

目 录

1	日本游学感想（2010 英语 尹秋璇）	1
2	为梦想，赴一场旅行（2010 人力资源管理 刘念）	9
3	日本游学体悟——一个中国大学生的感动与探索（2011 法学 桑铭一）	13
4	难忘的日本之旅（2010 市场营销 陈妍）	17
5	日本风情录（2010 会计学 顾宇婷）	24
6	妙心寺一隅所感（2010 广告学 徐燕）	28
7	美丽的岛国——日本之旅（2010 英语 孟月霞）	32
8	日本印象（2010 法学 陈金来）	35
9	一个安静、热情、有序的民族（2011 法学 谈家霖）	39
10	暑期日本行（2010 英语 唐苏敏）	42
11	日本十日谈（2011 信息资源管理 谢婷婷）	46
12	日本游学感想（2010 城市轨道交通通信信号 张晟翌）	51
13	万水千山走遍之暑期日本游记（2010 广告 朱嘉雯）	55
14	在日本宫崎的二十六天（2011 日语 唐敏芳）	61
15	暑期留学感想（2010 日语 姜传超）	62
16	那些快乐的日子——宫崎公立大学回忆录（2010 日语 沈佳伟）	64
17	日向夏（2010 日语 朱晨迪）	66

日本游学感想

2010 级英语 尹秋璇

说起我今年暑假最有意义和最愉快的日子当属7月12日至21日在日本的10天游学时光了。距离今天，已经过去了一个多月，可每当有人问起我在日本玩得怎么样、日本怎么样时，我还会兴致勃勃地讲述给他们听。下面，我将就食、住、行，学习四方面向大家具体谈谈一下在日本的所见所闻。

食

在中国，我们也常常能看到日本料理招牌的店面，可料理是否正宗无人知晓。这次去日本，我们是大饱了口福，甚至有些吃伤。到日本的第一天，我们是在大阪的道顿堀吃的晚饭，一碗拉面。汤很鲜美，肉也爽口，真的很美味。接下来的几天里，我们吃了各式各样的日本料理，它们的共同点是外观精美，口味清淡，离不开味增汤、沙拉和天妇罗。可没过几天，大家由一开始的新鲜、喜爱变成了忍耐和忍受，原因就是日本料理味道太淡，与中餐存在很大的差别。在京都花园大学学习交流的时候，坐在我边上的是一位在苏州大学留学过一年的女生，提起中华料理，她非常激动，报了一长串的中国菜名，如宫保鸡丁、鱼香茄子和一些超辣的川菜等等。可见，中国的美食才是真正的美食啊。在回程的前一天晚上，我们摸索到了一家韩国料理店，可由于肚子里的油水耗尽加之韩国料理较辣，没等吃完我的胃就难受了起来，在便利店买了瓶牛奶才好。



这里还值得一提的是在神户那天的午餐。神户牛肉是举世闻名的，如今它的产量少，所以几乎不出口的，如果大家还能在国内吃到实惠的“神户牛肉”可一定不要上当。在大家的强烈要求之下，导游带我们去吃了神户牛肉。牛肉并没弄熟，

咬开还能看见血水，但却丝毫没有腥味，口感也比平日里吃到的要嫩。他们有个奇特的地方，就是将蒜切成片并炸的很脆来吃（图中黄色的为蒜片）。我们每人吃了 8 块，但也不觉得饿。事后，我们才了解到这 8 块牛肉相当于人民币 300 元左右，我们不禁要感慨一下这“天价牛肉”了呀。



我想也是由于口味清淡，在日本的几天里，我几乎没有看到身材过于肥胖的人，这一点我们可以向日本学习，减少对调味品的依赖，吃得健康。还有一点，也是非常值得国人学习的，那就是岛国人民节约粮食的优良作风。日本酒店的早餐都是自助的，看到大量的美食，我们的第一反应就是想大饱口福，不管能不能吃完，碟子里都盛得满满的。在日本，我们就发现，每个人吃完饭后碟子里几乎没有浪费，除此之外，每位就餐者离开时桌上不会留下任何脏东西，他们会把盘子端给服务员，减轻他们的负担。在这种环境的影响之下，我们每个人也同样这样做了，将餐盘交给服务员时，我会觉得开心、轻松。

住

在日本几天的住宿也是极好的，尤其是在箱根泡温泉的那晚，房间甚是宽敞，窗户后是一片竹海，正好晚上下了场小雨，我坐在阳台上，披件外套，非常惬意。虽然前后入住的酒店的房间大小不一，但有着共通点。首先，设施都非常完善。在东京住的酒店比较迷你，可设施一样不少，价格也不实惠。原因很简单，东京虽然是日本最大的城市，可人口超过了 3000 万，其中还有很多来自世界各地的外国人。几乎每家酒店房间里都会放置英文版和日文版的圣经、晚上照明的手电筒、两身睡袍，这在中国大陆是不常见的。让我觉得非常人性化的设施是卫生间的镜子。每当我们洗完澡，宿舍或家中的镜子早就被水蒸气笼罩，要想照镜子，通常

我们都是用手擦或用水泼，而日本的则不是。洗完澡后，镜子上会有一个方块是没有水雾的，我以为他们在上面打了蜡，可用手摸上去感觉不到任何的差别，依旧是光滑的平面。日本是个多灾多难的国家，每天有几百几千次的地震，所以防灾观念很强。导游告诉我们，万一遇上地震，而我们在室内，那么最好的避难场所就是卫生间。理由是，首先卫生间可以满足上厕所的需要，其次是卫生间有水源供应（日本的自来水是可以直接饮用的），而且每个卫生间的设计都很严格，天花板上都有一段空间，难怪卫生间的天花板都压得很低。不过，有些遗憾的是，我并没有机会住上一晚日式的房间，只能去别的同学那过把瘾了。



行

行肯定是这篇文章的主要部分了，这十天我们的行程还算是比较满的，参观了不少名胜景点。首先，从出发的早晨说起。7月12日早上四点，我和随行的三位同学就起床了，因为我们的校车4点50时发车。激动了一夜，闹钟还没响大家都差不多醒了。到达上海浦东机场大概是7点多，飞机预计9点40起飞，但实际上由于跑道紧张，航班较多，我们十点半才起飞。受之前韩国飞机事故的影响，我们心里都有些阴影。所以飞机离开跑道飞起时，我和同学手紧紧相握，后来才发现飞机飞行得很稳，白虚惊了一场。返程的时候心理压力小了，飞机飞得更稳所以没有紧张。



到达大阪关西机场后，导游和我们接头。我们参观的第一个景点是大阪城公园。公园的景色十分美丽，可当我们参观结束时，却遇到了一件不太愉快的事，那就是之前接旗仪式上老师提到的在国外一定会遇到的一法轮功宣传。我们没想到会在到达日本的第一天第一个景点遇到.....当天，我们还去了日本桥商业街、心斋桥商业街以及道顿堀美食街。可以说，第一天的感觉非常美妙，我第一次坐了飞机，第一次出国，第一次和日本人合影.....我也发现日本的环境非常十分洁净，甚至连垃圾车都没有污渍，车轮都是黑色.....（见下图）由于污染少，太阳直射，紫外线辐射也很严重，所以日本的防晒霜几乎都是 50+++ 的指数。



第二天，我们参观的城市是神户，行程是神户港、异人馆、地震资料馆以及世界上最长的吊桥—明石大桥。给我印象最深的是在地震资料馆体验的地震，在这里我感受到了大自然的破坏力也佩服日本人在防灾救灾上做出的努力和成就。

第三天早晨，拉开窗帘时，我们都被眼前的美景吸引了，我们居然就在明石大桥旁的酒店里，在楼上可以俯瞰整座大桥。吃完早饭我们又马不停蹄地上路了，

下一座城市是奈良。奈良是座古老的城市，我们参观的景点都是些寺庙，如东大寺、唐招提寺和法隆寺，了解了日本的宗教历史。据导游讲，日本人生前信道教，死后则信仰佛教，埋在寺庙周围。接下来几天里我们还在京都参观了天龙寺和金阁寺。去日本，一定要参观三样，其中就包含金阁寺，其他两样就是日本歌妓和富士山。在梅花鹿公园有一千多只放养的梅花鹿，它们很温顺，只是有些气味。



第七天来到富士山上的时候，是我最开心的时刻。站在海拔两千多米的五合目，吹着习习凉风，心情是从未有过的开阔。最搞笑的是下车的时候，我们虽然知道山上气温低，可由于当天天气非常好，所以大多数同学穿着短袖短裤就下车了。但下车的一瞬间大家都发觉气温低的有些不能承受，可大家又没有准备衣物，所以只能往商店里跑了。我的装备还好，长裤子长上衣，所以玩得很自在。



由于参观的地点景点太多，我就以图片形式向大家展现一下。



二重桥



浅草寺



天空树
学

本次出行是一次游学，那么肯定是既有游，也有学习的部分了。除了我们在路上的所见所闻，在花园大学交流的两天半的时间里增长了我对日本这个国度的认识。虽然花园大学的学习交流活动相对于前几天的游玩要平淡些，但是是一段非常值得纪念的时光。尽管那时他们正处于期末考试时期，但还是非常热情地招待了我们。在花园大学里，我尽可能地用学到的有限的日语与日本大学生交流。坐在我边上的衫本柚子君曾到过苏州大学学习过一年，所以她和我还可以用中文交流。现在想起来觉得很有意思，整个晚饭期间，我是英语、日语、中文和肢体语言一块用。这期间，我们一共参加了两场讲座。第一场有关日本的文化历史，第二场的主题则是日本的社会福利制度。还有一项内容，相信不是每位到日本的朋友都能体会的——坐禅，我的感觉是坐禅真是件技术活！坐禅者必须要气沉丹田，否则的话不一会儿就会东倒西歪了。此外，必须做到内心平静，这一点我想不是每个人都能做到的。当时我们体验了3分钟，但我却觉得有十分钟之久。



最后，我想谈谈我的感受以及对以后学院组织出行提出些建议。纸上得来终觉浅，绝知此事要躬行。以往，我们对日本的认识都来自书本、媒体，可实际上对日本并没有太清晰的认识。踏上岛国后，我发现日本有很多值得我们学习的地方。良好的环境，蓝天白云，夜晚星空璀璨。国民素质极高，没有人随地吐痰、走路时吸烟，甚至是自家宠物狗的粪便都会用纸包走。餐桌上没有浪费，地铁上无人喧哗，乘电梯时一致站在左侧，右侧让出给赶车的人走。当你找不到某个商铺时，即使不顺路也会带领你到门口……我想只有拥有这样国民素质的国家才会强大。这次海外游学是我们学院第一次组织，我觉得是一个很好的开头，举行得很成功。要是真的需要改进的话，我希望今后每个团队最好有一名男老师和一名女老师，万一有突发事件，照应起来更方便些。当然，这次和王宗善老师和凌亦青老师出行非常有意思，两位老师也都尽心尽责，大家平安、愉快地返程了。还有，我希望学院能够加强行前教育，提醒大家一些注意事项，如守时、着装问题等。当然，每一位出游者也应当做好攻略，在一起进行一两次简要的交流讨论。那我给以后学弟学妹，尤其是没有出过国的学弟学妹的建议就是别带太多衣服啦，三套最多，因为一晚上就能晾干了。还有，买东西时该出手时就出手，总想着最后一天或自由活动后再买最后往往迟了。

我在日本度过了一段非常愉快的时光。这十天对我的影响很大，我第一次找

到了自己感兴趣的事。以往，都是我的父母、家人希望我做些什么。如今我终于可以说，我想要进入日系企业工作！这并不是一时的冲动，我有认真考虑过也和家人商量过。真心希望以后还有机会去日本，下次我的目的地是冬天的北海道……

为梦想，赴一场旅行

2010级人力资源管理 刘念

高考两分之差，使我与心仪的日本专业擦肩而过，但是在大学闲暇的时光里，我总是会泡在图书馆里看一些与日本文化有关的书籍。当学校的暑期游学项目在电子屏幕上滚动播放的时候，我内心对于更进一步了解日本文化的热情燃烧得更加热烈。于是，报名、填表格、申请奖学金、等待结果、办护照签证、开小组会议、成为我们日本团队的小队长、出征仪式。经过漫长的等待与精心的准备，终于，在2013年的7月12日，在凌老师、王老师的带领下我和来自我们学院各个专业的小伙伴们开始了我们的游学之行。

第一站——大阪

我们一行人从浦东国际机场出发，经过两个小时的行程之后顺利抵达大阪关西机场。来到大阪的第一印象就是，果然日本的街道真的是非常干净，路边的垃圾箱也是很细心地分为好几类。短暂的休息之后，我们参观了大阪城公园。这个公园其实是一个历史公园，是在全球经济大萧条期中的1931年（昭和6年）克服种种困难而完成。行走其中，我们每一个人都在认真地欣赏着每一座建筑，感受着不同文化背景下所建造的房屋。其实，我觉得建筑也是会说话的，他们一动不动地伫立在那里，诉说着他们背后的故事和自己独有的文化特色与底蕴。

第二站——神户

在神户，我们参观了异人馆以及地震资料馆。异人馆：神户因明治开埠时期是外国人聚居地，故遗留了大量19世纪西方风格的建筑群，极具特色，统称为“异人馆”。经过一番介绍，我们才恍然大悟，原来此“异人”是外国人的意思。在这里，我们参观了当时中国驻神户总领事的宅邸。在神户这样一个不算太大的地方，却包容了众多异国文化，明治维新让日本打开国门，看到外面多彩世界，也为日本带来了发展机遇，1868年开港的神户，正是因为悠久的贸易和与外国交往的经历才发展成为今天世界知名大港口的。

随后，我们参观了地震资料馆。或许是因为汶川地震和玉树地震的原因，在参观日本地震馆的时候，我们都更加地感同身受。在地震这样的自然灾害面前，

人类是显得多么的渺小与无力，但无论是日本人民还是我们中国人民都选择了勇敢地面对它。即使它夺走了我们亲人的生命，破坏了我们的家园，我们仍然积极地面对，团结在一起重建家园。

第三站——奈良

在佛教传入日本的公元6世纪至8世纪期间，奈良一直作为日本的政治、文化中心而繁荣。所以，在奈良我们主要参观了东大寺、法隆寺、唐招提寺等佛家律宗建筑群。在唐代，我国鉴真东渡日本传播佛教文化为中日两国佛教徒的友好关系打下了良好的基础。走在这些被列为世界文化与自然遗产的寺院中，感受着其悠久的历史和日本独特的美学意识。

第四站——京都

其实这一站，才是此次游学的核心。因为我们所要进行研修交流的花园大学，正是位于被誉为“千年古都”的京都。花园大学与苏州大学的渊源颇深，多名苏州大学的学生与老师都在这所大学里学习、深造，接受日本文化的熏陶，同时也将我们的中国文化、苏州大学的精神在花园大学传播交流着。怀着激动的心情，我们开始了为期三天的研究课程。

在抵达花园大学之后，我们受到了花园大学老师们的热烈欢迎和悉心招待。在山口老师的带领下，我们一一参观了花园大学礼堂、教学楼、图书馆等等。给我印象特别深的就是参观花园大学的图书馆的时候，见到一群日本大学生席地坐在图书馆门口，他们有的在弹吉他，有的在吃着便当，还有的在翻看书籍。这样的场景，在国内的图书馆鲜有发生。这时，我们才开始真正地去思索，日本大学生与我们在观念上的不同点。一所高校的图书馆往往最能体现其本身的魅力所在，而花园大学的图书馆很好地诠释了这点。当然，这不禁让我联想到了我们苏州大学文正学院独一无二的水上图书馆，恰恰也体现了文正“自博弘拓 强学毅新”的校训。

花园大学还有一个最大的特色就是，她是一个注重禅学研究的佛教大学。所以，学习如何坐禅成为了我们本次研修的必修课程。我们学习坐禅的地点是花园大学最大的禅室，在老师的指导下，我们开始坐禅体验。因为之前没有盘腿而坐的经验，所以初次尝试大家都有点脚疼腿酸的反应。但是，禅文化的精髓又正是在于能够抛弃外物，静坐于蒲团之上忘我地参禅来达到内心的安宁平静。其实只

