芬兰语并不是我主要想说的。不过也学了几个简单的日常用语，比如Moi可以用来说你好好和再见，又比如Kiitos表示谢谢，还有早上好是Hyvää huomenta以及去超市购物时常买的食物的名称。在一个充分国际化的学校交流，主要的用语当然还是英语。在去芬兰交流之前就听说北欧英语普及率高，北欧人英语说得好，去了以后发现确实如此。在我四个月的交流经历中，印象里唯一一次碰到无法用英语交流是在超市买牛肉的时候，我问冷柜卖生鲜的阿姨某两种包装的牛肉有什么区别，她告诉我她不懂英语，除此之外遇到的无论是年长还是年轻的芬兰人都讲着一口流利的英语。北欧国家较高的英语水平得益于公共媒介传播以及良好完善的英语教育体系，北欧国家的电视节目很多是引进英美国家的，而且直接采用原音配字幕的方式播放，这样就有利于这些国家的人民在日常生活中耳濡目染，特别是对听力会有很好的训练效果。这样高的英语普及率让我在芬兰的生活十分便利，基本不存在沟通障碍，不过在学校学习又是另外一件事。上课的时候用到的很多单词都是专业词汇，而且芬兰人虽然英语很好，但是说话的时候总会带有当地口音，例如芬兰语里面有大舌音，芬兰老师就会不自觉地把它带到英语单词的发音里面。Random Loads and Processes这门课和我同一个小组的葡萄牙小哥倒是口语很不错，在和他们的交流过程中提高了我本来拙劣的口语水平，还巩固并学习了不少地道的英语表达。学校设施和管理特意把学校的各种设施和对交换生的管理拿出来一提是因为阿尔托在这方面确实做得很好。学校的设施方面，有24小时开放的配有windows系统、os系统、linux系统电脑的自习楼，学生可以免费复印、打印、扫描文件，学校的主楼和图书馆内有超级多给学生学习讨论的空间。除此之外，环境优美的运动场、设施齐全的健身房、设备丰富的学生活动室等，给学生的课余体育文艺活动提供了无限可能。不过最出彩的还是富有设计感又极其舒适温馨的图书馆。芬兰是名副其实的“设计国度”，每三个芬兰人中就有一个是从事设计相关工作的，而阿尔托正是由于其出色的设计和建筑相关专业成为了芬兰设计师的摇篮。据我所知阿尔托的图书馆翻新项目获得了2017年Finlandia Prize大奖，这是一个在芬兰甚至整个建筑界都非常重要而且有分量的奖项，而原来的建筑正是芬兰建筑大师阿尔瓦·阿尔托设计的。不过作为一个外行，有发言权的部分是图书馆和其地下学习中心内部的设计和用户体验。图书馆阅览区大量使用自然光，给我们以十分宽敞明亮的阅读体验。地下空间更是让我爱不释手，各种复合功能的自习区成为了我课程小组进行小组讨论的重要场所，墙壁上壁橱一样的洞洞成了抢手的个人空间，我们喜欢钻进去躺在里面学习。墙壁上圆形的洞和旁边的圆沙发、天花板的圆形吊灯形成了无处不在的呼应。在如此梦幻且颇具童话感的空间中学习，让人幸福感陡增。



