

## 导 言

2020 年全球暴发的新冠肺炎疫情，持续影响着人类所有群体所有方面的活动。3 月，在中国疫情相对好转而国外疫情不断恶化之际，海外中国留学生群体的状况受到各界高度关注。在此背景下，北京大学区域与国别研究院组织了“疫情下的中国留学生”的笔谈活动，希望通过留学生“在场”的经历与观察，透视留学生群体的整体状况与海外疫情的真实情况。

在发起这项笔谈时，国内新闻媒体与社交平台上传播着关于留学生的各类消息，一时之间众说纷纭，许多消息真假难辨，且在网络的传播力量下快速形成了几种关于留学生与疫情的刻板印象。鉴于此，在确定笔谈的主题时，只拟定了一个比较宏观的题目，即“疫情下的中国留学生”，而不对笔谈的微观视角、内容等做具体要求（这些是难以预设的），最终目的是期待留学生将他们最想说的写下来，从而反应出一些真实的情况与特点。

考虑到留学生分散在世界不同国家，这些国家的疫情发展存在差异，不同层次的留学生对疫情的经历与观察或许也不相同，因此，为了系统、准确、综合认识疫情下的中国留学生状况，本次笔谈最终邀请了美国、英国、西班牙、比利时、德国、印度、以色列、俄罗斯、日本 9 个国家的 9 名留学生。他们的身份包括博士在读、研究生在读、本科在读留学生以及短期交流学生。通过这样的安排，应该能够呈现出欧洲、美洲、中东、亚洲各层级留学生及所在国的疫情状况。

透过这 9 篇笔谈，能够看到留学生在这次疫情中处于较为复杂的境地。他们在网络或实地经历了国内疫情，又在实际上经历了所在留学国的疫情，受疫情影响更大，面对的压力也更大。留学生也面临双重歧视困境，一方面是来自国内的误解，一方面是来自所在留学国的不友好态度。此外，从这组笔谈中也能看到不同国家应对疫情方式的差异。这些差异源自不同国家的政治、经济、文化、社会以及医疗水平的差异，这启发我们要进一步思考如何统筹全球公共卫生治理体系的全球性与国别性。

胡莉

2020 年 4 月 10 日

## 疫情下的中国留学生自述：标签化与边缘化困境

桑蒂 伦敦政治经济学院

作为一个在英国学社会科学的留学生，最近一个月我最大的感受是对社会的无力感——所有学过的理论都建立在常规情景（context）中，而学者们似乎未曾考虑过如新冠病毒带来的汹涌冲击。正如英国媒体所言：在一个月之前，没有人想到事情会发展至如此。在雪崩来临的时候，没有一片雪花可以幸免于难，每个人都面临着前所未有的挑战。

### 边缘化的留学生：一篇口罩引发的焦虑

伦敦既是国际化、多元化的世界城市，也是充满着冲突、误解和自我的城市。走在伦敦的街头，几乎每个人聊天都加了密语，你很少能听懂他人的言语。按理说，作为外国人，理应更容易融合进这没有刻板范式的、更为包容的社会中，但事实并不尽如人意。

从一场疫情到一片口罩，在英中国人似乎承受了更大的压力：如果你在街头遇到另一位戴口罩的人，你就可以自信地开口和对方讲普通话，八九不离十。我在这里不想谈“口罩是否有用”的争论，这是医学专家们需要讨论的；我也不想谈论每个人是否有权戴口罩、戴口罩是否就该被歧视，因为这不需讨论，事实一目了然；我只想从文化的角度来说：口罩在疫情暴发前的英国社会中，成为了一个排斥性（exclusive）的符号，成为了和“口罩”本身寓意所绑定的意象——戴口罩的人是病人、脆弱的人和中国人。

社会上本就有个别人对中国人有偏见，口罩更是给了他

们新的借口，甚至更明确的目标。这也是为什么出现了个别留学生因口罩被歧视甚至殴打的事件后，所有华人都会倍感压力，戴上口罩就像在告诉那些人：我就是你们寻找的歧视对象。伴随着主流媒体对于“口罩无用论”的宣传，口罩成为了“边缘化”中国留学生的推动者，让很多留学生想戴而不敢戴。作为异乡人，我们是非常担心被社会孤立而招来祸水的：哪怕只是路人一个不友善的目光，都会让人倍感焦虑。

然而，正是疫情初期英国人的意识淡薄和政府的措施不力，给病毒的暴发埋下了伏笔。到了三月上旬，疫情形势显然比之前更为严峻。我曾在与国内的同学交流时说，三月底之前英国肯定会停课，在公共交通和公共场所一定要戴上口罩。即便如此，我仍然心存忌惮，尤其在身旁没有其他人戴口罩时，我仿佛是个异类。当低峰期地铁车厢空旷时，我就会摘下口罩，直到下车或者换乘的时候才戴回来；当我在上课时，也很难说服自己戴着口罩与同学们讨论和交流，因为我无法确定他们能否接受这样的举动或者是否怀有恶意。

坦诚地说，在我意识到英国疫情的严重性后，我曾试图做一些什么来改变身边的情况。我和班里的外国同学说大家现在做的还不够，每个人都在不自觉地摸脸，并不是每个人咳嗽都会捂嘴，政府实施的措施力度完全不够。但同学却说，“我认识的医学生都说这（新冠）不是什么大事，不用担心。”我苦笑着把免洗洗手液递给她，“那你洗洗手吧（这是英国政府说的）”，她也微笑着但毫不犹豫地拒绝了。后来上课的时候，我问教授是否担心病毒，教授也表示并不担心，微笑地告诉我们“一切都会好的”。我深感无奈，也知道没有政

府的正确引导，我所说所做的只是杯水车薪。一个和我非常要好的中国朋友说，“他们没有经历过那两个月的信息轰炸，他们不会懂的”。此话没错，我们这些小心谨慎、甚至想回家的人仍旧是社会上的“异类”，是和英国政府政策相悖的“边缘人”，被排斥在主流在疫情话语甚至是主流的留学生话语之外。

### **群体免疫之殇：停课、告别与转折**

事情的转折点出现在英国首席科学顾问帕特里克·瓦兰斯（Sir Patrick Vallance）第一次将“群体免疫”的概念公之于众时，英国人突然意识到政府已经“躺平”，而我们也不能再依仗政府来保护我们。在这之后，所有人都感受到了媒体带来的前所未有的压力：许多外国人对纸质媒体并不十分信任，认为他们经常夸大其词、耸人听闻来博取关注度，转而信任社交媒体。而某一天，他们发现即便在社交网络上，对疫情暴发的焦虑和担忧也已扑面而来。我们项目（programme，即国内大学的“专业”）的同学在最后一天上课后，一起开了个告别派对，大家一起聊天、一起喝酒、一起吃零食，同时疯狂地用免洗洗手液擦手。我们都知道危险就在身边，可就是没有人愿意承认，没有人愿意向疫情“投降”。之前和我说“这个病毒不是大事”的那位同学，如今和我一边骂鲍里斯，一边喝着科罗娜（Corona）啤酒来发泄对于新冠病毒（Coronavirus）的情绪。幸运的是，尽管在这场疫情里，我一直在社会的边缘徘徊，但学校给了我 strongest 的归属感：校长的英明果断让我校成为英国最早停课的学校之一，系里的老师放弃周末抓紧研究上课、研讨会和考试的

方案并酌情延期，同学间分享信息并相互鼓励、互相扶持，这些都让我终于有了做主人翁的感觉，让我感受到自己是被接纳的、被照顾的和被关爱的。相比有的英国学校在封城前一周，仍然坚持提前回国按退学处理的“头铁”手段，我真正地感觉很幸运，也感受到了社区、集体的关怀。

在经历了社会各方面的批评和指责后，英国政府的态度出现了“180度转弯”。3月23日，我校停课一周后，英国政府终于发布了极为严格的封锁措施（Lockdown），也可以理解为英国的“封城”。除了四种必需的情况，一律不许外出，并且警察有权力处罚违反规定的人。尽管政府的措施被诟病来的太晚，但聊胜于无，至少政府没有再消极地应对疫情，以实现不尊重生命的“群体免疫”。但出乎众多留学生意料的是，千辛万苦盼来了英国政府的积极应对后，另一场不见硝烟的回国之争——或许称之为“回国之挣扎”更为合适——才刚刚拉开帷幕。

### **留学生的下半场：回家的焦虑与彷徨**

在国内疫情得到控制后，身处国外的留学生突然站在了国内抗疫努力的对立面，与之前为国内捐款捐物时获得的评价完全不同。国内外媒体只言片语、夸大其词的信息在留学生群体中传播着焦虑，也让国内的家长对孩子愈发担心。回家，成为所有留学生乃至在英华人都要考虑甚至盼望的事情。国内疫情刚刚稳定并趋于落幕，国外疫情又风声鹤唳，大多留学生在海外又因独居而缺乏关心与照顾（疫情之下，有舍友比没有舍友还令人提心吊胆），出现这样的想法不足为奇。

然而，国内境外输入病例的不断增长既证明了回家路途

的危险性，也加剧了国内对归国人员的反感情绪。国内民众在家“闭关”熬了足足两个月，不少人面临着收入锐减的生存危机，长期居家缺乏正常社交生活的精神压力，这都让人们对于任何新增的病例极为敏感。不巧的是，媒体的报道恰好触动了人们此时敏感的神经：从“留学生要纯净水”、“海外华人归国不戴口罩跑步”到“机场辱骂检疫人员”，都给此时回国的人贴上了不光彩的标签。利益的冲突外加集体主义的情愫，被社交媒体持续放大，最后升级成了社交网络上的冲突与争论。无论是社交平台、新闻应用，乃至网络体育社区，都可以发现对相关问题的讨论。而留学生大多为青年，又在社交媒体中异常活跃，让这场矛盾逐渐聚焦到了留学生身上。