要是掌握了方法，随时随地，我们都可以体验坐禅的乐趣。

日本是一个对茶道深有研究的国家，所以在花园大学各种的社团里，茶道社团特别受欢迎，并且学校也专门建造一间茶室供学生们学习以及休息。在花园大学茶道社社长的带领下，我们一群中国学生盘腿坐在地板上，认真地听着他讲述着茶道的历史与文化。

在研修的期间，我们学习了日本、京都的历史文化，以及关于日本社会福利与保障的专题讲座，受益良多。

更让我们惊喜的是，花园大学的老师和学生们专门为我们准备了一场晚宴。作为此次日本之行的队长，我接到了在晚宴上作为代表发言的任务。虽然在大学里在这一方面也锻炼了不少，可是第一次在这么多外国人面前发言还是有点紧张。在休息之余，练习了几句简单的日语自我介绍和问候语。在晚宴发言的时候，现学现卖的日语和细心准备的发言让大家都感受到了来自我们的苏州大学的真挚的热忱和感谢。我想我不仅仅是代表着我们这支团队，更是代表了我们的苏州大学，表达了对他们的感谢。同样我们也都真心地希望有机会他们也能够来到我们中国，来到苏州，进行交流学习。我想正是因为这样的交流才会让我们碰撞出更多的火花，我们的友谊才会更加的长久牢固。

第五站——东京

到达东京的第一件事，当然是去看一看传说中的富士山。富士山被日本人民誉为“圣岳”，是日本民族引以为傲的象征。富士山山体高耸入云，山巅白雪皑皑，放眼望去，好似一把悬空倒挂的扇子，因此也有“玉扇”之称。不过很不巧的是，我们观看的那天，富士山周围正好有一朵很大的云一直笼罩在富士山上，一直不见她的全貌。不过这也不妨碍我们欣赏她的美丽吧。

在富士山上坐落着一座日本最高的邮局，为了跟同学和家人分享这份心情，大家都选择了寄明信片的方式来纪念这美好的一刻。每个人都认真地挑选了明信片，写上了温馨的祝福。当明信片投入到邮筒的那一刻，我想我们都是这世界上最幸福的人吧。

作为日本的首都，有一个地方也是必去之地之一。那就是皇居广场（二重桥）。皇居位于东京静谧的市中心，广阔的护城河围绕。皇居二重桥位于皇居正门前，因护城河水深，旧桥较低，所以在桥上再搭一座桥，称为二重桥。参观时，总感

觉有种莫名的神秘感萦绕在周围，或许这就是日本皇家的庄严与静谧吧。

这次游学的最后一天，安排的是自由行。

其实，从大阪一路走来，我们感受到的多数是日本的历史文化底蕴，所以在自由行这一天，我们选择了去参观更加现代化、繁华的原宿、新宿、银座。

在这里，我们看到了一座座的高楼大厦，以及各种先进的数码产品以及商场、办公大楼。现代与古老，先进与古朴，不一样的日本，总是带给我们很多惊喜。

即使有很多不舍与遗憾，这次的日本游学之行还是得由我们亲手画上句号。

在飞回上海飞的机上，大家都很安静。应该都是在留恋我们这次丰富多彩的游学又或者是留恋这十几天一起学习、一起玩耍的同学们吧。

这短短十天里，我真的收获了很多很多。认识了一群很有趣的朋友，我们带着一样对日本文化的喜爱与好奇聚集到了一起，我觉得这就是缘分吧。我们一起感受日本的文化，一起体验在日本各种美妙神奇的经历，也一起结下了与很多日本学生们的友谊，这些都将是记忆里最美好的回忆。

这次的日本游学之行，圆了我一个美丽的梦想，对于即将迈入大四行列的我来说，我觉得我的大学生活没有遗憾了。突然想到前段时间热播的电影《中国合伙人》里的一句台词：梦想是什么，梦想就是一种让你感到坚持就是幸福的东西。很庆幸，22岁的我，赴了一场与梦想约定的旅行。

日本游学体悟

——一个中国大学生的感动与探索

2011 级法学 桑铭一

在这个炎炎夏日，我跟随学校的考察团远赴日本进行了为期十天的访问。在这之前，我对这个一衣带水的邻国感情颇为复杂，一方面源于教科书灌输给我们的对于历史的认知，让我对这个国家的印象并不好，似乎这是一个予取予夺的民族，惯于欺凌和压制，另一方面，受到当下日韩文化潮流的冲击，日式的饮食文化，电影绘画等艺术形式风格潜移默化影响着我，特别是村上春树，川端康成，东山魁仪，渡边纯一到当代的三岛由纪夫，大江健三郎等人，却也让我感知到这个民族的灵性和内心的柔软。也许，是我的思维模式过于单一，一个国家必定有善的一面也有黑暗的一面，监狱高墙外也有和平鸽用洁白的羽翼呼唤着爱与关怀，军国主义的亡灵仍在荼毒侵蚀人们的内心，但更多的是无辜善良的群众，平平淡淡操持经营他们的柴米油盐，甚至正直的日本人民也会发出他们充满人文关怀的声音，《记忆的伦理》中讲过真正理性的人并不是遗忘过去，而应正视它，从中吸取教训，服务于未来，这是历史研究存在的价值所在。虽然，日本当局在参拜靖国神社、钓鱼岛事件上不断挑衅、滋事；半痴不癫，装疯卖傻式的篡改教科书，鼓噪狂悖之言给现今两国的交往带来不可估量的伤害，但在严重抗议和口诛笔伐的同时我们也要看到那些充满正义、热爱和平的日本人民。数千年前，唐朝时，中国人是日本人的老师，今天一起经历了战火纷飞的动荡年代再细数友邦情谊，粉饰太平过于虚伪，站在国际擂台上的两位选手除了各出奇招，也该相互借鉴探讨，坐在飞机上，俯瞰脚下越来越小的土地，我作如是感想，这奠定了我这趟日本之行的基调，作为未来中国建设的新生力量，我们这批大学生作为先遣队伍去了解学习，带回一点自己的浅见，也是让自己的人生更厚重丰富一些。

日本给我最直观的印象就是干净，这和他们的国民素质高不无关系，因为日本不大，人相对不多，尤其是一开始所到的京都，大阪等地，不像东京高度现代化的大都市人流嘈杂，生活节奏快，这些二线城市很美，更安静。我们看到，这里的人友好和善；城市整洁干净，主妇们会在清早垃圾车来收之前把垃圾捆扎好

放在家门前，如果垃圾多的话，就用一个带孔的网罩住，规规矩矩，一丝不苟，绝不散乱。我们受这种氛围的感染，也自觉爱护起环境，不好意思随地吐痰，乱扔垃圾，酷夏热暑难挡，我们用来抗热的冰镇饮品喝完后都揣进兜里带回旅馆清理，或者随身带清洁袋，再找垃圾箱扔，我决定要把这种习惯保留下来带回国内，虽然中国人数众多，马上提高全民素质，改善城市面貌是不可能，但是从我做起，九层之台，起于累土，一点一滴的积累坚持，进而影响身边人。光抱怨国内的空气质量差，环境污染严重是没有用的。经济发展了，生活质量，消费水平高了环境也坏了，提高国民素质已不容迟缓。

美丽舒适的环境确实会给人带来好心情。就说餐厅：我们这次去的几家餐厅比国内的也精致不少，情调优雅，即便是开在路边的以小型工薪阶层为生意对象的饭馆桌面也未见油渍，窗明几净，用餐的人安静地享受着，偶尔窃窃私语，也尽力保持卫生，反观在国内酒店大家咀嚼着饕餮盛宴，三五成群，行酒令，干杯豪饮，把调料乱撒，食物残余乱扔，真是惭愧，自诩礼仪之邦，这样的行为是否有辱斯文呢？

在日本还有一点很让人觉得舒服的是人们的谦和友好。当然在地铁口，在公交车站，在连锁快餐店内还是会看到一脸倦怠的或面无表情的上班族，带着耳机沉浸在自己世界的学生。但还是很安静，并不拥挤，每个人都有序地上上下下，也看不到在车厢里吃东西，大声聊天的现象，静谧的气氛会让人沉静，身心都很放松去思考问题，我最喜欢的便是头靠在车窗玻璃上，随车的行进身体被有节奏地轻轻颠起来，很幽深的隧道仿佛一条漫长的时间长河一样，怎么都走不完，又让人暗暗期待是否快到达终点，阳光照进来，在乘客脸上留下光斑，你并不知道不出声的他们此刻在想什么，可是会感受到这趟路上大家聚在一起很有缘，没有交流，阳光却一样照着整个车厢，我们或年少或垂垂老矣都奔向同一个地方，能够一起度过的时间里气氛都很和谐，特别抒怀。还有便是在去的几间寺庙，遍访古迹也是我们此行的乐趣之一，日本有名的百年古寺我们拜了个遍，我真心佩服日本人对历史文化的保护，像在唐昭提寺，有一个塔里面应该是一个大柱子，柱子上有很精美的浮雕，于是在门口就设了铁丝网，有人只有趴在网上网内看，黑漆漆的其实看不太清楚，却很好地保护了这些古迹。中国在战火纷飞的年代让很多珍贵的东西付之一炬，但对于遗留下来的文明却没有好好地保护，甚至连名胜

古迹都有很多人在上面提：“在此一游”，反观日本，让我们这些中国人羞赧不已。

日本人的谦虚似乎都内化为他们每一个人的气质，行走在街头巷尾的老婆婆，佝偻着腰但穿戴齐整，头发一丝不乱，公园里喂鸽子的老爷爷，带着小眼镜，笑得皱纹都舒展开，还有酒店的服务员，商场的售货员，无不客气有礼，殷勤周到，我们去挑选衣服，把自己扮得像洋娃娃一样的服务员，年纪都很轻，听说日本还是比较传统，女人结婚后通常都在家不外出工作了，所以我在商场见到很多甜美充满日系可爱风的女孩子，很耐心地和你比划着，他们的英语发音很成问题，我的日语又不好，鸡同鸭讲，对方不时地扑闪着擦了很闪亮的眼影的大眼睛，你还真着急生气不起来，当你挑好东西，她又会替你拎着送你到专柜出口，不停地弯腰感谢，直到你走远她才直起腰来，包括便利店的服务员，也会把零钱当你面点好，双手还给你，给你一种受到尊重礼遇的感觉，出来购物心情也格外好，不会有不必要的摩擦或是扫兴的事，也不会担心对方会爱理不理或势利小人让你望而却步，也不会担心对方目的性太强，一直鼓励你买让你有负担，温家宝总理曾说过希望每个中国人都可以活得有尊严，我来日本之后也体会到了这一点，物质上并不用大富大贵，小康即可，但若能从容又自信得行走于天地之间，多么惬意。

有味道的城市都是过去与现在完美的交融，并行不悖，在京都，大阪，神户，我都强烈地感受到了这一点，不光如此，城市的多元文化很吸引人，有人说城市也像人有他的性格，不同的城市给人的感觉不一样，比如西安敦厚，北京大气，上海精致，武汉简约。日本的城市也如此，大阪多是工厂，适于创业，神户娱乐餐饮发达，适于度假，京都古韵最浓，适于思索研究，东京摩登，适于时尚的人。可惜中国的城市化太粗糙，很多好东西都没保留下来，趋于一致，千遍一律，让人看过索然无味。京都的城市布局模仿了长安古城，寺庙也最多，深得汉唐遗风，回国数日仍很怀念清水寺的一泓清泉，清冽甘甜，炎炎夏日去了不少暑气，还有祈愿石，若能闭眼从一个石头走到另一个石头，就会有美好的爱情与你邂逅，似乎荒诞不经，无据可循，可是最让人莞尔，这些小游戏多少承载了人们的美好愿望，木制亭台也做得极漂亮，有人在里面兜售祈福香囊，高翘的亭角，细柱子上面挂了经幡，五颜六色的小玩意，特别好看，几个这样的小亭子堆在一起，占满了山上一处平底，而山上有这么一处，让人在青灯古佛，烟雾缭绕，暮鼓晨钟中感受到红尘的祥和热闹，很有意思。我们去交流学习的花园大学旁的妙心寺，奇

在屋顶有只手绘的大龙，绕殿走一圈，从不同角度看大龙一会直入云霄，一会俯冲直下，甚是有趣，那里给我印象深刻的还有一个可爱的胖和尚，很和善的给我们介绍，让我们合影。

总的来讲，这次算是不枉此行，收获良多，对日本我们不应只是仇视，而是要借鉴反思，来日本前我去过不少国内的旅游胜地，也想凭吊古人，放松自己，可是拥挤的环境，国民的素质，遍地的垃圾，噪杂的交通常让人兴致索然，很多人亦有同感，红尘何处写汉唐，汉唐何处有故乡，可是这次在日本我却看到了，从佛寺跪拜者平和虔诚的眉目中看到，从路上脚步匆匆却仍守规则，对陌生人报之以友好一笑的上班族眼中看到，他们不光对古典文化形式上的重视保护值得我们学习，更有将儒家文化根植于每个日本民众的精神也让人敬佩，为什么从小幼儿园老师教育大家讲文明，懂礼貌，但包括成长着的这一代的中国人素质却屡遭诟病，为什么应试教育要求大家熟背古文可国人仍不免心浮气躁，急功近利呢？这是个大环境的问题，有历史的原因，毕竟落后了这么多年，现在才开始迎头赶上，但我觉得应当是精致的发展，在经济增长的同时保留我们的传统文化，让每一个人和善宽容，彬彬有礼，少一分咄咄逼人，斤斤计较，多一份知足常乐，于自己与国家都是十分有益的。

这次出行真的改变我对日本的印象，从某种角度看，它可以成为中国的朋友，毕竟都是东亚文化圈，我们应该像这位近邻学习，取其精华，又内融中华文化的优秀传统，那么复兴之路犹有可待。

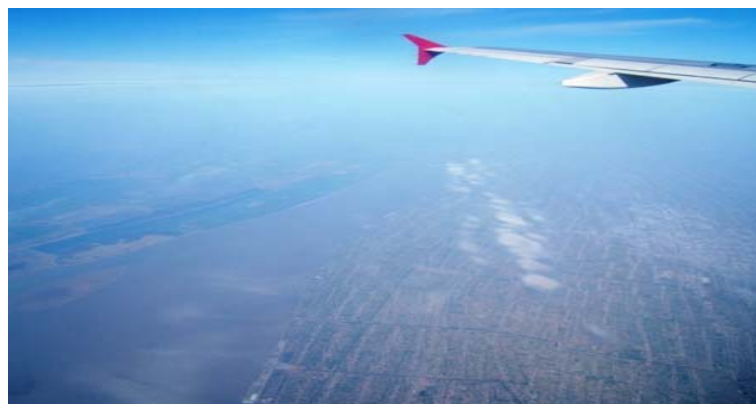
难忘的日本之旅

10 市场营销 陈妍

今年暑假于我人生来说，是一个人生难忘的假期，我很荣幸地参加由学院组织的赴日游学活动。



在赴日之前，我们多次进行会议讨论和相互沟通，深深地感觉到学校对我们的关爱与栽培，由此而生的一种寻求相互合作，相互帮助的集体意识，使得我们彼此间的友谊更为浓厚。



7月12日上午，我们拖着装载着“父母的爱心”的行李箱，来到了上海浦东国际机场，对于我们同行中的大多数人，这是第一次出国。大家对于前往的地方更多

的是一种向往。我清楚地记得那是一个阳光明媚的日子，坐在飞机上眺望着蓝天白云，宛如坐着悟空的筋斗云在仙境穿梭。视线向陆地上转移，地面上的房屋和草地渐渐变得渺小微茫，海水是那么蓝，而海上的船却是那么袖珍。不由感慨到我们生活在浩瀚的宇宙里，而人类于它又是多么渺小的存在。我感叹智慧的力量好牛。坐在飞机上的时候，我一直告诉自己，马上就要到另外一个国度了，心里十分激动。