学校的管理方面，从申请交换开始到收到offer，再到准备各种签证材料，撰写学习计划，甚至找住宿，全程都有对方学校院系外事处老师提供各种信息并且解答各种疑问。让人感觉最暖心的还是学校给每个新生和交换生都安排了至少一名tutor。我所在的tutor小组由来自中国、法国、荷兰、葡萄牙、印度等不同国家的十个左右的ME交换生所组成，我们三个分别来自芬兰、冰岛和斯里兰卡的tutor，他们对于我在芬兰“安家落户”、顺利入学、顺利选课、认识芬兰起到了极其关键的作用，给予了我极大的帮助。我对芬兰最初的美好的印象也是我的tutor带给我的，去年8月23日那天当地时间晚上八点多我落地赫尔辛基，我的芬兰tutor开着车带着冰岛tutor一起来机场接我，帮我搬行李，办电话卡，把我送到家，当时对这个晚上九点天还亮着的地方第一印象特别好。开学第一周是orientation week，我们一组十人在tutor的带领下进行入学注册、checkpoint crawl、Aalto Party、开学狂欢舞会，表面害羞而高冷内心闷骚而温暖的芬兰人爱开趴的习惯从学生时代就表现了出来。后来学期中间的时候，我的芬兰tutor还带我们去努克西奥国家森林公园附近的一个湖边森林小木屋体验芬兰式的乡间生活，在那里度过了一个悠闲的周末。住在一个安静得出奇的森林里，周围看不到一个人，只有一个小木屋，和小木屋前明镜似的湖，大家一起蒸桑拿、一起跳湖、一起划船、一起做饭。令我感到十分高兴的是，我和tutor的缘分并没有因为交换生涯的终止而结束。我的芬兰tutor正值研究生最后一年，即将毕业找工作的他在一家叫做Konecranes的芬兰公司实习，实习期间到我国江苏省靖江市出差，周末闲暇时间来上海玩，我带他游览了城隍庙、东方明珠、外滩等上海著名景点，给他介绍了中国新年和元宵节的风俗，还带他尝了上海小吃。这一次，是我以他的tutor的身份带他认识上海、体验上海的风土人情。



关于生活 如果要用几个词来描述芬兰人的生活，那可能是“安静”、“悠闲”、“祥和”、“慢节奏”……作为森林覆盖率在世界上数一数二的“千湖之国”，芬兰的自然环境好得没话说。PM 2.5没有超过过一位数，城市和森林融为一体没有界限，湖边有几幢小木屋，和北欧人一样慢悠悠的水鸟扑腾在湖水中央，爸爸妈妈带着孩子在阳光灿烂的周末去森林里采蘑菇。生活在这里，仿佛大自然就是人类的家，而人类是大自然的孩子。





衣 不知是否由于北欧有着长达近半年的寒冬，厚实保暖的羽绒服才是芬兰人最贴心的伙伴，在芬兰要找到既美观又性价比高的衣服着实不容易，怪不得来之前看到中国留学生前辈半开玩笑半认真地吐槽“芬兰没有时尚”。芬兰人追求自然舒适，穿衣风格大都比较简约，在大街上几乎看不到刻意打扮的妹子，大家都不施粉黛，穿着整洁而简单，也许暖和实用就是他们的穿衣准则。来了欧洲后发现，欧洲人特别崇尚运动，因此这里大大小小的户外用品店特别多，装备齐全而且质量一流。在芬兰，冬季户外运动装备尤其出色，光是滑雪就有cross-country ski, downhill ski, snowboard等等不同项目的雪具。户外用品店琳琅满目的雪具可以满足你对冬季户外运动的所有想象。食 这可能是我对芬兰唯一不满意的地方吧，毕竟被我大中华美食惯坏了以后觉得上哪哪都不好吃，而且芬兰可以说是吃货的地狱了，于是作为厨艺菜鸟的我在交换的这段时间里实现了厨艺水平质的飞跃。虽然我是一个对食物要求不高的不挑食的好宝宝，但是平日里在食堂吃到的正餐真的一言难尽，蔬菜基本都是生的，主食肉类总是被做成奇奇怪怪的糊糊状，面包有芬兰人最爱吃的酸酸的黑麦面包，被且苑祸害了（。五六年的我都不太能喜欢得起来大多数时候的食物。不过学校食堂一顿2.6欧的价格在北欧乃至整个欧洲都算是廉价的学生餐了，菜品也比较新鲜丰富，每餐可以选一份主食、一份自助蔬菜色拉、一杯饮料（蓝莓汁、牛奶、酸奶、燕麦水）、一杯水和一份配黄油的面包。



