

校友通讯

SFLS ER



上外附中1979届法语班毕业40周年庆

四十年载情依旧，桃李携手谢师情。2020年7月19日，上外附中1979届法语（二）班举办毕业40周年庆活动。

炎炎夏日挡不住相聚的脚步，同学们纷纷投入母校的怀抱。曾经的校园，恍如昨天，校园里曾留下我们美好的求学岁月。同学们难以忘怀同窗的师生情意，老师们更是感受着桃李芬芳的喜悦，昔日的祖国花朵，今日都成了祖国的栋梁之才。最后，我们斟满酒，举起杯，让暖心的寄语、深情的祝福、欢乐的相聚永存心底。



普通教师的话

今年我一百岁，按照古语，已是期颐之年。我三分之二的人生是在讲台上度过的。在上外附中工作的十多年虽然只占了我教师生涯四分之一，这一段跨越特殊历史时期的经历却给我留下了深刻的印象。1964年我调到附中工作，在原来的学校我是教英文的，根据学校工作的需要，我在附中开始教语文，并且一直工作到我退休，都在教语文。我在教学过程中，努力做到有教无类，根据学生不同的情况用不同的教学方法。比如教75届俄语班的时候，针对许多学生普通话说说的不标准，字写得不好看，我从8节课里抽出两节，专门让学生朗读和练毛笔字。我从来不训斥学生，即使是批评也让学生自己去领悟。

让我说说对附中学生的印象，我认为虽然来附中学习的学生在各个学校都是拔尖学生，但是我看到学生们学习非常努力、非常认真，而且都很正直。

让我对附中的年轻学生提一点希望。这么多年我教过英语也教过中文，我觉得，作为附中的学生，不管外语多好，中文一定要好，如果中文不好，外语再好，也做不了一个好的外交人员。此外，即使不从事外交工作，而从事农业、工业、商业，我们的学生都要记住，不能做黑心的事。如果工作上有了点成就，经济上有了一些富裕，应该尽可能的去帮助那些失学、失业和困难的人。另外，不能因为是附中的毕业生就沾沾自喜，我们能够取得一些成绩，都是国家的培养。人不是生来就是天才的，即便是智商比较高，也必须勤奋学习，勤奋工作。

希望年轻的学子们能听听我这个100岁普通教师的话。

林觉真

校友通讯

xiao you tong xun



2020年第2期

总第9期

出版日期：2020年8月

主办单位：

上海外国语学校校友会

编委会

主任：崔振嘉

副主任：郑坚敏 赵丙申

编委：朱榄叶 陆忠前 张弘

沈忱 王文嘉

主编：薛万奉

副主编：穆兆左

执编：张康美

编辑部

地址：上海市中山北一路295号

邮编：200083

电话：13621801930（赵老师）

13321851917（穆老师）

邮箱：sflsaa@126.com

MULU 目录

卷首语

JUAN SHOU YU

普通教师的话····· 1

校友风采

XIAO YOU FENG CAI

是教育专家，更是母亲····· 3

不跟风，爱折腾，挑战无限可能····· 6

新式时代，新引人生····· 8

勇气与实践兼具，挑战与机遇共存····· 10

从“外语活动周”和“民族魂”讲起····· 12

从上外附中到巴黎高师····· 14

在巴黎拜会“正球级领导人”····· 16

偶像的力量，有梦想就未来可期····· 19

远程模式下的联合国····· 22

闲看庭前花，漫随天外云····· 28

云中杂谈····· 30

小七孔景区一景·····封面

出污泥而不染·····封底

上外附中1979届法语班毕业40周年庆·····封2

上外附中1979届法语班毕业40周年庆·····封3

上外附中1979届校友黄静洁是当代中西合璧亲子教育专家，华东师范大学特聘“实践导师”、冰心儿童图书奖获得者，畅销书目《父母的格局》《学习的格局》作者。黄静洁曾赴美留学并定居，育有两个儿子。在此期间，她阅读了大量的书籍汲取西方先进的教育方法，加之理论结合使作品的内容输出更具针对性，父母读者也能方便理解。在坚持亲子教育的路上，她不断实践与突破，为教育事业的进步做出许多卓越的贡献。2020年8月23日，湖南图书馆举办了书籍《学习的格局》、《父母的格局》的捐赠仪式。对她来说，把先进优质的教育理念传播给世界的家庭远比任何事情都要重要，“改变孩子，首先要改变家长。这正是我目前正在做的事。”

“第三种力量”

黄静洁把孩子成长中起推动作用的力量分为三种：第一种力量来自原生家庭，第二种来自学校——这两种是今天的孩子们赖以生存的力量。而第三种力量，来自外部世界。“第三种力量是不能刻意寻求的，一定要



靠自己慢慢地去碰到。这种力量一定会给你们带来一些新的感悟和新的认识。对于原生家庭缺失或不够完善的孩子，更会需要这第三种。”那么如何获取第三种力量呢？除了读书，就是结交朋友——朋友不一定必须是同辈的，也可能是年龄相差较大的朋友。因为他们都有可能成为一个让孩子看到世界，看得更远、想得更远的窗口。“很多孩子碰到老师可能会绕路走，而我一直鼓励小儿子跟老师交朋友。大儿子是学电影的，有一次需要为一部公益电影筹资，结果小儿子居然跑到学校募集了100美金，一共四个赞助者——两个是同学，而另两个竟是老师。”



是教育专家，更是母亲
——采访上外附中1979届校友黄静洁



黄静洁非常鼓励孩子们去做些这样的事，因为过程中将收获到的恰恰是一种经验的分享、眼光的分享、思想的交流和精神世界的互动。“我觉得大家应该多去提升这种意识。像很多人叫我老师，但是我很愿意帮助年轻人。所以我们还是要打开更多的眼界，去找到生活中能够让你成长的前辈。”

“母亲还是教育家？”



“成为母亲是一颗种子。”她这样回答道，“没有母亲，我不会成为一个教育家，我并没有专门修教育学和心理学，我所有的原动力就是来自于作为一位母亲的需求。所以我全部是先自己学习，然后在实践中感悟，一步一步完善出属于自己的一套体系。”反复的思考，是黄静洁一直以来的思维模式。“首先我有自己的需求。第二，我学习，然后去实践——不是一个人实践，而是包括许多的父母。”自今年3月18日，《学习的格局》发售以来，销量超过二十万本——绝对称得上是一本畅销书。身为作者的黄静洁也一直在通过作品与千千万万的父母交流，发现问题再想办法解决。亲子教育，不能只是从固定的角度依照刻板的理论框架，从需求和问题的根源出发“反向”梳理再归纳可能会更加有效。“我的学习和实践是一个漩涡式的上升，而不是直线型的。”

“使命感”

对于正值青春期的初高中生，正确地自我管理将带来莫大的益处但又并非易事。对此黄静洁表示，“要把一件小事想大。”若当下所做只是为一个小的结果，例如某次考试的成绩，这可能对很多学生来说不具有很强的意义感。而当赋予一件事的使命感足够强大时，年轻人自身就会有足够大的动力开启自我管理。“遇到瓶颈期的时候，去想一想，我现在正在做的这件事还有什么更大的使命感可以挖掘。对于现阶段的学习，重要的不只是成绩，还有更大更长远的意义。”作品《学习的格局》中提到了学习效率的重要性，一味地刷题并不

有助于学习效率的提升，甚至会打击学习积极性。而初高中年龄的学生也有义务开始自己去领会学习的方法，掌握适合自己的学习技巧。

多年来，对亲子教育的坚持背后也正是使命感的支撑。如果说这个世界大部分孩子都没有接受良好的教育，只有自己的孩子优秀，久而久之他也会成为其他孩子的同类。因此教育不是一个家庭的事，而是全世界、所有人应该共同关注的问题。只有社会共通的优质与先进才能让自己的孩子处于真正良好的环境中健康成长——这就是从一件事引申出的更大的意义。

从一位平凡的母亲到教育专家，从对爱子成长的需求到解决更多家庭的难题——这一切都源自于爱和责任。孩子的成长不是独角戏，而是需要家长的循循善诱。黄静洁对待亲子教育的研究和发展也不是闷头苦干、



一蹴而就，而是每时每刻都在结合新问题观察、思考与更新。亲子教育看似轻易实则任重道远、是温柔而坚实的力量。无数的教育专家前赴后继，正为每一个孩子的明天而努力，世界也需要这样的人为千千万万的孩子撑起一片明媚的蓝天。

学记团 高二（1）班 王希芊
高一（6）班 宋韶涵
审稿 高二（1）班 陈夏忆



不跟风，爱折腾，挑战无限可能

——采访上外附中1979届校友钱学锋



钱学锋是上外附中1979届校友。本科就读于北京外交学院，后赴美国留学，先后获得加州大学洛杉矶分校（UCLA）政治学硕士学位和耶鲁法学博士学位。他曾任著名投资公司软银中国副总裁，见证并参与了阿里巴巴的A轮融资，后创立汉理资本，任董事长；投资分众传媒、一号店、如家、吉祥航空、韩都衣舍等公司。工作之余他也发起了一支业余足球队——丁香足球队。上外附中学记团驻校友会记者薛佳音、高戈斐同学对钱学锋校友进行了专访，请他谈一谈求学、创业的经历及对附中学子追寻个人发展的小建议。

百变人生：外交官、律师还是投资人？

钱学锋曾攻读过三个不同的专业，他笑着调侃这是因为当时年少，想法颇多。初中时曾想过当记者，高中就开始向往做外交官，也因此放弃保送而选择高考北京外交学院。毕业后，他进入外交部工作，被选派至英国牛津大学公费留学——他认识到外面的世界很精彩，萌发了出国自费留学的念头。用最短时间攻下UCLA政治学硕士后，他又突然觉得在美国读法律很“时髦”，转去当时全美最好的法学院——耶鲁法学院，攻读法律

