

北京大学国际关系学院
-早稻田大学国际教养学
院与政经学院
双学位项目
(2015-2016)

佟琳楠 | 高敬婷 | 陳家樂

米若钰 | 陈欣馨 | 温承易

马子钦 | 唐瑜繁 | 闫书帝

徐一然 | 张纤

左鹭 | 欧阳钰宜

目录

Part One| 我，在东京

佟琳楠	2
高敬婷	5
陳家樂	7
米若钰	9
陈欣馨	12
温承易	14
马子钦	16
唐瑜繁	18
左鹭	20
闫书帝	22
张纤	25
欧阳钰宜	27
徐一然	30

Part Two| 和你们，做最开心的事儿

集体旅行篇	33
宿舍活动篇	37
我们的合照墙	38



日本人多地少，但是街道却都很安静，在大街上行走没有高声喧哗的，也没有听到过有司机按喇叭的，路上也没有随便占用街道摆摊的。刚入境办理入境手续时，进入大厅后大约有一百多人，但是很安静，大家都秩序井然地排队，一旦进入这种安静地环境，无论是谁，都会自然而然地安静下来。

佟琳楠

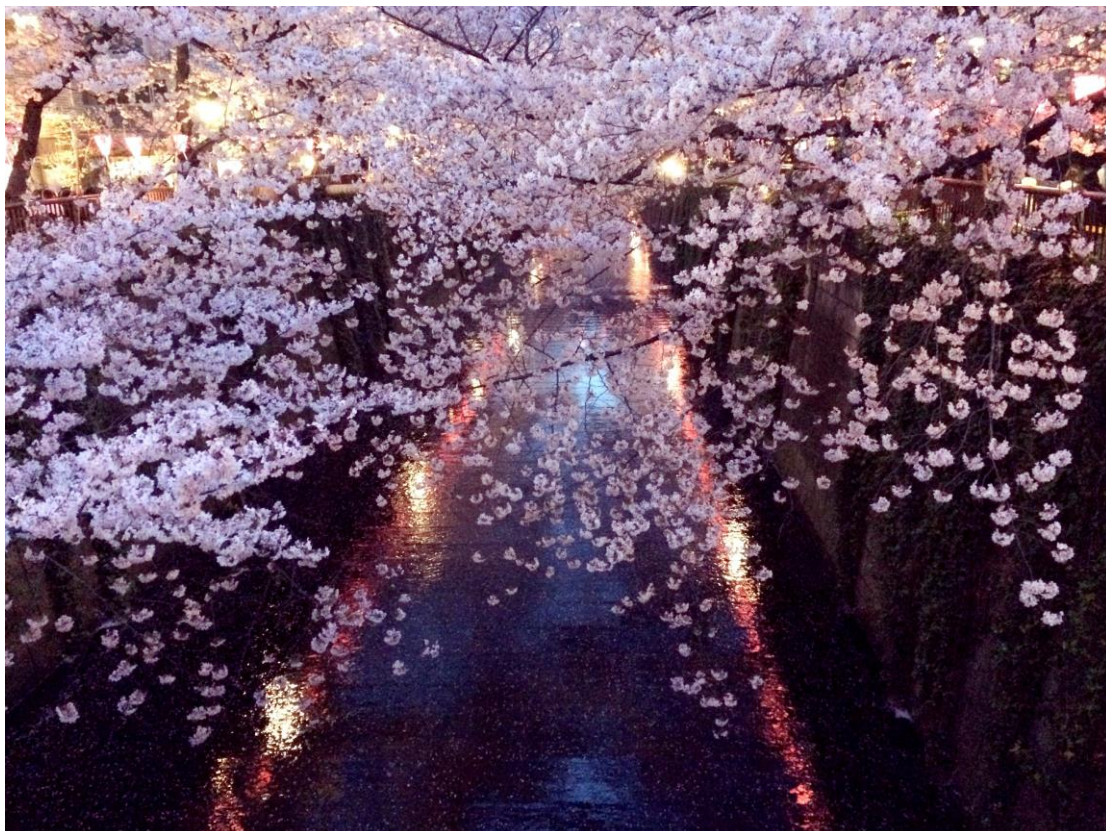
从去年九月份去日本到八月回国将近一年的时间。这是我第一次出国。去日本之前，我对日本的想法大多来自于书本和网络，我头脑中的日本是秩序井然的、干净的、景色怡然的、人人都很有礼貌、没有假冒商品的日本，而我想象中的日本人就是根据《菊与刀》中的描述塑造的，我当时觉得世界上可能没有比日本人更矛盾的民族，既好斗又和善，既尚武又爱美，既顺从又不甘任人摆布，既保守又善于接受新事物。说实话，来日本之前，我是有一些担心的，担心日本人会对中国人不友好，甚至我们会受到欺负，也担心由于日本人与中国人的性格差异，造成无法适应在这边的生活。但事实上，到日本以后，我的所见所感，都与来之前所认为的有很大不同。

去日本后的第一个最大的反差就是日本人对中国人的态度，我发现来之前我的担心大部分都是多余的。实际上，虽然日本也有很强的民族性，但是大多数日本人对中国人是比较友好的，或者说在表面上他们会表现的很客气、很周到，完全不会给来日的中国人造成什么困惑或烦恼。相比于在中国很多中国人对日本人的排斥，在日本生活几乎不会有这种困扰。来日本之前就听说日本人很有礼貌，到了日本后，最深刻的体验也在于此，日本人的确很注重细节，例如在电梯里，日本人会主动向人微笑打招呼，并协助按住开门键；每个地方的营业员都会很热情地问好，并帮我们耐心地解决各种问题，有种很尊重我们的感觉。这种感觉让人很舒服，但是时间长了，我们会发现虽然日本人对每个人都很有礼貌，但是相与日本人熟络亲切起来却比较难，感觉在日本很难遇到像在国内一拍即合，可以滔滔不绝的朋友。好像正是由于他们的周到与礼貌反而有时候会与我们造成一种距离感。

来日本后的另一个印象就是安静。日本人多地少，但是街道却都很安静，在大街上行走没有高声喧哗的，也没有听到过有司机按喇叭的，路上也没有随便占用街道摆摊的。刚入境办理入境手续时，进入大厅后大约有一百多人，但是很安静，大家都秩序井然地排队，一旦进入这种安静地环境，无论是谁，都会自然而然地安静下来。对比一下国内的汽车站、火车站，真的是天壤之别。同时，无论是在东京这样的大城市，还是在旅游名胜如北海道等，有个现象让我很费解，街头巷尾到处都见不到一个垃圾桶，但是街道却很干净，而且，日本的垃圾分类细致繁杂，甚至连瓶子的盖要旋开另放，一般情况都有四个垃圾桶分类。而旧电器更是需要专门的回收车带走而不能直接丢弃。从这些方面，我们既能看出日本人的细致，但同时也能看出一些他们的不善变通与固执。因为拘于形式与规则，有时候会因为程序性的操作而使效率变低。

