

蘭州大學 秋季交換心得

英美三 朱惠鄉

、前言

蘭州大學，位於較內陸的甘肅省，卻是大陸直屬的全國重點綜合性大學，是大陸約 2000 多所大學中被選為近年「雙一流政策」中的學校之一，可見蘭州大學的實力是受到肯定的。由於我認為自己是比較受到環境影響的人，所以希望能到一個更競爭的環境感受新碰撞，家中長輩因工作關係常到大陸，我曾聽聞他的一些經歷，還有之前學姐曾



城關校區校門口

到蘭州大學交換，也相當推薦，加上蘭州大學與許多國家合作，除了台灣與中國的學生，在蘭州大學也可以與其他國家的人士交流，而且校方也會請學生作為學伴，來幫助交換生適應當地的生活，因此我選擇交換到了蘭州大學。

一、生活環境

1. 食:



蘭州牛肉麵

在大陸北方，道地的食物口味普遍偏重，餐點裡大多都會加辣子(辣椒)，口味一般比較鹹，當地比較多回族，牛跟羊是食用肉類的大宗，而最有名的是牛肉麵，去其他城市時偶爾都會看到蘭州牛肉麵的招牌，而其他還有面片、釀皮跟手撕羊肉等。

記得到蘭州的第一餐，是小夥伴(蘭州大學安排協助交換生適應環境的學生)帶我們去吃的羊肉面片，當時吃不到一半我就停下來了，因為舌頭已經鹹到完全麻掉沒有知覺，我還問了小夥伴，難道都不覺得鹹嗎?身為在地甘肅人的她卻也笑著說，其實她也覺得很鹹，但他們都是這麼吃的。

在蘭州大學的兩個校區，每個校區裡的食堂都有兩棟以上的建築物，品項在我看來變化不多，主要是價格上的差異，而價格上的差異則反映在美味程度上，不過餐點份量都很足，我的食量一般，但在食堂點一份主食都吃不太完，主要都是中式的餐點。另外在學校裡，大家吃飯時間



學校食堂

比較準時，一般過了飯點就沒有東西吃，而且吃飯時比較少閒談，所以他們吃飯的速度快上許多，不像台灣，經常會邊享用餐點邊談天。

而除了學校食堂，學校附近也有一些餐飲店可以去，但若要吃除了中式以外的料理，可以坐地鐵到西關什字站附近，或是鄰近的幾個大廣場，會有比較多選擇，但價格會比較高一些。另外要是不想出門，大陸的外賣 app 也很方便，而且會有優惠，有時候比親自到店還要便宜許多。

飲食算是一開始我比較不適應的一點，尤其我原來對辣比較敏感，一點點辣都受不了，一開始去到店裡都跟老闆說不要加辣子，還被問了好幾次「真的不要嗎？」想必在蘭州很少有人完全不吃辣的，但後來我也慢慢越來越能吃辣了！也許是因為那裡零下的氣溫，吃了辣的食物會感覺溫暖一點就開始接受。

2. 衣:



12 月份的甘肅

去蘭州交換的時間是秋冬之際，在海拔超過 1000 公尺的城市，秋冬時零下的低溫是常有的事，室內是不會有冷氣的。許多台灣交換生剛到宿舍就開始找冷氣，最後才發現並沒有，但在打開窗台就能當冰箱的地方，沒冷氣也是相當合理的。所以在蘭州，室內都有暖氣，但到戶外還是得做好保暖，洋蔥式穿法是比較好的，

在室內不用穿太多，出去就穿上外套跟圍巾。我的保暖衣物大部分都是到大陸才用淘寶買的，去時的行李比較多，厚衣服會占比較大空間，而且淘寶確實滿方便的，好好挑選可以找到性價比不錯的商品。

3. 住:

這趟交換，我住的是城關校區的留學生宿舍，城關區位在蘭州市區，生活機能比較好，但上課就必須乘坐 1 小時的校車到瑜中(大部分本科生課程進行的校區)。房間兩人一間，最好的是有獨立衛浴，蘭大的住宿生一般都需到宿舍外的澡堂洗澡，經常看到校園裡，有人頂著濕漉漉的頭髮，在冰冷的天氣裡行走，所以我很慶幸房間有獨立衛浴。而除了留學生公寓，另外也可以選擇跟當地學生住在瑜中校區，更貼近當地學生的生活。