博士。毕业后在华尔街做了六年的律师。

1999年底，钱学锋暂停了相对稳定的律师工作，回国投身风险投资这一行业。他说，“虽然曾经我的梦想职业经常有所变动，但是我觉得自己的初心不变，就是爱折腾，永远想着怎样能够做得更好，能够让人生更加精彩。”他觉得自己现在所从事的投资行业与之前所学是密不可分的：法律、政治、国际关系、外语等。从前的求学经历使他积累了理性分析、逻辑思考的能力，及做投资最重要的品质——不跟风，始终持有自身独立判断和批判性思维。

从0到1：戴着两顶“帽子”创业

谈到刚回国时的经历，“我有幸在2000年初加入软银中国，人生第一个参与的创业投资VC项目就是当时软银中国投资阿里巴巴的A轮，领投两千万美金。”这个项目刷新了他对互联网行业的认知。他如今的企业也从事了很多互联网电商的投资——这与当初接触阿里的项目是分不开的。2002、2003年间，风险投资遇到了第一个‘至暗时刻’——很多互联网公司从身价很高到一文不值。VC从venture capital（风险投资）变成了vanishing cash（消失的现金）。”在那时，钱学锋发现企业有很大的融资需求，做风险投资需要找到非常厉害的创业公司。于是，2003年他创立了汉理资本。

汉理早年从事投行服务，协助创业公司募资。“我们很有幸，第一批就服务了分众传媒、汽车之家、PPTV

等一系列优秀的新经济公司。”他坦言，创业之初从0到1，面临着很多困难。公司刚起步时，他花费了1万美元的注册资本——这已是当时张江给予留学生创业最高的优惠。刚开始公司只有三个人，他虽然是董事长，但是什么事都要亲力亲为。钱学锋幽默地表示，自己头上戴着两顶“C”帽子：第一顶是Chairman（董事长）；第二顶是Cashier（出纳员）。“作为一个创业者，你永远不要想着给自己发工资，但一定要有能力和员工发工资。”钱学锋就是这样概括他创业的初期经历。

今时发展：技术、专业才是关键词

尽管如今大学生的专业选择和40年前已经大有不同，但钱学锋认为，大学专业依然可以大致分为两类——通识类和专业类。通识类主要作为工具来学习，其中最有代表性的例子是经济学；专业类则更注重技术与发

展，最有代表性的例子是计算机科学。这一科目在未来的信息社会将成为基础知识，这类人才目前也备受各专业领域、各大公司的青睐。钱学锋曾在多年前建议儿子报考卡内基梅隆大学的计算机和生物学——相对前沿的交叉学科，为毕业后的工作打下扎实基础。

40年前，年轻人还不知道怎么写商业计划书，没有“天使投资人”，更不知道到底什么叫“创业”。40年后的今天，创业创新蔚然成风，创业梦想遍地开花。正如钱学峰所说，时代造就了新的勇敢者。他鼓励学弟学妹们要勇于追逐梦想，积极学习创业知识。成立汉理资本之后他创办的A轮学堂，正是为了帮助更多年轻创业者们进圈子、吸收更多知识，早日实现各自的梦想！

学记团 高二（4）班 高弋斐
高一（1）班 薛佳音



新式时代，新引人生

——采访上外附中2003届校友丁琪馥



丁琪馥是我校2003届德语班校友，毕业于复旦大学本科环境科学专业，慕尼黑工业大学硕士研究生，现任食亨科技服务有限公司副总裁。食亨是中国最大的餐饮及新零售品牌的电子商务、信息技术合作伙伴之一，专注提供以餐饮及新零售品牌电子商务为核心的一站式商业解决方案，以规模化、系统化、数据化的方式为品牌提供服务。（来源于百度词条）其采用的O2O（Online to Offline，互联网概念）商业模式将线下交易与互联网相结合，表现形式如当下各个电商平台、外送平台等。

上外附中是创业途中的“月老”

“感觉我的创业之路与上外附中有着密不可分的关系。”德国留学期间，丁琪馥开始接触了互联网商业。2010年，她曾跟随附中01届学长的创业团队做跨境电商与出口，在eBay、亚马逊上成为欧美市场Top10的卖家。2014年，进入了一家德资电商公司，帮助Adidas、无印良品、迪士尼等国际知名品牌完成在中国电商领域“从0到1”的搭建。2018年，同样通过附中学弟的牵线，她加入了目前的团队。“七年的附中生活是我特别珍惜

的回忆。”回想校园生活，她觉得，上外附中提供了学生很多跳脱课本的锻炼机会——这也赋予了她更多思考与想象的能力，对未来就业与发展会有很大帮助。

不是在创新的路上，就是在寻找下一个创新的目标

2013年，所在的公司被一家物流集团收购。眼看着自己对于公司未来的发展渐渐失去了发言权，她毅然选择进入新的外企环境。“我可能性格上就是一个喜欢创新的人，喜欢去尝试新事物。”她也提到自己在外企负责天猫代运营的业务时，正逢菜鸟（网络科技有限公司）在寻找有关跨境的物流解决方案，于是她想到与其他子公司合作成为菜鸟在欧洲跨境业务线方案的承接方。“创业的路上总会遇到困难。那有没有办法解决？如何找到解决办法？如何找到有意思的新方向？我觉得这对我自己来说是一件非常有吸引力的事。”

特殊时期互联网行业绽放生机

受全球新冠疫情影响，今年众多企业因为市场不景气，正面临着破产倒闭的危机。而食亨却“逆流而

上”——没有裁员或减薪，甚至需要更多的员工。这是为什么呢？“疫情期间，顾客们希望的可能是出门拿一次外送就能收获近三天的物资储备。那我们需要帮餐饮行业的客户做的，就是商品结构改造以及销售新渠道的改善等。”例如将春节期间餐饮业剩余的原材料转移至“叮咚买菜”——更便于送达消费者的手中；或者让原本只在线下门店供应熟食的品牌转变为线上供应半成品的销售方式。从一开始只预期做好外卖代运营，到帮助餐饮行业线上线下结合发展，如今疫情的出现也从侧面加速了O2O模式在人们生活的方方面面正焕发其独特的行业潜力。

“Work hard, play harder.（认真工作，更要娱乐）”她觉得人越是

辛苦，越需要时间调整自己的状态，这样才有精力去创造和面对。在外企工作也好，加入创业团队也罢，在这个前所未有的工业4.0时代，只有不断创新才能跟上世界的脚步，也只有坚持新事物才能成为行业的引领。感谢丁琪馥校友对本次采访的支持与配合，祝愿她的创新之路一往无前、一切顺利！

学记团 高一（2）邵子衿

高二（1）黄珺

审稿 高二（1）陈夏忆



勇气与实践兼具，挑战与机遇共存

——采访上外附中2004届校友朱倩倩



我校2004届校友朱倩倩毕业于上海外国语大学日语系，现于日本东京创立独立服装品牌及贸易公司，任社长。7月14日北京时间晚9点，上外附中记团驻校友会的记者陈夏忆、何海盈同学与远在日本东京的附中校友朱倩倩进行了视频通话采访，谈一谈异国创业的经历以及在附中就读对她的影响。

跳脱——美术编辑到创业的职业选择

赴日创业前，朱倩倩曾在上海外语教育出版社任美术编辑。工作长达7年间，她参与了几套外语教科书的出版工作。谈起少年时最初的职业梦想，从小喜欢动漫的她在初中时曾希望能够成为一名职业漫画家，还为此苦练过一段时间画技。而美术编辑的工作正好既与曾经的梦想相关，又能为教育事业献一份力。在这样一份相对稳定又有成就感的工作面前，多年来对日本的兴趣、家庭从商的经验和对自我的考验最终让她选择了跳出舒适圈。“我就是想看一看自己能力的最大限度是怎么样。”如今朱倩倩在东京成立了主要面向日本市场的服装品牌，同时经营面向世界多国的进出口贸易。她表示，附中中人即使离开

了母校，也会带着一份油然而生的底气、自信和眼界迈入社会。并且在附中培养的语言功底让她能比日本同行更方便快速地与各国客户沟通。

前行——初期准备与异国人情世故

“正式来日本前，我花了2年的时间学习和做各种准备。我观察日本各个服装品牌是如何运作的，他们的营销思路、品牌走向以及背后的原因。再是寻找合适的工厂和原料等等。在没有做好准备前是不能开始的。”到日本后，除了资金、法律知识、个人能力等一切创业所需具备的基础条件以外，异国文化和人情世故也都是深不见底的水潭。她提到，日本人的性格、处事风格与中国人很不同，他们将个人情绪不外露看作良好的家教。因此许多初来乍到的中国留学生抱着极大的社交热情，换来的却是本地学生的“冷漠”。她总结道，在异国学习或工作时，一定要了解清楚当地人的处事作风、行为习惯等。这样可以避免无形中触及到对方的忌讳，从而影响人际交往甚至工作。而谈到创业过程中是否曾受到印象深刻的帮助，她提到最早一批在日本经商的华人前辈会给予很多有效的建议与帮助。当然自己的路最终还是要靠自己走——在异国发展更应该坚持自我的精神独立，不要被大千世界迷花了眼而忘记自己的初心。

当下——期待曙光，夹缝中求生存

当问起创业前是否曾“定下一个小目标”时，“当然有啊！”朱倩

倩无奈地笑着摇了摇头“原本预测今年会是服装行业大爆发的一年，我的目标本来今年应该完全可以达到了！”由于新冠疫情形势严峻导致全球经济低迷，整个行业都面临着如何继续生存的难题。实际上，今年公司的营业额竟只是去年的两百分之一——触手可及的水晶球失手滑落，被砸得粉碎。在上一期《校友通讯》的约稿中，她自述在中国疫情最严重的阶段，公司停止了一切正常业务，着手采购口罩等输送国内或捐赠——整个过程消耗巨大的人力物力财力。“我其实对公司的员工们很愧疚，也曾自我怀疑这样将公司利益置之度外的冒险是否值得。但令我很感动的是员工们表示理解，也都愿意继续信任我。”她表示疫情让她思考了自己究竟需要什么样的生活，而想继续生存就需要做足万全的准备。因此她让设计师们不能停止画稿、员工们不能因疫情停止工作，否则将永远无法把握住突然来临的机会。