在日本的一年中，另一个有趣的发现是日本人的个体意识很强。来日本之前，我觉得日本是一个集体型社会，因为无论从历史或者影视资料，都感觉到日本人是一个国家感极强的民族；而且初到日本时，我发现日本人很喜欢聚会、喝酒，更加深了我认为日本人是自我意识极弱，而集体意识很强的国家。但后来随着认识一些日本同学，在和他们的交流中，我才发现，大部分日本人会为了国家积极参战，但是并非是为自己的祖国感到骄傲，而是更多是为了个人的生存。事实上，日本人对国家并没有很强的认同。我猜想原因可能是由于在近代史上，日本的两次“体制转型”——即19世纪的明治维新和20世纪的战后改革，都是因为美国，在某种意义上，可以说今天的日本是一种美国化的日本，因此，可能更强调个人主义。另一方面，日本人一般结婚都要改姓，或者改为丈夫的，或者改为妻子的，血统文化就这样被人为地模糊了，所以日本人并没有强烈的家族概念，完全成为一个个独立而自由的个体。

谈到在早稻田大学读书的感受，可以说和在北大的学习状态有很大的不同。总体感觉是在日本大学学习很轻松。一方面，每个课程的人数不像国内那么多，国内专业课一般有一、二百人一起上，而日本一般每节课大约20-30人左右，可以更有效地和老师在课堂上交流。另一方面，在日本学习的过程中，感觉负担和压力都很小，平时没有太多作业，期末大家也不会特别紧张，总体来说，日本学生并没有像中国学生那样看重成绩。但是客观来讲，早稻田的国际教养学部由于留学生很多，所以课程难度和教学质量相比于国内大学都要低很多，老师对学生的要求也不是很高。但是我认为国际教养学部在课程设计上是比较合理的，也是国内应该可以借鉴的。国教的课程涵盖范围很广，既包含文学类、数学类等基础课程，也包括经济、法律等热门的专业性课程，还包含艺术类课程，因此可以满足学生各方面涉猎、发展的需求，我认为这种课程设置很好。同时，没有重修或补考的要求，只需要修够学分即可毕业，我认为也是大学制度中设计比较合理的地方。总的来说，在日本留学的这一年，真的感觉很轻松愉快。



阳春京都奈良樱瓣飘舞，夏夜隅田川畔花火绚烂，清秋高尾山顶红叶胜霞，冬日大概是我最喜欢的季节了吧，东京的冬天没有那么凛冽的寒风，大多数时候阳光很好，风也暖，约一个人或者一群好友六本木看星空一般的百万夜景，于我便是最浪漫的消遣。

高敬婷

2016年8月10日凌晨，东京成田机场一架普通航班在跑道上滑行，随后升入晴朗的夜空，一场大型的二次元圣地巡礼也随之落下了帷幕，心情有点复杂，不同于一年前细雨中透过车窗小心翼翼地打量着这个熟悉又陌生的国度时的不安和期待，更多的是一种没有缘由的不愿说再见的倔强。和全国千千万万的“二次元”类似，我对于日本的印象基本来源于形形色色的日本动漫，黑白的，或是跃动于屏幕上的动漫人物，用一开始只能看字幕的语言讲述着或温馨或热血或不羁的故事，年幼的我尽管无法完全体会到故事的内涵，但是却对这些故事发生的舞台产生了朦胧的向往。北大国关和早稻田大学的双学位项目无疑帮我将这种向往转化成真真切切的现实。

在日本的一年，学习当然还是最主要的内容。早大国际教养学部的课程设置非常多样，大多数同学能根据兴趣点选择适合自己的课程。而在所有的课程中，我最喜欢的应该是太田老师的seminar了。学过中文，对中国颇有一番研究的太田老师被大家称为“早大中日友好大使”，每每从国外回来，总会给大家带当地的巧克力、饼干或者巧克力饼干，在太田老师的眼里，大家都还是喜欢糖果的小孩子吧。班上的其他同学也一直没有放弃过和日语苦手的我们交流，我经常会后悔如果在去日本之前更努力地学习日语，以及面对他们能鼓起勇气用日语表达自己的话那就好了。去伊豆的合宿验证了动漫里关于合宿的桥段果真是日本学生的日常，久违的，竟然像小学时候郊游前一样失眠了。

当然，学习也并不是全部。留学为徜徉于一种文化中提供最直接和便利的途径，当那些平面的遥远的风景变得立体而触手可及时，大多心里都是悸动的吧。阳春京都奈良樱瓣飘舞，夏夜隅田川畔花火绚烂，清秋高尾山顶红叶胜霞，冬日大概是我最喜欢的季节了吧，东京的冬天没有那么凛冽的寒风，大多数时候阳光很好，风也暖，约一个人或者一群好友六本木看星空一般的百万夜景，于我便是最浪漫的消遣。当然，二次元们也会有很多其他的乐事，找一个空闲的午后，去喜欢的动漫的取景地“圣地巡礼”，体会那种次元壁被打破的感觉。或者去某个动漫的主题咖啡厅，点一道以钟爱的人物为创意的主题料理，即使得不了空专程寻访，乘坐电车的时候窗外闪过的一帧帧的风景是否也似曾相识，电车站时不时进行的动漫主题展和不时驶过的绘了lovelive的山手线也会让人不禁感慨，果然这就是动漫的国度啊。

如今已经回到园子三月有余，不舍也转变成怀恋，进而变成我努力的动力。那些还没有来得及看的风景就当未来重逢的理由吧。



教养学部的课程设置非常丰富多彩，涵盖了人文社科、理工科、医学和病理学等课程，学生可以根据自己的兴趣去选择适合自己的课程，这给予了学生极大的自由度，也是教养学部的一大优势，学生能够在本科阶段接触不同学科领域的课程，寻找自己感兴趣的研究领域，同时也培养了跨学科学习的能力。

陳家樂

2015年的9月8日，第一次来到了日本，带着紧张又期待的心情展开了在日本的留学生活。在短短的一年里，我结交了新朋友，也对这个神奇的国度有了更深刻的认识。离开东京已经快半年了，但仍会不时回想起留学生活的点点滴滴。

日语是在日本留学生活的必备能力，在北大虽然已经学了一年的日语，但还是难以熟练应用日语。早大要求双学位修读日语课程，基本是每隔一天就会有日语课，授课老师也是只讲日语，偶尔用英语辅助教学，日语也成为了我生活必不可少的一部分。由于日本生活的便利性，即使日本不好也不会对日常生活造成太大影响，但若要与更多日本人接触，了解日本的社会特点，就得沉下心来好好学日语。

在早大的学习对于我来说是全新的体验，无论是授课语言、课程设置或是学生构成都让我感受到教养学部的教学魅力。由于早大的教养学部是英文授课，而且需要适应不同教授的发音，刚开始的时候的确有点吃力，但随着课程的进行和深入，逐渐也发现英文各方面能力都有提升。教养学部的课程设置非常丰富多彩，涵盖了人文社科、理工科、医学和病理学等课程，学生可以根据自己的兴趣去选择适合自己的课程，这给予了学生极大的自由度，也是教养学部的一大优势，学生能够在本科阶段接触不同学科领域的课程，寻找自己感兴趣的研究领域，同时也培养了跨学科学习的能力。高比例的国际学生也是教养学部的优势之一，以我修读的美国战后社会发展史为例，可是几乎有一半是外国留学生，在交流和互动的过程中，可以收获很多不同有趣的观点，也能够加深对自己对课程的理解。