很快，飞机顺利降落在日本的大阪国际机场，导游在机场热情地为我们接风。



随后我们就去参观了大阪公园，这是一个美妙的地方，让我想起了北京的颐和园，风水格局融合，把大自然的美和人文结合呈现得淋漓尽致。

之后我们去了大阪的三条商业街，分别是日本桥商业街，心斋桥商业街和首顿堀美食街，这里街市繁华，小吃众多，让人目不暇接。

日本是一个注重精心饮食和卫生的国家，食物多以海鲜为主，像三文鱼和虾是我们这10天吃的最为频繁的东西，营养价值很高。日本食物给我的感觉是份量虽少，但却做得很精致，品尝起来也非常讲究，给我们一番异国情调的享受。他们无比崇尚节俭，对于食物从来不浪费，这一点让我十分惊叹。我们在中国已经习惯了把自己不喜欢吃的都留在桌上，而来到这里，大家都渐渐地养成了不浪费的好习惯。



用完晚膳后，来到日本的第一天就告一段落，我们来到入住的酒店，房间整洁，布置得很温馨，那一晚，自己玩累了可又睡不着，或许是换了个地方睡不惯，所以和同住的小姊妹一起失眠了一晚。

次日一早，要六点半集合，日本和中国有一个小时的时差，对于我们而言就是五点半集合，这让我们身体都不是很适应，可精神却是高度兴奋的。顺利到达神户，谈到神户最为出名的东西，当仁不让是神户牛肉啦，今天导游特地为我们安排的神户牛肉大餐，内设复古典雅，大家吃得都很尽兴。



品尝了神户牛肉，该是释放力量的时候了，沿着山路向上一直走，抵达异人馆，这是旧时期中国的驻日大使馆，分为上下两层，装修十分华丽，物件摆放也是极为考究的，展现出了当时中国的经济实力，让人不禁称赞。

之后我们参观了日本的地震资料馆，1995年1月17日，日本阪神淡路大震灾，很多人丧失了自己的亲人，我们观看了当时的纪录片，一位女孩在地震中永远失

去了自己的姐姐，在政府的帮助下重新坚强起来。这歌颂了日本政府对于人民的帮助。让我们看到日本面对灾害的勇气与坚韧，他们无比珍惜自己的家园，用双手在呵护所有拥有的东西。出了展厅后，许多同学都很感叹。或许是因为灾难太多，让这个民族变得如此吧。



兴许是昨日来得太过匆忙，无暇顾及日本美丽的夜景，我们今夜游览了日本的六甲山夜景，灯光炫目，绿色葱翠，日本的森林覆盖率很大，走到哪里眼里都少不了绿色，很是让人舒服。明天就要离开大阪了，我们即将前往的城市更是充满了期待。

用完早餐后，我们就去奈良，是日本的一个古都，奈良的东大寺人山人海，虔诚的人们都来祭拜，寺庙很旧，却被打扫得一尘不染，我们走在路上，感受脚下细沙的溅蹦，步入主寺，大家都被各式各样的代表着神明的物件吸引了，我给自己的家人求了护身符，希望真能灵验。



奈良的梅花鹿公园里到处行走着梅花鹿，它们都不怕人，到处跟着人们要吃的，很是可爱。在日本，动物似乎更自由些，满城的乌鸦自由地叫着，很多鸽子、喜鹊、梅花鹿等动物都是散养的，人与自然很是和谐。接下来又参观了法隆寺和

唐招提寺，日本的寺庙其实都不大，但是前来祭拜的人倒是不少，在日本做僧人没有太大的戒律，更崇尚修身养性，达到精神的升华。

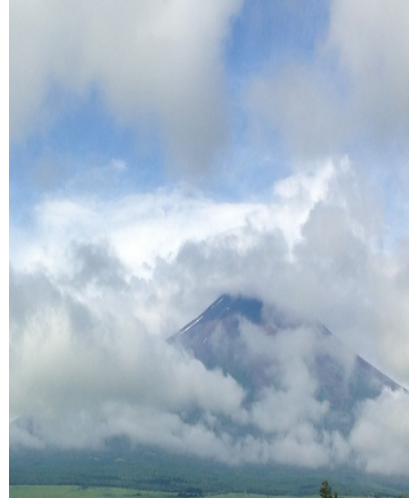
来到日本的三天一眨眼就过去了，我们迎来了本次游学最为重要的三天：花园大学研修。

学校的领导和同学们热情地接待了我们，我们参观了这所苏州大学文正学院的友好学校，觉得像自己的家一般亲切。这三天，聆听了学校教授关于京都历史与文化和日本社会福利的讲座，感受到日本与我国在文化上还是有很大差异的，他们善于借鉴别人的经验，又善于去创造，而且日本特别注重福利事业的发展，每个人都会拿出接近收入的30%来作为自己的保险投入，这也免除了大多数老无所养的问题。

最让人难以忘记的便是花园大学的传统——坐禅体验，坐禅是呼吸、身体、心三者的统一，要做到头顶和腰椎笔直，强调的是达到一种境界。老师给我们强调坐禅只是一种健身、调息的方式，是不涉及宗教的。我们闭上眼，按照规定的方式坐禅，使用腹式呼吸，气沉丹田，达到了心灵的安定。

研修的第二天是京都市内参观，我们去了秀丽的琵琶湖，乘坐了豪华游轮，风景绝佳，中途有歌唱表演和互动，大家玩得不亦乐乎。





第三天，花园大学为我们提供了与日本大学生进行交流的机会，我们举行了一个简单和温馨的茶话会，通过中国留学生的翻译，彼此之间交流无障碍，我也发现日本的大学生非常喜欢中国的大熊猫，而且希望有一天能够来中国做客。通过互相的沟通，我发现日本的大学生的自立能力都特别好，基本上每个人都有兼职在身，有些为了工作，弄得满手都是伤痕，也觉得要向他们学习这精神。

匆匆地留影之后，我们就要说再见了。三天的时光很美好，却也总是短暂，刚建立起来的情感，一下子要说分别，都有些不舍，这些天，花园大学的老师和同学们一路陪伴着我们，热情而细致，让我们每个人都十分感动。

车子驶离花园大学后，我们的下一站就是箱根，也是本次游学大家最为期待的温泉酒店，我们都开始迫不及待了。经过了4个小时的行程，我们到温泉酒店，急急地吃完晚餐就迫不及待换上了衣服去享受温泉啦，烟雾缭绕，似乎有一股仙气从池中慢慢散开，大家一个脚丫子扎进去，发现温泉远比我们想象的要烫得多，待到全身没入水池后，才感觉那种暖流由外而内地向身体内融进，感觉像融化了一样。泡完温泉后，身体舒畅，一夜好梦，到了清晨，又开始赶路啦。这是要去日本第一景点：富士山。夏日的富士山不是我们通常在电视上看到的那样。富士山在夏日里呈现出来的多是葱翠和干净，连那顶“雪帽”都不见了。当日天气多云，我们在山下取景，多是被云层遮挡，阳光却依旧耀眼，把富士山照耀地得比瑰丽。我们深深地被大自然的美折服。

大涌谷火山遗迹着实让我惊叹，满山的硫磺浆，冒着白气，气味刺鼻，感觉这座火山随时会爆发。即便是这样，还是有很多游客前来，据说用这硫磺池煮的鸡蛋是黑色的，名为“黑玉子”，富含矿物质和微量元素，吃了能够延年益寿至少7

年，购买的人络绎不绝，纷纷都想尝尝这黑色的鸡蛋是否有何不同，最后想想觉得这鸡蛋有点坑爹。

之后，我们到了日本的最后一站，东京。东京是日本的首都，占有重要的文化历史地位，也是一个国家的象征。东京的秋叶原是动漫爱好者和电器爱好者的天堂，来到这里，每个人都流连忘返。而久负盛名的银座更是高档奢华，银座一丁目是一条步行街，各种奢侈品牌品种齐全，我们都看得眼花缭乱。最要说一说的就是东京发达的地下铁路了。在我国，想致富，必要先修路，东京的地下铁路线四通八达，纵横交错，学校特意安排了一天自由活动，这是相当考验我们的地理能力的，我们进行慎重的思考和询问他人的帮助才得以到达目的地。这里，不得不说，日本的社会服务人员很是热情，即使这是一个英语并不太好的国家，他们也是会微笑着为你服务，加以肢体语言，给你指明方向。

10天的日本之行，很快就要画上了句点，我们无法忘记去之前的欣喜，在之中的惊喜和离开的不舍，不得不说，这是一个洁净、美丽的国家，给我留下了太多回忆。当我们来到东京成田国际机场时，时间已经不允许我们再做停留，回去时，依旧俯瞰那片海，但一种复杂的情感油然而生。很感谢学校给予这样一次赴日游学的机会，这将是我最美丽的回忆。

日本风情录

2010 级会计学 顾宇婷

踏入大学校园已然过了三年,这三年我学到了不少,成长了不少,也成熟了不少。马上就要成为一个大四的学生,同时这是大学也是学生时代的最后一个暑假了。之前的两个假期我都去单位实习,进行了相关学习,收获颇丰。这个假期很幸运地能够参加学校举办的海外研修班,能够走出国门欣赏异国美景,领略异国风情,感受异国文化。

我们这次海外研修活动学校一共组织了三条路线:韩国、日本、澳大利亚。由于我一直都很喜欢日语,觉得日本的动漫和漫画事业做得很好,也很想更多地了解日本的文化,于是我选择了日本这条路线。我们为这次的研修班准备了很多,大约这学期开学起就在准备办护照等事情。学校也为我们筹备了很多,学校为这次活动投入很多,拨款巨大,收到对方学校的邀请函后为我们统一办理签证,保证了我们这次海外研修能够非常成功地举办。



这次研修,我们在日本的时长是十天,从七月十二号到七月二十一号。我9号考完最后一门回家收拾一番,11号就到学校准备第二天出发去浦东机场。由于我们的飞机是上午九点半,为了及时赶上我们的飞机,我们从学校出发,在四点半的时候就在学生事务中心前的停车场集合前往上海。我们一路很顺利地到达了大阪关西机场,有接机专车前往大阪。

到了日本,我发现它真的是一个很干净的国家,路上特别的干净,没有一点垃圾,路面上也没有任何油渍等,也不像我们国家的公路上有很多的垃圾桶,日本路上基本上是没有垃圾桶的,我们的垃圾都是带到宾馆去丢掉的。就算有垃圾桶,他们的垃圾都是严格分类回收的,国人也都很遵守这个规则,这是我们国家

需要好好学习的。一国的形象由此可见一斑。我们国家要树立一个干净整洁的形象需要我们大家一起努力，构建一个整洁的社会。我们当天参观了大阪城公园、日本商业街、心斋桥商业街、首顿堀美食街。大阪在日本的地位很重要，被称之为“水都”，有1000多座桥梁，城内干净，有条理，人口1000万左右。大阪城公园的水特别清澈，虽然是炎热的夏天，但看着让人赏心悦目。两条商业街很是繁华，可见日本的经济的发展。听说大阪还被称为“美食之都”，我们游览了首顿堀美食街，那边有各种美食，我觉得建筑尤其抢眼，每家店都有自己的特色。当天晚饭我们吃了拉面，感觉和国内的日本料理店的面很不同，大概国内都是已经中国化了，这边的口味其实我感觉吃起来怪怪的，也许他们当地比较喜欢吧。日本是一个讲究节约不浪费的国家，在吃的方面能充分体现出来，吃的不可以剩。中国的很多饭店浪费严重，虽然现在倡导光盘行动，但是要完全做到还需要时间，在这方面我们应该像他们学习，珍惜每一粒粮食。

第二天，我们主要参观了异人馆中的中国馆、神户港、地震资料馆等。异人馆是早年各个国家在日本的领事馆，我们参观的中国馆就是。中国馆里面的陈设依旧很新，有中国特色的摆设等，但是也西化了很多，也算是中西结合吧。尤其是外面的花园就是异国风味的，很喜欢馆外的花园，很漂亮。神户是日本最早开放的港口之一，房子建造成本都很高，建了基本就不拆，房屋质量很好，七八十年下来依旧可以使用，神户码头是由搬运工人发起的。早先日本人较矮小，于是日本政府鼓励吃牛肉和喝牛奶，有一种说法是“东京学习，大阪创业，神户享受”。我们在神户就享受了一次神户牛肉，餐厅装潢布置很精美，两位大厨现场做的牛肉也很美味，既有趣又享受的一顿午餐。之后我们参观的地震资料馆增长了我很多关于地震的知识。我们首先进行了地震的实地体验，一开始我以为地面也会跟着震动会很可怕，后来发现其实还好，我没有亲身经历过地震，不过看着面前的影像，觉得在天灾——地震面前我们的力量真的是很渺小的。我们还观看了有中文翻译的震后小女孩的自述，感觉到天灾无情，但是我们要振作，互帮互助，天灾过后依旧要重新建立起大家的家园，希望是不能被震垮的。我们还进行了地震防震知识教育，让我们更加了解地震，也增强了我们面对地震应采取措施的意识。后来我们又去了明石大桥，观看了六甲山夜景，之后就入住了酒店。

之后的一天我们去了奈良，参观了东大寺、奈良梅花鹿公园、奈良町、法隆

寺、唐招提寺。东大寺里面有一个地下贯通的柱子，小朋友可以从里面钻过，据说会受到佛祖的祝福，好多小朋友在那边玩耍。日本小朋友很可爱。我在东大寺还为爸爸妈妈买了御守，因为爸爸妈妈信佛，希望爸爸妈妈生活、事业上能够顺顺利利。梅花鹿是奈良的神兽，在奈良梅花鹿公园里很多梅花鹿都是散养的，游客可以购买饼干喂食梅花鹿。那里的梅花鹿特别有活力，只要看见你手中有吃的就会跟着你，还会用嘴揪着你的衣服，特别可爱。与我在动物园见到的笼中的梅花鹿不一样，我摸了摸其中一只小梅花鹿，它不怕生也没有逃走，我觉得人能和动物如此友好的相处也很是神奇，摸到了梅花鹿很开心。之后我们还去了法隆寺和唐招提寺。唐招提寺是日本佛教律宗建筑群，与东大寺是戒坛院传布和研究律学的两大道场，是由鉴真所建，里面还有鉴真像，不过很可惜那天的鉴真像没有对外开放，我们也就没有见到。

从七月十五号早上到七月十七号上午，我们都是花园大学研修，所有活动由花园大学组织。十四号晚上，我们在花园会馆吃了一顿地道的日本生鱼片日食，生鱼片是我第一次吃，觉得很嫩很新鲜，日本的鱼是不错的，我尤其喜欢天妇罗炸虾，可能是因为吃习惯熟食所以觉得熟的虾更适合我。晚餐我们是和花园大学的留学生一起吃的，也算是大家互相认识了。十五号早上我们徒步到了花园大学，路上我们也见识到了日本最古老的城市京都，基本上无高楼，是外国游客的必览之处。每家人家的门前都很干净，有的人家门前花卉植物打理得很好，经过的路人也赏心悦目，走在那样的小路上很舒服。到了花园大学，我们进行了坐禅体验，盘腿在禅房坐了三分左右的禅，由于我们只是体验所以时间也不长，领悟到的其中的奥妙也不是很透彻。我们后来听了芳井敬郎副校长关于“日本文化与京都”的讲座，初步了解到了京都这个城市。午饭后，我们参观了学校内部的教堂、图书馆、历史博物馆。他们的图书馆很棒，图书资料很丰富，有看到整套的世界美术大全。花园大学内部的历史博物馆里陈列着当年花园大学挖掘出来的文物等。我们参观了妙心寺之后去宾馆短暂休息了片刻，之后就去花园大学地下餐厅参加欢迎会，欢迎会举办得很顺利，虽然我们与日本的学生交流有些困难，但是因为有翻译老师和各位留学生的帮助我们交流得很融洽。这边不得不说的是当我们问起他们对中国的印象，他们说得出的最深刻的就是大熊猫，可见中国的大熊猫文化闻名世界，可是其他文化也须要传播，这就须要我们这一代的不懈努力，将