“实战是最好的老师。”这是朱倩倩常说的一句话。不积跬步，无以至千里；不积小流，无以成江海。从年少开始提前接触服装业到在出版社工作锻炼能力、积累经验——一路走来，只有实战才具有最货真价实的收获。她建议从学生时代开始吸收感兴趣的知识，学习待人接物。切勿因为曾经的优秀而带着自傲步入社会，但也需要时刻相信自己、始终向着坚定的方向前行。“我想附中对我的影响会是贯穿整个人生的。”附中学子都有一个较高的起点，希望他们能利用好这样一个广阔的平台和资源，多尝试、多积累，找到兴趣所在为未来定下方向。路在脚下，梦在远方，愿所

有的附中学子都能为自己的热爱坚持奋斗着，也祝愿朱倩倩校友未来一切顺利！

学记团 高二（1）班 陈夏忆
高一（6）班 何海盈



从“外语活动周”和“民族魂”讲起



吕舒婷

上外附中2008届校友，北京大学法学院本科毕业后，进入美国杜克大学获政治学硕士学位；2017年获美国哈佛大学法学院法律博士学位（J.D.）。先后在美国苏利文·克伦威尔律师事务所和美国盛信律师事务所纽约办公室以及北京办公室担任律师。

从上外附中毕业到今天，已经12年了。毕业之后，我在北京求学4年，在美国求学加工作7年，于去年又回到北京工作。因为家不在上海的关系，已经很久没有回过母校了，但是对母校的教育和精神的理解，却随着时间的推移更加深入了。

一千个校友的眼中，大概会有一千个不同的上外附中。上外附中带给我的回忆与收获，可以说上很多很多。在这里我认识了很多终身的朋友，向最优秀的老师学到了受益终身的知识和技能，发现了自己的热爱，考上了理想中的大学。这些一切的一切，和我在上外附中度过的1000多个日日夜夜一起，组成了我生命中非常宝贵的一部分。不过，在这之中，给我留下最深刻印象的上外附中的“气质”，大概要从“外语活动周”和“民族魂”说起。

提到上外附中，很多人的第一印象大概就是“洋气”。作为1963年在周恩来总理关怀下成立的7所外国语学校之一，上外附中从诞生开始就与新中国的外语和外交事业紧密联系在一起，是当时中国认识世界、了解世界的窗口之一，特别是由于身处最为开放、工商业最为发达的上海，在国际化方面更是有着得天独厚的优势。随着我国不断对外开放，上外附中在培养外语外交人才的同时，也为上海最优秀的学生提供了通向全世界最顶尖教育资源的平台——在我就读

的时期（05年到08年），上外附中的高中毕业生大概会有三分之一左右升入欧美发达国家的优秀乃至顶尖大学就读本科，这在现在看来也许并不稀奇，但在当时，还是一个非常惊人的比例。因为有着上海最优秀的生源，以及毕业后出路的多元化（并非只有高考，更有保送和出国），上外附中的教育理念很早就放弃了单纯的应试教育而更加注重培养学生全方面的素质。“外语活动周”就是这样一个全面锻炼、培养学生各方面能力和素质的活动。“外语活动周”每个学年举行一次（如果没有记错的话是每年的秋季学期），在为期一周的时间内举行各种各样以外语进行的活动，全部由学生自己规划组织。而我对于外语活动周的记忆，印象最深刻的是高二时改编阿加莎·克里斯蒂的著名话剧The Mousetrap并且参演的经历；从自己写原创英文剧本到临时决定改编阿婆名剧，到全班同学齐参与，各显神通地排练、安排道具、配音、服装、化妆，到最后上台时的忐忑和演出成功后的兴奋，到现在都很难忘。不过在这之前，最让我震撼的大概是高一的时候观看高二某个班级排演的荒诞派话剧《椅子》，表演、道具、节奏、台词的精湛让人很难相信这只是一群高中生业余排演的剧目。外语活动周还有很多其他的活动，例如模拟联合国、英文辩论等等，在这里附中学子可以尽情施展他们出类拔萃的语

言能力、展现他们广泛的兴趣爱好以及高度国际化的视野——毕竟，在那个互联网刚刚开始普及而智能手机还不存在的年代，并不是所有高中生都能知道荒诞派名作并有能力改编排演的。

如果说“外语活动周”非常符合上外附中“洋气”的形象，那么可能很少有附中以外的人知道，在每年的春季学期，附中还有一项与外语活动周旗鼓相当的活动，即“民族魂”。“民族魂”的形式与“外语活动周”很像，也是为期一周的活动，由学生自己组织和规划，而二者最大的不同，就是外语活动周的活动都是用外语进行的，而“民族魂”的活动则都用中文进行，包括中文剧目演出、知识竞赛等等。“民族魂”名字的由来，当然就是鲁迅先生。上外附中所在的虹口区，是鲁迅先生曾经长期工作生活的地方，鲁迅先生长眠的虹口公园（即鲁迅公园），就在距离上外附中不到一公里的地方，著名的内山书店也在此附近。在附中上学的时候，因为家不在上海，所以周末的时候也都住在学校，经常和其他全国班住校的同学一起去四川北路、多伦路的鲁迅公园一带吃饭散步，相信其他的附中学生对鲁迅公园也都非常熟悉。也许是与鲁迅先生的这些渊源，上外附中的语文、历史、政治等文科老师，也常常有超出课本之外的思考和关怀，并且将这些带到了教学之中。例如，附中的语文教学非常扎实严谨，除了书本上的内容之外，更加注重培养学生对文学经典的阅读和掌握。记得语文课要求每个同学对四大名著中的一本进行分析演讲，自己制作书评集，从高一开始就每周背诵一首唐诗鉴赏词典上的唐诗、翻译一篇

文言短文等等。虽然附中每周有8节外语课，但是语文课的要求也不亚于外语课的训练量。另外，历史老师也常常会从课本发散开去，通过补充阅读材料和深入讲解来激发大家对历史一般规律的辩证思考。

在附中上学的时候把这些当成是理所当然，在离开附中以后，才发现这一切的可贵。“外语活动周”和“民族魂”的并存并重，从侧面展现了上外附中及上外附中学子的特质——立足中国而开放大气的国际化。上外附中当然是国际化的，附中学生对外国语言的掌握程度、对其所学语言的对象国文化的了解，很多时候甚至超过了外国语专业大学生的水平；而语言能力是国际化的第一步也是关键的一步，如果不掌握语言，则谈不上真正的全球视野。但是，上外附中更是立足中国、站在为中国培养国际化人才的立场上教育自己的学生，不是通过强硬的灌输，而是通过潜移默化、润物无声的教养，来铸就每个学生的“民族魂”，即一种在深入了解自己国家以及世界其他国家的文化和历史的基础上对国家民族发展的思考和关怀。

18岁离开母校的时候，还不知道前方的崎岖，总觉得高考过后的人生是一片坦途。当然，那个时候也不知道，母校的精神气质已经在自己身上留下了烙印，会在人生的一次次摸索、试验、挑战、失败和成功中发芽成长，帮助我勇敢地面对一切困难。相信随着我国与世界的联系不断加深，上外附中以及上外附中的学子将会继续在更宽广的舞台上“服务祖国发展，服务人类进步。”



从上外附中到巴黎高师



戎恒颖

上外附中2009届法语3班校友，直升上外法语系，跳级一年，2012年通过巴黎高师国际选拔进入哲学系，博士研究宋代士大夫政治与写作的关系。现任法兰西公学院助理研究员。

我是2002年进入上外附中学习的。当时觉得学生证上的2009这个数字好像非常遥远。而在附中的七年时间，每一天都好像还在眼前。附中七年学到的知识、结下的友谊是我一生最宝贵的财富。

考进上外附中是我的人生中非常幸运的一件大事。是附中的老师的教诲、同学的友谊、课程的设置和学校的活动，给我日后的学术打下了扎实的基础。难忘初中阶段的郑韧俐老师，高中阶段的王永壮老师的语文课，他们对古文的精讲，对人生意义的探索，对文学、哲学的讨论，让我获益匪浅。我是从11岁开始学习法语的，以及二外英语，长期的外语熏陶是我日后从事学术写作、以及参加国际学术会议的优势；“外语活动周”，“民族魂”等活动，锻炼了我的演讲能力，更培养了我对戏剧、绘画等多种艺术的关注。在附中的七年我也养成了广泛阅读的习惯，加之从小我对哲学方面的书籍尤其感兴趣，在附中的学习环境相对自由宽松，我也得以不断阅读大量课外书籍。

高中毕业之后，我直升上外，通过跳级考试后，我在大一的一学年把大一大二两年的专业课修完，并以优异的成绩有幸获得了公派法国一年的学习机会。在法国南部的格勒诺布尔政治学院学习期间，我对古典政治哲学产生了浓厚的兴趣，选修了众多这方面的课程，并且在刚到

格勒第二周，我就报名参加了第一届Rencontres philosophiques d'Uriage（依泉哲学大会），会议期间我大胆举手提问，获得了多位法国教授的赏识，会议主办方还特地颁发给我一座猫头鹰奖杯，表扬我的参与，另外五座奖杯分别颁发给了当年选出的五本哲学著作的作者。

回到上海后，得知巴黎高师有“国际选拔”的项目，一直以来，巴黎高师在人们心目中是法国人文学科的最高学府，二十世纪法国最杰出的思想大师几乎都和这所学校有着紧密的联系，从萨特到阿尔杜塞，从伯格森到德里达，从梅洛庞蒂到雷蒙·阿隆，从法国社会学奠基人涂尔干到布迪厄，这所诞生于法国大革命的“大学校”培养了法兰西最出色的科学家和思想家。因为高师每年招生人数甚少，所以也被称为“单位面积产诺贝尔奖得主最多的学校”。经过一年的积极准备，2012年我通过激烈的竞争考上了巴黎高师哲学系，国际选拔哲学系全球只招了3人。

巴黎高师是一个非常鼓励学生自由发展学术兴趣的地方。可以自由的选择各个专业的课程，也可以在巴黎任何一所大学注册学位。教授们和学生的互动也非常密切，在高师每位学生都有一位导师，会为学生指导个人的学术发展计划。同时学生也可以向任何一位教授请教。我的硕士论文是在法国高等社会科学研究院的Pierre