早大的课业负担并不重，在课余时间，我也走访了日本不同的城市去感受东瀛独特文化的魅力：在北海道领略雪国风光，在奈良古都参观平城京遗址，在伊豆赏樱，在川越体验“小江戸”文化……每一次的出行，都让我看到日本这个美丽国度的不同面貌，也让我对日本传统历史文化有更深入的认识和了解。

虽然留学生活只有短短一年时间，却让我获益匪浅。除了课堂老师讲授的知识之外，与日本学生的交流与接触，在日本生活尝试融入日本社会，去日本的不同城市旅行都不断更新我对日本的想法。留学生活短暂却美好，成为了我学习生涯中最宝贵的一段回忆。



这一年的经历，最后以百贤组织的夏令营画上了圆满的句号。对早稻田大学项目有兴趣的同学可以提前准备一下材料，冲刺拿到这个奖学金。百贤致力于推动中国与日本乃至全亚洲的精英的交流，投资于培养亚洲未来领袖。

米若钰

出国留学——发现平行世界的你

在不知不觉中，我们作为个体，其行为总是受制于大环境。这一点，我在日本深有体会。可能熟悉我的朋友都会知道，我在日本的一年中不知不觉间瘦了30多斤。其实除了有意为之，我认为日本的“气质”也帮了我很大的忙。日本自带一种“禁欲”的气质，这种“禁欲”的气质约束着男男女女。我们这些在北大从来不施粉黛的女孩子到了日本也很自然的每天化妆了。只不过，这种化妆与其说是为了争奇斗艳，不如说是一种礼节。走在东京的街道上，如果我对自己的容貌进行一些修饰，不体体面面的将自己收拾整齐，仿佛对周围的人是一种失礼。在这种大环境的约束下，大家不禁注重自己的容貌，注重仪态，注重吃饭时的礼仪。在生活上的大大小小方面都要多加注意，都要尽量赋予美感，都要合乎礼仪。这样一天天下来，当然胃口就小了，吃饭实在不是一个令人放松、尽兴的事情了。其实不出我所料，回到中国的我果然反弹了几斤。倒不是说中国的饭菜一定比日本料理有人，只不过，在中国，和朋友亲人在馆子里尽情聊天大口吃肉实在是一个正经事，饭吃的香，生活才有温度。现在慢慢琢磨过来，在日本的我实际上是我发现了生活在一个平行世界的我，那个我努力把自己的生活活得更加精致，而真实的我在中国这个急速发展的过度，被时代推动着尽量和时间赛跑。

早稻田大学政治经济学院

——学习西方国际关系理论、日本政治、经济、数学的机会

我很感谢这一年的学习，我学到了在北大永远不会学到的知识。我非常喜欢早稻田得学的经济学课程，特别是信息经济学、博弈论。也许是我矫情，但我总觉得经济学这些东西，用英文教，看英文教课书才“够味”。就像《道德经》翻译成他国语言总要失去些神韵一样。具体的课程内容不做赘述，有兴趣的同学可以询问师兄师姐。最珍贵的经历是学了 political process，这门课系统的讲了日本的政治进程，涉及到一些“内幕”，这些都是不来到日本听当地老师讲课很难学到的知识。

百贤奖学金

——一个有情怀有理想的机构

这一年的经历，最后以百贤组织的夏令营画上了圆满的句号。对早稻田大学项目有兴趣的同学可以提前准备一下材料，冲刺拿到这个奖学金。百贤致力于推动中国与日本乃至全亚洲的精英的交流，投资于培养亚洲未来领袖。它的

用心在夏令营体现的非常明显：24 天的形成，安排的慢慢的，每天都有近 8 个小时的 lecture 或者 group discussion 的轰炸，还有实地田野调查。所请嘉宾包括大学教授，政界领袖和商界精英。我们有幸听了哈佛大学傅高义教授的讲座和优衣库创始人柳井正的讲座。一个 summer program 下来，有太多的 take out。当然，由于会议语言是英文，而且话题都集中在学术领域，短短 24 天，大家的英文口语都有了质的飞跃，仅这一点也是很宝贵的。



教养部项目的同学都被分配到一个离学校只要步行 10 分钟的宿舍，虽然管的比较严，但是也不会太过拘束，而且每层楼有厨房，大家晚餐时间一起煮，一起吃饭聊天，一年内还是认识了很多不同国籍的朋友

陈欣馨

早大的教养学部课程很多，而且涉及的方面较广：有历史、数学、科学、经济、传媒 - 反正真的是应有尽有，而且选上的一些课也让我获益匪浅~ 在那里住了一整年日语程度提高得很快，跟去之前根本就是天壤之别 hhhh 建议想在最短时间内学好日语的同学报名！而老师们都很 nice，我选课的老师们真的都非常耐心，而且早大有小班讨论课（zemi）主要是一起写毕业论文的同学选修，根据选课的老师的会有所不同，但是我选的老师 zemi 课上气氛比较轻松、活跃，从中学到了很多历史方面的东西。

然后就是大家关心的生活条件啦。真的非常好；教养部项目的同学都被分配到一个离学校只要步行 10 分钟的宿舍，虽然管的比较严，但是也不会太过拘束，而且每层楼有厨房，大家晚餐时间一起煮，一起吃饭聊天，一年内还是认识了很多不同国籍的朋友~ 不想煮饭的时候附近有便利店超市还有很多饭馆，根本不会饿着哈哈哈。走个 10 来分钟的话也有相当正宗的中国菜馆，所以想吃中国菜的时候很方便。而房间虽然比较小，但是应有尽有。所以反正总结是，生活条件真的很好。而如果觉得钱不够用了，或者想要体验一下身为日本大学生的日常生活，可以去找份兼职做！因为很多日本大学生都会读书边兼职（来补贴他们的课余活动需要花的钱嘿嘿），所以进到靠近学校的饭馆或咖啡厅里，几乎看到的服务员都会是学生。听打过工的朋友们说那是来日本留学的一种独特体验，所以我这一年里都没能兼职算是一个遗憾吧. . .

