

代安娜在西班牙马德里康普顿斯大学攻读社会教育高级研究硕士。留学期间，她将古筝带来了西班牙，并择机表演。除了参加当地文化活动，代安娜还在街头演出，她将视频作品上传至社交媒体，吸引了许多人关注，向世界展现中国音乐的魅力。



代安娜在国外街头演出。

本文图片由受访者提供

古筝声飘马德里

周姝芸 马博宇

“他们问我这是什么乐器”

东方弦遇上西方舞步

代安娜从小喜欢音乐，学习古筝。来到马德里留学后，她被西班牙的街头艺术氛围感染，萌生了上街演奏古筝乐曲、传播中国文化的想法。

“刚开始，我只敢在马德里周边人少的小镇表演，一点点积攒信心。”代安娜回忆起那段“练胆”的经历，“虽然之前，我在国内有过不少古筝比赛经验，但在异国他乡，面对陌生的外国人，还是会发怵。一开始，我不敢抬头看观众，只低头拨弦，感受到他人的目光时，我的手甚至会发抖。后来，随着演出经验的丰富，逐渐自如。”

代安娜说：“在欧洲，小提琴、吉他这类乐器在街头表演很常见。我发现，如果身着汉服，在古筝前坐下，独特的东方气韵更能吸引众人目光。”

“其实许多外国人对古筝很好奇。”代安娜说，“他们问我这是什么乐器。有一次，我说古筝已经有2500多年的历史，对方惊讶得睁大了眼睛。”代安娜说。

街头演奏的经历，让她收获了许多温暖的瞬间。“有一次，在马德里皇官前，我弹奏了王菲的《如愿》，一位街头摄影师突然递给我一张照片，是他刚刚拍下的我在演奏的场景。”代安娜分享道。

“过春节时，我和朋友们选了春节经典曲目，然后用中国结、剪纸等装点乐器，一起在马德里街头表演。当时，有一对外国夫妇，上前向我们表达春节祝福，祝福我们平安快乐。这些经历，让我觉得做这件事很值得。”

在巴塞罗那旅行时，代安娜偶然认识了芭蕾舞者亚历珊德拉，她是名西班牙女孩。亚历珊德拉的芭蕾舞舞者身份让代安娜眼前一亮。

“我当时就想，如果能把古筝的韵味和芭蕾的优雅结合起来，一定会产生独特的艺术效果。”代安娜说。她向亚历珊德拉提出了合作的建议。不仅如此，另一位会演奏竹笛的中国留学生也想加入其中。后来，三人将中西艺术巧妙融合，合作在街头表演，并拍下视频。该作品在社交媒体上获得了较高人气。

这份跨国友谊并未止步于此。代安娜与亚历珊德拉后来又有过多次合作演出。

“亚历珊德拉现在也开始学习中国舞蹈了。”代安娜说，“她对中国文化感兴趣，听说她的父母还在追一些中国古装电视剧。”

东西方文化交流启发了代安娜创新。不久前，她用古筝表演了英文歌曲《see you again》。这首歌是电影《速度与激情7》的片尾曲和主题曲，原本偏流行说唱风格，在古筝的演奏下，曲调变得更舒缓、悠扬，富有别样的韵味。

带来更多更酷的表演

2024年9月，在中秋佳节来临之际，代安娜受邀参加了马德里中国文化中心举办的“天涯共此时”文化活动表演。

“我特地选择了和月亮相关的曲目，《左手指月》和《但愿人长久》。

中秋节，代安娜（右）与中外友人表演节目。



后者是为了给古诗词朗诵配乐，与一名华裔女生和一名西班牙男生共同完成。”代安娜说，“在海外过传统节日，能发挥自己所长，让外国朋友们看到我们的文化，我很自豪。”

代安娜还参与过中国品牌在海外的推广活动。她曾受一家来自云南的企业邀请，在巴黎的化妆品展会上演奏了充满民族风情的《彝族舞曲》和《彩云之南》。

“我在云南上过学，也算半个云南人。没想到在西班牙还有和云南链接的机会，我很惊喜。”代安娜表演时穿了纳西族的传统服饰，“我们希望将古筝、民族服饰和云南特色品牌结合，通过我的琴声，让更多外国人看到丰富多彩的民族文化，感受云南的魅力，吸引大家来中国玩。”

“科技与艺术也可以碰撞出火花。”代安娜说，“在巴塞罗那举行

的全球移动通信大会上，我去了一家中国光纤企业的展台演奏古筝。最初受到邀请，我想，科技展和古筝，有什么联系呢？去了之后，我发现这样的表演在展览中让人耳目一新，其他参展商和观众会因此驻足。”

受到展会的启发，代安娜有了新的创作想法，她说：“我打算把古筝的轮指技巧和LED灯跑马效果结合，提升自己表演的舞台效果。这样演奏一定会很酷。”