我们一边背负着信息被简化后贴上的标签，一边和每日都在大幅变化、航班随时有可能被取消的航司做着斗争。这场挣扎最后以中国民航局于3月29日开始的“一航司、一国、一城、一周、一班”的政策结束，大多数普通留学生回国的大门就此关闭，而国内也将有更多的资源来消化之前恐慌返国的华人华侨们，解决之前输入病例的危机。

不过，留守学生的焦虑并未随着机票的取消而被打散，回国的需求仍然高企。作为一名留学生，从理性来讲我并不想也未曾打算现在回国，身边相当多的同学都有类似想法。但现在大家最大的焦虑在于，如果回国的航班不会增加，回国的政策不会放松，回国的隔离不会解除，且国外的疫情持续蔓延，那本应在六、七月毕业回国的大量留学生该何去何从呢？六月对于英国乃至欧洲的留学生都是重要的节点：很

多学生房租将到期，很多学生已完成课业将回家调研、写论文，许多人准备投身暑期实习、找工作。当大家目睹意大利持续了一个多月的高峰期仍未出现拐点，以及国内一时不会宽松的政策，难免对自己的未来充满担忧。

此外，部分航司包括票务中介也瞅准了时机，出售价格是平时 3 倍、5 倍甚至 10 倍的机票。可事实是，大多数留学生真的不像某些微博大 V 所想的那样，出身富贵、家境殷实、从未打算报效祖国。恰恰相反，家境殷实的学生反而有更多途径、更多可能回到国内，而留在国外的大多是因无法及时收到航司退款陷入囊中羞涩、缺乏希望的人。家里已经拿出相当积蓄让我们出国，又怎敢让家里因为航司问题而浪费数万元，最后换来一年内都用不上的航司代金券呢？

### **结语：潮水仍未褪去，有祖国才有希望**

三月底，国家派来了山东省专家团队援助英国，给在英数万名学生学者们注入了一针强心剂。国内相关部门也特别强调了对于英美留学生的关心与保障，这也让我们在面对脆弱的、面临被挤兑风险的 NHS（英国国家医疗系统）时不再孱弱，更有信心。强大的祖国，永远是面对危机时最好的良药，我也相信国家会再接再厉、一举战胜疫情，给留学生们的未来更多信心。尽管国内对留学生的舆论并没变得更加友好，但也因逐步收紧的政策和国家明确的表态而缓和许多，至少“留学生”相关的话题少见于“热搜”之中。而国外的街头也在严格的管控下变得繁华不再，许多外国人主动戴起了口罩或者围巾，有意识地与他人保持距离。超市里的卫生纸、水和冷冻食品也熬过了抢购危机，恢复了正常的供给—



—尽管因控制人数需要，进入超市前仍要等待数十分钟。疫情袭来的第一波潮水逐渐褪去，而国外对抗疫情的斗争，则远未来到高潮。

# 疫情下的中国留学生自述：“金锁记”

鲁涵钰 伊利诺伊大学厄本纳香槟分校

## 一、矛盾的留学生身份

作为一个仍在美国的留学生，我已经十几天没有出门了。但我并不觉得无聊，因为通过手机和电脑，我仍然可以和这个世界保持密切接触，大到通过媒体了解中国和美国都发生了什么，小到在社交平台看到同学朋友们的心声和生活点滴。其中最重要的是，我看到了留学生群体在疫情的国际大背景下内心的矛盾和割裂。

大多数留学生都在潜意识里长久地对自己的身份有着怀疑，而这次疫情的暴发则暴露了留学生在身份认同上存在的现实问题。作为拿着中国护照身处美国的人，我们并不享有美国公民的权利，虽然不能说是不公平，但可以明显感受到很多事情的区别对待，感受到在异国他乡，人微言轻的少数群体的滋味。而另一方面，国内大众对留学生缺乏正确的认知，舆论缺乏对留学生的正面报道，这都导致了疫情期间大众对留学生群体的前所未有的偏见。

国内外对留学生的舆论都不算友好，事实上，留学生也的确长期生活在夹缝中。以此次疫情为例，留美学生连发烧挂水都需要自费，更不要提昂贵的大病治疗了。但即使我们回国，依旧需要自费医疗。可能很多留学生没有意识到，从我们出国留学的那一刻开始，我们就断交了社保，而政府并不会为没有社保的人报销医疗费。因此，只要留学生得了新冠病毒，无论在哪里，等待我们的都是高额医疗费和大环境

对我们的漠视。

## 二、失去航班的囚鸟们

此前回国航班缩减的政策点燃了留学生心中的焦虑。那段时间，我的朋友圈中充斥着对这个政策的悲愤，认为留学生群体没有被国家一视同仁。我可以理解他们的心情，因为留学生很难相信国外一天一变的媒体和效率不高的医疗体制，我们能相信的只有自己的中国公民身份。但这个政策却仿佛让大多数留学生成为了无家可归的孤家寡人。

这种心理落差无可厚非，因为即使身在国外，我们信任祖国的程度也远高于相信国外政府的程度。疫情刚开始时，很多留学生都积极地为自己的家乡采购口罩和防护物品，同时我们也见证了国家强大的执行力和行之有效的防控。相比之下，国外的防疫措施有限、民众对疫情的重视程度较低，许多政府首脑的公众演讲不知所云，缺少科学证据的支持，这些都让留学生难以安心。因此，很多留学生想要回国是出于对国家的信赖，而减少航班的政策让留学生以为自己失去了国家的支持。但我认为，国家的相关政策是从实际角度出发制定的，只是因为和留学生的出发点不同，才导致了留学生的误会和不理解。

首先，取消大多数国际航班的主要原因在于原则性和可操作性的冲突。从经济学的角度看，资源是有限的、稀缺的，假如国家有充足的医疗和人力资源，自然会多开航班，满足海外同胞的需求。但事实是，经历了几个月的疫情防控，国家的医疗资源消耗了很多，同时海关人员在接待了大批需要隔离的海外人员后也几乎透支。有些人可能会说，国家那么

大，总有办法解决的，但同样的话也适用于发达国家，比如美国理论上来说，应该比中国的医疗资源丰富，然而事实上，来势汹汹的疫情却令它难于招架，中国能够做到控制疫情实属不易。

其次，撤侨也取决于各国侨民规模和整体国情。发达国家撤侨的前提是当时他们本国几乎没有病例，并且侨民人数相对于中国少了很多，中国仅在美留学生就有几十万人，全部撤侨运送回国将是巨大的工程。如果现在让焦头烂额的西方国家实施撤侨，他们也很难做到。

第三，返程交通也会增加感染病毒的风险。如果中国实施全面撤侨，一定会从疫情最严重的地方开始，而飞机是密闭舱，虽然大家可能会隔开座位坐，但是感染的危险性比民航可能更高，目前在国内已经有多起疑似在乘坐飞机途中感染病毒的病例。

因此我认为，从实际角度出发，无论对国家还是对个人来说，减少国际航班都是一个合理的政策。上海华山医院的张文宏医生认为，留学生在国外做好个人防护措施，被感染的机率会大大降低，而留学生回国面临的将是回国途中感染的风险，14天集中隔离和签证过期的复杂问题。比如我所在的美国，何时取消中国人入境美国的限制，何时恢复正常旅美签证办理依旧是个问题。因此，考虑到学业的正常进行和回国路上的风险，我选择继续留在美国。

### 三、一洋之隔的傲慢与偏见

这次疫情更是对留学生群体一个极大的心理考验。身为留学生，我们确实处在一个矛盾且充满不确定性的境地，常

常会产生由环境带来的负面情绪。我认为调节心理的关键在于，不要把思维局限在个人的得失，也不要把自己放在国家政策的对立面。疫情影响到世界上的每个个体，每个人都想避免损失，想让自己的利益最大化，但事实是没有人能够完全在这场灾难中幸免于难。难过是正常的，向国家提出意见促进更好的政策出台也是没有问题的，但不能因一个综合考虑得失的政策而否定国家的努力。国家是由个人组成的，希望留学生同胞们也考虑一下国家的处境，包容一下做出这样决定的背后疲惫不堪的工作人员。

另一方面，也希望国内舆论对留学生群体友善一些。留学生处在一个很尴尬的境地，请不要把他们置于对立面，因为对立往往源于只从自己的角度考虑问题，不论两方论点多充分，最后都不肯妥协，这对于解决问题没有任何帮助。

最后，我希望国内的同胞看了这篇文章后能理解留学生的处境和想法，也希望留学生们看了后可以少一些负面情绪。疫情期间，我生活在网络的世界里，见识了各种各样带有强烈情绪的想法，但我始终相信，理性的思考是解决当下问题最有效的办法。

# 疫情下的中国留学生自述：在春天的慕尼黑“等待”

## 疫情

刘可语 慕尼黑工业大学

通常，当人们突然被迫面临意想不到的灾难，并在短时间内经历了庞大数量的信息冲击，甚至不得不接受脱离正轨的、面目全非的生活时，都会陷入晕眩与恍惚之中，国人刚刚开始面对疫情时的状态大抵如此。然而于我而言，疫情更像是一场焦急而漫长地等待，如同磨刀声下待宰的生灵，或是头套麻袋的囚犯被拖向刑场。凡人都会有些不切实际的幻想，即使渐近的血光已愈发闪耀，我仍在幻想自己所等待的只是戈多而已。