Manent（中文学术世界一般翻译为“马南”教授）的指导下完成的。马南教授是法国政治哲学方面的权威，年轻时也曾是雷蒙·阿隆在法兰西公学院的助手。

硕士期间，我在老师们的推荐下发表了关于利玛窦的《交友论》的研究，同期有法兰西公学院 Michel Zink 教授关于中世纪友谊的研究的文章，现在想来我当时文笔还很稚嫩，非常感激法国教授们的鼓励。而我的硕士论文的研究成果后来也发表于法国哲学核心期刊 *Revue germanique internationale*（国际德国研究期刊）以及美国政治哲学 A 刊 *Interpretation: A Journal of Political Philosophy*（解读：政治哲学期刊）上。

在硕士研究阶段，我渐渐对文学、历史、与哲学的交叉地带产生了浓厚的兴趣，也希望能够结合西方的研究方法关注中国古代的政治哲学思想与实践。2015年我申请到了法国国家博士奖学金，博士论文研究的题目跨文学、历史与哲学，围绕宋代士大夫的写作与权力的关系，主要聚焦嘉祐二年（1057年）欧阳修知贡举的个案展开研究。

读博期间，我在巴黎高师连续两年开设了一门“中国思想史导论”研讨课（seminar），有近三十名学生选修，主要为法国学生。主题是“从中国十一世纪科举看科举与思想复兴的关系”。法国大革命之后，拿破仑借鉴中国的科举制度设立了竞赛制度（concours），在法国从进入各所知名学府，到公务员系统内晋升，都要进过竞争激烈的考试竞赛。所以我借考试这个切入点，让高师的学生对中国的古代思想史产生一种亲切感和代



入感，带领他们由此了解中国宋代的文化，再由宋代辐射到整个中国古代思想史，乃至亚洲其他国家类似的科举系统以及社会文化。

读博期间，我赴瑞士巴塞尔大学参加了第三届国际中国哲学大会，也到德国汉堡大学的中国研究系做讲座，如果不是疫情影响，原定今年夏天会去耶鲁大学参加中古史双年会。

我现于法兰西公学院担任助理研究员，说来这个机构国内可能不太熟悉：这是法国学术界金字塔顶端的学术机构，不设硕士博士点，一共五十位教授，都是文理各科的顶尖教授，他们的课程向公众免费开放，并且通过视频向全球转播，代表了法国学术前沿的最新动向。法兰西公学院是欧洲最早设立汉学讲席的（1814），现汉学讲席由我的导师 Anne Cheng（程艾蓝）教授执教。她的代表作《中国思想史》（*Histoire de la pensée chinoise*, seuil, 1997）获得多项国际汉学大奖。该书于2018年由我与另一位译者合作翻译为中文并出版。收到了学术界的好评，为中法的思想交流起到了积极的作用。

一转眼，我在法国也要接近十年了，在巴黎的时间有八年。感谢上外附中打下的基础，附中校训“自强、至诚、志远”，也一直是勉励我前进的动力，我在学术之路上，还需百尺竿头更进一步。

在巴黎拜会“正球级”领导人



江天岳

上外附中2004届法语班校友，现为北京师范大学历史学院世界近代史教研室副教授，世界史博士。

星期五晚上，我乘火车从戴高乐将军的隐居地科隆贝双教堂村（Colombey-les-Deux-Eglises）赶回巴黎。等待我的，是一场万分重要的会见——国际货币基金组织的三届总裁、法国央行前行长米歇尔·康德苏（Michel Camdessus）先生要在寓所与我见面。此前，因不确定归国日期，我在前一周写给总裁先生的信中提到，“可能只在巴黎待到周二”故周二当天他在给我的回信中惋惜地表示：“手头繁冗复杂的工作让我迟至今日才看到您的消息，我想您今天可能就要返回中国了。”但他随即又说：“如果您有机会延长在巴黎的时间，请一定告知，我好在之后几天安排与您见面。”次日，得到肯定答复后，总裁先生再次来信：“得知您这几天还在巴黎，于我而言真是莫大的幸运。”很快，我们商定于周五傍晚17:30在法兰西银行办公室见面；当天早些时候，又将地点改在家中，这让我更加受宠若惊。

几天以来，我一直思忖着应该给总裁先生带点儿什么，毕竟第一次到“正球级”领导人家中作客，手头仅有的中小学纪念品，感觉还是有欠礼数。直到周五当天上午在科隆贝双教堂村买到了当地特产的啤酒，心中的顾虑稍有缓解。然而好事多磨，本应17时许到达巴黎站的火车，竟然在途中两次停驶，最终迟到了53分钟。怀揣着快跳到嗓子口的紧张，我从东站仅用十几分钟便赶到了总裁寓所楼

下，但已经比预计时间晚了将近一小时。

迅速按动楼下的对讲电铃，打开大门，我只能察觉到总裁先生至少还没有动怒，其它的，都不敢多想，也没有时间多想。我径直爬上楼梯——尽管这样可能实际上比乘电梯更慢，但能确保不会错过楼层。慢慢地，听见说话的声音——“真是勇气可嘉！”总裁夫妇已经走出房门，在楼梯口为奔跑的来客加油鼓劲。步入客厅，迎接我的是法国家庭常见的四碟小茶点和“TROPICANA”（热带水果）牌橙汁。当我不停地为意外迟到致歉时，总裁夫妇却像全无此事一般，只是热情地要请我就坐，品尝总裁家乡的辣味薯片，并重复着：“您能光临，真是我们的惊喜！”。我自嘲了一句：“今天的法铁，让我更加理解你们总统的感受了！”夫妇两人也不觉莞尔，直言“确实是复杂的情况”。

三年多的时间，我有幸三次在法国见到总裁先生，而总裁夫人则是初次相识。他们两位一位87岁，一位86岁，精神矍铄，穿着朴素，极其平易近人，仿佛隔壁的老邻居。若非门牌和信箱上“康德苏”的名字，真是很难与位高权重、在华盛顿的聚光灯下叱咤风云13年的“大总裁”联系起来。

当晚，我们交流的主题是顺着

我近期的足迹展开的。我介绍了选择戴高乐将军诞辰130周年、发表伦敦讲话80周年和逝世50周年之际前往其隐居地瞻仰凭吊的心路历程，特别讲述了前日去往戴高乐将军纪念馆遭遇狂风疾雨和因断电在黑暗中参观展览的经历，戏称“当时的处境让参观者对1940年的法国政局有了更深切的体认”。听到这里，总裁先生和夫人不约而同地说：“虽然我当时只有六七岁，但至今印象非常深刻！”总裁夫人还特别回忆，当时她感觉“幸福的童年结束了”。总裁先生则去书房找出了一本名为《1940年我们十五岁》（Evelyne Sullerot, *Nous avions 15 ans en 1940*, Fayard, 2011）的口述史书籍，要作为礼物送给我。他饶有兴致地翻开书，告诉我其中的两篇叙事还是分别出自他们夫妇之口，记录了他们各自独特但又拥有着共同记忆的那段岁月。借此机会，我除了送上戴高乐隐居地的特产酒，也回赠了一套名为“武汉1911”、展现武昌起义时期九省通衢老地图的明信片。前不久，原本正在法国休年假的法国驻武汉总领事贵永华（Olivier Guyonvarch）搭乘法国政府的撤侨航班回鄂，坚持开馆、坚持留守的新闻感动了许多国人，我也希望通过这一特别的礼物，向法国友人展示武汉和荆楚大地辉煌且带有韧性的历史。总裁夫妇回忆起他们30年前前往武汉参访的往事，相信这座城市一定能够获得新生。他们共举着“武汉1911”合影留念，不啻一种无声的支持。

总裁先生还关切地询问我学校的情况，在此前的来信中，他就表示“诚意地期盼北京师范大学能够在师生全数康健的同时早日恢复如常。”而在当面的交流中，他又认真地向我



法国家庭待客常见的四碟小茶点和“TROPICANA”牌橙汁

了解学校和学生目前的状况和我本学期的课程。由此，我们就当下、尤其是英国“脱欧”后欧洲一体化的前景深入探讨。当然，面对为推动欧洲经济一体化作出过重要贡献的前辈，我的角色理所当然应该是求教者，但总裁先生却以一贯谦逊的态度，始终更愿意成为一个“倾听者”。我向他汇报，国内部分媒体因为英国“脱欧”、难民潮等事件，对欧洲一体化进程态度消极，甚至冷嘲热讽，以至唱衰欧盟、甚至鼓吹欧盟崩溃的论调大行其道，许多同学也对此充满疑惑。我在“欧洲一体化进程研究”课堂上，正是致力于通过历史回溯和建立在此基础上的客观视角，与大家一道理性公正地看待欧洲一体化建设的成就与困境。欧洲的和解与合作经历了几代人曲折艰辛的探索，取得的成果举世瞩目，

惠及欧洲所有民众，一体化趋势是不可逆的历史选择，当下一些“成长中的烦恼”也正好给了欧洲一个重新审视、反思、沉淀、再出发的契机。总裁先生高兴地表示，他非常同意我对欧洲一体化的态度，笑称我的观点与意大利前总理、现任巴黎政治科学院国际关系学院院长的恩里克·莱塔（Enrico Letta）

十分类似，向我推荐莱塔前总理的几篇新作。他认为，我们都是欧洲联合的受益者，应该帮助年轻人树立乐观积极的“欧洲观”，重塑信心，降低英国“脱欧”带来的负面冲击。当得知我的课堂上印发了去年马克龙总统《致欧洲公民的一封信》，并选取引文作为期末考试的翻译试题，总裁先生认为，这封信件是马克龙数次关于欧洲发言的精华文本，并风趣地响应：“下次说不定可以把这事面告总统……”一旁的总裁夫人则不忘提醒总裁先生，他的新作《朝向2050年的世界》(Michel Camdessus, Vers le monde de 2050, ce que l'avenir nous réserve, Fayard, 2017)已经准备好放在茶几上，别忘了一并送给我。