中国文化发扬光大。十六号我们游了岚山，在琵琶湖游船，参观了清水寺和金阁寺。印象最深的是游览船，琵琶湖的游船很漂亮，琵琶湖景色秀丽，我们拍摄了很多优美的照片，船上的表演将整船的气氛都带动了起来，今天一天都过得很愉快。第三天我们在花园大学教堂二楼会议室，听了社会福利系三品桂子主任关于“日本社会福利的现状”的讲座，让我们了解了日本福利的现状，我们也提出了相关问题，进行了讨论交流，收获颇丰。午餐后，我们与花园大学的留学生进行了交流，互留联系方式后准备出发去大阪继续我们的旅程。在花园大学的这几天我们获得了花园大学校方很多的照顾，花园大学的老师和学生都很热情，翻译老师和同学那些天也特别的辛苦，很感谢他们的热情款待。



十七号晚我们入住了温泉酒店，体验了日式温泉。之后的几天我们还体验了芦之湖游船，参观了大涌谷火山遗迹、平和公园、富士山五合目、中华街、山下公园、皇居广场、浅草雷门寺、眺望天空树、秋叶原电器大街等。大涌谷喷出大量硫磺蒸气，将泉水烧得滚烫，令人感到地球的生命运动，蔚为壮观。二十号的自由活动让我们亲身体验了日本的地铁，日本地铁线路虽然错综复杂，但是里面的换乘线路很方便，我们乘着地铁去了很多地方，在东京玩得很是尽兴。同时，我也要提一下这些天行程中的一个问题，就是我们中国人很不守时，好几次都让日本的司机伯伯等了很久，这也是国人的一个普遍弊病，要改变需要国人的共同努力。

最后一天我们去了机场附近的一个购物点，在里面逛了会儿就出发去机场准备回程。这次为期十天的研修活动行程很丰富,在交流学校花园大学过得也很充实,最后圆满结束。

妙心寺一隅所感

2010 级广告学 徐燕

来到京都的第二日下午，我们参观了位于京都的妙心寺。回来后我为了加深对妙心寺的了解，特地上网搜索为自己科普了一下。妙心寺是位于[日本](#)京都府京都市右京区的寺院，临济宗妙心寺派大本山，山号“正法山”，供奉的本尊为释迦如来、开基（创立者）为花园天皇、开山（初代住持）为无相大师关山慧玄。该寺原为花园天皇的离宫萩原殿，天皇退位后改建成禅寺，以伽蓝为中心，周围建立了许多塔头寺院，形成一大寺院群，被京都市民称为西之御所。妙心寺在战国时期迎来了发展的重大转机，一位名叫利贞尼的人购买了仁和寺的土地后捐献给了妙心寺。因此，从永正 6 年（公元 1509）开始，寺院占地变得像如今一样宽阔。寺院兴建了七堂伽蓝后，还相继创建了塔院。特别是在众塔院中，除龙泉庵、东海庵外，大永 3 年（1523）还创建了圣泽院，大永 6 年（1526）创建了灵云院。由此确立了以四派四本庵构成的妙心寺运营体制。如今，在日本临济宗约 6000 个寺之中，约 3500 个属于妙心寺派。我在当时听为我们讲解的僧人介绍时就惊讶于有如此多派别，因此情不自禁用相机记录下它们。



在妙心寺的参观中无疑最震撼我们的是那条从 360 度看都呈现不同姿态的龙。让我们惊叹的是由于僧人数量的庞大，他们所用的炊具之大、之重，以及惊喜于我们见到一年只公开一次的镇寺之宝。当然这些都足以让我们的这次妙心寺见学之行不虚此行。

而或许是因为所学专业所致我注意到在一间厢房的地板上整齐地排列着一些手工画的作品。我们一行人匆匆走过时，为我们讲解介绍的僧人解释说这是附近

学校的孩子们画的灯，为近期举行的一个活动准备的。回来以后我有意在网上搜索过是什么活动，但并没有获得相关的信息。



我惊喜于有这样的一个收获，犹记得小学时作为我们学校的一个日本友好学校来我们学校进行交流，期间我们相互赠送自己所绘的画，当我接到比我大几个年级的姐姐送的素描鸡冠花时，我只有感叹，就着现场的鸡冠花临摹的画怎可以如此生动，可想在之前他们平时对绘画的练习是专注到怎样一个程度。绘画、书法都是需要耐心与毅力的，两者都能够让人在投身于此时达到心灵的宁静，抛弃掉来自外界的干扰与心中的杂念，只将自己沉浸在书画水墨香中。

美术用有趣、新奇的刺激，启发和诱导孩子去感知事物的外形、结构，主要通过想象和形象思维，有利于右脑的发育。每画一张画，每涉及到一个新的绘画内容，孩子不仅仅要准确观察对象的形状与颜色，更要认真了解每一事物的构造与特征，分析其外在特征的形成原因，并大胆设想其可能出现的变化，只有这样才能画出成功的作品来。美术广泛涉及艺术、文学、自然科学、哲学、伦理学以及生活中的各种常识。只要让孩子学会带着感情去观察周围事物，并不断接触各类美好的艺术品和艺术形式，审美素养自然就会提高。

看到那么多极富想象亦或技巧精湛的绘画，我不禁羡慕起他们，他们的教育让他们从小就能够在美术中享受，而且掌握参加民族、民俗文化节日的主动性。比起只是知道民族节日的存在，只从枯燥的课本中了解，而没有更多行动参与加入其中，真正感受民族节日的风采，民族节日于孩子来说就太遥远，就不可能有对民族文化节日的归属感。不能一味地责怪现在的孩子只知道死读书或者沉浸于电视游戏中，没有过多的民族自豪感、荣誉感，其中的原因恐怕是现代的教育方式、体制所导致的后果，一味地追求书面成绩、成绩排名，一味地增加孩子的书本负重，没有真正贯彻素质教育的方针、理念。

特此我从网上搜索日本的教育方式，了解到了一些日本教育的方式，感到他们对孩子教育的重视真的是见微知著。

真实的日本小学教育，最典型的是，相较于中国教育界经常为考试作弊而劳力伤神，日本学校的考试基本不监考，甚至最后连分数都由学生自己根据老师提供的答案报出。这真是一个值得深思的差距。其实，中日两国在文化传统上有着很多相似和共通的地方，但是，晚清以来，两个国家选择的道路和面临的遭遇有了很大的差别。反应在教育问题上，这种差异也尤为明显。我们的教育状况在那么多年的改革下好像并未有多少“改善”，在宏观政策和体制上，我们极少有创建性的新观念新模式诞生，管理部门基本上还停留在老套的旧思维上，教育基本还停留在物质和工具的层面上，教育的精神价值和理性关怀还远未得到鼓励和释放，受教育者的体验和感受还远未得到真正的改变。其实我们首先要理清的问题是，教育首先是一种精神活动，它的核心功能首先是培养正确的价值观和健康的人格。为什么受过不同教育的人在生活的各个侧面会存在那么大的差异，主要是因为他们所受的教育在他们的思想和意识深处刻下了不同的烙印。

日本中小学的素质教育贯穿在整个教育活动中。日本的课程安排丰富多彩。在初中生的课程表中，一学年约有 1200 个课时，其中国语（语文）、数理化和外语仅占 50%，其余的包括音乐、美术、保健体育、社会、家庭、传统体技（剑道、柔道等）及各种特别活动。在东京附近的佼成园女子中学的家庭课中，女中学生们带着五颜六色的花围裙、互相协作，愉快地学习着烹饪技术。

日本民族是一个擅长学习和模仿的民族，并能在学习过程中加以创新，在儿童教育领域亦是如此。日本文艺春秋出版社推出过一本叫作《天才是怎样炼成的》的书，作者阴山英男是一家乡村公立小学的校长，他和其他老师一道，反对日本近年时兴的所谓轻松教育的潮流，坚持重视基础教育，采用“读、写、计算”等传统方法。他从未举办任何辅导班，却将很多学生送入了著名的大学，被誉为“日本小学教育的奇迹”。这本书引发了当时日本全民性的关于教育理念的大讨论。2006 年 10 月，阴山英男被任命为安倍首相的咨询机关“教育再生会议”委员。他说他最大的心愿是“让孩子们在毕业若干年后回忆起在学校的学生生活时至少要有个美好的瞬间。”这句听上去极为普通的话也许藏着所有成功的密码。

作为一个深受中国文化影响的国家，日本的教育模式跟中国十分接近。在美

国文化的冲击下，日本也跟中国一样面临着传统教育模式与新的西方教育理念的冲突。八十年代末九十年代初，日本教育厅出台了新教学大纲的初稿，提出“新学力观”。所谓的“新学力观”与我们时下热烈探讨的“素质教育”有很多相似之处。它认为用知识量的多少来衡量学习能力的观点是不合时宜的，必须改变观念，培养“独立思考、自主学习”的态度以适应将来瞬息万变的时代。此外，还有人指责以前的教育模式是一成不变的，严重压制了孩子的个性发展。

很多人认为，日本战后的迅速崛起归功于在教育上的成功。在日本，“教育立国”不是一句口号，是政府、社会和所有民众的行动。很多学校制定的教育目标是培养学生：健康正确思考，有创造力，礼貌互让，勤奋爱国。总体看来日本教育目标的主要内容有：培养学生创造力，勤奋进取精神，礼貌的品德和健康的身心。

素质教育主要包括内在素质和外在的素质。内在素质主要是人对世界、环境、人生的看法和意义，包括人的世界观、人生观、价值观、道德观等，也就是一个人的对待人、事、物的看法，也可以成为人的“心态”。外在素质就是一个人具有的能力、行为、所取得的成就等。素质教育，是以全面提高人的基本素质为根本目的，以尊重人的主体性和主动精神，以人为的性格为基础，注重开发人的智慧潜能，注重形成人的健全个性为根本特征的教育。



看着这夕阳下静谧的日本，心中的澎湃只有自己知道，只希望在时差只有一个小时的中国，明天升起的太阳是真正照耀着未来的希望——孩子们的，由于国情的不同，教育的体制必然会与日本存在差异，但在素质教育的创新步伐上希望相差得不要距一个小时太远。

美丽的岛国——日本之旅

2010 级英语 孟月霞

在学生生涯的最后一个暑假，我有幸加入了学校的暑期游学团队日本小分队。在这次游学活动中，我和我的小伙伴们一起度过了一个非常难忘的十天。这是一个纪念我们青春的毕业旅行也是一个重新出发的旅行。对于我们每个人来说，我们可以用这十天在家里宅着打游戏，看韩剧，或是忙着做兼职又或是准备各种开学就会袭来的考试。然而这样特别的十天让我们经历了很多，成长了很多。这是我们青春的故事，也是我们最耐人回味的一页。

我们迎着清晨的曙光踏上了赴日的旅程，这回忆的沙漏便在点滴记录着我们青春的故事。一大早我们便从学校乘上了去浦东机场的校车，由于小伙伴都是来自不同的专业，刚开始大伙儿还有点不熟，车上气氛并没有想象中那么的 High。一路昏睡总算到了机场，从托运到登机，对于我来说都是第一次的新体验。当我们进入日本的上空，首先映入眼帘的便是一片浩瀚的海，波光粼粼，当然最让人惊叹的便是海中密集的海豚，顿时我心里对于日本这个国度的向往之情便又浓了几分。当我们在大阪关西机场下了机，便见到了传说中的导游，一个见多识广的华人。在接下来的几天里，我们一边参观游玩一边听着导游的解说，渐渐地对日本大和民族的文化产生了兴趣。或许由于政治的敏感，很多华人对于这个民族一直存在着不满，过去一段时间的反日游行活动又深化了两个民族间的矛盾。而对于这一点，在这十天里，我感受到的是日本人民对华人的友好善意，他们的文化中有着值得我们国人学习的地方。

在我们第一天入榻的宾馆中，可以看到周围的港口，清晨有渔民早早出港打鱼，众所周知，日本是一个岛国也是一个靠着大海生活的国家。早晨，大伙儿很早就起来了，期待已久的第一顿日式自助早餐开启了游学新一天旅程。

寺庙文化作为日本主流的宗教文化在日本人的心中都占有着重要的位置。这也可以从关西奈良的各个寺宇可见，到了假期，就有众多的游客来到寺庙里参拜。他们的国人有着自己的信仰并且对于自己的信仰也很执着。虽然在奈良的一天，参观了很多的寺庙导致到最后已经有点视觉疲劳了，但是这的确是一种文化的熏

陶和沉浸。禅文化起源于中国，然而如今在中国社会，越来越少的中国人愿意主动去了解中国文化，大家盲目地生活，追求着物质上的富足却很少去关注自己的生活中到底什么是最重要的，精神的匮乏是多么可怕，大隐隐于世，小隐隐于林在这个浮躁的时代已经很难做到了。

在这十天里，同时让我感触也很深的就是日本人在为人处事上的精准和认真。就比如我们所吃的点心和食物都很新鲜也很精致，让你不禁对这个国家肃然起敬，没有地沟油，没有三聚氰胺，没有人会为了一己私利去伤害别人。每次我们进到一家餐馆就会感受到店员的热情和周到的服务，没有打酱油，没有消极怠工，其实我们的国家确实有很多地方需要向他们学习。礼貌和文明也是他们给我留下的最大的印象。在我们一行人坐车到了我们的友好学校---日本花园大学的时候，他们的校领导热情的接待与周到的安排让我们感动，晚上和花园大学的同学们一起参加了欢迎会，虽然在语言上我们还存在着沟通的障碍，但是我们仍能感受到对方的友好善意。花园大学以禅作为他们学校的主要的文化核心，我们也在友好学校体验了一把坐禅的乐趣，这种禅文化虽然是从我们国内传播过去的，但是他们对于禅文化有了自己独到的阐释，让它在日本这个国度有了自己新的生命。

我们在到达花园大学的第二天又在校方领导的热情招待下去参观了京都，在京都的琵琶湖乘坐了密歇根号游轮，游轮上的环境也是出奇得好，在游轮上的表演人员也是很尽职尽责的，每天游轮都会载好几批的游客，但是无论什么时候，表演人员始终保持着他们对于表演的热情，即使每天的生活都是千篇一律，他们也没有呈现出打酱油的状态，让我和我的小伙伴对于日本人的工作态度十分的钦佩。

当我们走在街道上没有违规停车也没有乱倒垃圾，每家每户门前都布置得很安静，很漂亮。日本人很喜欢花儿，在门前必得拾掇些花花草草，让路人的心情也好了起来，在日本我们能深刻地感觉到他们对于生活质量的要求十分高，他们认真地生活，认真地工作。在街头巷角，我们能看到很多很和谐的画面，生活十分的安宁与静谧。我很向往这种平淡的生活，然而现在的我忙忙碌碌，每天为了不属于自己的生活茫然不知所措，我们生活在一个过度匆忙，过度浮躁不安的时代里，有时我们为了一些可有可无的物质享受迷失了自己！我们都该有一份属于自己的生活，不要盲目不要迷失。

之后我们在导游的带领下来到了富士山，乘车抵达了富士山五合目，在这个地方我们能看到富士山白雪皑皑的山顶以及周围环绕的层层云朵，这是一个非常美丽的地方，空气很清新，让人心情也放松起来，我们在山腰上拍照留念，远方的楼宇显得十分渺小。这和我心里那个富士山一模一样，我想日本人对于自然环境的保护意识的确比国人强很多，他们的景点之所以还能保存得很好并不是因为游客少，而是因为他们对于这些非物质文化遗产的重视程度是赶超我们国人的。当我们感慨他们自然风景的美丽时，我想我们更应该反思为什么喊了这么久保护环境的口号，我们的环境却还是迟迟没有改善？

一路上，我们也吃了很多日本当地特色美食，例如著名的神户牛肉，大阪的章鱼小丸子和京都的旋转寿司。在这个民以食为天的社会，这些地道的美食也是抓住游客的心的重要砝码。当然，日本最让我怀念的还是美味的天妇罗啦~ 他们对于食物的认真才让我们有机会尝到了这么美味的事物。在日本的便利店里，据说两三个小时就要把便当重新换掉，可见他们对于食物的新鲜的要求是多么高。但是我们看到的总是别人的短处，自己的长处，也许当你开始想要去主动了解这个世界的时候，你才会发现，你需要了解需要学习的东西还有很多很多。