3月13日，周六，慕尼黑所有图书馆将在次日关闭，我在街道上读到这条信息。那日天气很好，大学附近有几条遍布餐厅和咖啡馆的小街，年轻人坐在藤椅上谈笑。阳光明媚的时候，一切事物都显得很漂亮，连地上的烟头也变得可爱。街道上川流不息，人们或是步履匆匆，或是闲庭信步，他们看起来心情似乎都不错，少数蹙起的眉，我猜也不是因为疫情。正当我怀疑自己是不是有被害妄想症时，对面走来一条略显忧郁的狗，我猜它与我同病相怜，方才得到些许安慰。

我的寒假生活从二月底开始，而一些较早完成考试的同学，已经自觉居家隔离一周之久了。3月上旬，意大利的情况颇显严峻，但大部分德国人对疫情并不在意。之所以有这样的态度，其中一个原因，可能在于德国媒体缺乏对中国疫情情况的详细报道。海外学子由于时刻忧心家人，自身对于

新冠病毒的特征和传播途径有足够的了解。得益于发达的网络，许多学子从头至尾跟踪了疫情期间国内发生的种种事件。相比之下，德国媒体没有刻意对疫情进行过多的科普性报道，民众对于新冠病毒的认识大多依然停留在草草听闻的程度。这其中的原因，有语言交流方面的困难，有社交领域不同所造成的信息难以共享问题，有疫情期间驻外记者们的无能为力，也包括德国民众对于他国正在暴发的危机兴趣有限。在意大利确诊病例人数迅速上涨、已呈暴发之势的3月初，依然有德国人前往意大利北部，享受最后一丝积雪。出于广大民众的利益对国际疫情进行报道，这种“居安思危”的能力本不应只是人们对于媒体抱有的美好期待，媒体不应仅仅只是浅薄的、娱乐性的服务者。

3月初，我的防护程度大约处于德国人和中国人间的平均水平，每日仍然正常出门。此时，国外对于是否应戴口罩，国内对留学生是否应回国的讨论不断升温。是否戴口罩涉及的是各国生活习惯的差异，以及西方政府和外国媒体此前所主张的“口罩无用论”的影响。而寒假原本就是留学生回国的高峰期，此时为远离疫情而考虑回国的人数并不多，大多数留学生更多是处于讨论与衡量的阶段。虽然疫情在各国的蔓延已经证实了新冠病毒极强的传播力，但由于难以对未来进行推测，大家仍抱有一些幻想。

3月中旬疫情在欧洲极速变化，意大利于3月10日起实施全国范围内的“封城”令，由此打响了全欧战疫。德国北威州与距意大利较近的拜仁州都出现了大批确诊病例，但政府却一再拖延采取强制措施。这一方面是受任何政治体系都

无法避免的责任推卸和教条主义的影响，保守派与激进派引发争论，公卫部门展示的统计表与财政大臣的算盘之间存在冲突。在一片混乱中，所有政客都对即将到来的未知挑战充满恐惧与排斥，这是人类面对未知的、超出经验的意外损失的一贯态度。另一方面则是“全民隔离”牵扯到西方文化中最核心的“自由”概念，这涉及到欧洲是否面临着过度自由化的问题。由于欧洲社会在过去两个世纪中经历的种种疯狂与挫败，导致近代以来才重新登上文化舞台的个人自由这一概念饱受推崇，并在当代社会大行其道。对于是否应为了某种更高层次、更广范围的普遍理想而让渡个人自由，人们越来越谨慎，越来越有保卫意识。部分极端的人认为个人自由高于一切，不愿作出任何让步，甚至不愿承担他们作为公民在社会中理应承担的责任。为了帮助全体民众认清面临的挑战，德国政府付出了较高的时间成本。时间在疫情之下关乎性命，而寻求全民对于强制措施的谅解与配合，则关乎着个人作为公民的尊严，也关乎着自由、民主、平等共同构成的核心价值观。最终，随着拜仁州在3月16日首先宣布进入“紧急状态”，对抗新冠病毒的全面战争才彻底打响。

图书馆关闭后，我也开始足不出户、自我隔离，偶尔外出也会避免人流高峰。德国社会也的确出现了小规模囤货行为，主要目标是个人消毒用品，后来转移到厕纸。口罩基本是买不到的，早在海外华人支援武汉时已被抢购一空。由于中国留学生普遍较早地开始居家隔离，所以亚洲超市也陷入了一定的库存紧缺，但远不至于空无一物，只是泡面可选的口味少了一些。囤货毕竟只是为了减少出门的次数，过分囤



积的确没有必要，况且根据我的观察，超市也从未出现过某类商品或者某种食物始终无法补货的情况。

这之后欧洲疫情迅速恶化，为躲避疫情而决定回国的人也猛然增多，紧接而来的是国内就此的各种讨论。我并没有选择回国，其中的缘故可能会让我感到羞愧。我的家乡并非一二线城市，回家需要换乘四五种交通工具。除却旅途中较高的交叉感染风险，根据国内防控政策，我需要先后在三个城市分别隔离两周，所以回国对我而言俨然不是一个好建议。

之所以羞愧，是因为我要回国所面临的困难已堪比不可抗力，反而使我无需就是否回国进行抉择。留学生在疫情时期是否应该回国，其中的问题远比想象中的复杂。从个人利益角度而言，他们回国的权利无可厚非，家长的担忧也可以理解。但从道德层面而言，由于在进行核酸检测之前，每个人都无法百分之百确定自己没有感染，任何的外出都是置自己和他人于水火。对抗疫情需要的是全社会的停摆、全体民众的原地不动，需要在混乱的危机中展现真正的道德与良知，而不是为了保护自己陷他人于风险之中。这的确存在道德上的争论。而在更深层面，是否回国的决策也涉及到个人的政治判断，这背后展现的是决策者是否相信自己的国家，相信它的政治体制、社会机能和民众素养，相信它可以最终渡过灾难。疫情是一个棘手的挑战，目前看来基本没有哪个国家能够从头至尾完美解决的可能。由于是否归国牵扯的问题繁多，我暗自庆幸无需陷入这种窘境。

“禁足令”宣布后，我每天待在家里，眼睁睁看着窗外那棵树从花骨朵开到烂漫。楼下有孩童嬉闹笑作一团，有大

爷咳嗽地令人绝望，大街上公交车里时常空荡。我只希望自己尚能思考，用这难得的时光，深深地记下 2020 年以来的每一天，或者至少不去忘记那些重要的日子——尤其是那些距离我们最远、最容易忘却的日子。我想记下那些咬牙切齿的夜晚，也要记下曾经在人潮涌动的德国街头发怔的白昼。无论何时，我们都应抛开表象，接受事物复杂本质的事实，拒绝草率地遗忘，否则这场疫情所带给我们的一切，必将于一日化为虚无，我们也始终无法拯救自己。

某天下午，据说德国民众要自发组织到阳台上演奏《欢乐颂》，然而当约定的时间到来，却没有出现想众人合唱的景象，只有邻居的阳台传来磕磕绊绊的小号声，呼唤着欢乐女神，请她让我们不忘守护欢乐和希望。而那短短的几段乐曲，邻居练习了一个下午。

# 疫情下的中国留学生自述：西班牙

张嘉琪 马德里康普斯顿大学

我于去年 2019 年 9 月来到马德里读研，突如其来的全球性病毒大暴发，改变了一切我们所熟悉的学习和生活，也让我们原本设想的今年 4 月旅行计划全都泡汤。如今在家隔离的我在电脑前敲下这篇文章，细细回想西班牙疫情从暴发到现在的种种经历，有种不太真实的错觉。

## 一、疫情暴发初期：漠视与偏见

1 月 31 日，西班牙出现了首例感染病例。当时大多数人还没有忧患意识，媒体上对病毒的报道也主要集中在中国。当地人都认为这只是一种普通流感，没必要太当回事。而在西班牙的中国人，因为比较了解国内的情况，已经有人提前备上了口罩以防不时之需。还有春节后从国内回来的华人，自觉在家隔离 14 天才返工上班。

由于一些人的误解和偏见，起初华人圈里听到过不少遭歧视的新闻，有华人因戴口罩而被拒绝上公交车。我身边也有两个朋友在街上毫无理由的被陌生人叫过“coronavirus”（冠状病毒），大家都很气愤也很委屈。后来西班牙民间自发举行了反歧视活动，创建了#nosomosvirus（我们不是病毒）的词条，很多当地华人积极响应，拍摄照片或视频抵制网上蔓延的仇恨言论，当时在网上起到了很大的积极作用，大多数西班牙人也是很友好的，支持并主动转发了这些内容。

2 月末疫情在西班牙快速暴发。先是意大利病例激增，西班牙对此的反应是不对意大利采取任何封锁措施。两个离

得如此近的国家像是被绑在一条绳上的蚂蚱，当时我们都密切关注着意大利的情况，心想大事不好，西班牙估计也快要“沦陷”了。果不其然，疫情很快扩散到西班牙本土，一位居住在西班牙加泰地区的意大利人确诊了，之后马德里又确诊了两例。而更让我们揪心的是，民众依然丝毫没有提高警惕，生活照常，酒吧餐厅依旧人满为患。更令人吃惊的是，2月29日，在已经有十几例确诊病例的瓦伦西亚，重要的传统节日法雅节仍按计划举办了开幕式，来自世界各地的游客将广场和街道围得水泄不通。而在3月1日周日晚上，八万人齐聚马德里伯纳乌球场，观看西甲国家德比。