不知不觉，窗外已然华灯初上。临行前，我向总裁先生提出了一个小请求，希望他为我班一位酷爱经济学、梦想成为经济学家的同学写一句鼓励的话，“两三个字就好”。总裁先生欣然同意，询问同学姓名，郑重其事地找出了特制的题名笺，伏案

挥笔良久，直到写满了整张笺纸的正反面；夫人则在一旁静静地看着先生，脸上保持着慈祥的微笑。看到这一场景，我不由再次拿起相机记录下这一瞬间，谢意、敬意交织在一起，难以言状。题毕，总裁先生完整朗读了一遍，问我是否妥当。在此，我只能完整地记下这段文字以志纪念：

“亲爱的%%同学：

您的历史老师向我讲起您的故事。我了解到您正满怀热情地投入学习，并立志成为一名经济学家。我诚挚地祝愿您梦想成真，也希望有朝一日，您或许能成为中国人民银行的杰出领导人。

顺致美好的祝福

米歇尔·康德苏”

总裁先生把题名笺装入信封，在信封正面一丝不苟地写上同学的名字，又认真地问我：“我还能为他做些什么呢？他能读英语还是法语？或许我可以再送一本他感兴趣的书籍……”我说，这封信有“法兰西银行荣誉行长”题签的来信，已然是他今年春节最好的礼物。带着这封信和两本赠书，我起身准备离去。总裁先生特别关照，“如果下周您还在巴黎，麻烦给我发个短信，我们很希望再次见面，这样我或许可以找出另一本有意思的书给您”；总裁夫人则细心地提醒我穿好外套再出门。二人送我步入电梯，不断挥手致意，直至从我的视野中消失。在疫情肆虐的特殊时空环境下，两位耄耋老人非但没有对东亚的访客“敬而远之”，还用他们的善意融化了窗外的寒霜，向我们传递着全世界同一片天空下的温暖与力量。



笔者与国际货币基金组织的三届总裁米歇尔·康德苏先生

卫一名

2012就读上外附中，2015年获得音乐奖学金就读于英国CHARTERHOUSE公学，2018年出品个人第一首单曲，2019年签约太合音乐。

2019年11月5日，一首叫做《一厢》的歌曲上线。脑海里瞬间跳出来一个词：“一厢情愿”，对方哪怕只有一点点的好，就会成为自己的太阳。这首歌讲述了在感情中两个人的心意相互并不一致，在付出的那方意识到这样或许不能使彼此快乐，反复纠结过后决定分开了之后再回忆从前的故事。

“一厢倾泻，不予相悦。”这样的歌词，竟然出自一位零零后的少年。这位少年，就是卫一名，也是方大同的粉丝。

和很多孩子一样，卫一名六岁开始学习钢琴，被父母逼着去考级……每一次练琴都是在哭声中进行的，直到一次在钢琴老师的家里，卫一名躲

在门后面听着父母和钢琴老师交谈。当时的他心里忐忑，生怕老师会说自己什么“坏话”。没想到老师说：“这个孩子很有天赋，我可以教他指挥。”小小的卫一名心中窃喜，终于到了十二岁钢琴考到了十级，父母答应以后再也不用练琴了。十二岁的卫一名却把练钢琴当做了习惯，他发现钢琴的黑白键可以让他弹出很多喜欢的流行音乐，这是一件多么美妙的事情。

意气风发的年纪，有干劲有精力，未来总是光明的。所以他年纪轻轻就登上了上海大剧团的舞台。卫一名回忆起自己登上大剧团舞台时的心情：“没有什么概念我会面对什么，只知道很紧张，登台之前就一直在练习，结果都要轮到我上台了他们没找



偶像的力量，
有梦想就未来可期

见我，最后是我哥找到我的。整个过程从上台到表演到结束都是迷迷糊糊的，脑子里一直想着不要开小差不要开小差，就这样开了小差忘记了弹什么，不过还是及时接回来了，最后就想着反正都出错了，就一定要耍完帅再结束。”

后来一次偶然的的机会，电视上在播放《中国好歌曲》，电视上的歌手在演唱自己创作的歌，卫一名就自己在钢琴上试。副歌的旋律慢慢倾泻而出，少年莽撞，听到Alan walker的歌也跃跃欲试，用手机上自带的软件做出了第一首电音。从那开始，卫一名就沉迷于做音乐了。学习音乐本身是被迫发掘的，到好奇和主动开发都是顺其自然。他说：“我平时就爱听歌，一开始听中文歌比较多，在自己作曲时就会向着自己喜欢的歌手靠近，也在学习作曲的时候把距离一点点的缩短。”

卫一名对音乐的初心来源于13岁在上外附中就读时听到了方大同，于是就顺着他的歌单全部听完了。方大同和别的歌手不太一样，总是给人一种轻松得氛围，唱的旋律也总在意料之外。在娱乐圈的洪流中，王俊凯以周杰伦为目标。周杰伦曾在公开场合透露过自己的两个偶像，一个是NBA球星艾弗森，而另一个则是一代歌神张学友。

即使是张学友这样一位全能男神，也有心中所崇拜的偶像，他就是粤语歌开山鼻祖许冠杰。如今的青年一代，面对着物质和精神上的诸多压力，只能将梦想搁置一旁，向生活做出妥协，过着三点一线的人生。可一旦他们的生活中出现半分转折，任

谁都会奋力一搏，这就是他们深埋心底的力量，偶像的力量。从开始学音乐，作曲和编曲，卫一名的父母都是非常支持的，他们觉得儿子有个兴趣爱好挺好。

一开始卫一名也是把它当作一个小的兴趣爱好一直在做，可是在孩子13岁-15岁这段时间，就会有一个阶段叫做叛逆期。具体行为就是叛逆，跟父母对着干。

卫一名的方式就是故意跟他们说要以后做音乐，因为知道父母绝对不可能同意，所以就有一天突然跟我妈妈说：“我不想读书了，因为我以后要做音乐，读书对我做音乐没什么帮助。”只是没有想到妈妈回答说可以啊，那送你去音乐学院。13岁的时候他决定去英国读书，小小年纪独处异乡，哪有那么容易。通过自己的不断努力，卫一名创作出第一首歌曲《前世的她》。古风悠然的曲调，淡淡的悲伤，低吟浅唱，一点也不像一个少年的心事。

2016年末，卫一名认识了张征老师和张恒老师。他们都是很有经验的音乐人，第一首歌《前世的她》就是张征老师作为制作人，张恒老师编曲的。两位老师从头到尾都非常用心，在编曲上卫一名在张恒老师做大部分后，又重新全部推翻过一次。

张征老师不管在找录音棚、混音母带、和声，都找的是最顶尖的老师们。

少年时的梦想混合着青春的叛逆，总带着向全世界宣战的勇气。《狮子王》里木法沙对辛巴说：“你必须在生命循环中找到自己的位置。



记住你是谁，你是我儿子，也是唯一真正的国王。”木法沙的话，辛巴记起了：他是国王的儿子，他是食物链顶端的狮子王，他像他的父亲一样，肩负了整个国家的命运和责任。但其实，辛巴知道，那并不是真正的木法沙，那是他的内心，是继承了木法沙精神的，真正的他。他终于，找回了真正的自己。因为每个人都有不同面，所以卫一名觉得的音乐也应该有不同面。卫一名说：“要把我喜欢的音乐做出来，用只属于我的诠释方式给大家听！”

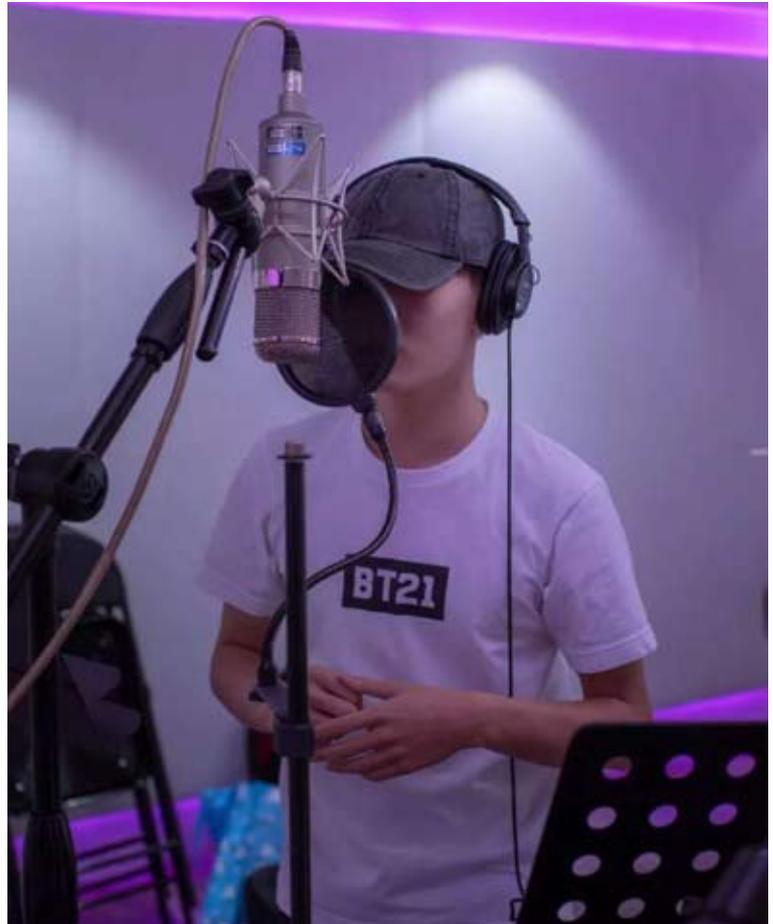
近两年，卫一名签约太合音乐，老狼老师挂帅的太合少年红星计划。经历了瑞典音乐创作营的锻炼，经过了海内外成熟制作人的指导，即将迎来18岁成人礼的这位少年已经准备好，他把想唱的一切唱给全世界听，把自己的创作思维和声音由自己掌控，丝毫不怯于向世界好好“炫耀”一番。这位在伦敦的独居男孩，把他的闲暇时间都交给了音乐，音乐就是他最可靠的陪伴。他以写歌为情绪出口，传递青春期的躁动之心。把那些想不明白的无解思绪，通通收进笔下，2020年夏天用一首《猜 I Guess?!》书写拿捏不定却绝对纯真的感情。