在这次的旅途中，我和我的小伙伴们也是建立了深厚的友谊，从一开始的不认识，到后来大家由于都是在异国他乡，也感到了离开父母离开学校后语言不通，文化不同的各种障碍，从而更加团结在了一起。因此在最后大家回到学校分别的一刻更加舍不得了。一段旅行，认识了一群人，认识了一个国家，对自己也有了新的认识。这让我想到了一句话，人和心一定要有一个在路上。经过这一次的暑期海外交流活动，我对自己的未来有了更加明晰的规划，同时我对我的未来也充满了信心。

日本印象

11 法学 陈金来

2013年这个暑假我参加了文正学院组织的为期10天的日本暑期游学活动。在日本我游玩了许多名胜古迹、品尝过许多特色美食、了解到许多风土人情，并在不算轻松的旅程中感到朋友之间互相帮助的可贵和服从团队领导的重要性，这次活动使我获益匪浅。

7月12日，我们出发的日子，四点钟就起床了，天边有三色的云彩，要赶到上海搭9点钟的飞机，行程紧张有序。

目的地是大阪，我们游玩了商业街、美食街。我吃了章鱼小丸子还帮同学带了本名侦探柯南。对日本的第一印象是很干净，所到之处没有一个烟头，一点垃圾，连公共卫生间都一尘不染。而且公共场所也没有大声说话的，更没有插号队伍的。服务人员对所有游客都是笑脸相迎，毕恭毕敬，景与人融在一起是那么和谐。街道横平竖直，呈棋盘状，不担心迷路，因为总是可以在岔口寻到人。日本人的穿着也很有特色，和服。当然走在大街小巷能看到很多年轻少女都穿超短裙和短黑袜，姣好的身材，而且在日本这种着装非常普遍。大阪算是个阳光很充足的城市，人们晒得很健康的小麦色，靠着海，可以吃到很新鲜的海鲜。日本人真的很喜欢吃冷食，连面条里也放着冰块。



前往神户我们参观了异人馆，听名字像一个馆，其实却是一个大大的街区，有点类似民国时期上海的租界，有各式各样各国的馆：英国馆、意大利馆、法国馆……中国馆古色古香，带着十足的明清园林风格。日本人都很友善，在神户港遇见一位懂中文的日本老人，他的中文真的很好并为我们详细地解释了濑户内海

德人文文化和自然风光。我们游玩了明石大桥，在不远处的地方一边吃甜甜圈一边欣赏大桥风光，你的左手边是太平洋、右手边就是濑户内海，只觉得造化之伟大，个人之渺小。



日本的寺很多，其中尤其是京都尤为之最，据说大大小小就有 3000 多座。我们游览了许多日本有名的寺，法隆寺、唐招提寺、东大寺。

寺庙的建筑古色古香，法隆寺规模很大，有三个院落，布局疏密有致。唐招提寺据说是未鉴真而建，则颇具唐风。东大寺就十分有趣，有好多梅花鹿，且不同于国内关在笼子里，鹿随意走动，且会追逐游客索取食物，叫人既觉新鲜又叹人与自然的和谐相处。

花园大学是我们游学旅程中主要学习的地方。芳井敬郎副校长的讲座“日本文化与京都”让我们对日本文化有了进一步的了解，如果说之前的旅行都有些浮华于表，这次学习让我们有了更深的沉淀。

京都曾又名平安京，曾是日本的首都，其文化由此创始。其中的国风文化，即王朝文化，其建筑参照唐时长安洛阳来修建，棋盘式的街道，处处都透露着古朴。日本的文字，有声后有字，包括汉字和片假名，汉字即繁体字，我们大致都可阅读，而片假名则是由汉字楷书部首转变而来，难以读懂。日本的茶文化，包括茶禅，其中包括山居风情、自然一体等深刻内涵。芳井敬郎副校长还讲了宫廷文化、京都工艺。

第二天社会福利系三品桂子主人为我们进行了“日本社会福利的现状”的讲座。作为一名法学在读生，三品老师的讲座让我获益良多，日本有很健全的社会保障制度，包括社会保险、社会救济、社会福利等一系列的制度，当然面临人口老龄化和经济衰退危机的日本社会福利制度同样受到冲击，三品老师也让我们提出一些建议、措施怎样维护社会福利。出口、投资、消费三架经济的马车，齐头并进，从这三方面入手必不可少。而其对国内尚不健全的社会保障制度有着十分重大的

借鉴意义。

除了讲座，作为一个佛学大学，花园大学的老师还带我们领略了坐禅这种奇妙的心灵思考的方式。凡是与道相关的都与禅宗相关，禅中重要的修行方式——坐禅，通过坐禅达到心灵的平安寂静。方式由“息——身体——心”调整呼吸、身体的坐姿、从而使心情也平和下来，与外部环境达到一种平衡。日本禅修还通过写经的方式达到心灵安静。

京都花园大学的校方安排我们去琵琶湖岚山公园和金阁寺。金阁寺与富士山、艺妓并列为外国人眼中日本三大典型印象。位于镜湖池畔。该寺全部由金箔装饰，一只飞舞的金色凤凰矗立屋顶，十分夺目。金阁寺还有独特的地方——游客拿到的不是参观入场门票而是写有祝福话的纸符。1994年被确立为世界文化遗产。金阁寺（舍利殿）是一座紧邻镜湖池畔的三层楼阁状建筑，一楼是延续了当初藤原时代样貌的“法水院”（属寝殿造风格，也就是平安时代的贵族建筑风），二楼是镰仓时期的“潮音洞”（一种武家造，意指武士建筑风格），三楼则为中国（唐朝）风格的“究竟顶”（属禅宗佛殿建筑）。寺顶有宝塔状的结构，顶端有只象征着吉祥的金凤凰装饰。三种不同时代不同风格，却能在一栋建筑物上调和完美，是金阁寺之所以手打推崇的原因，除此之外，效仿自衣笠山的池泉回游式庭园里有许多风格别致的日式造景，让它成为室町时代最具代表性的名园。

而说到自然美景，不能不说到富士山，没见过富士山之前就好喜欢她，因为那首《富士山下》，因为作词人林夕一句话：其实你喜欢一个人就像喜欢富士山。你可以看到它但是不能搬走它。你有什么方法可以移动一座富士山回答是你自己走过去。而真正的富士山和图片上看到的一样美。富士山在日语中的意思是“火山”，它海拔3776米，面积为90.76平方公里，屹立于本州中南部，跨静冈、山梨两县，东距东京80公里。是日本国内的最高峰，也是是世界上最大的活火山之一，目前处于休眠状态，但地质学家仍然把它列入活火山之类。这座被日本人奉为“圣岳”的山峰自781年有文字记载以来，共喷发了18次，最后一次喷发是在1707年，此后休眠至今。山顶上的两个火山口形成了两个美丽的火山湖，山麓处还有火山喷发后留下的千姿百态的山洞，有些仍在不断喷气。富岳风穴内的洞壁上则结满了钟乳石似的冰柱，被称为“万年雪”。

富士山四周有剑峰、白山岳、久须志岳、大日岳、伊豆岳、成就岳、驹岳和三岳等“富士八峰”。富士山有4个主要登山口，分别为富士宫口、须走口、御殿场

口、富士吉田（河口湖）口，其中前三个在静冈县内。坐落在顶峰上的圣庙——久须志神社和浅间神社是富士箱根伊豆国立公园的主要风景区，也是游人常到之地。

富士山北麓有富士五湖，从东向西分别为山中湖、河口湖、西湖、精进湖和本栖湖，湖光山色十分宜人。河口湖中所映的富士山倒影，被称作富士山奇景之一。湖东南的忍野村，有涌池、镜池等8个池塘，总称“忍野八海”，与山中湖相通。南麓是一片辽阔的高原牧场，绿草如茵，牛羊成群。一年四季不但自然景色妩媚之至，且还有种种休闲活动的场所。夏季适于露营、游泳、钓鱼等，冬季则是滑雪滑冰的好场所。据说，在山顶的火山湖中沐浴一下，能消灾免祸。



最后一站，东京。东京不愧为大都市，根据建成区面积、人口以及国民生产总值等指标，东京是世界第一大城市，全球最重要的经济和金融中心，国际重要的金融、经济和科技中心，是一座拥有巨大影响力的国际大都市，东京是世界上拥有最多500强公司总部的城市，亚洲第一大城市。与美国纽约，英国伦敦并为“三大世界级城市”。

东京有全球最复杂、最密集且运输流量最高的铁道运输系统和通勤车站群，还是世界经济最富裕，商业活动最发达的城市。在这样一个繁华的都市，独自乘地铁进行东京一日游，再好不过。

除了自然人文风光，日本人的很多精神也值得我们学习。首先，日本人团结、奋进的精神值得我们学习。第二，日本人的野心和永不服输的精神值得我们学习。第三，日本人的学习力和创新能力值得我们学习。第四，日本人做事极端认真负责的态度值得我们学习。第五，日本人勤俭节约和环保意识超强。

通过这次游学，我不仅领略了日本的迷人景色，感受了当地人的热情，更是对日本这个国家的文化、风俗等有了截然不同的看法。

一个安静、热情、有序的民族

2011 级法学 谈家霖

日本作为我国一衣带水的岛国开始给我的印象很是复杂，但撇开其他不说，当我一下飞机，日本的整洁、安静就深深把我震慑住了，这是我在国内从未见过的，这样的日本给我极好的心情，以至于到最后一天回国的时候我都有些不适应了呢。

我们来到日本的第一个城市是大阪，当我们坐在大巴上观光我们初来乍到的日本时，新鲜感涌上心头，映入我眼帘的是整洁干净有序的城市规划，让我瞠目结舌。能够直接喝的自来水已经不再是新闻。记得在日本时同学们第一次一起交流对日本的感想之时，被大家提到最多的就是日本无论走到何处都永远干净的厕所，而且都是全自动的，在日本的厕所，你永远也不用担心忘记带卫生纸或者是消毒纸巾，因为洗手间里都会配备手纸和洗手液，烘干机等设备。就像是讨厌噪音一样，日本人爱干净也已经成为了一种国民习惯。从我们踏入成田机场，再到达各个城市，无论是大商场，商业区，还是风景区，宾馆，包括马路，街道，室内，可以说所到之处都是整洁而干净的，最令人惊奇的就是环境虽然如此洁净，但是在街道上却很难能够找到一个垃圾桶，以至于我们都是随身携带垃圾袋收集垃圾，有时候往往要走上大半天才能扔一次垃圾，可见这份整洁也是靠着每个人自觉爱护环境才能够做到的。

当我第一次踏上大阪的街道时，脑海中浮现的形容词是安静。不论是大阪神户，还是东京，车流拥挤的时刻比比皆是，但是直到离开日本的那一天为止，我也没有在街上听到一下车喇叭的声音，对比到国内应该是一个不小的差异。听说，在日本人的思维中，按动车喇叭是一件非常不文明的行动。除了车喇叭声，公共场所中的安静程度也是一般人难以想象的。记得东京自由行那天我们坐地铁时，正是早晨七八点钟交通的高峰期，尤其是地铁和 JR 线的车厢之中塞满了人，可是即便如此，车厢内安静得几乎听不见任何声音，连手机铃声都没有，形成了一个拥挤而无声的奇妙氛围。特别出乎我意料的是，虽然早就听说东京人口拥挤，但是除了新宿和涩谷等少数人流特别集中的商业区之外，街道上的行人都不是很多，

不知道是不是因为最近天气太热大家都改在室内休息呢？特别是到晚上八点半的时候，商场都打烊了，即便是在繁华的银座街头就已经如国内晚上十一二点的时候一样没几人在街上晃荡了。

虽然是一个安静的国度，但是日本人的热情有礼确实完全出乎我的意料之外。不论是商店的营业员还是花园大学的老师同学们，只要有人求教他们都会热情地给予帮助。不管是问路也好，帮忙照相也好，他们都会用非常真诚的微笑和不厌其烦的态度一直帮忙到你满意为止，而且似乎永远都不会生气。身处这样一个处处都是微笑和敬语的地方，我想就算是自己想要生气说不定也找不到什么理由。特别值得一提的就是，在问路或者是咨询的时候，由于我们的英语和日语水平有限，很多时候都会碰到解释不清楚或者说不明白的时候，此时所问到的人都一定会耐心得听到完全理解为止，并且会把自己的答案一直解释到我也能够明白才作罢，甚至会亲自把我们领到我们想去的地方，特别让我惊奇的是，最后他们会以非常标准的九十度鞠躬感谢，这本是我们问路人该做的才是啊！虽然我也听说对日本的服务业人员来说，热情的态度和礼貌的举止就是职业操守的一部分，对于他们来说这些都是职业的需要，但不论是单纯出于礼貌，还是出于乐于助人的心态，只说此时此刻，作为一个外国游客来说，能够身处这么一个有礼而热情的氛围真的会有一种非常温暖的感觉。在一个服务业如此重要和发达的国家，各种各样人性化的配备和措施其实就不算是一个新鲜事了。从永远装备齐全的洗手间，再到随处可见的无障碍措施和街头饮料自动贩卖机，各种各样有趣的方便制品等等，无一不体现着对人性化细节的重视。

日本人不仅礼貌热情，而且还很有秩序。以前就听说过日本人是一个一板一眼的民族，这次一见果然名不虚传，单从遵守秩序一条上就能看出来。乘坐扶梯时，不管是多么拥挤的时刻，电梯的右手边都会空着而没有人会去占据这个空位，因为这个我们还闹出了许多笑话；不管在景点还是在商场，人们都会井然有序，而且人与人之间会保留一定空隙，绝对不会出现插队的人。这种看似死板的态度，实际上就成为了良好秩序能够形成的最重要的一项保证。

日本不仅人文气息浓厚，而且科技发达也是公认的，就如我们去参观的神户地震馆，起初我们大家都怀着一种可去可不去的心态，因为我们觉得这应该和博物馆之类的参观类似吧，应该很无聊的。可令我们没想到的是，这幢大楼从里到

外都很现代化，这无疑勾起了我们的兴趣。我们在这些现代化的设施中不仅运用3D技巧体验回顾了当时神户大地震的惨烈，还知道了大地震之后楼房重新架构难以倒塌的技巧，这都让我们瞠目结舌。要说日本街头什么东西最多，那就要属自动贩卖机了。卖饮料的最多，其次就是卖食品还有香烟等物品。其实在日本，除了饮料自动贩卖之外，自动门，自动收费口等等也都比比皆是，这都源于日本是一个人工成本非常高的地方，为了节约人工费用，各种各样的自动设施也就应运而生。来日本之前我就知道当地的电子产品很是发达，总是走在科技前沿，还有以汽车为代表的工业也是非常著名的，这个时候就不免会要想到为什么他们会有如此的研发热情和技术。等到来日后发现遍地的自动化机械装置，才发现身处这样一个处处都是提倡机械自动化的国度，人们对发展技术的热爱也就不是这么难以理解。除此之外，给我印象最深的还有两点，第一就是日本人对国货的热爱。大到家电，汽车，小到化妆品，日常消耗品，食品，衣服，商场里占据大片柜台的总是日本产品，事实上日本也确实将最好的产品都提供给了本国，国民都养成了使用国货的习惯，我想这也是科技和工业能够总是如此发达的原因，第二就是产品的好质量，为此我还特意在当地买了一个品牌保温杯。