把应该去兼职的时间花在了旅游上，或许是让我觉得在日本学习一年最好的福利吧。不需要赶时间，可以慢慢地去欣赏体验日本的文化，走遍日本，感受各地不同的习俗。而且能把在学校学到的日语马上派上用场，我觉得也是一种成就啦。很感激有这一年的机会给我去通过学习、旅游、生活，了解和亲身体验这个神奇又不一般的社会。



我在早稻田也加入了他们的英语辩论社。这个早稻田的英语辩论社在日本国内非常有名，排名仅次于东大，每年全国赛事中都拿第二名。2016年春天，我代表了早稻田参加了日本的全国赛，最后还是勇夺第二。

温承易

早稻田大学的政治经济学部是一个非常优秀的学部。在这里，我有许多小组讨论班，每个讨论班的人数一般介于10名学生左右。由于讨论班的人数非常少，所以同学们基本上都不敢翘课。在每堂课开始之前，我们都需要阅读好几篇文章，而且必须带着问题来上课。上课的形式就好像答疑，学生们有什么提问，老师就有什么答案。老师不准备幻灯片，也不讲课，如果学生不提问，或者提的问题的质量不高，老师的答案的水分也就自然地提高。因此，老师在课上提供多少干货，主要取决于课前学生有多努力。我非常同意这样的教育形式，教育就是一个有来有往的过程，通过老师和学生之间的互动、以及学生和学生之间的互动，我们就能够有彼此之间的相互学习。上学不应该仅仅是一个资料输入的过程，学生也不应该是一个被动的接受者。

在这一年里，我们不仅一起上课，还时常一起出去吃饭和游玩。早稻田大学作为一间土豪的私立大学，在日本遍布了许多度假村，都是早稻田亲自经营的。早稻田的老师每个学期都会带我们一整班去这些度假村“旅行”。这些“旅行”是课程重要的组成部分，每次“旅行”差不多4天左右，老师一般会安排时间逛逛旅游景点、泡温泉、体育活动，还有一点点的上课时间。虽然这些“旅行”不是特别有学术意义，但是这些旅行却具有深刻的教育价值。由于许多活动都是我们自己组织的，因此我们必须学会如何合作、分工、服从命令。这些都是生活当中不可或缺的生存技巧。

日本的旅行当然少不了泡温泉，而且泡温泉就是一个很好的交流的机会。泡温泉就像一个仪式，大家必须先到更衣室把衣服脱光、再到澡堂洗澡、身体清洗干净后才能开始泡温泉。这些温泉也有不同的水温、水质，哪一个先泡、哪一个后泡，都有个必须遵循的先后顺序。虽然在泡温泉的步骤比较细致，但是不会令人觉得它很繁琐，反而给了我一种非常安宁的感觉。所谓心静自然凉，在热腾腾的温泉里心灵是非常安定的，这个时候就能敞开心门和同学面畅所欲言。

我在早稻田也加入了他们的英语辩论社。这个早稻田的英语辩论社在日本国内非常有名，排名仅次于东大，每年全国赛事中都拿第二名。2016年春天，我代表了早稻田参加了日本的全国赛，最好还是勇夺第二。我的日本籍队友已经连续4年冠冕第二了，因此这里有裁判偏袒东大的嫌疑，如果纯粹按照实力来说，早稻田应该是第一。:D在这里，我结交了很多地地道道的日本朋友，而且还到处跑参加比赛。迄今为止，我为了辩论就拜访过了横滨、大阪，以及遍布东京各地的大学校园。



短暂时光总是提醒我享受当下的每一刻，思考自己每天对于生活的期待。懵懂地度过了两年的大学时光，到这个时候，我才开始真正地思考自己想要的生活，开始学会享受自己的生活。与此同时，我还遇到了有着各种各样经历、来自世界各地的人。

马子钦

我从小就一直希望能够有机会在国外生活一段时间，看看大千世界，感受异样文化。所以在大二的时候，一听到关于早大双学位的这个项目，就果断地报名参加了。一眨眼，一年就这样结束了，总觉得自己做出决定还是前一天的事情。现在看来，这一年的生活是我大学四年以来过得最丰富、最精彩的时候。

东京是一个很具有生活气息的国际大都市。我们居住在学校附近，属于生活区。与在北京的生活相比，少了来往车辆的喧哗、商家的叫卖声以及到处维修的机器声，生活变得很宁静、很安逸。早稻田的课程大多数都是小班制。为了避免口音问题，我们的选课的时候也会尽量选择来自英美的教授。不得不说，英语授课对我来说确实是一次挑战，尤其是课堂交流与发言的时候。原本生疏的英语口语使得自己在课堂参与之中尽量保持沉默，但是小班制的课堂之中，自己又不得不参与讨论。随着练习的次数增多，自己也不在那么畏怯，渐渐地也会不时主动参与到讨论之中，与老师的交流也變得更多，也获得了老师更多的帮助。一学期结束之后，才发现自己原来还是学到了很多東西。

为期一年的留学生活使我更加自立。短暂的时光总是提醒我享受当下的每一刻，思考自己每天对于生活的期待。懵懵懂懂地度过了两年的大学时光，到这个时候，我才开始真正地思考自己想要的生活，开始学会享受自己的生活。与此同时，我还遇到了有着各种各样经历、来自世界各地的人。与他们交流的过程中，虽然常常会出现一些尴尬的局面，但是回想起来还是趣事居多。我的室友是一名西班牙人，比我年长几岁，她来日本进行日语的进修，未来准备成为一名大学教授。两个文化背景不同，生活习惯不同的人成为室友必然会面临很多问题。我们之间首先面临的就是语言问题。一名日语流利、英语蹩脚的西班牙人与一名英语流利、日语蹩脚的中国人第一次交流的结果就是靠肢体语言。为了避免尴尬，我们开始交流很少。不过在我室友的帮助下，我的日语也得以一天天地进步。从最开始的寒暄几句到后来基本交流基本流畅，让我颇有成就感。

除了自己的成长之外，这次的交换生活还使我获得了一群好朋友。我们一行十人左右，一起学习、一起吃饭、一起娱乐、一起旅游。虽说是远在异乡，但是我从来没有感觉到孤独。我们一起看过伊豆半岛的海，玩过北海道的雪，赏过目黑川两岸的樱花，逛过川越的集会。短暂的一年里，我们一起创造了无数美好的回忆。对我来说，不论多久之后回想起来，这都是一份最为珍贵的财富。



离开的最后一天，退宿之后宿舍管理人员把我送到门口，看到我行李太多把我送到地铁站；开出租车的小哥把车停到路边，拎着我的行李走了近一公里把我送到目的地；深夜没有公交之后，保安小哥帮揉着蹩脚日语的我打了三个电话叫出租车一直呆到司机接到我为止；开出租车的老爷爷在凌晨三点把我送到机场的航站楼，下车一个一个门帮我确定哪个可以进，直到我进去后才开车离开。

唐瑜繁

在去日本前，对这个国家的了解仅限于动漫、樱花和政治，直到真正走进古老的神社求一支签、在秋叶原的街上与cosplay的少女擦肩而过、在居酒屋参加一次飲み会、在天空树俯瞰夜色中的东京时，这个国家的形象才真正的鲜活起来。日本是多元但不矛盾的，他古老传统，同时也青春活泼，在这里有最热闹繁华的商业街，也有着古老安静的街道；他承担过最沉重的打击，也曾从低谷中爬起。只有真正来到这里，同时感受永远蔚蓝的天空、微笑的人群，和同样不停息的政治宣讲、游行运动，才能真正感受到这个国度内涵中的“菊与刀”之美。