年轻让叛逆也充满底气，就算面对爱的束手无措也不害怕。《猜 I Guess?!》的活泼律动编织出夏日捕梦网打动你的心；这支单曲诞生于全球大热歌曲的源地瑞典斯德哥尔摩，由卫一名本人包办词曲创作，编曲制作则出自曾参与打造Ellie Goulding, BTS, Red Velvet, 蔡依林等一众国际顶级艺人的制作公司The Kennel。

卫一名是成长在互联网浪潮下的一代少年，有着与生俱来的国际视野，也从不满足于既有风格条框，敢想敢做。他热爱R&B，喜欢温暖质感和朦胧气息。就如他唱的：

酸甜的懵懂难以忘却
在盛夏的骄阳下
暑假里微微晒黑的手
打开一罐冒着泡泡的汽水
丢进去半颗青柠
气泡细碎的响动和蝉鸣
未来好像不那么可期
但未知倒也没什么可怕……

上外附中学记团供稿



远程模式下的联合国



周晓峰

上外附中1994届校友。先后毕业于上外大和北外大高级翻译学院的同声传译专业，在上海市外办全职从事外事活动的口译和笔译工作。2003年赴英国留学，获University of Warwick公共管理硕士学位。2009年通过了联合国语言类竞争考试，加入联合国总部并工作至今。

坦然中带着些许紧张，焦虑但又充满期待，这就是我作为一名联合国总部同声传译员当下的心情写照。

此文撰写之时，纽约市已经进入了疫情高峰过后的“重启第二阶段”。商店陆续开张，餐馆摆出了露天座位，曾经冷清的滑梯、秋千又迎来了嬉笑的孩童。被“居家令”憋了将近一百天的纽约客们无不对恢复正常生活充满期待。

不过和许多当地机构和企业一样，联合国总部暂未宣布确切“复工”日期，全员远程办公将至少持续到七月底。南北方向纵跨6个街区、正常情况下可容纳超过2700人办公的联合国总部楼群仍处于“零阶段”，即只有少量安保、维修等人员在现场执勤。根据重启计划，即使进入了“第一阶段”，总部楼群每天容纳人员总数也将控制在400人以下。

这就意味着在可预见的未来，总部暂时无法恢复举办各类大型会议和集会活动。对于像我这样依靠“会海”谋生的同声传译员来说，“复工”之路依然漫长。

停摆

时钟拨回到今年三月中旬，纽约城当时的形势可谓是乌云压顶。自从3月1日纽约市通报了首例新冠确诊病例

以后，坏消息接踵而至。“超级传播事件”很快浮现；不少联合国职员和外交官子女就读的联合国国际学校因有教师感染新冠而关闭；联合国开始紧锣密鼓地开展抗疫准备。“最后一根稻草”终于在3月12日掉落：某国常驻联合国代表团发来通知，该团一位外交官确诊感染了新冠，而之前几天此人曾在联合国总部多处参加活动。联合国秘书长古特雷斯次日宣布，联合国总部正式启动“远程模式”，即除少数必要岗位之外，大部分员工在家办公，原计划三、四月份在总部举行的所有会议取消或改为网上虚拟会议。

最近几年，联合国总部每年举办会议总数保持在13000场左右，其中需要同声传译服务的会议超过1000场，是一片不折不扣的“会海”。

值得指出的是，许多会议之所以需要配备口译，不仅是为了帮助操不同语言的各国代表之间相互沟通，也是为了贯彻联合国所倡导的“使用多种语文”（multilingualism）原则，维护六种正式语言文字的平等地位。也就是说，虽然许多外交官无需借助翻译也能相互沟通，但是出于维护语言文字多样性、保护母语地位的角度出发，仍然坚持在正式会议上用本国语言发表讲话。

总部“封门令”下达之后，许

多非公开的事务性会议，如审议行政、预算等问题的例行会议，很快就转入了“轻远程”模式，即各国代表在没有口译服务的情况下，利用各种现有技术平台举行“云会议”，英语作为唯一会议语言。于是一夜之间“会海”变成了“云海”。但是这样的模式在联合国大会、安全理事会等主要机关的公开会议上不可取，因为语言问题事关主权国家之间的平等，所以如何实现“远程同传”(remote simultaneous interpreting)立即成为了联合国的首要问题。

其实联合国秘书处以前曾经研究过远程同传问题，还专门成立了工作组，不过后来因会员国缺乏兴趣而被束之高阁。疫情当前，远程同传工作组被迅速激活，启动了实质性准备。

探索

其实远程同传并不是件新鲜事儿，国内外已经推出了各类可供商用的平台，因此联合国很快锁定了几家合作对象，开展试验。

广义的“远程同传”包括多种类型。本文中的远程同传指的是绝大多数与会人员分散在不同地点、口译员无法直接用肉眼看到与会人员、需要借助互联网连接听众和口译员的情形，因此有同行称之为“远程云同传”。具体来说，远程云同传又可以细分为两种：“分散式”(dispersed mode)，即口译员在家同传，以及“集中式”(co-location mode)，即口译员集中在同一地点、利用会议设施内原有的同传厢(interpreters' booths)或专门搭建的同传厢开展工作。

所谓同传厢，就是同传译员在会议期间工作的小屋子，一般每个语种占据一个“厢子”，每个厢子容纳两到三名口译。这些看似不起眼的厢子，能够提供同传必须的一些基本条件。根据国际标准化组织固定式同传厢标准(ISO 2603:2016)，合格的同传厢除了必须符合面积和高度规定以外，还要达到一定的隔音、通风等标准，另外还必须确保译员和会场之间以及各个厢子的译员之间视线无阻



2020年4月16日 联合国图片

联合国电视导播室工作人员直播安理会关于也门局势的公开视频会议

隔。

显然，当口译员在家同传时，这些条件很难全部满足。住公寓的担心楼上有人练琴，住郊区的担心对面邻居割草，家里有孩子的还得防着小朋友突然来段“插播”，更别提网络掉线问题了。

尽管如此，由于纽约疫情严重，人员集中风险太大，所以联合国总部的远程同传试验不得不先从“分散式”入手。一开始的试验完全由秘书处内部人员进行，几组译员分别扮演各国代表和翻译的角色，在各家中利用现有的电脑、耳机等设备接入远程同传平台，举行了多场模拟会议。除了纽约总部，联合国在日内瓦、维也纳和内罗毕的口译部门也同时组织了测试。与纽约不同的是，其他三地因疫情相对趋缓，因此在采取了预防措施的情况下让译员进入会议厅，测试了“集中式”的远程同传。

测试进行到深入阶段，安理会

十五个成员国的外交官也被请来参加模拟会议。虽然只是模拟，主席还是严格按照安理会公开会议的程序，请各国代表依次发言。平时唇枪舌剑的大使们在模拟会议上一团和气，在各自发言中纷纷表示，相隔许久再次听到口译的声音感到很亲切，笑称这次远程同传首次登陆安理会，一定能够载入联合国的史册。安理会主席在每位代表发言之后，都会耐心地请同传们点评一下连线音质如何。六个语种的译员对大使们的外交辞令毫不领情，几位装备简陋、不用外接麦克风讲话的大使直接被判了“不及格”。中国代表团很重视口译的反馈，在会上多次要求发言，就是为了测试不同设置的音响效果，先后更换了几款不同的麦克风，引发了各国代表对于中国科技水平的热议。

多轮测试过后，结果喜忧参半。喜的是对于训练有素的译员来说，远程同传并不难掌握，稍加训练即可上岗。参加测试的商用平台的技术水平也基本能够满足一场中型规模多语种会议的需要。忧的是目前没有哪一种



2020年5月19日 联合国图片

安理会轮值主席、爱沙尼亚常驻联合国代表于尔根松（图左）主持安理会关于叙利亚局势的公开视频会议

平台能够完全满足联合国会议的各种特殊要求，除非斥资进行技术升级。比如安理会成员国代表们就表示，参加测试的远程同传系统虽然实现了六种正式语言的平等，但是无法在屏幕上同时让十五个成员国代表同时“露脸”，只能同时显示不到十个视频窗口，显然在视觉上造成了国与国之间的不平等。口译对远程同传的忧虑就更多。同传时原本译员就要一心多用，聆听、理解、记忆、表达和协调五大任务同步进行。远程同传模式下，译员还要分心去操作鼠标，通过键盘与相隔遥远的同伴和技术员沟通，另外还得时不时查看电邮、微信、WhatsApp等通讯渠道传来的实时消息，以至于有些同事表示恨不得变身为八爪鱼。这些额外工作极大地增加了译员的认知负担(cognitive load)，令同声传译难上加难。

鉴于测试中暴露出的这些问题，再加上联合国采购程序需要时间，安理会在静默了几周之后，不得已采用了没有同传的“轻远程模式”举行网络公开会

议。大部分代表用英语发言。有一些代表选择在会前散发英文讲稿，现场用本国语言发言。对于通过联合国网播观看会议直播的观众来说，遇到听不懂的语言就只能干着急了。

艰难起步

当远程同传在联合国总部遭遇“难产”时，世界各地不断传来新消息。联合国日内瓦、维也纳和内罗毕办事处测试的经验表明，“集中式”远程同传能够克服或避免居家同传遇到的一些难题。一些纽约以外的联合国系统机构和其他国际组织已经开始采用“集中式”远程同传。5月18至19日，第73届世界卫生大会在网上举行，包括中国国家主席习近平在内的多国领导人发来了视频讲话，或通过网络连线发表演讲。在世界卫生组织总部所在地——日内瓦万国宫的同传厢里，六个语种的译员为大会提供了现场同传。