然而，表面的狂欢之下埋藏着一颗定时炸弹，疫情的全面暴发只是时间问题。但当时政府并没有采取有效措施，媒体也在安抚民众不必担心病毒，并将它的死亡率和之前的流感进行对比，以稳定大家的情绪。我们在西班牙的留学生，面对当地冷漠的态度也无能为力，气愤的同时也感到忧心，只好尽可能地保护好自己。有些同学不再顾及路人的目光，坚持戴口罩上下学，还有同学为了避免地铁里人员聚集，选择走路或者打车上学。

到了三月，随着确诊数字的指数型上升，西班牙终于意识到了事态的严重性，对待疫情的态度也开始转变。不少人抗议在马德里举行妇女节大游行，但由于压不住追求自由和平权的呼声，声势浩大的游行依旧在马德里市中心举行。面对当地人的漠视，有华人组织的学生会担心情况恶化提议学校停课，并征集了广大留学生的意见。3月9日晚，停课的新闻正式发布，那天已经有很多中国留学生因为担惊受怕没

去学校。当时我们正在上课，新闻一播发，整个班群一阵骚乱。最初的消息是停课 15 天，后来又改为停到三月底，有同学因此考虑是否要回国，也有同学计划着回家时去趟超市囤货。那天放学时大家还是挺开心的，互相道别，互相叮嘱，但每人能料到那是这学期最后一次去教室上课。

## 2. 居家隔离期间：心态很重要

如今西班牙全境处于紧急状态，我们也看到了从学校停课到国家宣布紧急状态以来的种种变化。最初学校停课时，民众仍不是太重视，街上人还是很多，且几乎没人戴口罩。为了不使自己显得突兀，我在口罩外裹了一条围巾，在 20 度高温下像个疯子。停课后又去了一趟超市，和中国人喜欢抢购大米不同，当地人似乎更偏爱抢厕纸，很多超市的厕纸都被买空了。许多超市推出线上平台，鼓励民众网上购物。我和室友在隔离之前买足了够吃三个星期的食物，做好了打持久战的准备。

3 月 14 日晚西班牙首相桑切斯宣布了禁足令，规定除了必要的活动任何人不得出门，违反的人会被罚款。第二天早上，大街上前所未有的安静，看得出民众对于政府号召的积极响应，偶尔能看到匆匆走过的拎着购物袋的路人，和遛狗的人（遛狗属于必要外出活动之一）。新闻上有一些隔离期间闹出的乌龙事件，比如有人借邻居家的狗出门，比如微博上很火的穿着恐龙套装出门倒垃圾的居民，但这种例子还是少数，起码就我所观察到的，当地人还是比较听话的。

在隔离期间也有一些小小的感动。每天晚上八点，是为奋战在一线的医护人员鼓掌欢呼的时间。人们纷纷从阳台探

出头来，欢呼、鼓掌、敲盆、吹哨，像是看球赛一般热闹。起初还安排了节目表，每天晚上都有不同的活动，但似乎大家并没有当回事，全都按个人的喜好来喧闹。这时候如果谁家有麦克风和音响，那真是占据了得天独厚的条件。我们社区有一位歌唱家，每晚都在阳台上献唱 *resistiré*（永不放弃），嗓音很不错，每每唱完之后邻居都会大喊：“再来一首！”，像是开演唱会般的热闹。如果恰好在八点左右有警车路过，大家还会向警察问好，并大喊“¡Viva la policía!”（警察万岁！），而警察也会鸣警笛表示回应。喧闹六、七分钟后，大家纷纷道别，并互相叮嘱注意安全。此外，警察还会为隔离期间过生日的八岁以下小朋友鸣警笛唱生日歌，这也是一种很独特的体验。

由于疫情持续加剧，西班牙的紧急状态延长到四月底，但我们留学生的心态还算稳定。有些同学在刚停课时就回国了，留下的同学则奉命在家隔离，日子过得倒还算充实，每天学习、做饭、锻炼、看电影，就算不出门也能找到些乐子。至于口罩，我在隔离前囤了一些，又因为不常出门，所以并不担心个人安全问题。大使馆也给生活困难的同学提供了帮助，有人通过联系大使馆领到了口罩，感觉有祖国当靠山，心里很踏实。

隔离对于经济发展是个重创，但同时也推动了其他行业的发展。学校的课程都是网络授课，很多老师也是头一次接触这种方式，虽然平台没有国内那么多，但也是一种新的体验，不知道线上授课未来是否会成为趋势。外卖行业也在迅速崛起，很多外卖平台都会不定期进行优惠，配送也可以按

要求放在指定位置，避免人与人的接触。超市也在鼓励人们刷卡而不是付现金，不知道疫情过后，欧洲的移动支付是否能够得到快速发展。

现在，我最大的感触就是要随遇而安，最重要的是保持良好心态，多利用隔离的时间充实自己。面对网络上的各种声音，需要保持头脑的清醒。比疫情更加可怕的是误解、歧视和谣言。此次病毒全球性大暴发，让我更加感受到世界是一个整体，所有人的命运紧密相连，不应一味指责其他国家的做法，任何事都要全面分析。当然，我们作为留学生，在家隔离就是对抗击疫情最大的贡献。学过西班牙历史的我们知道，马德里是一座英雄的城市，历史上曾发生的种种灾难和战争都能克服，相信这次也一样。我们要保持信念，等待早日回归正常的生活！

## 疫情下的中国留学生自述：比利时

虞璟 比利时根特大学

抗疫对于我来说，是一个非常特殊的体验，因为我经历了两场疫情。一月末至二月初国内暴发新冠疫情时，我恰巧放假回国，经历了整个春节的居家禁足；春季学期开学后，比利时没有针对中国发布航班禁令，因此我返回了学校，没想到又经历了下半场的欧洲抗疫。

在国内口罩、酒精难买的经历让我到达根特后，迅速前往药房购买消毒液、洗手液、酒精棉片等物资，有备无患总好过疫情来时叫天天不应。当时欧洲疫情尚不成“气候”，只是英、法、德这样的欧洲人口大国中出现了个位数的案例，并不算什么“大问题”。但微妙的是，彼时药店的消毒产品已经开始缺货了，我买到的酒精洗手液是店里的最后两瓶之一，更别提口罩了。有人说，二月初当地政府可能已经意识到问题的严重性，开始严控防疫产品的购买数量，但也有人开玩笑说，当地人根本毫不在意，怎么会去购买防疫产品呢，很可能是被谨慎的在比华人和中国留学生买光了。

经历了两周的自我隔离，我才返回学校办公室。那时意大利已然成为重灾区，中文媒体对意大利疫情报道早已铺天盖地，但我身边的欧洲同事却丝毫没有任何担忧，他们反倒是对中国、对我个人的情况比较感兴趣——当然，是正面的兴趣而非歧视和抹黑。我很幸运，同事和导师都是非常善良的人，他们对中国的疫情表示同情，也完全不担心我从国内过来会携带病毒，依然每天中午邀请我一起吃饭。当他们



欢天喜地地庆祝我“逃到”“安全的”欧洲，告诉我这里一切都很好，不会有任何问题时，我委婉地提起意大利疫情比较严重，加之欧盟内部人口的自由流动以及恰逢小假期使很多人前往直意大利旅游，欧洲很可能也会面临一定的风险，但他们只是觉得我是经历中国疫情后过分紧张了。我将酒精洗手液放在办公室的公共区，告诉他们可以自由使用，但除了我自己，完全没有人用过。

由于我在办公室里表现出的焦虑，同事们安慰我说政府发布的数据表明只有老年人和本身患有慢性病的人感染风险高，我们都是身强体健的年轻人，不会有任何风险，即便有，也会像普通流感一样很快痊愈。我的感受用一句网络流行语可以概括：“人类的本质是复读机”。这些话我们在国内疫情的初期也常常听见，部分媒体称年轻人感染风险低，老年人和有长期疾病的人才是易感人群，但很快，事实证明这完全是无稽之谈，任何人都可能成为受害者，必须全民谨慎防护才能共渡难关。我告诉同事，中国早期也有上述说法，但血的教训让我们明白这是不正确的，我希望他们也做好个人防护，但他们只是对此一笑了之。

在意大利疫情彻底暴发后，比利时这么一个小国也出现了一两百例患者时，我有点慌了。我对疫情并不担忧，因为在国内居家隔离的那段时间，我学到了不少防护技巧，囤了一些物资，加之从国内带来的 KN95 口罩，我自认为已做好了充分的准备，并且导师和办公室的同事都是很好说话的人，他们理解我的忧虑并支持我在家工作，不用每天去办公室报道。所以在学校正式宣布封校、全员居家工作之前的一个多

星期，我就已经自己居家工作了。我最担心的问题是中国留学生遭遇歧视和殴打这类事件。那段时间，许多媒体传得沸沸扬扬，称中国留学生在法国惨遭辱骂和殴打，在比利时布鲁塞尔也有中国人戴口罩被威胁的新闻。对于只身在外、手无缚鸡之力的我而言，这比新冠病毒可怕得多。我甚至曾经一度在脑海中演练过，如果戴口罩出门购物囤粮，遇到这样的情况，是不是应该直接拽下口罩，朝对方咳嗽打喷嚏吐口水？既然他们觉得戴口罩的人就是有病的人，那我是不是可以利用这一点反过来威胁他们呢？不过，我是比较幸运的，根特居民相较而言都很友善也通情达理。我戴口罩去各类超市囤货的时候不仅没有遭遇歧视，相反收银员对我说“你一定是一个非常谨慎的人，这很好”，在把购物袋交给我之前，她主动用酒精洗手液擦手，之后向我展示她的手很干净，然后才把袋子递到我的手中；购买的产品快递到货时，我戴着口罩开门收货，快递员也没有流露出惊异的神色，只是正常地问候、签收、微笑。