芬兰最具特色的食物在我看来当属驯鹿肉。我在跟团去拉普兰游玩的时候去参观过驯鹿农场，当时一位当地人给我们介绍说，驯鹿肉因为其脂肪含量非常少，因此是一种比猪羊牛肉都要健康的肉类。有芬兰科学家的研究结果显示，正是由于这个原因，常吃驯鹿肉的萨米人比普通的芬兰人更健康。我尝过两次驯鹿肉，一次是初到芬兰，我的房东带我去赫村Hakaniemi农贸市集喝驯鹿肉汤，碎鹿肉加浓汤其实并不符合我的口味；第二次是P2期末考试结束，离我回国只有半个月不到的时候，我特别渴望在离开芬兰之前吃一次传统芬兰餐厅整块的驯鹿肉，于是葡萄牙小哥通过tripadvisor搜索到了赫尔辛基的一家传统芬兰菜自助餐厅，在那里我吃到了块状驯鹿肉，没有传说中的膻味，配合酸甜的果酱，再加上一点三文鱼、土豆泥等其他美食，让我在芬兰的经历少了一项遗憾。除此之外，肉桂面包以及一块小饼干配上暖到心坎里的Glögi是芬兰圣诞里一抹亮色。



出乎意料的是，虽说芬兰美食不多，但是芬兰的中餐馆居然都还不错。自从我和另一个中国女生带俩葡萄牙小哥去吃过中餐以后，他们就深深爱上了中餐并且一发不可收拾，不仅让我们给他们推荐中国菜肴，每次出去觅食还主动要求去中餐馆。我大中华料理果然魅力难挡。住阿尔托给学生提供了两个租房平台——hoas和ayy，前者适用于首都地区几乎所有学校的学生，后者是阿尔托自己的学生会。当时我住的地方是从一个中国学姐手里转租的hoas房，在奥塔涅米校区所在的艾斯堡市靠北的一个居民区。那是一幢红色的森林小木屋，毗邻一个幼儿园和一所小学，每天进进出出都可以看到活泼可爱的孩子们穿着overall，或是骑着小自行车或者滑着滑板，也有的被爸爸妈妈爷爷奶奶牵着小手，好不温馨。从家到直达学校的公交车站步行7分钟，穿过一小段林间小路，两旁就是居民的house。这里的house大都有一个不小的花园，临近圣诞，暖心的芬兰人将自己的房子装饰起来，挂上了五颜六色的彩灯，照亮了晚归的路。有时候，还能从别人家的花园里瞥见活泼的小松鼠窜来窜去，或者是雪白的大野兔在院子里蹦跶，宛如穿梭在北欧童话里，让人放飞思绪，忘记一切烦恼。



我的室友是一个来自越南的妹子和一个来自波黑的妹子。越南妹子性格害羞少言，她是另一个学校的本科生，因此我们交流甚少。波黑妹子跟我同一个学校，是个艺术生，她看待许多问题的角度颇为新颖独到，和她聊天经常可以收获一些有意思的观点。行



首都地区的公共交通主要由公交车、地铁（只有可怜的一条线，我快要离开的时候新建了一条，但跟第一条几乎是重合的）、有轨电车、火车。欧洲的出行真是贵到让人想哭泣，北欧尤甚，哪怕是作为北欧屌丝的芬兰，单区坐公共交通要3.2欧，跨区5.5欧，如果用交通卡会稍便宜些。不过作为没有收入的学生，拿着学校开具的证明，上HSL去办公交卡可以享受到学生半价优惠。我的校区和我住的地方都在艾斯堡，于是花27欧办理一个月的学生价单区月票最为合适，若是经常跑赫尔辛基，那可以花54欧办理跨区月票。说是跨区，但其实从我家到赫尔辛基，公交转火车，也就半个小时左右的时间。首都地区城市规模不大，不过相对于这样的城市规模来说，公交线路倒是不少，出行很方便，用首都地区专用的公交线路app或者谷歌地图就可以精准安排自己的出行时间。而且全国人口只有上海四分之一的芬兰几乎不会碰到堵车或者上车没有座位的情况，再加上管理得当行车素质高，这就使得出行体验非常好。除了公交车以外，火车、地铁、电车上车的时候刷卡都靠自觉，没有人会去监督你，但是如果逃票被查到的话后果很严重，直接罚款80欧。芬兰人开车很文明，车让人是无需强调的基本行车原则，过马路时每当我习惯性地停下来左右环顾有没有车辆驶过时，总能看见车辆在离我50米处就远远地减速停下来等我先过马路。我的芬兰tutor到中国来出差以后问我，你们中国人到底是怎么在这样的交通环境下生存下来的？虽是玩笑话，但确实也说明了国内行车素质和他们那边的差异。文明还体现在公共交通的管理上，每一辆公交车、地铁、火车、电车都有专门的残疾人停放轮椅或是爸爸妈妈停放婴儿车的空间，这就使得社会上特殊人群的出行更加便利。关于文化体验 都说去一个地方旅游并不能真正了解和感受一座城市，而我四个多月的交流生活就刚刚好管中窥豹。去芬兰之前我对芬兰的认知局限于“富裕”、“高福利”、“诺基亚”、“圣诞老人”、“极光”……而回来以后我对她的感受是“平等”、“自由”、“包容”、“信任”、“安全”……尤其是“安全”，这一点上我感受颇深。有一回我不小心把自己锁在了房门外，打电话找安保开门，安保上门给我把门打开以后，问我要护照，我把护照给他，他表示我护照上的信息和他手上这间房的租借人信息不一致（房间的租借人是我的中国房东学姐），于是又把我拖了出来，不管我如何解释都行不通，留我在风中凌乱，最后我不得不把房东学姐召唤过来，才算是打开了门，事后还收到一张27欧的账单（欧洲的人