所有这一切，纽约的各国使节自然不会充耳不闻。当时正逢法国即将



2020年5月28日 联合国图片

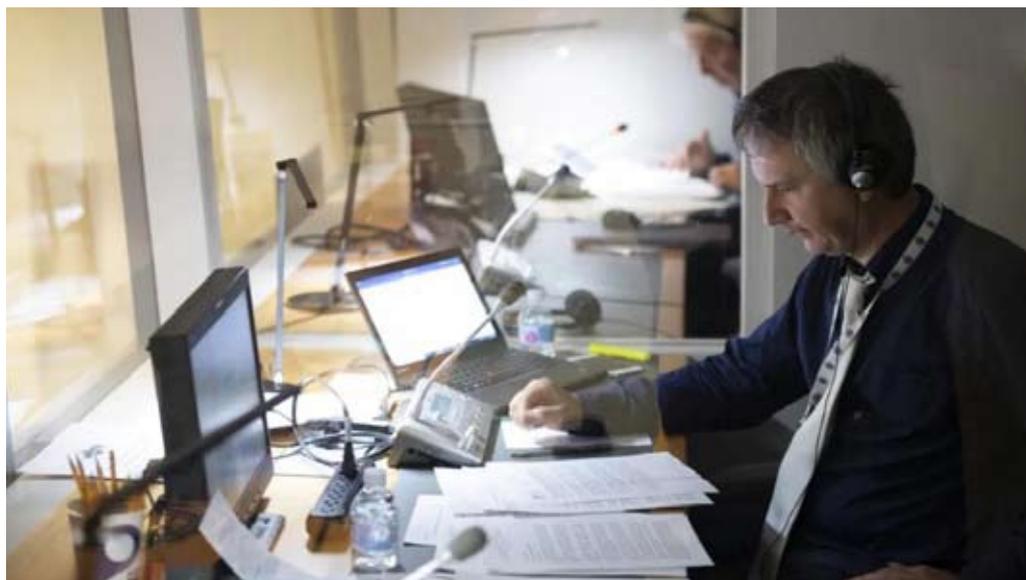
联合国秘书长古特雷斯在“2019冠状病毒病时代及其后发展筹资问题高级别活动”云峰会上致欢迎词

接任六月的安理会轮值主席，法国大使发推文表示，将在六月主持安理会工作期间全程使用法语，以维护法语作为联合国正式语文的地位。联合国秘书处每年向各会员国摊收二十多亿美元的会费，如果连远程同传问题都迟迟无法解决的话，似乎难以向各国交待。这样的形势令上至秘书长、下至普通译员的总部同仁倍感压力。

终于，“出手”的时机来到了。秘书长决定在5月28日举行一场名为“2019冠状病毒病时代及其后发展筹资问题高级别活动”的“云峰会”，包括同传在内，所有筹备工作只有两个星期左右的时间。在纽约疫情依然严峻、居家令尚未解除的情况下，总部五十多位同传响应组织召唤，分批奔赴总部大楼，在其他译员居家远程配合之下，与技术部门先后举行了多次系统验证和演练，逐个攻克技术难题。为了避免发生传染，这次“集中式”远程同传采用了“一人一厢”的配置，临时改造了十四个同传厢供本

次会议使用（小问题：为什么六种语言的同传需要配备十四名译员呢？答案见文末）会议全程预计需要六个多小时，一共安排了四组翻译轮番上阵，每组工作两个小时。因为来不及改造更多的同传厢，几组译员必须采取交错式换班，让保洁人员能够利用时间差争分夺秒地完成同传厢的消毒。协调员为此专门编制了一张密密麻麻的换班时间表，每人的进厢和离厢时间都必须精确到分钟。

“云峰会”当天并不顺利，一开场就技术故障不断：同传音频迟迟无法通过联合国网播传送出去，加拿大总理特鲁多与法国总统马克龙的法语讲话，只有总部现场人员才听得到翻译；牙买加是本次峰会主办国之一，但是牙买加总理“千呼万唤始出来”，花了将近两个钟头才连上线；个别国家元首的话筒不该打开的时候经常“打岔”，轮到发言时却又罢工，主持会议的联合国副秘书长只能陪着笑脸请领导把讲稿再念一遍。



2020年5月28日 联合国图片

联合国译员为“2019冠状病毒病时代及其后发展筹资问题高级别活动”提供远程同声传译

虽然一路困难重重，但是从同传质量上来讲，译员们的表现还是可圈可点。会后，秘书长和分管会议管理的副秘书长接连发来感谢信，对口译的工作给予了高度评价。联合国总部的远程同传，由此算是迈出了艰难而又可喜的第一步。

展望

就在本文收尾的当天，安理会还在继续采用“各说各话”的形式开网会，尚未正式启用远程同传。又一场联合国峰会正在紧张筹备中，又有一批同传奔赴总部大楼，对刚完成改造的同传厢进行测试。更多的译员正在自己的家中通过联合国新采购的电脑、耳麦等设备参加远程同传的培训。纽约市的疫情高峰已过，但美国一些其他地区的高峰似乎才刚刚到来。

不管形势如何变化，我深信翻译这一职业不会因为疫情或技术的冲击而失去未来，但是未来的翻译行业肯定不会回到过去的状态。远程同传会成为会议口译的“新常态”吗？对于

这个问题的答案，相信很多同行都和我一样充满着期待。

在这个剧变颠覆想象力的时代，只有把学习变成习惯，把一时的得失看淡，未来的路才能更宽。借此文与附中的学弟学妹们共勉，勇于突破，迎接人生的新挑战。

同声传译小知识

在联合国，同声传译有两条基本原则：一是“单向性”，即尽量让译员从外语译入自己的母语；二是尽量避免使用“接力”，也就是译员在听不懂发言者使用的语言时，依靠其他语种译员提供的译出语（一般是英语或法语，即所谓的“搭桥”语言），再转译为自己的母语。一个“整编”的联合国口译团队应该由十四人组成：英、法、俄、西语各两人，中文和阿拉伯语各三人。之所以各个语种人数不同，是因为四种“欧洲语言”的译员只负责从外语译入各自的母语，而中、阿译员必须双向翻译，工作量相对较大，所以多配备一名译员。



2020年5月28日 联合国图片

联合国译员为“2019冠状病毒病时代及其后发展筹资问题高级别活动”提供远程同声传译

闲看庭前花，漫随天外云



朱穆

上外附中1991届校友，现为加拿大滑铁卢大学教授。

二零一八年十月的一天早晨，我同往常一样，送孩子上学后，来到办公室准备去上课。刚打开电脑，就看见一条醒目的头条新闻：我们大学物理系的一位副教授获得了诺贝尔奖！

啊？真的假的？这年头几乎天天都有各种假新闻满天飞扬，所以大家都会本能地质疑这种听上去就不太可信的消息。首先，物理系并不是我们大学的什么“王牌”系啊，在国际上的名声也绝对没有我们的数学系、计算机系、或者工程系那么强啊；而且以前也没听说过我们的物理系里有这种级别的“大牛”啊。其次，副教授？这好像有点牵强吧？大家都知道，得诺贝尔奖的人，一般都在获奖前就早已享有盛名了，大都早就是科学院院士什么的了，不太可能还是副教授啊。

直到下午两、三点钟，全国各家报刊都争相报道了这则消息，再加上校长也给全校都发了邮件，宣布要亲自带上香槟到物理系去贺喜庆功，我才相信了这是正儿八经的事，绝不是什么假新闻。后面的几天里，大家怀着好奇的心，多多少少都去了解了一些关于这位获奖者的各种情况。我也因此看到了，在她身上其实有很多我们中国现代教育观念里非常缺乏的东西。

也许是受了上千年科举制度的影响，中国目前普遍的教育观念还是非常功利性的。那时，读书就是为了中进士，做大官；现在，读书就是为了

进名校，赚大钱。反正从来都是为了得到其他东西的一种途径，从来都不是真正为了读书本身。

小时候，我父母也和大多数中国父母一样，要求我一定要把读书放在第一位。所谓第一位，其实根本就没有什么第二位，因为其他不管你想干什么——交交朋友也好，搞搞体育也好——都是得不到赞同的。幸好我倒是一从小就真的喜欢读书，对读书并无太大意见，一路读上来成绩也一直不错，所以父母也没什么可说的。直到我在斯坦福读完博士，选择要留在大学里从事学术工作的那天，他们才彻底傻眼了。我们叫你要读书好，读好书，没让你去搞什么学术研究这种没出息的东西啊！你搞这个又能怎么样？除非你觉得你能得诺贝尔奖？

所以说，功利观念普遍很重；哪怕是从事学术工作，也一定是为了要得奖、出名，不是真的为了要一门心思去思考自己想要思考的问题。如今我在大学里工作也已经快二十年了，父母仍未能理解我这个选择；想想他们当年对孩子要把读书放在第一位的要求，也真是莫大的讽刺。

最近我还听说，一位和我背景差不多——也是年轻时到国外留学、现在也是大学教授——的老兄，因为没能获得一个梦寐以求的大奖而深受打击，还要向评委会严正抗议，做了好些他将来必然要后悔的事情。在中国的这种思维系统里，你花了那么多的努力去读书钻研，却没能换来什么实

惠的好处，没能名利双收，那绝对就是失败了，由此而生的沮丧——甚至绝望——是可想而知的。

我们大学这位诺贝尔奖得主的作风，和现在中国主流教育传授的这些基本思路，可以说是截然相反的。除了做自己喜欢做的事，看不出她有任何其他的追求；什么职称、荣誉、名声、影响力，都是无所谓的，更不要说什么金钱了。她也从来没有想过要得什么诺贝尔奖，甚至连个教授的头衔都没有想过要去递个申请；她自己的原话是：这不是一件值得她去做的事。用我们中国的普遍标准来衡量，可以说她根本就没什么理想。我喜欢做这个，我就做。如果我做的东西别人觉得没什么用，那也无妨，反正我喜欢、有兴趣；如果别人觉得有点用，那也蛮好，不过对我来说，无非是我的工作产生了一个良好的副作用而已，并不影响我明天继续做我原来就一直想做的事，一切如常。

