

## 26-1 學校簡介

拉脫維亞大學（拉脫維亞語：Latvijas Universitāte，縮寫 LU），坐落在拉脫維亞首都里加市區，成立於 1919 年，是該國最大的綜合類大學。

拉脫維亞大學是 IAU、EUA、烏得勒支網絡、歐洲首都大學聯盟（UNICA）和波羅的海區域大學網絡（BSRUN）等大學聯盟的成員。

除了通過歐盟的伊拉斯謨（Erasmus）等項目與歐洲範圍內的大學進行交流，拉脫維亞大學還與世界上 29 個國家的 76 所大學簽署了雙邊合作協議。

## 26-2 國外研修之課程學習（課內）

總共在拉托維亞大學待了兩個學期，上下學期都有選修的課就是俄語課了，很幸運的遇到了很好的老師 Jelena，她是俄國人嚴肅認真但又幽默，課程是全英授課，班上的同學全是國際生分別來自個歐洲各個國家，其中也不乏日本韓國等亞洲學生。雖然是從零基礎開始學起但從字母的發音到重音的位置只用了一個禮拜，和台灣學習外語的步調十分不同，只給你概念然後就一直讓你開口說話，上課的模式就是不停的請你用俄語回答問題，範圍就是之前教過的所有單字文法，舉一反三就太少了你得學會舉一反三，否則就準備在課堂上被問倒，這不是家教班你必須自己進步，Jelena 總是這樣說。

一個禮拜只有三小時的課甚至還拆成兩天上，每次都是進度滿滿收穫滿滿，沒有複習還不敢去上課那種，壓力雖然大，但是很有成就感因為學習語言沒有捷徑只能不停地練習，到後期最常練習的就是每個禮拜請我們寫一篇小短文，show me what you learn，這是 Jelena 最常說的話，主題自訂長度自訂上課時唸給同學聽，期末考也差不多，就是用俄文講一個自己的故事，還有看文章回答問題，加上手寫測驗。聽起來很難但其實執行下來會發現其實做得到，我也沒有花很多時間在背單字記文法上，但很神奇的不只通過期末考，意外的在我轉機回家的旅途中遇到來自喬治亞的卡車司機，和一對要去喬治亞旅遊的俄國母女，只會講俄語的他們和我七嘴八舌的在凌晨無聊的機場聊了兩個小時，無法想像才學俄文十個月的我可以如此愉快地和母語人士溝通，並獲得喬治亞觀光旅遊口頭簡介俄文版。

至於實驗室的部分，我上學期並沒有加入而是選修和永續環境有關的課，課程偏簡單，但也給了我很多新穎的觀念，不論是從老師那邊獲得的或是從同學的期末報告中可以看到歐洲人對於永續環境的注重和實行，而不只是紙上談兵從

政治到經濟都可以和環保綁在一起，這點到北歐旅遊時有深切的感受，有質感的生活來自於和自然和平共處，一向習慣快速方便的我們而言是另一種世界。

第二學期重拾自己化學系的本業加入專題研究，很幸運的拉托維亞大學在今年正式啟用嶄新的自然科學系館，有高級的實驗室和教室可以使用，圖書館和開放空間規劃也很棒整個系館座落於國家圖書館附近離市中心不遠但離宿舍有點遠，通勤時間大約一小時。這學期的專題研究期末只要將成果寫成小論文形式呈現給指導教授，並上台講解約二十分鐘給同學聽即可，全英文報告但其他同學還是以拉托維亞文為主，可惜這部分沒辦法進行交流和討論。

比起台灣，拉托維亞的碩士訓練較為容易但是大部分的學生是以讀博士班為前提才會選擇唸碩士班，而工資和學費也比台灣來得優惠，身為歐盟大學一員資源豐富更是不用多說，有機會的話在台灣完成碩士班學位後會考慮申請歐洲的博士班。

### 26-3 國外研修之生活學習（課外）

拉托維亞是個人口只有兩百萬但是土地面積有 1.8 個台灣大的國家，地廣人稀地勢低平，全國最高的“山”也才 300m 因此被法國友人笑稱：整個我家都比拉托維亞高。森林覆蓋面積極大且森林資源豐富，林業約佔了 GDP 三成，被波羅的海環繞的拉托維亞有著寧靜卻美麗的海灘。假日天氣好時，選定某個海灘就跳上沒有冷氣又破舊的火車（車票便宜到不可置信就將就點）或是一天只開兩班的巴士就可以展開探險之旅，不論是在森林中健走 25km 然後遇到野生紅狐狸還是跑到無人的海灘搭營火烤肉喝酒，脫光衣服走進冰冷的波羅的海中都是難忘的森林體驗，其中最有名最多觀光客的就是離首都里加市 40 分鐘車程的悠瑪拉海灘，是個充滿度假別墅的區域因此許多富豪都會買棟避暑小屋在這個地區，夏天會舉辦許多活動例如：沙灘排球比賽、沙雕節等等。

夜生活也是歐洲生活的重點，因為商店大多打烊的早，吃飽後待在宿舍也無聊想要多和外國人交流聊天增進感情，最佳的途徑就是去酒吧，我的英文口說能力全是在酒吧養成的！拉托維亞是個精釀啤酒很有名的國度，價格便宜品質高因此有幸品嚐到不少特別的風味，最著名的就屬蜂蜜啤酒了，其中用來下酒的炸大蒜麵包是我念念不忘的美食，有機會去東歐一定要試試這樣的組合。