最后，至今都让我很是怀念我们在花园大学研修的日子。我们在京都的研修学校花园大学虽然不是个很大很出名的大学，但这个学校很有特点，是一个佛教学校，在校园和尚随处可见，还有一个类似于教堂一样的佛堂，有很高的顶，佛堂最前方最中间有一个大圆，这是禅的精神，我们还有幸听了一堂京都文化课，以及体验了修身养性的静坐和禅文化；在这个学校我们还体验到了日本的大学生活，学生们看起来都很朝气，也都很有礼貌，这点是从我们学校和他们学校的师生交流会上体现出来的，虽然语言不通，但在简单的英语以及几位学生翻译的帮助下，我们还是交流得很开心，日本学生的地主之谊尽得非常到位，我们感受到了他们的似火热情。不得不提的是，花园大学的老师一直伴随于我们之后，随时为我们解决问题和服务，让我们完全感觉不到尊长的严肃，反而更像是一位随和的朋友，这点都让我们很是自在。三天很快就结束，当我们坐上大巴看着车外的老师和同学，我们心中留下的是这几天的美好和即将离去的不舍，我们必须挥手说再见，赶往下一站。我们也已经邀请他们有空来苏州做客，我们期待着这天！

暑期日本行

2010 级英语 唐苏敏

今年的暑假是个特别的暑假，我有幸被学校选入暑期日本短期游学的队伍，我知道这必将是一次愉快而又难忘的旅程。正所谓读万卷书行万里路，这次的游学就是把读万卷书落实到行万里路当中去的一次难忘经历。既然是游学，那就是要在旅游中学习知识，在这十天的日本之行中，我收获了很多，见识到了很多。

一、日本人的文明素质

在上商场的扶梯的时候，不管多拥挤我们总能看到一条长长的队伍排队上电梯，大家都心有灵犀地走在左边，右边留出来给有紧急事情的人。

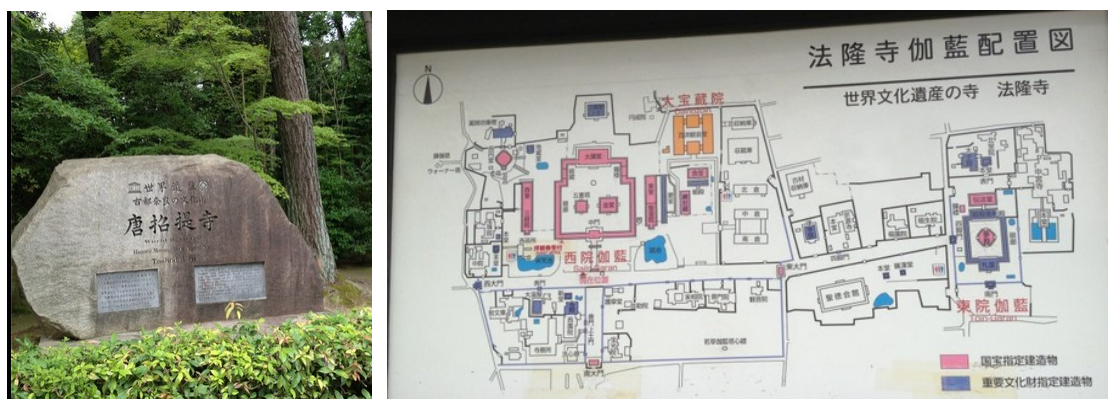
最让人称赞的是日本的街道，日本的大街小巷都很干净，沿路看不见一点垃圾，只看见分类的垃圾桶在街道边整齐地放着。如果细心观察的话可以发现，日本车子轮胎都很干净。

二、日本的古寺

在日本我们参观了很多古寺，东大寺，唐昭提寺，法隆寺，妙心寺，清水寺。

给我印象最深刻的是唐招提寺，唐招提寺是著名古寺院，位于日本奈良市西京五条街，公元759年，唐招提寺前立石。中国唐朝高僧鉴真所建。最盛时曾有僧徒3000人。有金堂、讲堂、经藏、宝藏以及礼堂、鼓楼筹建筑物。其中金堂最大，以建筑精美著称。有鉴真大师坐像。金堂、经藏、鼓楼、鉴真像等被誉为国宝。国内外旅游者众多。位于奈良市的唐招提寺是由中国唐代高僧鉴真和尚亲手兴建的，是日本佛教律宗的总寺院，这座具有中国盛唐建筑风格的建筑物被确定为日本国宝。唐代高僧鉴真（公元688—763年）第6次东渡日本后，于天平宝字三年（公元759年）开始建造，大约于公元770年竣工。寺院大门上红色横额“唐招提寺”是日本孝谦女皇仿王羲之、王献之的字体所书。寺内，松林苍翠，庭院幽静，殿宇重重，有天平时代的讲堂、戒坛，奈良时代（公元710—789年）后期的金堂，镰仓时代（公元1185—1333年）的鼓楼、礼堂及天平以后的佛像、法器和经卷。御影堂前东面有鉴真墓，院中植有来自中国的松树、桂花、牡丹、芍药、“孙文莲”、

“唐招提寺莲”、“唐招提寺青莲”、“舞妃莲”、“日中友谊莲”和扬州的琼花等名花异卉。



还有印象很深刻的是法隆寺。法隆寺，又称斑鸠寺，位于日本奈良生驹郡斑鸠町，是圣德太子于飞鸟时代建造的佛教木结构寺庙，据传始建于607年，但是已无从考证。法隆寺占地面积约187000平方米，寺内保存有自飞鸟时代以来的各种建筑及文物珍宝，被指定为国宝·重要文化财产的文物约190类合计2300余件。法隆寺分为东西两院，西院保存了金堂、五重塔；东院建有梦殿等，西院伽蓝是世界上最古的木构建筑群。法隆寺建筑物群和法起寺共同在1993年以“法隆寺地区佛教建造物”之名义列为世界文化遗产。法隆寺1950年从法相宗独立，现在是圣德宗的本山。

法隆寺地区拥有许多佛教庙宇，包括法隆寺，这里一直成为佛教徒朝拜的重要中心，同时世界最古老的木质建筑就在这个地区。法隆寺全名为法隆学问寺，别名斑鸠寺，公元607年，推古天皇根据先帝用明天皇的遗命与圣德太子一起修建了法隆寺。建筑设计受中国南北朝建筑的影响，寺内有40多座建筑物，保存着数百件7~8世纪的艺术精品。世界遗产委员会评价：在奈良县的法隆寺地区，有48座佛教建筑，它们代表了日本最古老的建筑形式，是木质建筑的杰作。其中的11座建筑修建于公元8世纪之前或公元8世纪期间，它们标志着艺术史和宗教史发展的一个重要时期，即再现了中国佛教建筑与日本文化的融合。这些建筑与佛教同期被传入日本。

四、难忘的花园大学交流之旅

花园大学，是于1872年建立，1949年开设大学教育的日本私立大学。学校建立之初是注重禅学研究的佛教系大学。日本临济宗妙心寺派之宗立大学。位于京

都市。明治四年（1871），妙心寺尝创设般若林，教授汉籍、宗乘学等。明治十六年，妙心寺派独立后，在本山设立大众寮。十九年制定学制法案，拟定教学方针，并将大众寮改为大教校，旋再改为普通学林。修业年限六年，后二年为高等部，称为花园学林高等部或花园学林实修部。四十年，高等部改为三年制，四十一年获准设置专科学校。四十四年九月，修业年限延至四年，大正年间更为五年制。昭和九年（1934），更名为临济学院专科学校，学制为三年。二十四年正式立为花园大学。

花园大学和苏州大学建立学术交流关系20周年，双方交流频繁，这次苏州大学文正学院赴日代表团来到花园大学进行了为期三天的学习。早上在花园会馆吃了日式早餐后，同学们在花园大学的老师的带领下前往花园大学参观。首先在教堂二楼会议室听讲座，大师给我们传授了很多有关禅宗的知识，然后大师决定让我们亲自体验一下坐禅，于是我们在禅堂进行坐禅体验活动，大家按照规定姿势坐好后，听着大师的敲铃声结束了短暂的坐禅，大师让我们猜坐了多久，有的同学说五分钟，有的同学说十分钟，大师微微一笑说，你们坐了三分半钟的禅，还告诉我们说时间对任何人都是平等的，通过坐禅我们可以很真实地感受到时间的流逝，所以我们要珍惜时间，充分利用时间。接下来我们上楼听讲座—方井敬郎副教授给我们做了一个关于《日本文化与京都》的讲座，在会议室吃完美味的盒饭后，老师带领我们进行校内参观。

教堂的宗教气息很厚重，安静祥和的气氛让我们很快静下心来。花园大学的图书馆很大，里面设备也很齐全，藏书丰富。接下来我们参观了茶室，虽然没有欣赏到茶道表演，但是煮茶人和我们讲了很多茶文化，也长了不少见识。最后去参观了历史博物馆，里面收藏了花园大学很多重要事件的物品。后来坐车去妙心寺参观，妙心寺（みょうしんじ）是位在日本京都府京都市右京区的寺院，临济宗妙心寺派大本山。山号“正法山”（しょうぼうざん）。本尊释迦如来、开基（创立者）为花园天皇、开山（初代住持）为无相大师关山慧玄。原为花园天皇的离宫萩原殿，天皇退位后改建成禅寺，以伽蓝为中心，周围建立许多塔头寺院，形成一大寺院群，被京都市民称为西之御所。日本临济宗约6000寺之中，约3500寺属于妙心寺派。花园大学分为幼稚园，小学，中学和大学，花园大学就是由妙心寺筹建的。



参观完妙心寺后，我们在花园大学的地下食堂进行双方留学生交流晚会，校长和双方代表学生代表都互相致辞，同学们都交流得很欢乐。

这次为期十天的赴日交流短暂但是充实，很感谢学校能给我这样一次机会，这个暑期游学是我永远的回忆。希望自己以后提高对自己的要求，这样才能学更多知识，游览更多国家。

日本十日谈

2010 级信息资源管理 谢婷婷

今年暑假很荣幸可以作为学院赴日本海外游学团队一员，在为期十天的游学交流中，我学习到了很多知识，看到了不一样的日本，感受到了最纯真的日本风土人情，参观了花园大学，习得一些日语，还交了好多朋友。



十天这个说短不短说长不长的游学期间，对我来说是大学中难忘的经历。

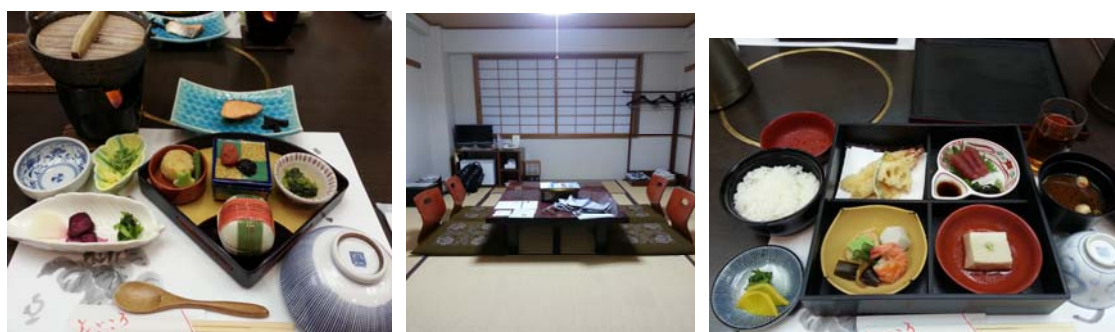
记得 2013 年 7 月 12 日起个大早坐大巴去上海浦东机场乘坐飞往日本大阪关西机场的飞机，第一次坐飞机的我异常兴奋也有点小紧张，等我们托运了行李，过了安检和海关，终于坐上了飞机，飞机起飞后看到窗外的景物越变越小，真是十分新奇。天气甚是晴朗，我在云端静静享受着这一份明媚和平静。两个小时多小时后飞机降落在世界上最大的海上机场——大阪关西机场。下飞机后看到了迎接我们的中国导游，十分热情，带我们去乘大巴，司机是个日本老头，在日本发现一个略奇怪现象，很多出租车司机和大客车司机都是老头，因为在我的脑海中在中国开各种车是有年龄限制的。一开始我还对这个司机伯伯有所保留，但事实证明我的担心是多余的，他是一个很负责开车技术又好的司机，导游告诉我们日本人都这样，很有职业操守。一路上我欣赏着沿海的风景，海岸线并不是自然形成，而是填海造起来的四四方方的格局，看着许许多多沿海而造的工厂和研究室，大阪应该是个重工业中心，我想。车子载我们来到了首顿堀美食街，我们穿过美食街参观了日本桥商业街和心斋桥商业街，逛了很多商店，日本最多的就是的药妆店，就像中国的杂货店一样，东西也琳琅满目，品种丰富，导购小姐十分热情，进店就鞠躬，用中文说着：欢迎光临、你好，给我印象最深刻的是日本女人都会化妆，都带假睫毛，涂红唇和红腮，不管老少，这大概是尊重他人的表现吧。之

后我们就在美食街解决了晚饭，吃的是正宗的日本拉面，味道极好。晚饭后我们驱车入住一家国际交流酒店，貌似在偏远的乡下，本来以为我要被分配在双人间，但最后我一个人一个房间，有点害怕又有点窃喜，害怕是我胆子小不敢一个人睡，开心的是睡这么大一个房间真舒服，我一个人研究着日本酒店里的各种设施，一个烧水的壶迅速吸引了我的眼球，看起来像个电饭煲，上面写着日语但是是看得懂中文，一会我就知道怎么烧水了，但是上面有个“再沸”，后来我证实了这个“再沸”就是水冷了后再次煮沸的意思，于是我想难道日本人不懂养生吗，千滚水是有毒的呀，可能是这个烧水的东西不会有这个副作用吧。让我更新奇的是日本的马桶了，上面有很多按钮，可以从里面伸出一根管子喷水，而且还是热水，不同的按钮有不同的水花，适用于不同人的要求，于是我就好好得享受了一把这个高级马桶，后来发现日本每个酒店都是这种马桶，而且饭店，商店各种公众场合都是这种类型的，听导游说本来在中国推广的，但是没有推广成功，难道中国人比较保守吗？日本的自来水是可以喝的，这个在中国我就听说了，但是我还是没有勇气喝自来水，虽然是蛮干净的。经过一番折腾，我就慢慢进入了梦乡，第一天行程顺利结束。



第二天早上在酒店吃好丰盛的自助早餐后，就离开大阪前往神户，神户是个依山傍水的城市，房子也是最新的，因为建于百川大地震之后，日本政府为了增强人民的体质，鼓励人们喝牛奶吃牛肉，因此神户的牛奶很便宜，牛肉很出名，午餐导游还特地带我们去品尝了神户的牛肉，真的非常好吃。在神户我们去了神户塔，参观了异人馆，但是只参观了一个中国馆，也没有什么特别新奇的地方，相反我们前往中国馆需要走一段上坡路，那里全是富人居住的地方，越往山上越是有钱人居住，一栋栋小别墅倒是蛮有看头，因为和中国的不太一样，绿化优美，街道干净整洁，看着很舒畅。参观完回去的时候我们几个小伙伴走得慢，凌老师

为了等我们，结果和我们一起迷路了，最后还是打电话给导游来领我们回车上，经过这次教训，我觉得我们应该要有集体精神，跟着团队走，不能让一车的人等我们几个人。之后我们就参观了神户港，地震资料馆，观看了地震短片，重建短片，让我感叹的是日本这个被自然灾害包围的国家，总是能够顽强地生存并学习着各种求生技能，这对我国如何有效防震减灾有着重要的借鉴意义。之后我们驱车横跨世间上最大的吊桥——明石大桥，建造了12年之久，左边是太平洋，右边是日本的内陆河，真是十分壮观。之后就入住了酒店。



第三天早餐后我们前往最古老的城市——奈良，奈良是日本最早的首都，宗教发源地，有很多古迹，我们参观了东大寺，梅花鹿公园，法隆寺，唐招提寺。在梅花鹿公园里鹿都是散养的，我们给小鹿拍了好多照。唐招提寺是由中国唐代高僧、鉴真和尚亲手兴建的，是日本佛教律宗的总寺院，这座具有中国盛唐建筑风格的建筑物被确定为日本国宝。鉴真确有恒心，六次东渡日本，为日本带去了中国的佛教文化。之后我们就前往京都，入住酒店