在留學生公寓裡，有烏克蘭、法國、韓國跟日本等等不同國家的留學生，他們都是去蘭大學中文的，但能流暢使用中文溝通的占少數，所以會英文就派上用場，也剛好能藉機會練習口語！



留學生宿舍

另外因為地緣關係，還有不少人是來自中東，在留學生宿舍裡最常使用廚房的，便是中東的留學生，每次還沒走到廚房，就聞到他們料理傳來的香氣，從味道就能知道他們是在煮家鄉菜，與在台灣或大陸的料理會有的味道相當不同，卻讓人食指大動。而看著他們在廚房忙進忙出，也讓我開始有了好好學料理的念頭，遠離台灣一段時間才發現，要是能會至少一道帶有家鄉味道的料理，能在異鄉享用，會有多撫慰心靈。



萬聖節時與留學生們

4. 行:

在蘭州這段時間的交通，除了共享單車、公車、地鐵，叫車也是相當方便，手機有不少叫車的程式，乘車價格比台灣便宜，也可以跟司機問一些前往地點的資訊，但女生單獨一個的話最好還是要多注意安全。

在交通方面，我覺得比較有趣的是，在大陸汽機車似乎都很禮讓行人，行人大搖大擺的過馬路，在車陣中穿越也不怕被撞到，而車子也真的會靜靜的停下來等行人通過，不像台灣駕駛人，遇到這樣的情形可能會不耐煩地唸個兩句。

5. 育:



蘭大圖書館

交換生到蘭州大學，學校也會開通進入圖書館的權限，一樣可以借閱書籍，使用設備。與台灣看到的圖書館不一樣的是，蘭大的圖書館設有很多自習室，經常看到坐了很多學生，聽蘭大的同學說過，他們的宿舍是沒有書桌的，所以通常會到自習室或空教室看書，有人甚至在教室關閉後，

躲過警衛在樓梯間繼續念書，勤勉的程度讓我有些震撼。雖然平時在課堂上上課的情形與在台灣的感覺相去不大，一樣有人認真，有人分心，但整體而言，大陸的學生在課後是花了更多心思在課業上的，我認為是值得學習的一點。

6. 樂:

在蘭州交換，除了本地，也可以去遊甘青大環線，引人入勝的景色一般卻少有機會去到。另外學校的微信公眾號不時會有一些學生組織的活動的資訊，像是沙漠旅行或滑雪行程，還有蘭州大學的國際事務處也會舉辦活動，像這次去交換，國際事務處就籌畫了敦煌文化參訪的行程，全程由學校安排妥貼，費用也由學校資助。



敦煌參訪

二、課程

蘭州大學修習的學分教育部是認可的，也開放全部課程讓交換生修習，但最後因為考量到學分抵認，所以在交換期間修了英文作文和英文口語，跟兩門外語日文及法文。本科的兩門課都是由外師上的，課堂氛圍與在台灣時的感覺滿相似，滿活潑的，但口語課的部分，課程架構主要是以大陸的大學英語四六級考試設立，需要在短詩間內思考問題並組織邏輯，以結構性的內容進行回答，問題也涉及許多不同的範疇，偶爾有些題目是平常比較少思考到的，因此對我來說，口語課算是一大挑戰，但這樣的練習，我認為對建立穩固的基礎口說能力有很大的幫助，一方面也能增加思考的廣度。

從在大陸修的幾門課看來，大陸的課堂上更常使用各種手機軟體來輔助課程進行，同學老師在網路上的聯繫似乎也比較積極，這些是讓我覺得跟在台灣時上的課比較不一樣的。而在台灣新學年開課後，雖然蘭大因為武漢肺炎的疫情，還沒正式開學，但老師也已經開始利用微信等程式，維繫學生學習進程，我覺得大陸這樣的學習方式，是透過網路創造正面效益的實例。