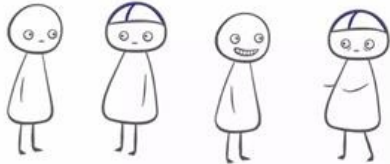
力就是那么贵.....)。还有一次,我朋友坐公交把书包落在车上了,发现以后联系公交公司并等到工作日前往公交公司询问,结果书包原封不动地给她还回来了,东西一样没丢。种种这些细节,对比起治安混乱的南欧(我一个在意大利交流的小伙伴在火车上掉了护照银行卡笔记本电脑),让人生活在这里倍感安全。芬兰人

FINNISH NIGHTMARES

FINNISH NIGHTMARES & LOGOS PT. 1
FINNISH NIGHTMARES & LOGOS PT. 2
FINNISH NIGHTMARES & LOGOS PT. 3



FINNISH NIGHTMARES



一个陌生人看着你 然后笑了

FINNISH NIGHTMARES

FINNISH NIGHTMARES & LOGOS PT. 1 - FACEBOOK.COM/FINNISHNIGHTMARES - TWITTER.COM/FINN_MATTI



下雨是很糟糕,但候车亭被占了没办法...

芬兰人的微笑

FINNISH SMILE



RARE AND GENUINE
罕见而真诚

网上有一组很有趣的漫画叫做芬兰人的噩梦 (Finnish Nightmare), 这组漫画把芬兰人日常生活的尴尬瞬间高度概括化, 以一种非常有趣的方式传达了芬兰沉默内敛的民族特性。比如漫画中所说的芬兰人在公交车站排队间隔空间巨大; 比如公交车上大家都整整齐齐靠窗坐一排, 实在没有座位了才会选择和别人邻座等等。这些都确有其事, 所以开玩笑说芬兰人是社交恐惧症患者的天堂, 也并不是完全的玩笑话。拿发生在我身边的事儿来说事, 我朋友的芬兰tutor是个很高很帅的金毛小伙, 他告诉我朋友他高中的时候喜欢一个姑娘, 但是羞于表达, 直到后来姑娘有男朋友了都不知道他喜欢她。虽说芬兰人表面上沉默羞涩、温润无争、恬淡平和, 但他们其实有一颗非常温暖的心, 他们很友好, 只要你主动求助, 他们一般都会尽力帮到底, 只是不太愿意说话, 不过年轻人还是比较活跃的。我的芬兰tutor就是非典型的芬兰人, 虽然我们交谈不算太多, 但每次聊天他都可以滔滔不绝说一大堆。有一件很有意思的事儿, 我朋友初来乍到之时, 某天晚上在学校进行小组讨论讨论到很晚, 手机没电, 充电器没带, 没法查回家的路线 (芬兰大多数公交车线路到了晚上班次会变少或者取消, 同时会出现夜线), 坐上一班公交车后发现坐错方向, 又碰到个醉汉拉着她疯狂说话 (晚上在芬兰街头很容易看见醉汉, 不过这里的醉汉素质特别高, 就是喜欢拉着人说话, 不会有不礼貌的行为), 说的还是芬兰语, 她表示听不懂后那醉汉还拼命拉着她说。