来到早稻田大学之后，发现这里是我理想的学习之处，第一是小而精。早大的校园很小，只要二十分钟就可以走遍整个主校区，然而每一栋楼都有它独特的设计感，每天走在校园里都很惬意，丝毫不会觉得单调。第二，它是开放的。早大没有所谓的正门，公车的“早大正门前”也只是在大隈讲堂前的一片空地。经常有人玩笑说在这个校园里散步，可能不知不觉中你就已经不在学校里了，深以为然。在这个开放的环境里，每天都能够遇到形形色色的人，不论是和来见学的小学生一起吃午饭还是满头银发的老人一起听讲座，都是十分新奇有趣的体验。第三，小班课。与北大的大班授课不同，来早大以后我的课程大多都是小班，且大部分以讨论为主。小班授课让学生和教授迅速地熟悉了彼此，在这种模式下，教授能够更有针对性的就每一个人的问题做出解答。第四，讨论班旅行。在一个周末，由必修讨论班的教授带着自己不同年级的学生一起进行一场为期2-3天的短期旅行似乎是早大的惯例。而我也十分感谢这次轻井泽的旅行，在这里我收获了在早大最好的朋友。回来之后有一次给讨论班的教授发邮件说“Hope to see you again”，得到了“Miss the time you were in class”这样的回复，这样的感情互通也是在早大的生活中最值得开心的一部分了吧。

离开的最后一天，退宿之后宿舍管理人员把我送到门口，看到我行李太多把我送到地铁站；开出租车的小哥把车停到路边，拎着我的行李走了近一公里把我送到目的地；深夜没有公交之后，保安小哥帮操着蹩脚日语的我打了三个电话叫出租车一直呆到司机接我为止；开出租车的老爷爷在凌晨三点把我送到机场的航站楼，下车一个一个门帮我确定哪个可以进，直到我进去后才开车离开。感谢东京，谢谢你一直以来对我抱有的极大善意。



冬天的芋春天的桃夏天的柠檬秋天的南瓜，被融入面包布丁甜甜圈中，让人感觉其实自己离自然并不远。

左鹭

在早稻田大学交换的日子是我的大学生活里十分重要的记忆。由于从小对日本文化的兴趣，在刚进入国际关系学院时我就开始留意这个项目，事实上这个项目带给我的收获远大于最初设想的日本文化体验。

2015年9月，我在早稻田大学政治经济学院开始了为期一年的交换生活。将政治与经济专业结合在一个学部里的设置为学生完善知识体系提供了更多可能性。早大双学位项目不需要将分数转回北大，于是选课变成了非常顺遂本心的事情，可以放手选择自己感兴趣的课程而不需背负绩点的压力。作为国关专业的学生，之前大多从跨学科的角度进行学习。而在政治经济学院里，可以从跨学科层次回到一级学科，我有机会接触基本政治模型、经济学原理以及数学和统计学。一级学科能给人扎根基，对我而言这是可贵的学习体验，很大程度上改变了我看待问题的视角。

除了学业，在日本感触最大的就是当地人那股好好生活的劲儿，比如说在超市里摆放土豆和洋葱的摊位旁边是新鲜花束的摊位，充满设计感的瓷器被非常自然地在日常生活中使用，早晨在厨房里做便当的日本姑娘要把切片西红柿和玉子烧摆出配色喜人的造型。无论何时何地都不要忘记把生活过得有趣一点。

至于我的初心，感受日本文化在这个项目里更是能得到充分的实现。去日本之前学院开设了日语课，山田老师真心是特别负责任特别可爱的老师，每周的四个学时都过得很开心。在日本无论是想参观各色博物馆还是神社，追动漫追宝冢还是追爱豆，都有非常多的机会。和日本同学以及在日本交换的各地同学交流都带给人新的认识。还有各种季节限定的甜点，冬天的芋春天的桃夏天的柠檬秋天的南瓜，被融入面包布丁甜甜圈中，让人感觉其实自己离自然并不远。

真心推荐这个项目。



如果再让我做一百次选择，我依然会选择早稻田项目，我依然会选择回到那里，回到那熟悉的校园、熟悉的城市。我一直如此认为，在早稻田大学一年以来的交换学习经历是这些年来我做过的最幸运的决定。

闫书帝

如果再让我做一百次选择，我依然会选择早稻田项目，我依然会选择回到那里，回到那熟悉的校园、熟悉的城市。我一直如此认为，在早稻田大学一年以来的交换学习经历是这些年来我做过的最幸运的决定。它带给了我很多，也改变了我很多。

首先，在早稻田大学的学习，在东京的生活，让我第一次体验到一个人独具异地的生活还是可以如此的温馨、如此的舒适。每次抬起头，我都会陶醉于那蓝的像洗过的天空和白云。白云苍狗，云卷云舒，不过如此。以至于现在我仍会每每记起生活中点点滴滴的琐事，深夜起床去便利店买吃的、自己逛超市买食材做饭、时常和老同学新朋友下下馆子。这些细碎的记忆仿佛有种魔力，以至于经常在深夜造访我，同时让我失去抵抗它的能力。也许这些细碎的日常，大多数在北大校园也可以实现，但那种独特的味道，我想是深藏在东京、在日本独特的风情和文化中的，而这样的风情让我如沐春风。

如果说这些细碎的日常都可以让我反复咀嚼的话，那那些或是独自一人的、或是三两结群的旅行就足以让人荡气回肠了。从伊豆开始，箱根、日光、北海道、白川乡、名古屋、关西、广岛、四国、九州、东北，我大略走遍了日本大部分的国土，领略到了大同却也小异的各地风情。我忘不了泡在热腾腾的温泉里看风景的时候，我忘不了独自冒雨行走在京都哲学大道的时候，我忘不了函馆价值千万的夜景，忘不了大快神户牛肉朵颐的样子，我记得原爆纪念馆的震撼，也记得樱花开遍熊本城的壮阔。我曾在富士山巅观云海，我曾在东京河边赏花火；我看过最精彩的球，喝过别有滋味的酒，交了一辈子不忘的朋友。这一年的生活是想不到的丰富，想不到的充实。如果说让我找还有什么遗憾的话，我真的挑也挑不出，唯一可说的，也只能是感慨时间过的太快了吧。

要说日本生活的给我的改变，我想这是十分重要的，而且是深刻的。我原本就想本科毕业后留学海外，体验不同国家的风情，从日本归来后，这样的想法更加强烈、沛不可挡。我本想在国内拼搏一番、业有所成，现在发现原来生活在国外也不错。我本对人生充满了一种这个时代的年轻人都多少难免的急躁，但现在却像趁年轻多去逛逛、多去看看、多去感受、多去思考。这个世界太大了，各有各的故事，各有各的精彩，如果不能多触及一些，我又怎么能安下心来从一而终呢，我又怎么能够欺骗自己已经找到了真正属于自己的生活呢。这句话虽然被说烂了，但话糙理不糙，世界这么大，我得去看看。

真的很感念早稻田的交换经历，这种不体验就不能完全体会到的、再怎么也不能表达出十一的美妙体验，真的希望可以有更多的师弟师妹可以切身体

验。我可以拍着胸脯说，早稻田大学、东京、日本，不会让任何挑剔的人失望。

真的好想回去！



每到冬天，北海道病就会发作。想起了北海道大学黄昏时候的乌鸦，便利店的热咖啡手套和错过的杂志，一夜醒来白了头的小樽，恋母峡看过的日出，还有大大小小的车站，大概便是，除却巫山不是云。其实何止冬天，在霓虹看过的春夏秋冬，清晨与黄昏，是能记一辈子的。