如今，代安娜的硕士课程已近尾声。谈及未来，她计划继续尝试，将古筝与弗拉明戈等艺术元素融合创作。

“我希望让更多人感受到中国文化的博大精深，也希望通过音乐，结识更多志同道合的朋友。”代安娜表示，这不仅是她的爱好，也是身在海外，想要传播中国文化的责任感。

在重庆，我还体会到了中国朋友的热情好客。”

“食物与记忆紧密相连。绘画表现能有效帮助大家打开心扉。”活动策划同学表示，“我们希望大家暂时放下心理负担，用艺术方式和他人交流，聊家乡、童年、期待的事情。”

自由交谈：原来并不孤单

在随后的“自由交谈”环节中，几名在荷兰工作的中国毕业生讨论了求职中的挑战。

“我刚毕业找工作那会儿，每次投简历都很紧张，对自己信心不足。”小米（化名）分享道，“后来我意识到，真正的竞争力不是完美，而是清楚自己的优势并展现出来。”她鼓励同学们在面对就业竞争时，保持良好的心态。针对简历撰写和面试心理调节，小米还结合自身经历分享了实操建议。

“我其实一直不太喜欢参加社交活动，但今天感到愉快。”一名中国学生说，“听了大家的分享，我发现，我们很多烦恼是共通的，原来我并不孤单。”

近年来，独在异乡，如何获得情绪支持、在跨文化环境中找到归属感，已经成为越来越多国际学生关注的话题。

荷兰中国学联主席陈瑜说：“解决心理健康问题需要长期的陪伴与支持。我们今后会举办更多类似活动，通过营造良好的环境，持续为留学生提供支持感受支持，构建可持续的心理支持网络。”

布上画下自己最喜欢的食物，并向在场其他人作简短介绍。没有分组，也没有限制要求，大家用最喜欢的方式自由表达。

“我画了家乡的钵钵鸡。”一名来自四川的同学说，“这是我从小吃到的美食。每次在荷兰看到冷锅串串，我都会特别想家。”还有名学生画了西瓜，她说：“夏天的时候吃上一块西瓜，那是我记忆中最放松、自在的时刻。”

荷兰学生麦克则用火锅来表达他对中国文化的喜爱。“我这几年已经去过中国的不少城市，其中最喜欢的城市是重庆。”麦克说，“那里的火锅味道很特别，我至今难忘。



交流会现场合影。

荷兰中国学联供图

近期，一场别开生面的中荷青年交流会在荷兰乌特勒支举办。此次活动由荷兰中国学生联合会主办，吸引了来自乌特勒支大学、阿姆斯特丹大学、蒂尔堡大学等高校的中荷学生参与。

在温馨、活跃的氛围中，大家围绕“如何在异国他乡保持心理健康”“跨文化背景下如何应对压力”“如何积极融入当地文化”等议题展开交流与互动。活动受到许多同学欢迎，有不少人在社交媒体上发了活动照片和感想。

“画”出食物，自我表达

活动伊始，每位参与者都要在画

留学服务站

位于欧洲西部的爱尔兰风景如画，因其蜿蜒的海岸、静谧的湖泊和大范围的植被而被称为“翡翠之岛”。根据爱尔兰高等教育部（HEA）官网数据，近年来爱尔兰高等教育阶段的国际学生总数持续增长，2023—2024学年中，来自中国的学生人数位列国际学生中的第三位。去爱尔兰留学，有哪些优势？学子可做哪些准备？

近期，启德教育在北京发布《2025爱尔兰留学报告》。报告中数据显示，最受中国学生欢迎的爱尔兰高校分别为：科克大学、都柏林圣三一大学、都柏林大学。爱尔兰的高等教育体系主要由综合国立大学、理工大学/学院、独立院校以及一些大学的附属学院构成。综合国立大学和理工大学/学院提供从学士到博士的课程，综合国立大学侧重于学术人才的培养，而理工大学/学院则更注重应用型人才的培养。

目前，爱尔兰共有8所综合国立大学（包括7所综合性大学和1所医学院）、5所理工大学及1所理工学院。本科阶段的学习通常持续3至4年，硕士阶段为1至2年，博士阶段则需3至5年。留学一年的学费与生活费大约在17万至30万人民币之间。

根据爱尔兰高等教育部官网数据，中国内地学生选择较多的学科领域分别为：“工程、制造与建筑”“商业、行政与法律”“信息通讯技术”。在过去几年中，申请热度较高的专业为电子与计算机工程、商科及其他管理类。

“爱尔兰享有‘欧洲硅谷’美誉，其信息产业较为发达，特别是在计算机、信息系统、软件工程及通信工程等领域。”启德教育相关负责人介绍，“爱尔兰是全球主要的软件出口国之一，该国计算机领域的毕业生不仅就业不错，而且由于许多企业的研发中心设在校内，学生能够接触到前沿的技术知识，许多高校都开设了相关课程，例如利莫瑞克大学的人工智能与机器学习硕士课程、科克大学的交互媒体硕士课程、梅努斯大学的数据科学与分析硕士课程等。”