接下来两天半，我们在花园大学研修，住在花园会馆，花园会馆有两种房型，一种是欧式的，一种是日式的，即榻榻米房。因为我被分配在欧式的房间，所以很向往榻榻米，所以我们几个小伙伴想去男生住的榻榻米房间看看，进去一瞧，果然有日本本土的味道，房间布置的很精致，榻榻米中间有一个茶几，大家可以席地而坐，我们好好地享受了一把日式别具风情的榻榻米。在花园会馆我们吃了很多美味的合食，第四天中午我们和花园大学的老师以及在日本留学的中国学生一起吃合食，花园大学的老师十分热情和蔼，为我们考虑周到全面。看着精美的合食真让我垂涎三尺。虽然生鱼片有点吃不惯，但是我蛮喜欢日本的萝卜干的，香甜可口。吃好午饭花园大学的老师带我们去了花园大学，我们参观了禅堂，并且在老师的指导下体验了坐禅的乐趣。我们还参观了图书馆，历史博物馆和妙心

寺，学习了京都文化和日本社会福利的完善，晚上花园大学还安排了欢迎会，让我们和日本学生零距离交流，由留学生给我们做翻译，花园大学的学生都穿着正装，对我们的到来非常重视，而且都非常有礼貌，我们围在一桌边吃着精心安排的晚餐边聊着天，坐我旁边的日本学生还很热情地给我夹食物，我们交流得很愉快。



第五天的京都一日游也非常开心，去了岚山、琵琶湖游船，午餐吃的是游船上的美味佳肴，还去了有名的清水寺和金阁寺。晚餐我们去吃了旋转寿司，最开心的是吃完5个盘子就可以玩游戏，有机会就可以获得奖品，大家玩得都非常开心。我们的翻译老师晚来坐在我们一桌，大家都吃得很撑了，于是为了玩游戏赢奖品我们就一个劲怂恿翻译老师吃寿司，结果他一个人被我们灌了好多盘，我想他应该一个月内都不想看见寿司了吧。

去日本的第六天，上午在花园大学听了一场关于日本社会福利的讲座，我们和老师互动，提了很多问题，老师也很耐心一一给我们解答，还要感谢翻译老师给我们提供了交流的便利。吃过饭后在花园大学老师和学生的目送中我们一行人离开了花园大学去了箱根，在车上大约4，5个小时，最后来到了我梦寐以求的温泉酒店，坐落在富士山脚下，晚上我们在酒店吃了晚餐后就一起相约去泡温泉，真是十分惬意，这家酒店的设施和食物与日本其他酒店的不太一样，明显符合中国人的习惯，而且住酒店的基本上都是中国人。



第七天我们去了富士山，在富士山五合目买了一些纪念品，遗憾的是那天富士山顶被云缠绕，阻挡了我们的视线，而且海拔越高气温越低，我们几个穿了薄薄的衣服，冻得直发抖，但是还是拍了很多漂亮的照片。然后我们去了大涌谷火山遗迹和芦之湖游船，游船是个海盗船，在船上吹着微风，欣赏美景。之后我们前往横滨参观了中华街，山下公园。接着我们前往最后一站东京，入住东京市内酒店。

第八天早餐后我们去了二重桥，据说里面有天皇墓，在浅草雷门寺买了一些纪念品和糕点，去眺望了天空树，应该是日本的电视塔，中午吃了日本的中国饺子，味道和中国差不多，我说饺子是油炸的，导游和我们说日本没有地沟油，可以放心吃。下午去了秋叶原电器街，多庆屋特惠购物、新宿都厅、新宿歌舞伎町等，新宿都厅是免费向公众开放的，站在新宿都厅的观景台上可以鸟瞰整个东京市，天气好的话还可以看到富士山，东京真的非常繁华，让人眼花缭乱。晚上我们在一家地下中国料理餐厅吃到了中国炒菜，还是中国菜符合我们的口味，大家都吃得很开心。

第九天是一天东京自由活动，我和两个小伙伴在他人的指导下学会了如何坐地铁，于是我们就可以乘地铁去东京的各个地方，拿着地图，就不会迷路了，我们去了新宿、浅草还去了银座，一天下来非常累，但是能够在不会日语的情况下在东京自由穿行，还是觉得蛮刺激的。

最后一天在机场的免税店里把日元全部消灭，下午我们就乘国际航班回家了，结束了十天愉快的游学之旅。

这次日本之行让我收获颇多，感觉看到了很多，听到了很多，也学到了不少东西，趁着年轻就应该多去外面走走，这样人生才会更精彩。

日本游学感想

2010级通信工程（城市轨道交通通信信号） 张晟翌

日本游学回来已有数日，感想却迟迟没有动笔。倒不是因为我感官麻木没什么感想，而是所感太多太杂，此次我有幸能成为学院日本暑期游学团的一员，更有幸能认识随团和接待的各位老师和同学，当然也离不开学院的支持。

初到日本，印象最深的是在飞机上俯瞰蔚蓝的天空和湛蓝的大海，当然还有日本错落的岛屿和蜿蜒的海岸线。而两小时三十分钟的飞行时间（其中大概半小时时间用于飞行调整）也让我感到日本与中国还真是一衣带水。而大阪城公园和道顿堀、心斋桥商业街的参观途中更是深感中日交流之密切。飞机降落在大阪关西机场，我们的第一站便是大阪城公园。大阪城公园内我们看到了穿日本传统服饰的青少年和老人，而行走在公园里时不时会听到熟悉的各色普通话，毫无异国之感。道顿堀是大阪著名的美食街，据说这里的章鱼烧最为正宗。心斋桥商业街也负有盛名，以药妆、服装、免税商品居多。同样，这里的中国游客也不少，许多店家会有中文导购，大部分店家也支持银联付款。当然也会看到许多与国内商业区不同的地方，首先便是干净、整洁。虽然是人流量极高的商业街，但地上还是保持了相当的干净整洁，吸烟的人也是极少数而且都站在垃圾桶旁。要知道日本的垃圾桶可比国内少多了，这需要公民有很高的自律意识。第二个便是浓厚的商业气息，表现最突出的便是各个商家各色的招牌和海报。为了吸引顾客，许多商家注重商品的包装和品牌设计，就连下水井盖都有自己的纹饰图样。

前往神户，神户是日本的海港城市。一路上，我也静静观察了沿路的景观。城市与城市之间，依靠海港，有游轮俱乐部，有渔船，更多的是排列整齐的工厂，涵盖许多工业领域，其中不乏我们熟知的公司。天然的地理位置给日本带来了繁忙海上运输及丰富的海产，通过这些港口日本的工业产品可以出口各地。而城际公路上时常见到涂有公司标识的小货车在飞驰，但却很少遇到道路拥挤的情况。神户是日本最早开放的口岸之一，在这里有许多以前各国的大使馆，称之为异人馆。我们参观了建于清朝的中国异人馆，中国馆位于神户市郊上坡之上，可以远眺神户市中心，风景很好。日本是多震国家，神户曾在1995年1月17日发生了7.3

级的阪神大地震，造成了极为严重的震害。为纪念这次地震和提高民众防震意识，建造了神户地震资料馆。在地震资料馆内，通过3D影像，我们了解当时地震的情景；通过实物展示；感受到了地震灾难对日本民众造成的伤害，通过人员讲解，学习到了一些防震技巧和抗震建筑结构原理。地震馆里，还有一个区域用于展示，水与人的关系，是生命之源，但同时洪涝灾害也带来了严重的损失。地震馆的参观，让我们进一步思考人与自然的辩证关系，感谢自然的馈赠同时又惧怕自然的威力，所以一切开发都得适度而行，也需要更多的智慧和科技。这也许正符合我们可持续发展观的理念。更值得一提的是，在地震馆内，有许多工作人员是老年人。日本是一个老龄化国家，自我价值意识又十分强，所以许多老年人退休后都会干一些力所能及的工作，比如出租车司机及一些管理员工作。这一点也值得我们青年人学习，要努力实现对国家、社会的价值。

离开神户，我们前往奈良。奈良古称大和，是日本历史和文化的发祥地之一。在奈良参观最多的就是古寺，而这些又与中国有密不可分的联系。法隆寺是世界文化遗产，给我留下深刻印象的除了木结构建筑群还有法隆寺博物馆内的展品。这些展品内不乏有来自中国的珍宝，包括佛像、字画、饰品。这些物品大多数出自唐朝，唐朝的工匠工艺精湛，即使连佛像莲花座的叶脉历经数百年还清晰可见。更让我震撼的是，文献资料，这些记载日本历史的书册竟然都是用文言文汉字记载。娟秀的字体让我自愧不如，下决心以后好好练字。唐招提寺是中国僧人鉴真所建，鉴真六次东渡，将包括中医药学等中国文化科技传给日本。唐招提寺幽美、安静，鉴真本人最后也葬于此寺。中日交流古来有之，中国文化在彼岸的日本开花结果，不禁让我们反思要好好珍惜自己的文化。

7月14号晚我们抵达京都。我们的大巴刚刚停下，早已在路旁等候的花园大学老师就热情地招呼我们。在花园大学教务长山崎女士的带领下我们住进了花园会馆。花园大学和花园会馆同属于妙心寺。花园会馆的和式公寓很有民族特色，虽然看上去空间不大，但是只要将茶几折叠，榻榻米足可以容下四个人居住。晚餐我们在花园会馆举行，品尝了传统的日本餐饮。食物的器皿十分精致，菜色丰富但又适量。在日本，一般是没有剩饭的现象的，这也体现了节约的品质。

第二日，我们来到花园大学。在学校礼堂，师傅给我们介绍了花园大学及禅的含义。我对“禅”的理念也有了一些自己的认识。修禅对内讲求的是自己的心境调

和，反思自我；对外讲求顺其自然，和谐相处（感觉与老庄之道相似）。关于戒律刑罚，介绍的师傅告诉我们这是一种规范和提醒而不是强制内心，去压迫自身。正是通过这种修禅可以在浮躁中沉静下来，宽慰心灵；而处事则处处大方得体不强求，对环境自然则珍惜爱护。大概这就是在城市中也能时常听到乌鸦啼叫的原因吧。之后我们来到修禅室体验了修禅，明白修行的不易，但若能求得所悟、心境有所释然确实十分值得。午餐过后，我们前往妙心寺。妙心寺原为花园天皇的离宫萩原殿，天皇退位后改建成禅寺。妙心寺派是日本最大的寺派之一，在日本全国有近3500所寺庙。妙心寺古老肃静，其中梵钟和云龙图给人最为印象深刻。梵钟上有西历698年的铭文，是日本最古老铭文的梵钟；云龙图历时8年完成，从每个角度观看都有不同的形态，让人不禁赞叹不已。晚上，花园大学特地为我们准备了交流晚宴。由于语言障碍，学校还特地在安排了学生翻译坐在我们中间，实在是对我们无微不至啊。餐会期间，我们认识了许多日本的新朋友，也进一步了解了日本的学习与生活。听着双方老师介绍，花园大学与苏州大学交流已久，友谊之深。其中花园大学的夏叶老师曾来苏州大学交换，这也给他留下了难忘的记忆。夏叶老师风趣幽默，餐会结束后在超市遇到，还特意送我们当地的葡萄品尝。

花园大学以佛学禅宗、社会福祉最为突出。在花园大学的交流学习期间，我们分别听取了方井敬郎教授的《日本文化与京都》和三品桂子教授的《日本社会福利现状》两门课。方井教授以京都为例介绍了日本文化的发展过程。当然中国文化对其发展有一定影响，但日本文化着力于自身特点形成了特有的风格。三品教授介绍了日本社会福利现状，一个国家的福利任重而道远。三品教授在课堂上善于控制氛围，大家都热烈地发了言，教授也耐心地解答。两门课风格各异，但都生动有趣，不仅给我们留下了知识也留下了深刻的思考，同时也感谢潘文东老师的翻译。在京都，老师与同学还带我们参观了清水寺、金阁寺及日本最大的内陆湖琵琶湖等。日本师生的友好和热情都让我们至今难忘。

东京，是我们的最后一站，进入东京略有堵车。而进入市区正好赶上下班高峰，人来人往，每个人都是匆匆忙忙，脸上又不挂一丝表情。像所有的CBD一样，东京的高楼建筑十分漂亮又有特色。从东京都厅45层的展望室向外远眺，东京的城市建筑一直延伸天际，很是壮观。在东京，几乎充斥着流行元素，就连在马路

上也有动漫公司的宣传车，街头的青年着装各异，青春活力。东京的繁华让我全面看到了日本现代时尚的一面。

这次日本游学，总得来说还算圆满。不仅行李箱是装满了，脑袋也很充实。这次游学，让我看到一个与原来印象中略有不同的日本，也让我知道需要努力进步的地方还有很多，正如在清水寺所求签上寄言“隔中须有望，先且虑尘劳”。

万水千山走遍之暑期日本游记

2010 级广告学 朱嘉雯

高中时我就被三毛文字中的那种洒脱和自在所吸引，爱她童年时与大多数人不一样的经历，爱她在撒哈拉沙漠的见闻，爱她在南美洲的所闻所感，爱她对爱情的执着痴迷。我不是她，但总梦想有一天能和她一样见识广博，阅历丰富，所以我立志，总有一天，要把这万水千山走遍。

2013年的这个夏天，是我完成这个梦想的重要的一部分，7月12日至7月21日这在日本度过的10天，让我对这个国家有了全新的认识，也让我对生命的意义有了更深的领悟。

这10天里，我们去了大阪、神户、奈良、京都、箱根、横滨和东京，体验了异国他乡的风情和日式美食。7月12日我们从上海浦东机场出发，大约下午两点左右到达了日本关西机场。飞机在云海中穿梭，如梦如幻，美不胜收。在飞机上俯瞰日本，一众规划的很整齐的方格，海岸线也十分平整。海面波光粼粼，时不时能看到一些帆船在海面上行驶，飞机离地面较近时还能看到有一些鱼不时跳出水面，活泼可爱至极。到达大阪之后我们便乘坐巴士去参观了大阪有名的景点。观光大阪城公园的时候正巧遇上他们在举办民族传统活动，很多人穿着和服在烈日下不停地表演。树阴下的长凳上许多人在休息，公园里的胖鸽子悠闲地在树下漫步，却也不惧人。随后我们去了日本桥商业街、心斋桥商业街和道顿堀美食街。在道顿堀美食街上我们尝到了最正宗的日本章鱼小丸子，味道十分好，却有些烫。黄灿灿的丸子里塞着鲜美滚烫的章鱼，丸子上洒满了葱、肉松等辅料，看着就非常食欲，味道也十分诱人，现在想想就让我垂涎三尺。



7月13日早晨我们在大阪的酒店进餐。早餐是日式的，十分可口。自助餐的种

类很多，让我们应接不暇，唯一不习惯的是早晨提供的牛奶、果汁等都是冰的，中国人的胃可能一时会不太习惯吧。早餐后我们便前往神户，参观了神户港和地震资料博物馆。中午时吃到了闻名已久的神户牛肉，鲜嫩的牛肉配上日式的酱汁，味道和口感真的超级棒。饭后我们便前往异人馆，参观了异人馆中的中国馆。异人馆是日本近代时外国人在日本的居所，根据居所所属人国籍的不同，其风格也不一样，带有浓浓的异国风情。我们因为时间有限便参观了中国馆。异人馆的中国馆不是很大，是近代时一个清朝官员在日本的居所，内部装修得精致、华丽，浓浓的中国风味里有参杂着恰到好处的欧式风格。桌、椅、窗、床、古董都是古色古香的中国风，地毯、挂画、楼梯等等都带着强烈的欧式风格，让我们不禁感慨封建时代的官员真的好会享受生活。随后我们去了明石桥和淡路，在淡路时靠着日本的内海，看着不远处黄昏下的明石大桥，感到了从未有过的悠闲自在。