她在某站下车后看见醉汉跟她一起下车, 她感到害怕, 又回去跟司机说明情况, 司机很是理解, 又让她回到车上, 把她送到下一站, 还告诉她应该怎么找去她家的车。不过事情还没结束, 她下车后苦等后一辆回家的公交, 可是怎么等也等不来, 好不容易等来的车还因为天色太黑司机没看见她所以没停.....绝望的她跑到马路中间站着拦车, 被一个经过的芬兰人看见了, 以为她要轻生, 跑过去好说歹说和她讲了很久的道理劝她不要想不开 (此处应有沧海一声笑), 还陪她等车, 把她感动得不行。那个芬兰人说, 大家对芬兰人的印象都是沉默高冷, 他觉得这是不好的, 他希望主动去帮助有需要的人, 他希望人们改变对芬兰人的印象。如果说平时看到的芬兰人都还是沉默少言温文尔雅的绅士, 那么在桑拿房或者party上你可以见识到芬兰人不同的一面。什么害羞, 什么腼腆, 一杯酒下肚全部抛之后, 纵情欢歌。因为我不是很喜欢参加喝酒、尬聊、尬舞的party, 只参加过学校一年一度最隆重的开学庆祝活动Aalto afterparty, 所以没有太多实际体验, 但我确实在赫尔辛基的街头遇到醉汉上前来聊天。桑拿party上也是, 害羞如芬兰人, 但是传统的Finnish style的桑拿浴是不允许穿泳衣遮体的。芬兰的重金属乐队比世界上任何一个国家的都要多, 我想这可能是由于日子太平淡, 需要一点狂野的东西来刺激大脑吧。桑拿提到芬兰就不得不提到他们的桑拿。桑拿对于芬兰人的重要性不言而喻, 已经融在每个芬兰人的血液里, sauna也是唯一一个被其它语种采纳的芬兰词。在芬兰, 几乎每一座房子中都有桑拿室, 只要是你想得到的地方, 公寓房、夏季小木屋、公共游泳池、健身房、酒店、船只, 甚至公共汽车上都有桑拿。据统计, 桑拿房的数量已经超过了这个国家人口数

的一半。我在芬兰的四个月中共体验了五次桑拿。第一次是orientation week的时候，学校esn组织校内桑拿活动，旨在帮助初来乍到的交换生和新生认识更多的朋友。由于是第一次，我怀着忐忑不安的心情在网上查了很多关于蒸桑拿的资料，了解了一些注意事项和桑拿文化，得知传统的芬兰桑拿是裸体混蒸的，让我为之一惊= =我和我们tutor小组的法国姑娘以及几个小伙子约好了一起去参加。学校波罗的海边有个桑拿小木房，我们在那儿先打了会儿牌喝了会儿酒暖暖场，然后就换衣服进桑拿房了。进去发现果真有人裸蒸，多数是男生，也有几个女生，不过大家好像都不在意，那我也就入乡随俗了~桑拿房的温度一度达到80摄氏度，蒸了十多分钟后我们已经大汗淋漓，于是冲淋了一下去外面的大澡盆泡澡，泡一会儿后跑到海边，直接跳进去让身体降温。虽然个位数温度的天气海水真的很凉，但是当从海里出来以后，会感觉到整个人都在发热，寒意也一并消失。芬兰人的桑拿浴就是一冷一热如此往复，他们认为这样可以促进血液循环增加血管弹性，有利于身体健康。