讀萬卷書不如行萬里路，為了增進俄文口說而趁復活節假期去了趟俄羅斯，第一次在無法使用英文的國度用僅存的俄語能力活過了十天，不論是和青旅的居民暢聊電影，意外的他居然知道幾名台灣的導演，還是來和參加奧林匹克心算大賽的母子倆吃早餐聊觀光行程都讓我們更貼近俄國人民的生活，不是戰鬥民族家裡就一定有養熊或是隨便都能開出台戰車。

宿舍生活也是一個很棒的體驗，四個 24 小時輪班的舍監阿姨們不太會講英文，但是用俄文和拉托維亞文可以勉強溝通，教我怎麼唸自己的房號和“我要洗衣服”怎麼說，離開前還抱了他們很久；室友是個可愛的韓國女生，總是和我分享韓國美食，出去玩也會約我一起，因此順道認識了許多韓國友人。

#### 26-4 交換/研修之具體效益（請條列式列舉）

1. 學會如何和不同文化和語言的人相處，不論是和同學朋友或是實驗室的同事，一年下來該如何應對進退都是寶貴的經驗
2. 增進自己的世界觀，看見許多這世界需要的東西
3. 可以比較不同的教育制度和課程規劃，自己還想出國唸書，提前體驗是一件重要的事
4. 充實許多歷史和地理方面的知識，因為科系緣故高中後就沒有機會深度了解歐洲史，對於一戰二戰的了解在每次在參觀博物館的時候總是會得到新的收穫，對與錯，勝與敗以及對現在局勢的影響，都息息相關
5. 有時間好好生活，準時的上下班，和教授平等的關係而不是被過長的工時，週末強制加班和不符合期待的碩士教育犧牲寶貴的青春

#### 26-5 感想與建議

很感謝中山大學有這個機會讓我出國一年，出國才知道交換學生對西方大學生來說是一件多正常的事，對碩班的我來說還有點太遲了。

正因為在這樣的環境裡你有更多機會探索和發現真實的自己，對亞洲學生來說什麼是自己真正喜歡和想要的一直都是個難題，問題就出在我們沒有機會嘗試其他種生活，有機會的話踏出舒適圈吧！

26-6 相片 (2~3 張貼進 word 檔案，含說明，並 Email 原檔給國際處承辦人)

1.

里加的自由紀念碑，紀念拉托維亞獨立戰爭所設立，位於舊城中央，全國重要活動皆會在個廣場舉行，被舊城區商店和餐廳環繞，可以說是拉托維亞的地標，像是 101 之於台灣如此重要的存在。夏天的時後可以用學校頂樓的天文望遠鏡看到女神手上的三個星星，三個星星分別代表組成拉托維亞的三個地區



(freedom monument/riga)

2.

ķemeru 國家公園以一萬年前冰河後期形成的特殊沼澤聞名

這邊可是當地很夯的賞鳥地點和生態旅遊的好去處，全年免費參觀

由木棧道圍起所有沼澤，因為淤泥含碳量高前人會撈取淤泥後曬乾後拿來燒，  
在嚴冬中可說是非常有價值的燃料

而這些特殊的生態環境使得這裡維持很高的生態多樣性，有許多鳥類遷徙時也會路過這邊，是許多賞鳥人卡位之處



(ķemeru national park/riga)

3.

Kolka 我喜歡稱它為拉托維亞的轉角，此處有個神奇的海流交會處特色在可以同時看到兩道不同顏色的海流，位於里加西北方 160 公里遠，搭巴士三小時左右，穿越 Vaid 國家森林公園，就可以到達，附設賞鳥台連同國家森林一起拜訪是不錯的選擇



(cape kolka/ kolka)

4.

俄文課老師 Jelena，嚴格卻教學有方，他說一個仁慈的老師不算是個好老師，期末考給了我 9 分（滿分 10）因為他決定繼續學俄文，另外就是要感謝陪我一起唸俄文交朋友跑趴四處旅行的清大學妹，一起期末考崩潰練習口說看俄文影集，有機會一起回去看 Jelena 吧還要用流利的俄文問候她



英文心得：

Almost a year of roller coaster journey in a country where I was like an alien in the beginning. As I looked into my phone album, within a year, I had more than 2000 pictures of unforgettable and crazy moments.

I began with so many confusions, uncertainties, and anxieties that I almost questioned myself if this country was the right environment for me. But, as time goes by, I was able to connect with amazing people who helped me throughout the journey. Time flew so quickly I still can't believe everybody go home and back to normal life. But it's life you can't decide who you gonna met and how long you can have their company.

Most of my friends did not know where Riga is located, even not so sure is it in Europe or not. They always ask me WHY? or is it okay there? But I am so ever grateful to this opportunity because I would not be able to meet these people, this beautiful city which with the largest collection of art nouveau building in the world, the peaceful forests and beaches where I spent my weekend in Summer with my friends or walked 25km in one day to visit the intersection of ocean currents where you can see two different color of sea on the unique coast.

Through this year except lab work, I'm not only learning foreign language but history of WWI, WWII, and entire Europe especially Russian and east Europe. It's hard to learn and disgust in normal class because of my major is really different from culture and history.

Honestly, no words can express how this meaningful experience changed my whole life and redirected me to a new path in the future. I could not imagine how I have grown up in a short amount of time and learned to widen more my understanding. I am so happy to accomplish one of my goals because I knew that I wanted and needed this great escape. All of this will not happen without these people. We all live once so don't stop to explore the world if you have a dream. People in Taiwan usually get used to stay in comfort zone and afraid to find which is actually he or she wants. Exchanging program is so common option for student in the west world but in Asia seems like not so many people want to apply for it. I can tell you these two semesters in Riga are the most treasure memory in my mind if you still confuse and hesitate about you future or life target this is the good opportunity to open your horizon and perhaps bring your life into another world you never expect.