

在東華的日子

從大陸的家裡出發來到東華的路上也發生了很多的事情，可以說是一波三折了，但好在我是一個並不怎麼喜歡抱怨的人，所以一個人獨自上路，安全的到達了目的地就挺好。初到臺灣，就感覺臺灣的人們特別熱情，總是那麼彬彬有禮，說起話來也總是讓人感覺暖洋洋的，因此當在家裡的親人、朋友問我對臺灣人感覺怎麼樣時，我都是不吝於使用各種讚美之詞的。東華被很多人稱為臺灣最美的大學校園，我很支持這個觀點，因為就連我這樣全身毫無藝術細胞的直男都經常迷醉于東華美麗的校園風景中。花蓮本身就是一個很美麗的地方，好山好水好人兒，而東華在齊聚了這三美的同時還凝聚了大學生們特有的青春拼搏、熱血活力且帶著文藝的氣息，真是美的令人歎為觀止，而能作為這些大學生中的一員在東華讀書，就更是一件很幸福的事情了。

在東華生活了一段時間之後，我經常和朋友說：臺灣人民的幸福感挺高的。我所看到的臺灣同學，他們勇敢的追求自己想要的東西，他們自信的展現自己、表達自己的想法，他們每個人都仿佛都對人生有很好的規劃並相信這個規劃一定可以實現。這一切的一切在我看來都是幸福的體驗。因為敢於追求並能夠追求自身想要的，就是人生最大的幸福。但是在我和臺灣舍友提起我的想法時，他卻是有些嗤之以鼻，因為在他看來，儘管現在能夠追求一些東西，可將來還是難免屈服于現實的生活。那時我才認識到，理想與現實的矛盾是普遍存在的，

而之所以我會有剛開始的想法，一部分是因為我是以外來者的身份進行觀察，另有一部分則是很多的臺灣年輕人，都希望在能夠不去考慮現實的年紀去盡情的做自己。

也許與其他的交換生比起來，我來台交換的目的有些偏門。我是不怎麼喜歡四處逛的，所以利用半學期的時間遊覽臺灣對我並沒有什麼吸引力，學習心理學以及鍛煉就成為了我在東華最重要的事情。我之前學習的是社會工作專業，而我對於心理治療比較有興趣，而且將來希望能考入心理學相關的研究生專業，因此我就想來東華好好的體驗一下純心理學的學習。經過四個月的時間，我沒有像在以前的大學那樣背很多的知識點和理論，也沒有做很多很多的各種各樣的試卷，但我真的感覺我在這四個月的學習收穫了很多。我開始真正的認識到了心理學，對各種心理學學派也有了更深的瞭解與把握，其中最為重要的就是我瞭解到認識自己是多麼的重要，並且很榮幸的在認識自己的路上走出了一段距離。

鍛煉是我除了心理學修習之外最重要的事情，因為來之前對花蓮的氣候已經有了一定瞭解，所以就想趁著半年好天氣好好運動，顯露出六塊腹肌就成為了我最早的目標。四個月下來，我保持每週三到四次的健身房運動，每週兩到三次的有氧，偶爾心血來潮就在宿舍做一組HIIT，健身房與夜晚的操場就成為了我在東華最熟悉的地方。朋友們都說我有些宅，來花蓮玩的朋友也說我應該多去走走，我也有想過趁著機會，多去一些地方，可還是鍛煉對我的吸引力比較大，因此我義

無反顧的堅持著，雖然我也因為在陪朋友逛東華校園時發現校園的很多地方自己都沒來過感到有些尷尬，但是每當看到鏡子中自己越來越清晰的腹肌，就感覺自己做什麼都是值得的。

也許是對於新環境的好奇感存在了太久、也許是東華的課程學習輕鬆又有趣、也許是太享受在東華的日子。四個月的時間眨眼而過，離開的日子轉眼就要到來，突然發現自己真的有些捨不得——捨不得在東華的生活、捨不得在東華的學習、捨不得在東華的朋友、捨不得在東華的鍛煉。。。。。。儘管我很懷念家中的親人朋友，很想回去擁抱家鄉的氣息，很想回去回味家鄉的飯菜，可真的到了離開的那一天，總是會有些傷感。還好在東華有很多美好的回憶，也留下了很多的照片與文字，在離開後的日子，這些東西都將成為我一生都會珍藏的寶貴財富。