7月14日我们便前往奈良，参观了日本的众多名寺。奈良的法隆寺历史悠久，据说鉴真和尚圆寂时的真身便在法隆寺。法隆寺古朴厚重，建筑和中国古代的建筑相似，房屋多用木头所建，并保留着木头原始的特色，没有过分修饰。寺内栽种着很多修剪得很漂亮、挺拔的松树，加上寺内建筑的整体风格，使得法隆寺庄严又肃穆。随后我们去了唐招提寺和日本最大、历史悠久的东大寺。东大寺入口处的佛堂十分大，里面的佛像宝相庄严，门口许多人在请香祈愿，在袅袅的香烟中看着仿若俯视众生的佛像，竟也让人产生许多的错觉，颇有庄生梦蝶之感。随后我们便前往京都，入住了我们学院的交流学校——花园大学。花园大学负责接待我们的是花园大学的总务处的老师和另一位年轻的男老师，以及苏州大学到花园大学交流、研修的潘老师以及3个中国留学生。在花园大学的这几天我们的活动内容也非常丰富。他们都十分热情，在花园会馆吃的几顿和食也让人回味无穷。



7月15日早晨，我们便在花园大学进行一系列的研修。因为花园大学是一所佛教大学，事务局长后藤庆裕也是一名僧侣，他带着我们进行了有意思的坐禅体验，虽然时间不长，但在那样的禅堂里坐禅，真的会让人的内心有片刻的宁静。随后芳井敬郎副校长给我们做了“日本文化与京都”的讲座，让我们对日本文化，对京都有了更进一步的认识。下午我们参观了花园大学的图书馆、博物馆等场所，随后去妙心寺参观，妙心寺的住持接待了我们。妙心寺法堂顶部的云龙图让我印象最为深刻。法堂十分大，在其顶部作画更是一件十分了不起的事。而妙心寺法堂的云龙更是让人忍不住赞叹其巧夺天工，云龙栩栩如生，威严健壮，构思十分巧妙，龙角取自鹿角，龙眼取自牛眼，龙嘴取自鳄鱼，龙身取自蛇，这各个不同动物的身体各部分组成了一条完整的、威严的云龙。更让人赞叹不已的是，从四个不同的方向看云龙，所看到的龙的姿态都不一样。傍晚时分我们去了花园大学的地下食堂，参加了花园大学给我们举办的热烈又隆重的欢迎会，在欢迎会上认识了一些花园大学的日本大学生，他们都十分可爱，对我们这些远道而来的客人也都很热情。欢迎会上有很多美食，现在想想还是觉得垂涎欲滴啊。我周围的两位同学

都是历史系的，从小我就对历史很感兴趣，和他们交流了一会儿历史话题，我说中国历史很悠久，并欢迎他们来中国玩。



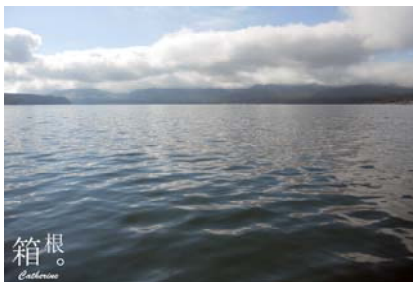
7月16日，东道主花园大学带着我们参观了岚山，并坐上了琵琶湖的游览船进行观光，琵琶湖风景很好，水产也特别多，我也买了一些特产带回家，这些水产都十分美味，同时船上的工作人员也十分热情有趣。下午我们参观了清水寺和金阁寺。清水寺周边有一条很有特色的步行街，与苏州的七里山塘等步行街倒也有几分相似。晚餐时花园大学请我们吃了回转寿司，正宗的日本寿司吃起来很美味，各种海鲜鱼类让人目不暇接，也让我们过足了吃寿司的瘾。





7月17日早晨，在花园大学社会福利系三品桂子主任做了“日本社会福利的现状”讲座之后，吃过午饭我们便离开了宁静美好的花园大学，出发前往箱根，准备入住日式温泉酒店。箱根真是一个美丽的地方，静谧悠闲，汽车在旁边被田野包围的小路上行驶，路边野花朵朵，生机勃勃，让人心旷神怡。这样一个美丽的地方仿佛不受这纷繁世界的干扰，不受任何外界的影响，仿佛世外桃源。如果世外桃源都如这般美好，也难怪陶渊明等人都愿意去做隐士。路过平坦的田野，我们便往高海拔的酒店行进，上山时旁边的树木郁郁葱葱，很有原生态的味道，这样被绿色包围，让人心情不好也难。酒店在山上，被周围的树木包围，听着山风鸟鸣，看着晚霞云海，幸福的感觉太强烈。晚上我们体验了日式温泉，露天温泉建得很漂亮，氛围也很好，美中不足的便是温泉水少了硫磺味。

7月18日我们去游览了富士山，富士山五合目处海拔3776米，下车时虽然天气晴朗，但是因为海拔太高还是让我们觉得寒冷。富士山的天蓝得纯净，云朵层层叠叠，有趣又可爱，看着云海出现在自己脚底下，忍不住地惊喜。我们在富士山五合目邮局寄了一些明信片，据说这是日本最高的邮局。下午我们便前往芦之湖乘坐游船游览。随后我们到达横滨，参观了中华街和山下公园。导游说在日本吃中国料理的都是富人，身为中国人，我们油然而生出一种自豪感。





7月19日已经在东京住了一晚，上午我们参观了皇居广场，这是日本天皇住的地方，只在过年和天皇生日时开放。随后我们便去了浅草寺，浅草寺和我们之前参观的寺庙都不太一样，之前的寺庙木头没有多余的修饰，显得古朴，浅草寺的建筑多是大红色，飞翘的屋檐和顶部的花纹处处透着精致，与北京的古建筑倒有几分相似。随后我们去观赏了天空树，参观了东京都厅舍，在东京都厅舍的观光厅能俯瞰整个东京，标志性的景物都能尽收眼底。



在日本的这么多天，我感受到了日本这个民族的可爱之处，他们做事情严谨认真，各个行业的工作人员更是热心周到。他们的食物却与中国有着一些差别，但是也很美味。整个社会秩序井然，环境也很棒。如果有机会，我一定要去更多的地方游历，真正做到把万水千山走遍。

在日本宫崎的二十六天

2011 级日语 唐敏芳

我以我简短又不华丽的语言来描述我在日本、在宫崎的二十六天。

初到宫崎，最大的印象是马路中间那具有海南风味的热带树。既亲切，又陌生。宫崎是一个沿海城市，那蔚蓝的天空，那蔚蓝的海，让人向往。

宫崎公立大学仿佛是这个城市的缩影，具有这个城市的魅力。宫崎公立大学并不大，但是布局精美。与文正学院有着共同点，那就是占地面积小。可是占地小，却不失大学氛围。在公立大的这些天里，我体验了很多从未体验过的事情。比如说 homestay、茶道体验、夏日祭、華道体验.....

通过 homestay，我了解了宫崎人过着悠闲自在的生活。他们不像东京等城市人那样过着忙忙碌碌的生活。宫崎这样的生活让我感到很舒适。宫崎人很亲切，那灿烂的笑容不能忘怀。通过茶道体验让我稍稍明白这个民族对茶道的重视。在炎热的夏天，品上热热的抹茶，修身养性，不失为最佳选择。夏日祭也是夏季不可缺少的一种活动。在安静的宫崎，估计也就只有像夏日祭这样的日子里，才能听到他们吵闹的声音了。平日里寂静的街巷，到了这些日子里，就会热闹无比。人们会穿上浴衣，享受着美好的夜晚。花火大会举办之日当然也是无比喧嚣。绚烂的花火，甜蜜的恋人，充满着人们幸福的笑声。

以前从老师那儿得知，日本是自动贩卖机的世界。果不其然，各种贩卖机犹如星星般存在着，很是方便。以前也从老师那边得知日本人很遵守交通规则。到了宫崎之后，我真真切切地感受到了这一点。每当过马路时，车辆总是避让行人，闯红灯的车辆也几乎没有。日本人的认真让我很钦佩。

此次日本之行，我不仅对日本文化有了更深的了解，还体验了日本人的生活，交了些日本朋友。二十六天，说长不长，说短也不短。希望这段回忆能伴我终生。

暑期留学感想

2010 级日语 姜传超

今年的暑假不像往年那么枯燥乏味，我参加了去宫崎公立大学的暑期留学，在宫崎近一个月的学习生活，使我的人生阅历得到了极大的丰富，同时也结交了很多日本朋友。

初到日本，刚下飞机，感到周围是既陌生又熟悉。说陌生，毕竟是第一次去日本，第一次亲身体验日本的生活，对很多事物感到兴奋和新奇；说熟悉，学习日语也有一定时间了，从书本和电视节目里也看到了很多关于日本的介绍，对日本已经有了一定程度的了解。可能也正是基于这个原因，到了日本几天之后便基本适应了。

宫崎公立大学的老师们，在我们这一个月日程安排上，可以说考虑得十分周到，学习和见学的时间分配的很恰当。我们既在教室里从书本上学到了知识，同时又从课外的实地见学过程中了解到了宫崎当地的文化和历史。第一个周末是在日本人的家庭里度过的，通过交流和游玩，加深了我们之间的了解。和寄宿家庭一起生活的日子虽然很短，但是我们却建立了很好的友谊。

在日本，给我留下深刻印象的方面有很多，但其中最深刻的还是上课方式的不同。第一天老师便让我们填写自己本次暑期学习的目标计划，到最后结束的时候再确认下自己最初的目标是否全部实现。在平时上课的时候，强调以小组团结合作的形式，共同完成某一个特定的课题，让大家都有机会参与其中，并发挥自身的力量为本小组做出贡献。课题的完成并不一定限于课堂，室外的空间得到了很好的开发利用，使学习的过程不是那么的枯燥乏味。例如采访日本的大学生，首先各小组确定好自己的采访主题，然后我们把场所搬到了食堂，大家手持麦克风，随机采访周围的日本学生。小组的每个成员都有做记者的机会，这是我们锻炼自身的日语口语以及增强自信心的一个很好的方式。采访结束后，我们再通过录音把相关的资料整理好，为接下来的发表做准备。在第二天的课堂发表上，每个人都有机会上台大胆讲出自己的调查结果以及自己的看法。刚开始时，我们或

多或少都有点紧张，毕竟这在中国的课堂上是很少经历的事情。但渐渐的，随着对于课堂发表相关知识的深入学习以及发表次数的增加，大家在台上的表现越来越自信，越来越好。在这里我很想提一下田中老师的敬业精神，她将我们课堂发表的全过程用 DV 全部拍摄下来，回家后还一一仔细回看，第二天给我们每个学生做出点评，让大家都能清楚的认识到自己的优点以及不足，以便使我们针对自身的弱点加强学习，很有效率的提升自己的能力。

说到发表，以前就听说过在日本的课堂经常采用发表的形式来深化课堂的教学。我认为这对于学生来说是一个很好地锻炼自己口才的机会，同时也提升了自己对于材料的归纳整理的能力。在当今社会，如何把自己的想法很好的在大众面前表达出来，并且能给大家留下很深的印象是一个很重要的技能（能获得听众的认同则是最高境界了）。可以毫不夸张的说，今后我们步入社会，个人演讲才能的高低在很大程度上影响了我们事业发展的高度。日本老师在课堂让学生经常发表的做法，让学生在学校的就得到了很多的锻炼机会，通过发表的形式培养了他们透过事物外表洞察其内在的能力。

整个游学的历程虽然只持续了一个月不到，但我们还是深刻地感受到了宫崎的风土人情，游览了众多著名的景点，品尝了很多特色美食，更重要的是能够结交到许多日本朋友。期待宫崎的朋友们有机会能来中国一起游玩，一起品尝中国的美食。

那些快乐的日子

——宫崎公立大学回忆录

2010 级日语 沈佳伟

通过暑期一个月的日本宫崎留学，感触颇多。有些是印证了自己以前的看法，有些则是出乎意料的收获。在这里，我只能边回忆边笼统的写一下，也以此来向所有促成这次难忘游学的人们表示深深的感谢。

早在国内我就听说在日本的生活会很方便，果不其然，充满大街小巷的自动贩卖机和走不了一会就会出现的便利店就说明了这一点。但在便利店里可以买齐全部生活必需品，甚至于可以用中国的银行卡取日元却是我没想到的。与人便利，就是这么简单，这不仅给日本国民带来了便利，也使外国人对日本的印象加分。

人性化也是我不得不提的，把残疾人称为身体不便者就是我对日本人性化的第一印象，而实际上也是如此。公共场所的电梯除了正常的按钮外，还有专门设计的很矮的同样一套按钮以供不便者使用。除此之外，有些道路上，不便者可以通过设立的按钮来延长绿灯用于通行。这些小小的细节却实实在在包含着为他人着想的美。

日本民众的严谨也让我惊叹。过马路时，行人确实受到了驾驶员的优待。在中国，我们从小就被教育到过马路时要观察左右。而在日本，前方绿灯或没灯时都可以安心过马路。机动车的驾驶员肯定会停车等行人先走。还有就是打折便当的文化，当天的食品还没卖完时，会在晚上打折出售，这样既使人得到了优惠，又保证了食品的新鲜。

大学里的体验令人难忘。宫崎公立大学的校园可能在中国学生的眼里会显得有点小，但是它却布局考究，绿荫环绕，充满了现代化校园的氛围。通过做课题来教学带给我很多新奇的感觉，有什么问题都可以去学务科找工作人员让我很安心。学生们在食堂吃完午餐后要自己收拾，这也使得食堂非常干净整洁。大多数学生除了学习还要打工来赚自己的零花钱，而且基本都是一个人住一间小公寓，我想这更有大学的实感。

在宫崎的游学非常愉快。说实话，除了大学在苏州，我是第一次在一块异地住上那么久，宫崎作为我在外国游历的第一站，给我留下了非常美的印象。清澈的蓝天与大海，高高的热带树，热情的人们，这些都会成为我无法忘怀的记忆。

日向夏

2010 级日语 朱晨迪

从浦东起飞，飞过东海，来到日本。第一次踏上这片陌生却又熟悉的土地，下飞机的第一感觉就是热，真的好热，南国的夏天确实名不虚传。走出机场，宫立大的司机师傅来接我们去学校，花白头发，脸上有着些许皱纹，很和蔼的老爷爷。一路上，街道两旁不知种的是槟榔树还是椰子树，总之有种到了海南岛的感觉，蓝天白云和日本式房屋构成的画面让我觉得快门再怎么按也是拍不够的。总之，7月15日，初来乍到之日之初印象。

我们留学生宿舍是嵌在居民区里的，不同的文化，不同的生活习惯，不同的语言，总是觉得有那么点格格不入，虽说平日里也很难见到那些“邻居”，但经过这段时间的观察，我觉着日本家庭是很懂得生活情调的家庭。每家每户的门口基本上都摆着各式各样的盆景，有些有庭院的家庭在庭院中更是种了各种绿植，色彩层次多样，嫩绿衬着粉红，叶子伴着花儿，交织在一起。我们宿舍阳台前就是大片草地，草盛却不杂，风吹影动，每天早晨都在蝉鸣中醒来，仿佛生活在森林里，让我们这些被钢筋水泥包围惯了的人也感受了番自然的气息。

日本这边的庙会特别多，有时我们不禁会把庙会、农村、落后，这些词语混淆在一起，这是典型的中国式误解，因为在中国经济高度发展的十多年里我们失去的东西太多了，而庙会文化就是其中之一，但日本却很好的把它保存了下来。街道的两边摆着各种各样的摊位，有好吃的，有好玩的，路上人很多，摩肩接踵的，日本姑娘穿着和服走在街上，不得不承认真的很好看。还有些光怪陆离的表演，可能类似于中国的戏曲这类吧，反正作为外国人的我是完全理解不了，我们这种层次也就只能停留在吃喝玩乐的级别。

当然每到一个地方自然少不了去下当地的名胜，而作为日本的代表，神社是必不可少的。日本的神社大概类似于中国的寺庙。而且日本的神社都有一段属于自己的典故由来，虽不如中国寺庙宝塔震慑那般气势磅礴，但却有小家碧玉般的含蓄内敛，静静保佑一方子民。可惜我们去时是夏天，若换成是樱花季或者枫叶季，那定会是一番风味。

这次日本行，可说之处太多，所学亦多，表达能力有限，只能行于表面，而至于友情感情的方面难于言表，总之，一杯酒一辈子，这段时间能都认识这么多良师益友是我的运气，希望我们大家在以后的日子里每天都能开心。