三月中旬，比利时进入疫情暴发期，各地政府纷纷宣布封城的相关政策，商店、餐馆关门，学校改为网络授课，居民无必要不得出门，出门也要保持安全社交距离，医护人员、超市员工、警察等公共服务者戴口罩上岗。仅就我个人感受而言，欧洲疫情的疯狂蔓延，关键在于民众过分自由散漫、无知无畏、不肯配合。比如上述比利时采取的措施，算是较为迅速及时，表面上看照抄了中国的“作业”，该有的政策都执行了，而且比利时的医疗水平、治愈速度均属于较高梯队，医院也能保证一定的空床率，可都架不住民众“作死”。

比利时官方通报中提及，就在全中国封城前夜，百余名年轻人不仅没有回家隔离，反而聚众开派对来纪念这特殊的一夜，简直令人费解。政府都已经顶着巨大的压力，力排众议决定封城了，说明情况严重到让比利时这种长期处于地方自治状态的“佛系”小国都变得如此坚定，这些人难道还不明白其中的厉害吗？结局可想而知，比利时某天出现的剧烈增长，就是这批开派对的年轻人，可以说是“全军覆没”。当地新闻报道还称，布鲁塞尔和安特卫普两大城市仅在一个周末内就对随意外出、聚众的人开出了三五百份发单——可想而知，当地民众是有多不服从抗疫安排，根本在家待不住。

经历过国内抗疫和国外抗疫的我，还有一个体会就是信息差带来的误会非常可笑。欧洲同事对中国一些事情的疑问，让我一头雾水。在国内从未听说过的谣言在欧洲被传得真真切切，在他们口中，中国已经为此失去了几百万条生命，时至今日仍在隐瞒真相，我解释半天他们才知道其实中国疫情中的死亡人数并没有他们想象的那么夸张，不过也不确定他们是否听得进去。在局势反转后，中文媒体也发布了一些不负责任的报道，仿佛整个欧洲重回黑死病时代的人间炼狱，甚至有人在微信上传播不知从何处听来的小道消息，比如法国对 70 岁以上的患病老人直接安乐死。根据我极其一般的法语水平，略微搜索了一下法国当地新闻，就知道这不是真实情况，但类似这种消息依然在我的中老年亲属中广为流传，以至于他们非常担心，欧洲人连自己国家同胞的命都不顾了，对中国人会不会更差呢？我明白他们是出于对我的关心，怕我在欧洲遇到麻烦，但每每看见他们散布这些不着调的假消

息，内心还是十分无奈。两厢照映，我只能感慨，双方信息差给谣言的滋生带来了巨大空间，由此可见对外公共宣传的重要性以及困难。

直至今日，我已经在家办公好几周了，中途也曾戴口罩外出购物，领取了使馆老师努力协调来的 10 个爱心口罩，听说还有更多的祖国温暖健康包在路上。其实我内心并不怎么恐慌和焦虑，也没有想过反向“逃难”回国，不过看到国内某些舆论攻击留学生，还是觉得有些心寒。这些的恶劣的言语比外国人对中国留学生的歧视还严重，即使不惮以最大的恶意来揣度这些网络键盘侠，也没想到他们能对自己的同胞学子如此恶毒。只能庆幸自己本身就是一个喜欢待在家里的“宅女”，写写论文，研究研究菜谱，日子也不是很难过。

希望疫情在全世界早日散去。

# 疫情下的中国留学生自述：日本

大阪大学 陈南南

在武汉封城两月后的 3 月 24 日，东京宣布今年将不会举办奥运会，日本的“奥运重担”终于得以暂时放一放了。从 25 日开始，由于放开了检测，日本的新冠肺炎每日确诊人数（尤其是东京）开始创下新高。随着东京都小池知事发布“重大局面”的警告，人们开始害怕公共交通工具遭到封锁，一哄而上抢购超市的食品与日用品。4 月 7 日，在政府正式发布“紧急事态宣言”后，娱乐设施和百货商店相继停业，人们终于失去了日常娱乐生活。而在这之前，从邻国相继暴发大规模感染，到欧美国家全面沦陷，日本这两个月是怎样的呢？

我于 2019 年 10 月末来日，目前住在大阪府北部的一个市。因为附近有好几个大学，这里紧挨着的三个市住着非常多的中国留学生。由于疫情，这次春假很多人都没能回国休假。3 月全球疫情暴发后，欧美的中国留学生都急忙回国了，但大部分在日留学生还是选择留下来观望形势、等待开学。毕竟和欧洲可怕的确诊病例增速不同，日本的疫情看起来实在算不上非常严重。安倍首相一遍又一遍地说“会不会暴发就看接下来两周了”，但很多个两周过去了，疫情也远远没有到暴发的程度。

一月末武汉刚暴发新冠肺炎时，在日华人都非常恐慌，第一时间到各药妆店抢购口罩，邮寄回国给买不到口罩的父母亲戚。当时的日本人对发生在武汉的事情并不了解，不看

新闻的人甚至不知道出现了这一传染病，所以他们对中国人大肆囤积口罩非常不解，认为这是扰乱市场。我1月25日曾去买口罩，打算寄回国，当时还没有限购，我拿了好几大盒到收银台结账，原本热情的收银员看到我递上来的购物篮里只装着几百个口罩，没买其他东西，脸色就突然变了。在我要求用支付宝结账时，她更是直接夺过了我手中的手机去扫我的支付码，这是我在日本第一次遭遇的结账经历。结完账到我走出店门口，这位收银员省略了平时一定会说的“谢谢”、“欢迎再次光临”之类的用语。我不知道我是否碰巧遇上了一个工作素质不高的收银员，但几天后，我从朋友口中得知他们也遭遇了类似的事。

在最初的一个月，包括我在内的大部分人，都认为日本和当时水深火热的国内情况截然不同。事实看起来也的确如此，2月初国内疫情发展迅速的那两周，日本除了撤侨包机和“钻石公主号”上的确诊病例外，本土仅有几例。二月初，男朋友从国内来大阪看我，我们在关西圈的城市旅游了几天。当然，戴着口罩。

那段时间我们去了京都、奈良和大阪市区，发现景区的内陆中国游客近乎没有了，当时国内旅游团已全部取消。京都的知名景点门口都放置了醒目的标识，提醒游客戴好口罩再入内观光；奈良公园的人流量比我两年前来时的时候少了一半以上，加之当天下雪，整个春日大社显得非常萧条，听说那里的鹿因为没有游客喂都饿着肚子，不知道是不是真的；大阪市区也是一样，中午时分，被称为“中国町”的心斋桥商业街只有稀稀落落的行人，药妆店里几乎没有顾客，一间

乐天的餐厅甚至直接停业了。可想而知这次疫情对日本的旅游业造成了多大的打击。后来我听一个在心斋桥某百货公司打工的学姐说，因为游客实在是太少，为了节约开销，百货大楼的所有供暖设备都被关掉了。

三月以后我出门的次数更少了，即使出门也只是去学校和超市。两周前我在研究室遇见了教授和一个博士学姐，谈起了新型冠状病毒。学姐说最近听到很多关于新冠肺炎的新闻，感到挺害怕，打工也请了一个月的假。教授安慰我们说，比起害怕病毒，他更怕买不到口罩和卫生纸，但不用过于在意而影响正常生活，如果出现症状去医院就好。

不仅日本的疫情扑朔迷离，日本人对于病毒的看法也让人看不清。因为没有经历过 SARS 和 MERS，日本人可能对这种传染性极强的急性呼吸道传染病没有概念。年轻人包括我研究室的学部生们都一致觉得这只是“大号流感”，在家躺几天就能痊愈，如果抵抗力好甚至不会被传染。东京电视台在原宿街头采访出入俱乐部和酒吧的青年，有人笑着说，“只要跳一跳病毒就会没有了。”也有人认为，日本的医疗体系非常完善，能够抵挡一定的冲击。还有人觉得只要在各大机场加强检疫，不让境外输入病例在国内造成传播就万事大吉了。可事实是，几天前一架来自美国的航班上的乘客完全没有接受检测和隔离就被放走了。事后厚劳省说这是他们的“疏忽”，很难想象一向以严谨自持的日本人竟然会犯这种错误。日本人极度害怕由于疫情严重导致的封城和物资匮乏，这会打破他们正常的生活，造成很多意外情况——这也是日本人不喜欢的，他们喜欢一切都井井有条。所以每每看到一

丝要封城的苗头时，人们就会冲向超市大肆囤积日用品和食品。近一周来，我家附近超市摆放米、面、罐头和方便食品的货架每天都被扫荡一空。然而，在他们满意地审视了一遍家中满满当当的粮仓后，转头却出门赏樱去了。