张纤

刚刚到日本的时候，和 seminar 的同学们聚餐，他们最爱问的一个问题就是：为什么会选择来日本？为什么会选择早稻田大学？当时的我，因为做这个选择的时候也并没有考虑太多，只是凭着对日本文化的钟爱和觉得“出去看看也不错”的想法就报名了这个双学位项目，所以在回答日本友人问题的时候支支吾吾，语焉不详。但是一年过后，若有人再问起，我大概能说上三天三夜，因为真的太喜欢了，太值得。

喜欢这个城市的便利。我们的宿舍在西早稻田，去学校步行大概十分钟，周末可以就近坐山手线或者副都心线去涉谷或者原宿晃悠一整天。寮内设备齐全应有尽有，不用熄灯也不会断网，厨房做饭应有尽有，厨艺也达到了二十年内的最高水平，每逢佳节的时候，大家一起做饭或者吃火锅，开着电视机做背景音乐，说说笑笑仿佛真的在家里一样。而若是刷刷刷综艺到凌晨饿了的时候，便能睡衣外披个外套去买 lawson 的关东煮或者 familymart 的鸡腿和地瓜，没有人会觉得诧异。东京这个城市，是 24 个小时都醒着的。

喜欢这个城市的自由。早稻田大学的教学氛围是自由的，虽然北大也挺自由的，但是那种感觉还是不太一样。北大的朋友们自由而优秀，而优秀的人往往都是相似的，但是早大更多的是自由且独特，这里真正包容着每一个不同的你。感受最深的就是我在早大上过的 seminar 和一门与日本电影赏析相关的课。在 seminar 上，日本学生是居多的，他们张弛有度的和老师开着玩笑，假期还会去老师家里 BBQ；在电影课上，大家自由踊跃发言，不是为了成绩，而仅仅是分享我看到的和我想到的，有种说不出来的活泼生动。

喜欢这个城市的安静。东京在我眼里是青蓝色的，是黄昏拂晓时候的颜色。每次放学回来，走在回宿舍的小巷里，就会觉得“啊又度过了美好而有意义的一天”。偶尔去吉祥寺或者下北泽逛街的时候，看见中年夫妇遛狗，或者小孩子三三两两背着方形的小书包追闹着回家，再或是听乌鸦远远在空中啼叫，心情就会被这静谧的氛围而感染，这个人都放松了下来。

回来已经小半年了，还是会经常想起在日本一年间所看到所听到的。不论是静水流深的伊豆，或者是大学茫茫的北海道，再或是樱花纷飞的京都，朴素单纯的仙台，有着最动人的故乡感。一期一会，谢谢你们曾来过。



在日本的一年，接受了一个与母国完全不同的环境。人们往往害怕发生改变，这是一种对未知的恐惧，但真正迎来以后才明白，改变的环境并没有从前想象中的那么可怕，反而是一种充满惊喜的体验。也是因为有了这一年，让我们有了更多选择的可能性，提供了在日本工作或者深造发展的更多的可能性。

欧阳钰宜

这次留学体验，会成为我一生中极其珍贵的回忆。

首先从环境的适应而言，这个项目为我们提供了足够多的便利和准备，让初来乍到的我们，得到了最大限度的帮助。对于留学生来说，最大的不便当属住宿问题。这个项目为我们提供了早大的宿舍，尽管有很多条例，这也体现了日本在管理方面的一丝不苟与细致入微，却保障了我们一个整洁的住宿环境。刚到埠的前几天，会有人带领着去办理各种区役所的手续和超市买东西。

在日本的一年，接受了一个与母国完全不同的环境。人们往往害怕发生改变，这是一种对未知的恐惧，但真正迎来以后才明白，改变的环境并没有从前想象中的那么可怕，反而是一种充满惊喜的体验。也是因为有了这一年，让我们有了更多选择的可能性，提供了在日本工作或者深造发展的更多的可能性。

除了一个不同的学习环境，日本的留学生活也给我提供了一个体验所谓的“日本文化”和日本社会、城市风貌的机会。也能知道，与中国大相径庭的，日本人对细节和整洁的执着，以及作为一个服务业主导的国家，在服务上的便利、舒适与服务带来的经济附加值的作用。

而日本，作为一个发达国家，是留学去向的好选择。首先，与中国大部分城市相比，日本是一个发达的地区，环境相对而言会更加舒适，即使是乡村也有发达的交通网络。再者，与其他西方个国家相比，日本和中国有着更相似的文化底蕴，汉字就是很好的传承和证明，有了汉字，降低了沟通的阻碍，让我们对这个地区有了更多的亲切感，以及能更好地适应这个留学环境。再加上气候温和，距离中国近。当今日本社会老龄化严重，年轻人会成为受欢迎的人力资源，各大企业对留学生也有丰富的奖学金援助，从而吸引了众多学生选择到日本的高校留学。

在早大的国际教养学部，让我明白了日本高校为全球化所做的准备。由于日本文化有拿来主义的传统，进而加强了他们对外来文化的适应能力。早大的国家教养学部就是为这一能力而准备了。学部内有大量的留学生，而学部内要求日本学生每人有一年的留学经验，这就保证了他们的外语能力。我们一直以为英语差的日本人，其实平均上已慢慢地超越中国了。而我们所认为的他们的英语差，也只是我们可笑的自满而已。这一点，也是去了国际教养学部后深刻体会到的。

当然，在假期里，我们去了日本各地旅行，也领略了日本交通费的高价格，因此便想尽办法的减少交通成本。日本的电车交通网繁杂多变，尽管如此大家还是能很好地使用电车，就在于日本电车的准时，时刻安排精准。日本乡村老龄化极其严重，甚于中国，但却看不出贫穷的味道。乡村交通基本上依靠电车和公共汽车，尽管班次少但都按照准确的时间到站。道路建设和基础设施

也十分完善，的确是一个与大城市相比，可以让人卸下繁忙的疲惫感，感受自然，得到放松的好地方。

而对我而言，与其他留学生相比，这个项目最独特的地方在于我们与参与这个项目的其他同学住在同一个地方，有相同出身背景的人到异乡后可以相互成为依靠，再如到了中国的某些传统节日时我们自己会一起聚会庆祝。也正是因为有了这些人，才让我的留学生活少了一些孤独，多了许多乐趣。



在赴日之前，对于这个一衣带水的国度有过很多很多的遐想：夜幕中闪耀的东京铁塔，穿着水手服的高中生，樱花飘落的街道，为甲子园而努力的棒球少年……这些都一一在这交换的一年成为了我现实生活中的一部分。

徐一然

现在回想起在早稻田大学一年的交换生活，还有很多画面不断浮现在眼前。

在赴日之前，对于这个一衣带水的国度有过很多很多的遐想：夜幕中闪耀的东京铁塔，穿着水手服的高中生，樱花飘落的街道，为甲子园而努力的棒球少年……这些都一一在这交换的一年成为了我现实生活中的一部分。