第二次是我的芬兰tutor组织了周末森林小木屋桑拿派对。芬兰tutor的爸妈是艾斯堡西郊一片森林中一个湖滨小木屋的会员，我们赶上了小木屋“冬眠”前的最后一个周末前去玩耍。去湖边小木屋度假是芬兰人仲夏日的传统活动，桑拿是其中一项重要的活动，而我们借光体验了一下真正的湖滨森林小木屋桑拿。小木屋所在的地方远离城市，安静得出奇，湖边停着一艘很原始的小木舟，我们一行七个人强行塞进了那艘不大的小木舟，在不大且清透的湖面上徜徉，时不时还能听到森林中传来的各种动物的叫声。小木屋的桑拿房是传统的烧木头的桑拿房，在蒸桑拿前我们去储木室拾取了足够的木头带到桑拿房里。木头桑拿的配置是一排座位和一个炉子，炉子最底下是一个盛灰烬的容器，容器上面是烧木头的空间，最上层则是一般桑拿都有的用来产生蒸汽的岩石。我们蒸完一轮就去跳一次湖，感觉很棒。



第三第四次分别是在拉普兰之行中的北冰洋和雪地冰窟窿，说起来这可能是我人生中做过的最疯狂的事情了。拉普兰之行中有一天的行程是去挪威的北冰洋边体验冰火两重天的桑拿，如此难得的机会和疯狂的体验我当然不会错过，哪怕去的前两天很不幸地来了姨妈，我不会用卫生棉条，我还是义无反顾地去了。我们去的当天拉普兰零下二十度左右，不过随着大巴一路向北，温度逐渐升高，到了北冰洋附近变成了零下五六度，这是由于从大西洋流过来的墨西哥暖流，使得海岸温度高于内陆。也是因为洋流的缘故，如此高纬度的地区仍然有人类生存。我们去的桑拿房的拥有者是挪威比圭内斯小镇的一个白发老奶奶，老奶奶给我们讲了很多当地的历史以及和北冰洋有关的故事，随后就是我们的体验时间了。虽然时值下午一两点，但是十一月的北极圈的天色已经逐渐暗了下来。我们一群交换生在桑拿房里边蒸边聊天，我从导游Betti那里了解到了很多关于桑拿的小知识。原本对自己的身体状况忧心忡忡了一天的我，进了桑拿房好像完全放开了，和大家一起高呼着颤抖着踏着厚实的雪冲向50多米远处的北冰洋，那一刻感觉自己像一个高唱着冰与火之歌的勇士！就这样我一共去了两个来回，录下了一段不清晰但极其珍贵的视频。结束之后我感到整个人都得到了升华，没有任何身体上的不适，当即我就觉得北冰洋我真是去对了，感觉自己真是酷毙了！感谢自己的勇敢，这个牛可以吹一辈子了。第二天的在cross-country ski过后Betti带我们去基地附近的一个小木屋蒸烟熏桑拿，虽然基地的纬度比北冰洋要低，但是因为是在内陆，温度反而要低不少。小木屋外十几二十米处挖了个冰窟窿，蒸完桑拿我们往雪地冰窟窿里跳，好不刺激。



第五次是快要离开芬兰的时候，和小伙伴在赫尔辛基波罗的海边的露天游泳池。海边有两个泳池，其中一个天然的海水，蒸完桑拿可以跳到泳池里游泳。五次桑拿体验可以说是很满足了，这些体验也让我对桑拿文化有了越来越多的了解。桑拿在芬兰不仅仅只是一个沐浴和休息的场所，它对于芬兰人来说，还有特殊的精神意义：芬兰人会在桑拿房里举行婚礼、葬礼，包括产妇分娩也可以在桑拿房当中，桑拿房可谓是见证了芬兰人生命中的所有大事。在现代生活中，就像中国人在饭桌上谈生意，桑拿房是芬兰人做出重大决策的场所。在芬兰，与他人共享桑拿是联络感情的方式，在桑拿房中，大家坦诚相见，没有拐弯抹角，也放下了害羞腼腆。芬兰独立百年 芬兰是一个年轻的国家。在历史上，瑞典统治了芬兰数百年；芬兰独立前的一百年，又是在苏联的统治下。2017年正好是芬兰独立一百周年，12月6日独立日当天，芬兰各地举行了一系列的庆祝活动。赫尔辛基的艺术馆美术馆全部免费开放，足以见得这个设计大国对培养市民艺术修养的重视程度。除此之外，市中心的露天溜冰场也供市民游客免费使用，我也是在这里第一次尝试滑真冰。