一直以来都有很多人质疑日本的检测标准和每日检测数量。我记得2月时有一位母亲在推特上求助，说自己出现发烧咳嗽的症状很多天了，医院却拒绝做核酸检测，原因是她没有境外旅行的经历，也不是确诊病例的接触人员。但当时已经出现了不明感染路径的确诊病例，即并非一定要具备这两个条件才会被感染。人们都猜测日本是为了保住夏天的奥运会，才不肯轻易做检测，但事实是否真的如此也没有定论。普通的日本工薪族也不愿自己被确诊。学校一位学姐在大阪市区工作，出现了几日的咳嗽、发热症状却仍然坚持上班。由于症状非常相似，同学都劝她去医院看能否做检测，但她拒绝了，因为一旦被确诊，就是一种软弱无能的体现，她会被同事、朋友歧视从而丢掉工作。想来这也是受到日本“耻”文化的影响吧。在日本每年流感季，工薪族们即使发高烧也只是吃了退烧药就去上班，轻易不会因病请假。对于他们来说，因个人原因没有承担起自己的责任而给他人带来麻烦，是非常严重的事情。目前东京都的确诊病例中，很大一部分是40岁左右的工薪族，由于不是所有企业都具备自宅办公的条件，他们即使对疫情怀着恐惧，也只能硬着头皮日复一日地挤着电车通勤。

春天，正是樱花盛开的时候。我从推特上看到了东京赏樱圣地上野公园的照片，人们兴高采烈地坐在樱花树下野餐，



家庭之间仅隔着供一人通过的距离，调皮的孩子们跑来跑去。这么其乐融融的画面，我却只觉得恐惧——只有不过半数的人戴着口罩，这简直就是一个大型的病毒培养皿。我家附近虽然没有大型赏樱景点，但那些供儿童玩乐的设施附近都开满了樱花。上周末天气很好，我去超市时路过那里，非常多的家长带着孩子在玩耍，一片欢声笑语。每每看到这样的景象我都怀疑自己是不是担心过度了，但就在刚才，离我家两公里远的电车站又新增了一例确诊病例。

我们学校今年的毕业典礼和入学式都取消了。原本我还在担心开学，但在紧急事态宣言发布后，学校发布声明，从9日起禁止学生登校，不停课但会一直上网课到五月，不禁松了一口气。我也想过回家，但目前的形势实在太混乱，即使回国也可能给自己和家人带来危险，所以我决定留下。可以说，目前无论做出何种决定，都有种被动的意味。不知道这样被困在家里、心中充满不安的日子还要持续多久，只能说希望疫情快些过去吧，相信这也是所有在日留学生的期许。

## 疫情下的中国留学生自述：以色列和巴勒斯坦

洪诗羽 以色列耶路撒冷希伯来大学希伯来语系

### “China, Corona”

中国疫情暴发后，平日里阿拉伯男青年们对中国女孩“你好”“Chinese!”的热情问候变为了频繁又嘹亮的“China, Corona”。他们有些扎堆站在路边等我们跑近后此起彼伏地叫唤与假咳，有些为了喊这句话特意在路中央踩刹车停下好几秒。平日里喜欢盯着奇怪的亚洲面孔看，与我们打招呼的小

孩子也会神经兮兮地捂住口鼻，扑闪的大眼睛不再如往日般可爱纯真，而是充满着敌意。由于人数对比悬殊，加之平日在网上看到就读于经学院（Yeshiva）的印度裔犹太人被误认为中国人而遭遇殴打的骇人报道，碰到这种情况我从来都不吭声或反抗，只是抬起头佯装淡定地等他们消停下来。有些国人朋友会竖起中指，得到的反馈不是收手或者道歉，而是对方激怒中国人得逞后甚嚣尘上的讥讽与嘲笑声。

我的活动范围在希伯来大学附近，这里被以阿拉伯人口为主的东耶路撒冷地区包围，碰到的无耻、无知之徒也多是一些显然没接受过教育的阿拉伯人。犹太人的情况稍好些，我的犹太同学和教授会不时私信我问候我与家人的情况，希伯来语媒体报道中国疫情的评论区也有许多人在鼓励和祝福，在犹太超市购物时耳根子能相对清净些，众拉比还在第二圣殿遗址的西墙脚下为国人诵经祈祷。

备受上千年流散之苦和种族屠杀之害的犹太人似乎在疫情一事上表露出了更多的同理心，但也不然。中国疫情暴发初期，以色列许多媒体以采访“疫情下华人在以色列现状”的名义寻找受访者，后续则要求仅叙述与种族歧视问题相关的话题，在我看来不过是以微乎其微的人道主义关怀为幌子，借助这一负面话题博人眼球提高收视率罢了，另外增加媒体曝光度反而会强化中国人与病毒的联系。

我个人也碰到了许多奇人异事，深夜巴士上有犹太女孩问清楚我的国籍后，兴奋又惊恐地大喊：“我和中国人坐一辆公交车，我看我明天能不能活下来”，并试图与我自拍合影并发布在社交网络上；一名带我去失物招领处的司机问我：

“你丢了什么？丢了新冠病毒吗？”；中国病毒暴发初期班级里有人咳嗽，有同学用轻松的语气调侃道：“你怎么了，是刚从中国回来吗？”；Zoom 上寒暄之时也会有同学打趣让我为以色列的一切混乱情况负责……对于此类有意或无意的玩笑，起初我还会耐心解释，愤慨之时也会说出“shame on you”之类的话，后来发现“中国人等同于病毒携带者和扩散者”这一观念在他们脑中已根深蒂固，翻个白眼就罢了，便不再多费口舌。不得不说，此次疫情还是暴露了许多人性的阴暗面：落井下石，缺乏同理心，种族歧视，依靠奚落其它族群来获取快乐与优越感等等。

### 执行力堪忧的防疫政策

1 月下旬，许多在耶路撒冷的中国人开始囤口罩。我与北大同学由于考试耽搁了一两天，在抢购口罩的热潮中成了“迟到者”。我们跑遍了耶路撒冷最大的连锁药店和大街小巷的药店，仍没有一只口罩入手，感叹国人购买力的同时，也为自己的命运捏了一把汗。后来当地的中国犹太人朋友（以色列国籍）无意中在五金店发现了 N95 口罩，便立刻通知我们赶往耶路撒冷南部的偏远工业区扫货。我与同学一路急忙赶去，所幸口罩都还在货架上，这才长舒一口气，“啊！终于买到口罩了！死不了了！”五金店老板一脸茫然，他理解不了为什么我们买这么多口罩，为什么这么兴奋。

农历春节后，我们每天刷着累计确诊人数、新增确诊人数、轻症患者、重症患者和死亡人数，心如刀绞。我是浙江人，看着浙江继湖北之后成为确诊人数最高的省份之一，想象着父母整日笼罩在被传染的阴影下，漫长而枯燥的隔离期

缺乏子女的陪伴，特别想飞回国与家人一起渡过疫期。但是在接下来的一个多月里，以色列民众似乎根本没有意识到新冠肺炎的传染性有多强。

以色列首例新冠肺炎病例来自钻石公主号，2月21日抵达以色列后便直接进入舍巴医院隔离。2月22日《以色列时报》(The Israel Times)刊登了一则韩国旅游团从以色列回国后9人感染新冠肺炎的新闻，卫生部公布了他们的活动路径，几乎遍布以色列和巴勒斯坦地区所有著名宗教景点。这一事件在以色列引起了不小的轰动，以色列政府继2月3日决定暂停中以之间的直飞航班，拒绝过去14日到访过中国的非以色列公民入境之后，立刻将韩国列入了停飞和禁止入境的名单中。卫生部再次发布声明称“新冠病毒在以色列暴发只是时间问题”。

我和朋友由于害怕以色列疫情暴发，决定戴上口罩上街采购囤货。路上除我们俩外没有人戴口罩，路过的老人会边半开玩笑地说“不要吓唬我”，边安慰说“以色列很安全”。前方迎面而来的以色列人或是直接横穿马路、蹿到马路对面去，或是贴着墙壁跑开，进小区时保安紧张地问我“是不是小区住户？为什么要戴口罩？”。“引起恐慌”的我们被迫对以色列政府“健康人佩戴口罩应慎重，避免引起恐慌”的政策妥协，怯怯地收起了口罩。

3月上旬以色列疫情开始大暴发，3月9日内塔尼亚胡总理宣布所有从海外返回的以色列公民需要隔离14天，非以色列公民若没有居家隔离的条件则被拒绝入境。此时的以色列刚结束一年三度的大选，人们沉迷于扮上新颖奇怪的装

束，欢度一年一度的普林节，犹太会堂里涌入了诵读《以斯帖记》的男女老少；特拉维夫的海边躺满了晒太阳、打沙滩排球和野炊的人；我的研究生同学仍在积极筹备草坪野炊，我建议他们取消或推迟，避免多人聚会，劝他们在人员密集场所佩戴口罩，却毫无成效。他们说，“我们在常年恐怖袭击和战争的阴影下上班、上学、娱乐，已经习惯了‘混乱与无秩序’，我相信政府的防疫政策”。

3月16日以色列卫生部宣布关停所有教育机构和除超市和药店以外的公共场所，祈祷宗教仪式中每人需保持2英尺距离，公共场所保持2米距离。一周后的禁足政策更加严格，仅允许距家半径100米内的散步，关闭犹太会堂。超市里到处贴上了人与人之间保持2米距离的海报，广播中也滚动播报着卫生部的防疫指示，门口有专门的工作人员做人员限流工作，提供一次性手套。大街上零星出现戴口罩的人，我所就读的希伯来大学将开学时间推迟了一周，为网课做准备。

但与此同时，警车巡逻时仍会发现违禁外出的人，安息日检测病毒的医学实验室工作时间受限，工作人员削减的“丑闻”曝光。哈雷迪（犹太教极端正统派人士）仍在进行集会祈祷活动，以色列中部极端正统派城市 Bnei Barak 有35%的受检测者感染新冠病毒，4月2日，同为哈雷迪的卫生部长利兹曼违反自己制定的抗议政策，在家中组织安息日祈祷活动，并确诊感染新冠病毒。以色列总感染人数紧逼7000人，卫生部这才“松口”要求大家在公共场所佩戴口罩，充分体现了“不见棺材不落泪”的心态。市面上的口罩因缺货而价格暴涨，路上分不清口罩正反面、只拿口罩捂住嘴巴的