在政治经济学部的学习，可以说让我领略到了不一样的大学生活。由于之前相关的基础知识相对薄弱，我其实心中存在一些不安。用英文读长篇的论文专著、在小班课上和来自不同国家的学生讨论、兼顾专业课和日语课，这些都具有一些挑战性。然而，导师异常耐心和细致的辅导，同行的伙伴的帮助，以及新认识的日本朋友在生活上的帮助，让适应过程非常的顺利。除此之外，百贤奖学金提供的交流活动，让我们有机会听一些知名企业家、大学教授的经验分享，在冲绳亲身感受文化冲突和民族认知，在广岛思考核问题与人类的未来发展。身在异乡，你会更好的了解到从不同的视角看起来，我们的国家和民族所处的位置，更好的通过对比理解我们的优势和劣势所在。懂得更加包容这个世界的不同，并在认识并理解这种不同的基础上坚持自己的认识。

另一个显著提高的就是语言水平，从刚到日本时候的磕磕巴巴，对方稍微说快一点就反应不过来，到后来能够基本上顺利的和日本人进行日常交流，并用日语做课堂汇报。早大的日语研究中心提供上百种日语课程，分为八个等级，在听说读写各个项目都有专门的指导课，老师也都非常细心和专业。语言学的一位老师在结课的那一天对我们说，无论什么时候，哪怕是你们回国以后，如果你们需要我指正辅导发音的话，都可以发录音给我。

在生活方面，早大安排的宿舍 WISH 交通方便、设施先进，有非常舒适的私人空间和可供交流的公共区域。宿舍每周进行的交流活动，包括请一些企业家来进行演讲、参观，团队合作的小游戏，个人发展规划的对谈等等，都非常好的丰富了课余时间。许多生活习惯方面一开始虽然有一些不习惯（比如异常详细的垃圾分类和东京复杂的电车换乘），不过慢慢的也得以适应。日本社会可以说是非常强调秩序和个人道德感，每个人像是精密仪器上的一个小小的齿轮，严谨的执行自己的使命。在中国，你恐怕无法想象行人纷纷在没有车辆的红灯前等待，钱包就随随便便从口袋中露出一角也绝对不会丢，人们随身携带垃圾袋收起自己的垃圾……这样的生活可以说是很多“束缚”，然而这种对个人的束缚，形成了社会的便利。

在日本的一年，除了学业，还给了我很多走一走看一看的机会。神奈川的海，小樽的雪，江之岛的猫……每一段回忆都非常的难忘。在雪夜泡着温泉，

在古都京都体验地道的茶道，走过伊豆舞女之路，可以说是亲身体会到了日本的文化魅力。

总的来说，这一年的经历真的是非常非常宝贵，独立生活的成长、不同学术环境的体验、对异国文化的感悟都将会是巨大的财富。

和喜欢的你们一起做最爱的事

在日本的一年，我们的收获绝不仅仅是丰富多彩的校园生活，更多的是在各种集体活动（我们的早大小分队）中收获的友情和欢乐。在这里，我们就是要把每一份感动和体会分享给未来的你们。

写下感想的我们：高敬婷 闫书帝 佟琳楠 张纤 欧阳钰宜 陈家乐 陈欣馨 马子钦

【集体旅行篇】

NO.1 高敬婷

如果说游乐园是情侣的约会圣地，那么动物园就是小朋友的罗曼蒂克。但是一群童心未泯的大孩子们携了手游动物园也并非意趣全无，因为一只长相任性的昆虫而兴奋雀跃也并非小朋友的特权。多摩动物园之行就是一场大孩子们的狂欢。东京从来不缺少清新的空气和清晰的天空，东京郊外的多摩更是如此。画着各种小动物的动物园专列，比小动物更萌的小正太小萝莉构成了这次旅行最明亮的部分。而狮园是另一个不容错过的去处，乘坐游览车



进入，便可近距离接触狮子们，虽然隔了玻璃车窗，近距离看到狮子们张大了口，警告着陌生来客，还是颇能感到一些紧张的，还记得某几只看到狮子接近时还不如旁边的小朋友淡定，私心以为看她们其实比看狮子有趣多了。现在回忆起来，那是我所有的动物园之行里笑得最多也是最开心的一次了吧。大概同样的旅行因为同行的人不同会被赋予不同的意义。而这些伙伴在我心中已经是开心的同义词了。



NO.2 闫书帝

靖国神社、东京国立博物馆和东洋文库都是我们在假期补课期间由老师安排的参访活动。靖国神社的参观属于日本战后转型与反思的专题部分。由于历史原因和政治原因，每一个中国人对靖国神社都绝不陌生，因此早在此次参观之前，我们就各自“到此一游”过。



但这次集体参观的独特性在于，在老师的陪同和讲解下，我们对于靖国神社内部的细节和相关的历史有了更清楚、更细致的了解；另一方面，机缘巧合的是，我们幸运地偶遇了靖国神社的一次小型祭礼，也算是开拓了许多眼界。

国立博物馆和东洋文库的参访属于另一个专题课程——日本近代亚细亚主义。被安排前往国立博物馆，重要的一个原因是在恰巧在这段时间有兵马俑的展出，展馆中人山人海的日本人也反映了中国古代历史文化的巨大魅力。东洋文库的参观则更加接近我们课程的学习内容。东洋文库是日本重要的汉学研究所，馆内浩瀚宏大的书海令人叹为观止，不禁让人感叹近代日本对东亚相关的研究确实相当精细，这也是我们国内学人需要积极学习的地方。



NO.3 佟琳楠

这张照片是我们初到日本一起去镰仓和江之岛时照的。坐着江之岛列车一路过去，我们走过的不仅是美景，更是心里所有的年少回忆。

镰仓是很多日剧的取景地，也是动漫的抽象参照。所以整体氛围特别轻松。日本人很有意思的一点就是平时生活工作都是一本正经，完全是黑白色系，可是似乎每个人心里都有一个色彩斑斓的童话世界。镰仓步行街的点点滴滴都让我们倍感轻松！

对很多人来说，这个地方早已不是一个景点那么简单，而是一个回忆的开关。我们沿着海边公路走，听着灌篮高手的主题曲，看着身旁的大海和偶尔驶过的江之岛地铁，偶尔能看到穿着校服的少年少女…这就是镰仓 feel! 没有其他地方可以比拟!