一组调研数据显示，在赴爱尔兰留学的中国学生中，超八成学生认为爱尔兰是一个高回报率、高性价比的留学目的地。超半数学生认为，相较于其他英语国家，爱尔兰热门专业的申请竞争不太激烈，更容易进入理想的院校。

还有不少学生被爱尔兰丰富的奖学金机会吸引，认为这不仅让他们享受高质量的教育资源，还能减轻经济负担。刘雯雯是爱尔兰都柏林大学圣三一学院硕士生，据她所知，爱尔兰除了有专门提供给中国学生的“爱心奖学金”外，还有政府奖学金、各高校奖学金等可供中国学生申请。

留学生聚上海 体验萌新职场人

范宇斌

日前，“相聚上海共话明天”——“侨首期盼”海外留学生暑期见习营开幕式在上海交通大学举行。来自美国、英国等国家和地区的23所高校的33位海外在读中国留学生相聚上海，共同开启一段见习之旅。

本次见习营由上海市政府侨办、上海市青年联合会、上海交通大学指导，分为“我是留学生”“萌新职场人”“未来创业者”三个主题，开展科创企业探访、园区实践、政策解读等活动。海外中国留学生将走进知名企业，感受人工智能赋能产业的动力；对话创业者，倾听他们在上海的奋斗故事。

同时，见习营以海外中国留学生全周期服务需求为导向，将为留学生介绍留学生政策及涉侨政策；开展求职实践课程，介绍就业形势，开展简历编写及面试技巧培训。此外，如有前期初步匹配成功的实习岗位，还将组织现场面试。

“我们因各自不同的留学经历而分散在世界各地。这个夏天，我们因共同的身份、共同的好奇心和责任感聚在一起，认识上海、提升自我。”营员代表、美国加利福尼亚大学尔湾分校学生邹嘉怡说，期待营员之间的互动交流，希望学有所得、学以致用。

海外学子走访绍兴 期待发挥所长

项 菁

“此次重返故土，我惊叹于家乡日新月异的发展，也为这熟悉而又焕新的城市所感动。”在浙江绍兴，澳大利亚蒙纳士大学中国学生会对外副主席潘琮砚感慨道。

近期，浙江绍兴举行“海归‘绍’年‘兴’火燎原”海外高校学联代表开放日活动，30余名海外知名高校学联代表齐聚，沉浸式感受绍兴的历史底蕴、产业发展和创新生态。

绍兴是国家首批历史文化名城，千百年走出了“中华书圣”王羲之、“心学大儒”王阳明、“鉴湖女侠”秋瑾、“民族脊梁”鲁迅、“学界泰斗”蔡元培等诸多名人大家，被誉为“鉴湖越台名士乡”。

潘琮砚自称是土生土长的绍兴儿女，2022年出国求学后，因学业繁忙，已有近三年未返乡。他直言，在短短数日行程中，自己深切感受到家乡“既有根脉之深，亦有枝叶之新”。

“未来，我希望能做一名‘连接者’‘共建者’，将海外高校的科研资源、创业孵化项目，与绍兴本地产业、政策优势、人才生态相结合，为家乡发展添砖加瓦。”潘琮砚说。

百草园、三味书屋……在鲁迅故里景区，担任新加坡国立大学中国留学生会副主席的王浩亭体验了

一把先生笔下的风情。他提到，作为海外留学生，他最大的心愿就是将所学所得回馈祖国，“通过这次交流，我感受到了绍兴的文化底蕴和创新活力，这样的城市氛围为大家施展拳脚提供了广阔的舞台”。

活动期间，上述留学人员还走进绍兴城市展示馆、绍兴“名士之乡”科创中心、浙江大学浙江国际创新设计与智造研究院等地，近距离了解绍兴现代化发展。

参观完浙江大学浙江国际创新设计与智造研究院，在瑞士苏黎世联邦理工学院求学的蒋文一称，校地合作赋能产业转型升级的模式，让他印象深刻，“我看见了一座城市对科技创新的孜孜以求，科技创新需要产学研协同努力”。

浙江省专家与留学人员服务中心主任陈村在活动期间表示，浙江是改革开放先行地，也是一片创新创业热土。广大留学人员兼具国际视野与家国情怀，正是浙江发展不可或缺的生力军”。

“浙江永远是留学人员最温暖的‘家’，期待大家做浙江发展的‘合伙人’。”陈村说，希望大家将所学所长与浙江的产业发展紧密结合，同时积极发挥独特优势，当好桥梁纽带，向世界展示真实、立体的浙江。

（来源：中新网）

中荷青年交流会助力心理健康共建

「画」出共鸣 「话」解压力

王军霞 杨涵涵