人比比皆是。

可以说，以色列政府的防疫政策与其它欧美国家如英国鲍里斯政府提出的“群体免疫”政策相比更加可靠、严格与及时，在病毒还没进入以色列之前便有了防范意识，疫情暴发的初期阶段也积极征用宾馆作为新冠病毒患者的治疗和恢复中心。然而，上至政府官员下至群众对禁足政策的执行力和遵守程度很低，不吸取前车之鉴，直到出现问题才亡羊补牢。作为留学生，即便做好了自身防护工作，对周围人的防疫水平也还是很不放心。

### **禁闭期中国女留学生的日常：做饭、囤货、上网课**

以色列不是物资富饶之地，绝非《圣经》中所描述的“流着奶和蜜的地方”，我所生活的耶路撒冷又是历史悠久的宗教圣城，在犹太洁食律法的制约下可供食用和使用的东西更加有限，即将到来的逾越节更是导致市面上所有的发酵产品下架。我和室友平日是比较凑合之人，吃了一个期末季的面条，就是因为煮面条的时候什么都可以直接扔进去，很方便。禁闭期突然给了我们大把赋闲在家的时间，便抛弃阅读文献、研读“下厨房”，不会和面的我修炼成了能做馒头、油条、桃酥和饼干的人，平时因需要准备的食材多和工序不够简单而放弃的菜，比如水煮鱼、麻婆豆腐和酸菜鱼等，现在也会饶有兴致地寻找以色列能买到的“替代物”，一步步精细地完成。因为做饭，我们得以打发了乏味的禁闭时光，结识了许多志同道合愿意一起变胖的朋友。

3月14日出安息日时，内塔尼亚胡政府透露可能会关停除超市和药店以外的公共场所。公交线路停运或减少运行之

后，我和朋友临时决定去超市扫货，囤些干粮。不料到超市之后，卫生纸、米、面粉、面条、牛奶和速冻肉的柜子已经空空如也，一两罐盐和糖突兀地立在架子上，奶酪也所剩无几，仅剩下卖相让人闻风丧胆的臭奶酪。一无所获的我和室友决定周日卡着另一家超市开门的时间去扫货，很久没有 6 点多起床的我们戴着口罩和手套，毫无灵魂地拿下货架上的米、面、油、蔬菜水果、纸巾和消毒除菌工具，“主食有了，饿不死了，补觉！”禁闭期间，去超市囤货也成为了我们能够外出的唯一理由和仅有的社交方式之一，也有很多留学生通过拼单达到免配送费的额度。

上网课就不必多说了，网课虽然给了我更多睡懒觉的时间，有幸看到年迈的教授在发现能把争吵的学生静音之后庆幸得意的可爱样，也给了我更多的作业。许多教授由于期末无法在学校进行考试而把评分标准定为几次作业的成绩，平时的口头讨论也被要求以书面的形式呈现出来，互动提问效率也较低。

最后要感谢几个月来国内外朋友的关心与陪伴，所有为抗疫努力的人。中国驻以色列大使馆给每位留学生派发的健康包（三个医用口罩和一瓶免洗消毒洗手液）很暖心。希望病毒能够早日死去，一切恢复正常。

# 疫情下的中国留学生自述：莫斯科华人与俄民众的 疫情观

Carton 莫斯科大学副博士研究生

## 疫情以来俄官方民间对待华人的态度

俄罗斯媒体集中报道中国疫情始自武汉封城，从那时起“来自中国的病毒”（个别俄国媒体用语）开始在俄国社会广为人知。直至二月中旬，俄方始终未采取针对中俄两国人员往来和在俄华人的特别动作，仅仅在一月末由各大高校先后发布校长令，将中国留学生寒假延长至三月。但在这之后，仍有大批留学生坚持返校，因此俄官方加强了对华人的管控：首先由高教部在2月12日照会使馆提请中国留学人员暂缓返校，同时由各大高校出面对返校的中国留学生实行居家（宿舍）隔离。2月20日前后俄政府宣布临时禁止持工作、因私、学习和旅游签证的中国公民入境，莫斯科市政府则发布命令要求所有从中国抵达人员入境后居家隔离并在公共场所采取相应的督察措施。当时，一些关于在俄华人受到歧视和粗暴对待的流言在中文媒体和社交平台喧嚣一时，其中不实之词主要来自于国内仇俄分子和哗众取宠之徒的编造炒作或捕风捉影，使馆还曾专门为此发文澄清。

以我个人经历，除某天在地铁站清嗓被路人惊呼“冠状病毒”外，并未有过其他不快。恰恰相反，我多次在宿舍或地铁站接受警察登记盘查时，对方都颇为礼貌地用敬语交谈并在事后致谢和道歉，这与去年我因被随机检查是否非法务工时遭警察迎面用非敬语称呼形成了鲜明对比。另外，此间



我无论是下馆子、购物、打车、买花或理发都未受到刁难，只是偶尔会被出于关心或谨慎问及中国的疫情发展。当然，这或许与俄罗斯低端服务业从业人员多为中亚和高加索移民，且他们本身在俄即为受歧视对象因而无由再歧视华人有关。个别隐形的隔阂还是有的，例如我某次在教学楼乘电梯时，先前已在等待的俄国学生注意到有中国人接近后，立即走向了大厅另一侧的电梯。但无论如何，这样的“歧视”与恶言相向甚至拳脚相加相比是不值一提的。

值得一提的是，二月中旬恰逢一位俄国友人的整十生日，我一早就收到了邀请（当时全俄境内无一例现存病例）。出于避嫌，我最初选择了婉拒，但在友人亲属的一再坚持下，还是出席了生日聚会。席上有多位寿星的朋友此前从未谋面，当然他们也无从所知我近期是否曾回国，但所有人（除了我其他都是俄罗斯人）都表现得友好热情，甚至共享同一盘中的食物。这无疑是很触动人的。

需要特别指出的是，尽管目前俄罗斯境内较大规模的病毒传播直接来源于意大利而非中国，但我认为这不能归功于此前俄方针对华人的严控。因为在具体政策实施层面，俄方基层对华人的检查和监督十分官僚机械和形式主义。例如，不论是管理人员在宿舍挨户登记个人信息，还是执法人员在地铁站检查护照入境日期，抑或是高校工作人员为返俄中国留学生办理注册手续，都没有采取任何医疗防护措施。莫大甚至还曾要求所有中国籍学生集中办理健康证明，无论其寒假期间是否曾返回中国，这导致了校医院一度有大量中国学生扎堆。假如当时返俄的留学生中隐藏有处在潜伏期的病例，

那么势必会出现交叉感染并引发病毒大规模传播。因此，可以说病毒未由中国直接输入俄罗斯纯属侥幸。

## 俄国民众如何对待疫情

自3月2日俄境内发现首例由意大利输入的病例，到三月中旬俄境内病例总数破百，俄民众对疫情总体上是几无戒心的（更毋论三月之前了），公众场合除华人外无人佩戴口罩，也未出现抢购口罩的情况。只是在3月15日莫斯科中小学和高校陆续停课、政府宣布取消近期大型活动和无差别禁止外国公民入境后，俄民众才突然开始在乎起（注意，并不是重视）病毒了：一夜之间街上大约有10%的行人戴起了口罩，超市里耐贮存食品的货架也一度被清空，乘坐公共交通出行的市民开始减少，药店也排起了长队。因此，三月中可被视为俄罗斯政府和民众防疫的转折点。

不过，除了文教系统停摆，直到三月底普京发布总统令临时给予全国带薪休假一周前，莫斯科生产生活秩序一切照旧。不过就在全俄放假的头两天，在政府已号召民众尽量居家并特意关闭大型公园和绝大多数经营性场所的情况下，依然有许多民众迎着早春温暖的阳光出门踏青。我在莫大所处麻雀山晒太阳时就观察到，尽管曾经熙熙攘攘的外国游客消失了，但仍有相当数量的本地居民拖家带口地散步、骑单车、滑旱冰，其中戴口罩的比例不超过20%。

俄民众早期对疫情的漠不关心甚至是狂妄自大也反映在我的朋友圈中。早在莫斯科刚发现输入型病例时，我便一再劝说俄国友人尽量避免在食堂就餐，乘坐公共交通时佩戴口罩，但他们都一笑了之。有人说，“我们是俄罗斯人，不

怕这‘小流感’”；另一位说，“我对这个问题持宿命论态度”；最夸张的是一位密友甚至反劝我不必过度恐慌，因为新冠肺炎的死亡率不过 2%，且死亡病例多为老年人，身强力壮的年轻人即使感染了也无大碍，这种言论令我瞠目结舌。耐人寻味的是，这位朋友还是一位塔斯社常驻俄国家杜马的通讯员，据他说，直到三月中自己被要求居家工作之前，整个国家杜马内都无任何工作人员佩戴口罩，仅在入口设置了体温检测。毫无疑问，下层民众的麻痹大意是受到了上层权力机关“榜样”作用影响的。

对口罩的态度最能折射出一个国家对疫情的态度。自疫情在俄出现至今，尽管没有像美澳那样宣传口罩无用论，俄政府也并未广泛号召或要求民众佩戴口罩，仅仅将其列入家庭储备物资建议清单中。至于绝大多数普通民众，最初是漫不经心，后来则是有心无力。疫情初显时，即便个别人持有口罩也出于面子或方便性因素不愿戴（白人的高鼻梁使其佩戴口罩的舒适性更低，因此我也注意到许多人佩戴方式并不规范），而如前文所述，在疫情日趋严重情况下，大多数外出居民仍然“裸奔”，并不是他们不想戴，而是早已买不到口罩了。