NO.4 张纤

伊豆算是我们集体出行最欢乐的回忆之一了~因为离东京比较近，而且风景类型多元，所以在江之岛之旅后不久，我们又迫不及待地前往伊豆以感受极富魅力的日本传统文化。

在热海，我们见识了朴素的温泉之乡，领略了小津在东京物语所描述的的那份哀而不伤；在伊豆，尽管没有见到甜美天真的舞女，但却从壑间瀑布、山间小屋里感受到了那份遗世而独居的宁静；在下田，我们亲登了佩里船长的那艘黑船，加深了对日本从锁国到开放这一政策选择的理解，感慨历史的意外与偶然。不同于东京的现代感和便利性，伊豆让我们见识了日本小镇的另一番风情，寂寥、静谧、宜室宜居。在日本的每一次旅行，对我们而言都是一种成长。



NO.5 欧阳钰宜

北海道是到日本之初便计划必去的行程。冬季的北海道完全绽放出雪国的魅力。我们选择了冬假圣诞节时出行，日本的大学在圣诞和元旦期间都会有为期两周的假期，两周假期结束后继续冬假前的课程学习和期末考试。

北海道是日本最大的都道府县，而我们前往的地方，仅是大众旅游地北海道南边的几个城市，小樽、札幌、函馆等地。在日本出行的时候，我们选择的住宿地更多的是民宿而不是酒店。旅居民宿相较于酒店更经济，只要能与房东顺利地沟通，并按照房东的规定爱护家中的物件，民宿是个很好的选择，它之于在外的我们，更有家的感觉。到达小樽是12月24日。圣诞夜之于日本人犹如除夕的气氛，因此商家大部分都闭店，商店街的冷清让我们有些许失望。但小樽运河和八音盒店的气息却能将人置于另一个世界。由于冬天的北海道天气过于寒冷，在札幌的那几天基本上是只有12点以后在外活动，晚上喝酒打牌，白天睡到自然醒的优哉游哉。札幌国际冰雪节是日本最大的冰雪盛典，一般在2月初会有华丽的冰雕大赛，12月出行的我们却遗憾地错过了这次的冰雪节。



离开札幌后坐电车下行，前往函馆时途径登别地狱谷，并在室兰泡了温泉。日本处处皆是温泉，却不会让人腻。毕竟这是滋养了日本人几千年的生活方式，也让日本人变得离不开它了。

函馆的美景最是让人难以忘却。之前的鹅毛大雪在我们到达函馆的这天恰到好处地停了，似乎是它给予我们的见面礼。晚上眺望世界著名的函馆夜景，上午在元町欣赏雪后具有异国风情的函馆，清澈的蓝天和绵柔的细雪所眷顾着的这个地方实在是让人流连忘返。雪与北海道，相得益彰。

下午乘坐函馆机场的飞机返回东京时已到了晚上。赶上了最后的跨年，便在宿舍的电视机前一起跟着红白和J家跨年一起摇摆。

NO.6 陈家乐

早大春假从三月份就开始，我们早早就计划好了前往大阪的旅程。

令人意外的是，在大阪并没有很常听到大阪腔，但是大阪人的热情让我们倍感窝心。第一天要找民宿时，我们一行人拖着行李箱在找路，或许是露出了稍微困惑的表情，但在途中遇到不少大阪人主动过来提供帮助，让我们迅速抵达了目的地。在民宿安顿好后，我们就去了繁华的道顿堀商业区，道顿堀商业区是地标级的美食据点，街道两次布满了各种巨型广告牌，格力高人形牌也是最具代表性的拍照地点。

作为一个哈迷，大阪环球影城的哈利波特园区简直就是哈迷圣地！哈利波特园区每天都限制客流量，因此只有购买快速通票或当天到中央园区取限量的“整理卷”。园区的整体布局都让你仿佛步入魔法世界：从入口处荣恩爸爸的改装“麻瓜车”，到霍格沃兹特快列车，再到出售魔杖和长袍的活米村，都将哈利波特的场景生动展现出来，过足了魔法瘾。



NO.6 温承易

2016年3月11日，日本福岛大地震的5周年纪念日那天，警钟覆盖了整个



福岛县，以为当时受难的福岛居民表示哀悼。警钟响起的那一天，我在福岛县的南相马市帮忙拆除被遗弃在一块草地上的暖房。我在北京大学国际关系学院结交的渡边弘明同学（法名：渡边尧学）大二期间返回了日本名古屋的法音寺出家当和尚，然后我又在早稻田交换期间和弘明联系上了。托尧学的福，我才有机会在寒假期间随着法音寺灾害支援会去南相马

市当志愿者。

南相马市当地有一个志愿者管理中心，该中心负责安排来自日本各地与外国的志愿者在南相马市的各种活动。我们的团队一共有10多名的志愿者，经过3天的努力，我们成功地完成了我们被安排的任务。我们彼此之间以日语交流，虽然只有三天的时间，我感觉我的日语听说水平在这期间有了显著的提升。灾难留下的痕迹，以及当地人不言败的精神，都深深地感动了我。

【宿舍活动篇】

NO.1 陈欣馨

在吃腻（穷）了超市便当和寮周围饭馆菜的时候，渐渐地我们开始自己做菜煮饭。西早寮见证了数位准名厨的诞生，各楼厨房成为了怀有名厨梦的厨（菜）师（鸟）们大显身手拼料理厨艺的地方。菜呢，多式多样。认真程度



10/10。一年里，原本会下厨的依然厉害；不会下厨的伙伴中则出现了几个高潜力的学子。最后，必然不能不提我们专属专业洗碗户。

在寮的日子里吃到了结合各地风味的佳肴，偶尔还有香锅火锅的出现，让我们暂时抑制住了飞回中国吃中国菜的冲动。有时还无意间研制出新的食谱，回想起当时

做白老鼠的忐忑却满怀期待的心情，现在还真的是有点怀念。话不多说，上图啦（P.S. 不要太纠结卖相，我们注重食物的口味，立志不做外貌协会!!!）

NO.2 马子钦

2016年10月，借着生日之际，早大教养小分队决定在宿舍厨房里开灶聚餐。由于这是来到日本之后第一次在宿舍厨房里聚餐做饭，大家都兴奋不已。我们一共八人，其中三人为主厨，其余人打杂，还有一人专门助兴，做菜过程中充满了欢声笑语，大家忙得不亦乐乎。短短一个半小时之内，我们便完成了八菜一汤的盛宴。有麻辣口味的麻婆豆腐和可乐鸡翅，也有色泽鲜艳的西红柿烧鸡蛋和清炒藕片，配上一些软饮和啤酒，摆满了一大桌子。大家还偷偷瞒着我，为我准备了生日蛋糕，为我送上了生日祝福。饮食之余，大家正在兴头之时，闫哥与楠哥主动为大家表演了一段双簧演唱，还有楠哥的单人模仿秀，可谓是这次聚餐活动的最高潮啦。

本想着留学可能会是一件孤独的事情，然而有这样一群小伙伴陪着，倒让我从未觉得孤单，平日里一起在厨房里吃饭，做作业，周末一同外出逛街、旅游。虽然只有短短一年的时间，但是却一同经历了各种各样难忘的事。能够借着这次留学的机会，与这样一群小伙伴相遇、相知、相交，对我来说，是这四年大学生活中最宝贵的收获之一。

【我们的合照墙】



毕 业 去 向

佟琳楠 北京大学国际关系学院研究生

高敬婷 日本读研（学校暂时未定）

陳家樂 北京大学国际关系学院研究生

米若钰 约翰霍普金斯高级国际关系研究院

陈欣馨 哈佛大学肯尼迪学院

温承易 新加坡政府工作

马子钦 英国华威大学

唐瑜繁 英国读研（学校暂时未定）

闫书帝 瑞典隆德大学

徐一然 日本早稻田大学社会学部

张纤 北京大学国际关系学院研究生

左鹭 法国巴黎政治学院

欧阳钰宜 工作（工作单位暂时未定）

感谢陈伍玉华女士设立的博华奖学金对我们的支持



北京大學

PEKING UNIVERSITY



WASEDA UNIVERSITY