在她得了诺贝尔之后，我们大学当然很快就给她升了正教授，加拿大皇家学院也很快就给她评了院士。但是对她来说，这些东西——包括她的诺贝尔——都仅仅是她工作的副产品罢了，都是可有可无的。她还是她，没有因为缺了个教授头衔就头垂气丧，也没有因为多了个诺贝尔奖就趾高气昂。

大家也许看过好莱坞在千禧年出品的一部影片，片名在中国被译作《角斗士》。虽然影片的具体情节是以虚构为主，但是故事背景和主要人物却都是有历史依据的。影片中那位罗马老皇帝的历史原型就曾经写道：对于幸运所赐，不去炫耀亦无需推辞；拥有就充分利用，没有也不会渴求。

这样的精神状态和境界，在我们中国博大精深传统文化里也能找到；我们并不一定非要到古罗马帝国去引进。比如我们汉语里就有句成语，叫作“荣辱不惊”，有时亦作“宠辱不惊”，其实就是一样的意思；只不过当今社会对此缺乏理解，缺乏共鸣，缺乏认同。

这种在中西方文化里皆能找到的东西，往往都是很有价值的；否则，它也不可能一次又一次地在时空坐标的不同点上反复出现，所以尤其值得我们回味和深思。

上外附中在这方面，确实给我们这些学生们提供了一片得天独厚的环境和氛围，让我们从很小的时候开始，就能在中西两种文化传统的交融中成长。比如，我们那时就已经尝试过化学课和计算机课会偶尔用英语来上；历史课上也会读美国《独立宣言》的原文；数学，物理，和美术课上，除了解题，实验，画图之外，还能聆听老师跟我们介绍名家——如笛卡尔，胡克，还有梵高——的生平故事；语文课上，更是能欣赏老师跟我们讲述道家和儒家对“出世”和“入世”的不同看法。被这样熏陶过六年之后，我们看各种问题的角度自然就更广，对整个世界的认识自然也就更深。所以我一直觉得，当年自己能到上外附中来读书，实乃人生之一大幸也。



加拿大滑铁卢大学教授，2018诺贝尔物理学奖获得者唐娜·斯特里克兰

云中杂谈

沈 忱

上外附中1995届校友，上海外国语大学经济学硕士。
长期从事证券投资工作，现经营一家私募基金管理公司。
上海外国语大学国际金融贸易学院校友会的会长，上外附中校友会理事。

我们上外附中的同学毕业以后去国外留学的很多。我听说这几年每年都有超过40%的毕业生在高中毕业以后选择去留学，比我毕业的那个年代多多了。我是1995年从上外附中毕业的，我们那个时候大约只有20%的同学出国留学。这证明这些年中国人民富起来了。我们那会儿即使能拿到国外大学的录取通知书，没有全额奖学金的话也只能“望洋兴叹”。

我自己也凑过留学的热闹。读高中的时候很多同学开始准备出国留学，去读托福，我也跟着去了。读托福不是学校规定的课程，而是自己的选择，所以可以算是我人生第一次“生涯规划”。这次规划的出发点就是凑热闹：因为成绩好的同学都去，所以我也去了。

当时每周有两个晚上要出去上夜校，折腾了一年半然后去考试。考得一塌糊涂。这个结果挺公平，因为我记不住单词。

考托福词汇量是很要紧的，记不住单词就不会有好成绩。我同寝室的一个同学记性好，我很羡慕他。他背100个单词，第二天能记住60个，我到第二天只能记住两个。后来他的托福成绩考得很好，考上了哈佛，拿到了全额奖学金。

我的大脑有个特点，就是强记能

力特别差。这是我很多年以后才有的自知之明，读中学的时候不知道，只知道背诵和默写是我最痛苦的事情。

上外附中的初中生都要背课文，3L, Meet Sandy and Sue。老师的要求是要背得一字不差。但是我常常会背多一个词、或少一个词、或改一个词，意思差不多，也通顺，但就得了不了优了。默单词的成绩更差。我从来没有到过90分，每次默100个要错10个以上。不是把i写成了e，就是把ow错当成au。幸好默单词的成绩折合到考试成绩中只占10%，而我听力、语法、阅读、写作都还不错，所以总成绩还能混个中上。但是到考托福的时候，我的缺点就放大了。

因为折腾托福考试的关系，别的学科也受到了影响，成绩也下来了，这让我很沮丧。第一次“生涯规划”便这样惨淡收场。我想我还是老老实实准备高考，别折腾了。高二的下半学期，我就安安静静刷题，参加数学、物理竞赛，半年以后成绩又回来了。

高三开学不久有一次全市八所重点中学的模拟联考，那时学校的直升的名额是按照模拟联考的成绩来分配的，所以模拟联考实际上就是一次提前的高考了。

那次我英语考得特别好，接近满

分。高考英语和托福不一样，对词汇量的要求不高，但是对语法点的考察很细。语法点不靠强记，掌握了就可以触类旁通。所谓“尺有所长、寸有所短”，我的强记能力很差，但是理解记忆能力挺好，这也是多年以后才发现的自己的慧根，当年也不知道，只知道我应对语法问题得心应手。而且高考英语也不用默单词、不用背课文，恰好避开了我的弱项。

我们班现在大约有一半的同学在国外工作和生活。有些是高中毕业就到国外去留学，有些到大学里再申请留学，有些是本科毕业以后甚至工作一两年以后再申请留学，还有一些因为工作的关系被派驻到国外。也有几个在国外留学后工作几年又回到中国的。

我们班有两位成绩很优秀的同学，高中毕业同时直升去了上外的国际会计专业——那时候直升的名额和专业选择也比现在少很多，能直升上外经济类专业的都是年级排名前十的同学——毕业以后一个到SAP的上海分公司工作，前几年职位晋升，从上海调到了德国；另一个选择到德国去留学，硕士毕业以后也进入德国SAP公司工作。这真是“条条大路通沃尔多夫”。

这些到国外去留学、工作和生活的同学有什么共同点呢？我想了老半天也没找到。这和中学时代的学习成绩不相关，和擅长文科还是理科不相关，和性别不相关，甚至和外语成绩好不好都不相关。如果一定要找出什么规律的话，那就是在国外生活的同学大部分在中学的时候就会做饭，而

不会做饭的都留在了上海，比如我。所以同学们如果抱着一定要出国留学的志向，现在学会做饭，自理自立。

“上善若水，水善利万物而不争”。今天的社会是海纳百川，无论你现在选择哪条路径流下去，最终都会成为滋润万物的一份子。

有几件小事，但也许很重要，无论你现在选择去哪里，将来到了哪里，过得怎么样，都要记得经常在班级群里冒个泡，在朋友圈里给同学点个赞，教师节给老师送上一句祝福，把这当成一生的“作业习惯”吧！

我在证券行业工作，开一家微型的私募证券基金管理公司。

我还记得1990年的冬天，我当时上初二，在一堂历史课上，我们的历史老师突然提起了一个新名词，叫“股票”。并且还很郑重地推荐说：“让你们的爸爸妈妈去研究一下这个东西。”

那个周末我回到家，跟我父亲提起了这件事。出乎我的意料，我父亲说他已经开始做股票了。那个星期天（那时还没有双休日，周末只有一天休息）他跟我讨论了很多他最近一个月的学习成果，包括国库券（国债）和股票。我们对国库券讨论得很热烈，初二数学正好学到了指数运算，所以我很容易接受复利的概念。

这后来成为我在证券行业工作的一个小小的优势：历史长、资格老。那些比我年长20岁的人在中国证券市场的经验却不会比我更长，1990年之前中国是没有证券市场的。

对年轻人来说，从事一个新兴的刚启蒙的行业有很大的机遇。因为大家都是从零开始，老家伙们没有任何优势。但是如果到一个成熟的行业，就免不了要论资排辈了。

高一的时候，陆敏老师是我们的班主任，我是团支书。

我们班级的男生都喜欢下军棋四国大战，课余时间经常一群人围在讲台前下棋。棋分四国，参与的人却有十多个，我也是其中的常客。有一天晚自习课间我们下棋忘记了时间，到第二节自习课上课的时候还对战正酣，被巡查的老师抓个正着，军棋没收，告到了班主任那里。

我一向是一个遵守纪律的人，团支书都是这样的。违反了纪律心里很不是滋味，所以我主动写了份检讨书第二天交给陆老师，陆老师只说了句“下次不要再犯”，把军棋还给了我们。那以后再没有发生类似的事。现在看来那只是一件很小的事情。

我硕士毕业以后到了一家投资

公司从事证券投资工作，得以结识一些当时证券市场叱咤风云的人物——准确地说是我认识了他们而他们不一定记得我。在一次桥牌活动中认识了德隆的唐万新，市场上人尽皆知的“大庄”，一年多以后他因为操纵市场被捕入狱；在一次公司年会上见到了农凯的周正毅，上海滩的“地产大王”，半年以后他也因为操纵市场被捕入狱。我认识的第一个公募基金经理叫李旭利，当时他在南方基金工作，他们的基金卖不掉，听说我们公司要买，就主动来推介。后来他成了明星基金经理，又过了两年，是的你们都猜到了，他因为内幕交易被捕入狱。

我到今天还没有被捕入狱，要感谢在上外附中养成的遵守纪律的习惯。还有就是，犯了一点小错误就要主动承认，“下次不要再犯”。

新兴行业有大机遇，也有大的风险。最大的风险不是生意失败、损失金钱，而是违法犯罪。新兴的行业规则不清晰，也没有什么监管，只有靠自律。

而且违法违规的事情做起来一时都很爽，也不见得马上就有人来阻止，但是终究是要秋后算账的。在面对诱惑的时候还要能够自律，习惯很重要。遵守纪律是一种好习惯。养成了这个习惯，将来遇到事情的时候，你的第一反应、本能的反应是遵守纪律遵守规则，要突破规则就会三思而行、权衡利弊，这样能保护自己。如果第一反应是无视纪律无视规则，大胆去做出了事再说，那么离出事也就不远了。



上外附中1979届法语班毕业40周年庆



出污泥而不染

庚子年夏日漢民攝



封面：小七孔景区一景
封底：出污泥而不染

摄影 古鹏宪
吴汉民