因为需要经常前往图书馆查阅旧文献且对尘螨过敏，我在疫情出现前就定期购买和使用口罩，所以能持续追踪本地的口罩供应情况。当时药店内的医用一次性口罩平均不到五卢布（约合五毛钱）一枚，但从一月末开始变得紧俏且价格暴涨，二月中旬整个首都和周边卫星城的药店完全不见了口罩的踪影，导致这一现象的原因是市面上绝大部分口罩和库

存都被华人买走了。在俄华人购置口罩的用途无非三种：一是防患未然自己备用，二是支援国内亲友或捐赠给疫区，还有部分“精明人”抱着囤货居奇和发国难财的目的，直接从仓库扫货，一次性购买了成千上万的口罩。

与之对应的是俄民众的缺乏准备：当三月中旬疫情愈发严峻，俄全社会开始紧张时，口罩在某种程度上成为社会地位的象征。除了小部分未雨绸缪者和能从特殊渠道搞到口罩的精英阶层外，普通老百姓哪怕花高价也很难获得。也是在觉察到这一点后，我设法联系到一名早前囤货的中国留学生，以约两元一枚的价格购买了500枚口罩支援给身边的俄国师友。当最初在中国被发现的瘟疫开始在俄罗斯境内扩散时，广大俄罗斯人甚至部分莫大教师在自己国家无法获得口罩，而大量口罩却攥在在俄华人手里，这的确说明了不少问题。

## 疫情下的中国留学生自述：当访学遇上新冠病毒

李春香 天津师范大学比较文学与世界文学专业博士

2019年12月初，在经过了马拉松式的申请和等待之后，我终于如愿以偿来到日思夜想的印度，在尼赫鲁大学（以下简称尼大）开启了自己的访学之旅。

到印度前，有“前辈们”告诉我印度工作效率低、手续繁杂，让我有心里准备。所以初到尼大，我在申请宿舍、注册学籍、签证延期等过程中遇到的任何问题都能耐心解决，并在这个过程中感受着印度的一切：乐观的人们、原生态的自然环境、悠闲的动物、自由的氛围等等。但是，新冠病毒却打乱了我所有的计划。

2020年1月初，我刚刚把学校的各种手续办完，准备到印度各处名胜古迹游览一番，国内却报出了新冠病毒。随着病毒向世界很多国家扩散，身处国外的中国公民开始遭受歧视，留学生也不例外。一个同学帮国内朋友跟印度人接洽业务，当她戴着口罩说话对方听不清，她身体前倾的时候，三个印度人同时向后退了两步。她回来抱着我哭，说再不想出去。我们大都宅在宿舍，连图书馆都不去。我一边关注国内疫情，一边调整自己的访学计划。

疫情期间，口罩成了我们生活的主角。国内口罩荒的时候，我和几个同学到学校附近的药店商场转了个遍，把所有能买的N95都买回来，打算寄给国内的亲戚朋友。谁知刚买好，印度政府就出台了所有防护物资禁运中国的禁令。这下可好，几天的忙碌都白费了——也好，留着自己用吧——我

们只能安慰自己。

中国疫情蔓延之后，印度政府出台了一系列防控措施：禁止口罩、防护服等一切防护物资出口中国；陆续取消往来中印的航班；作废所有中国人和身在中国的外国人的电子签证及纸质签证。之后，印度政府调整了禁令，允许普通口罩寄往中国。此时，表弟说他们公司要开工，想让我从印度买些口罩寄回去。于是，我再次到学校附近的各个药店买口罩。结果发现，药店的一次性口罩薄如纸，而且什么标签也没有，很像传说中的“三无产品”。这些口罩仅用一个塑料袋包装着，有的 50 个一包，有的 100 个一包。如果零买，店员就会把袋子拆开，用他那什么都抓过的手一个一个地数。价格也翻了好几倍，一个一次性口罩从几卢比涨到近三十卢比。但我感觉这种口罩质量无法起到防护作用，就没买。后来同学给我推荐了一个亚马逊链接，说她买过这家店的口罩，质量不错。我很高兴，赶紧点开链接，却发现店铺限购，一次只能买 200 个，而表弟要 2000 多个。为了快速凑齐这些口罩，我发动了身边好几个同学帮我买，终于搞定。

口罩有了，怎么寄回国呢？我找了好几个快递公司询问价格、邮寄时间等等。听同学说学校邮局可以寄，没成想邮局的工作人员都没听我要寄什么就给了一句：“China is banned”，他脸上的嘲笑、讥讽还有无法掩饰的幸灾乐祸，重重地击打着我的心。想想几天来到药店买口罩时店员的眼神和他们用印地语谈论中国的语气，心里的难受无法用言语形容。我一边买，一边生气，一边可惜自己的宝贵时间，一边祈祷国内的口罩荒早日结束。有的快递公司可以往中国寄普

通口罩，但邮费贵得惊人，速度最快的 DHL 一公斤要 7000 卢比。我的口罩一共 6 公斤，邮费就要 4.2 万卢比，约相当于 4200 元人民币！还好我运气不错，赶上朋友的爱人回国，就拜托他给带回国了。

2 月 14 日，印度境内 3 例新冠肺炎患者全部治愈，大家都松了一口气。我们开始如常的学习生活，我和朋友抓紧时间去了阿格拉、斋普尔、瓦拉纳西等地。印度病例清零，国内疫情也逐步得到控制，我们都很高兴，以为病毒很快就会过去。没想到三月初，新冠疫情突然在世界各地蔓延，意大利、伊朗、英国、韩国、日本、美国一个个沦陷，印度也再次出现输入性病例。我们一下子又紧张起来，大家赶紧储备生活用品和防护品，再次开始“宅生活”。

此时，我的访学接近尾声，因为很早就订了从加尔各答回国的机票，所以我办了离校手续。3 月 7 日和另外一位来印度访学的张老师去了加尔各答的国际大学，打算在那里考察一段时间后直接回国。到了国际大学，接待我们的阿老师告诉我们，需要隔离 14 天才能到校参加各种活动。我们服从安排，第二天买好半个月的食物开始自我隔离。这时国际大学所在的和平乡还没有新冠病例，人们的生活没有太大影响，只是政府关闭了泰戈尔故居，这可是我此行的主要目的之一啊！我有点不甘心，第二天傍晚，趁人少的时候戴着口罩到泰戈尔故居附近溜达。站在泰戈尔故居门口，远远地望着里边的建筑和古树，遥想泰戈尔在里边生活、写作的情景，捕捉着诗人深邃的思想。“真希望疫情早点过去，临走之前能够到里边看个究竟”我在心里默默祈祷。

3月9日，印度宣布禁止所有外国游轮在印度港口停靠入境。3月11日，印度颁布“锁国令”，除特殊签证类别（外交签证、公务签证、联合国以及国际组织签证以及就业和工程签证等），暂停所有旅印签证至4月15日，并要求经疫情高发区抵达印度的入境人员至少隔离14天。几天后，国际大学宣布停课，原计划23日的汉语桥比赛也无限期延后，我们这些临时评委彻底没了用武之地！

我原定的3月27日回国航班被取消，改签到3月29日后又取消，我再次申请改签，没想到东航客服说最近的航班都要到4月中旬！我只好将机票退掉，重新买了26日的航班，此时机票价格已翻了好几倍，且相当难买，稍一犹豫就没了。好不容易买到机票，我以为这下可以安心感受和平乡的宁静，没想到3月19日收到消息：22日开始，印度禁止所有国际航班降落印度！这意味着我26日的航班又要被取消！我一下慌了神，22号之前的航班早就销售一空，怎么办？

加尔各答总领馆给我出主意，让我分段买，先买到香港，再从香港买到北京，到了北京就好说了——只要离开印度就行。我用最快的速度查票，分段买必须把转机时间规划好，还要看当地转机政策，包括能否转机，行李如何提取等。我拿出纸和笔，一段段地掐时间，迅速抢到20日加尔各答-新加坡-香港和香港-北京-成都-呼和浩特两段航程的票，这个票有很大风险，一是分段买票行李可能滞留香港；二是中间转机时间只有两小时，时间很紧张，一个环节不对可能会误机，但是我别无选择，只能赌一把了。在加尔各答总领馆



的帮助下，我顺利将行李直挂到北京。全程口罩加各种防护，经过近 60 多个小时的紧张辗转，我终于在 3 月 22 日成功抵达家乡，并在此进行集中隔离。

回顾访学的几个月，我似乎都在和各种“意外”做斗争，先是印度尼赫鲁大学乃至全印学生的罢课游行（从 2019 年 11 月持续到 2020 年 2 月），中间穿插着印度公民反对政府《公民身份法修正案》的示威游行及暴乱，接着中国暴发了新冠疫情，最后是世界新冠疫情大暴发，这样的访学之旅真是百年难遇！

古人云：失之东隅，收之桑榆，尽管一系列变故打乱了我的访学计划，但在此过程中，我对印度、对世界、对人生和人类社会的发展，都有了全新的认识。

此次访学让我明白：人生就是一场精神之旅，每一次经历和每一天的生活都是一种精神操练，在此过程中剔除人性中的恶，展现善与美，最终达到神性之境界。整个人类莫不如此，唯有如此，人类社会才能长治久安。