夜幕降临，市中心的楼宇纷纷亮起了代表芬兰的蓝色和白色的灯光，夜晚十点烟花秀，South Harbour万人空巷，赫尔辛基火树银花。



除此之外，我也利用交流的好机会，打卡了这片世界上最我想涉足的欧洲大陆上的近十个国家，行万里路，感受欧洲秀丽的自然风光、厚重的历史和丰富多元的文化。瑞士精致秀美的小镇风光、瑞典昔日王国的庄严肃穆感、塔林的东欧风情、巴黎文艺气息与理性之美交

相辉映的国际大都市氛围、马赛峡湾蓝透灵魂的地中海水、巴塞罗那的自由奔放、萨尔茨堡眺望阿尔卑斯雪山穿越到《音乐之声》的世界、交响乐弥漫维也纳富丽堂皇的昔日王宫、布拉格和布达佩斯繁华与破败的矛盾统一……走过的每一步都深深印在我脑海里，我带着虔诚的心去感受每一座城市独有的性格。这一路上，拓宽了眼界、沉醉了心灵，哪怕相比于幅员辽阔的欧洲大陆和灿烂辉煌的历史文化，我感受到的只是一缕浮光掠影，但那样真实的感受是再多的图片和文字堆砌起来都无法体会到的。当我身在其中，感动得眼泪都落了下来。在外也不能忘了祖国妈妈啊~ 行前在阿尔托的中国学生群里看到学姐安利赫声合唱团（赫尔辛基大学合唱团），作为合唱爱好者和前复旦大学学生合唱团成员的我不犹豫地报名了。赫声合唱团是芬兰首都地区华人合唱爱好者（主要是学生）自发建立起来的一个组织，团员有学位生、交流生，甚至是已经工作了上班族。我们每周一次在赫尔辛基的赫大学生会大楼进行排练，我在的这一个学期共参加了两次演出，其中一次是国庆专场演出。我们给前来观看演出的大使馆分管教育的老师、华人朋友以及外国友人表演了一首《夜来香》，以此方式向祖国传达生日祝福。



到此为止，我码了可能是有生以来码过的最长的一篇文章。说了这么这么多，却还有许多没说的故事，就让说不完的故事永远留在我自己心里吧^_^ 芬兰，离天很近，离喧嚣很远。独立百年庆的时候看到一个同在阿尔托交流的交大学妹发的一条朋友圈，我觉得对芬兰这个国家的定位非常精准：“赫村的气质大约是平等、自由、闲散、呆萌而友善。街头优雅的变装皇后，线轨上推着婴儿车的帅过头的年轻爸爸，蓝白色的蜡烛和红色的圣诞树，森林、湖泊，开心或烦恼的cottage，松鼠、白熊、哈士奇与驯鹿，这些我都爱。而我最爱的，是这里人与人之间完整托付的信任与冷漠，这样温柔的疏离，令我倍感安全”。四个月的热恋期让我看到的可能都是芬兰好的一面，当然她也有不尽如人意的一面，比如芬兰等北欧国家重视社会公平、人性体验，相对来说，就会牺牲一些经济发展的效率和活力。但即便如此，她仍被评为世界上幸福指数最高的国家。这四个多月的经历对我来说绝对是人生中极其宝贵的一笔财富，我体验了以前从未体验过的生活和自由，踏上了向往已久的这片土地，看到了令人窒息的美景。感恩芬兰上午十点的日出和下午三点的夕阳，感恩朝夕相处共同学习的同窗好友，感恩我这四个多月耳闻目睹和亲身经历的一切；感谢学校提供给我这样一个宝贵的交流机会，也感谢自己做出无比正确的选择。芬兰，我们有缘再见。最后在这里贴上几个我认为在准备期非常有用的网站：上海领事馆办理居留证：<http://www.finland.cn/public/default.aspx?nodeid=35190&contentlan=20&culture=zh-CN> 居留证申请eservice：<https://enterfinland.fi/eServices> 阿尔托官网：<http://www.aalto.fi/en/>；<http://studyguides.aalto.fi/welcomeguide/> 索米星君微博（落地指南等）：http://blog.sina.com.cn/s/blog_814474750102wbbc.html HOAS:<https://www.hoas.fi/> AYY:<https://ayy.fi/en/>