蘭州大學瑜中校區

另外在課程方面，因為蘭大在這幾年才開始招收比較多台灣交換生，選課的系統還有一些可以改善的地方，在選課期間要多注意自己的選課結果，有一些台灣交換生選課都出現問題，加上大陸的行政分級制度與台灣不同，可能要花點時間找到正確的部門協助處理。當然除了這些可能也會有其他沒想到的問題，但重點是自己一定要積極尋求管道解決，一般學校的人若能夠幫忙也都會提供幫助的。

三、人文

在大陸交換的這段時間，除了甘肅省，也去了西安、成都等城市，大陸土地遼闊，每個城市都有不一樣的風情，有的繁榮活潑，有的溫婉醇厚，也有的讓我感受到經濟前進步伐與文化蘊育程度的衝突，但相同的是，可以感受到絕大部分的大陸人，對台灣人都是十分友善的，從對話中也可以感受到他們對台灣美食、明星或風情等等的興趣，或者甚至說是憧憬，在商店裡也經常會聽到台灣歌手的歌，有種親切的感覺，但在對話中，同時也可以發現我們在政治方面觀點的歧異，有人會尊重彼此不同立場，但也有人的態度比較激烈，像曾經遇到過以「中國」跟「台灣」稱呼兩邊，就引起強烈反彈的情況。我認為在談論到政治相關的事時，最好是不要太強硬，與人爭辯，畢竟到別人的土地上作客，是為了交流，而不是挑起爭端。

四、心得

在蘭州交換期間，雖然大陸與台灣同樣都使用中文，但生活習慣卻有著一些區別，初到時，不僅新的生活型態需要一些時間適應，在出發前的想像跟實際到來時的情況，多少總會有些不一樣，因此心態上也要懂得適時轉變。但也是因為不同於原來固有的生活模式，可以發現原來沒有注意到的，自己身上的某些特質，甚至在我看來，人在一個遠離根本的地方，有時反而會變得更接近原有的自己。

到大陸與到台灣大部分外縣市來說，到大陸是相對比較有機會遇到存在差異性的情況，就像到台灣買東西用實體貨幣較多，但在大陸最常用的是線上支付，像這樣生活上的不同，到上課，或是與人的交往等，會遇到比較多跟以前不同的經驗，也會知道更多不同的處理跟面對方式，因此也越能認識到不同方面的自己，知道在什麼情況下，自己會做出什麼樣的反應，所以在交換期間，給我的收穫之一，便是更加的認識自己，知道如何可以激勵出好的一面，也了解該避免什麼樣的情形，或是還需要再學習的地方。

與當地學生接觸時，他們都釋放出滿滿的善意，有問題時也都很樂意回答幫忙，讓我可以感受到，自己在一個可以互相進步的良好學習環境之中。在大陸，不少地方都可以看見標語，在校園裡也是，社團招人的布條等，也都常用標語的方式呈現，甚至老師上課時，偶而也會有用類似標語的話來激勵學生，印象比較深刻的話像是「身為一個人必然是墮落的，所以一個人最大的驕傲就是戰勝自己」，讓人聽了有種想努力向上的感覺，我覺得這點滿有趣的，也許這也是利於營造學習環境的一個方式。



與學伴合照

在大陸的這段時間，發生過不少有趣的事，難過的事也有，但在離開蘭州的那一天，所有的快樂跟不快樂都化成難以言喻的不捨，也許是因為在秋冬時期去到蘭州，對蘭州的印象不是那樣艷麗，乾燥冷冽，不像成都給人活潑繽紛的感覺，但它也有屬於自己的色彩，而且在與人交往中才更能感受到蘭州的生命力。

很謝謝在蘭州遇到的人們，陪我在我的人生中寫了一篇新文章，也謝謝學校能給我這樣的機會，去到台灣之外地方看世界，在交換期間，我發現比起其他學校，台東大學真的給了學生很多的資助，與蘭大建立的友好關係，讓學生可以免學費跟住宿費，在不用有過多的壓力下，得到海外學習的經驗，對學生來說是很好幫助。