

P & R 实见

PRACTICE & REFLECT
2019 - 2021

道尔顿学院
北大附中

EXPERIENTIAL
LEARNING
PROGRAM

03

ELP

体验式项目



11

ELP团队

01 教师团队

02 杂志学生团

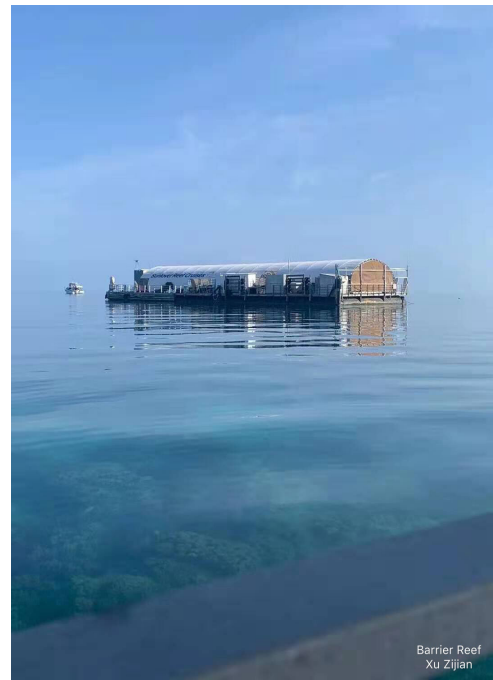
主编：袁哲
内容编辑：徐艺萌，李姝洁，刘芳菲，贺兴怡
美术编辑：许欣怡，黎佳泳，聂羽洁，李佳懿，唐雅昕
主编审：Spencer Fowler、曾瑶、Aileen Lee、李珞珞
副编审：高晓燕、王晶岑

05

领导寄语

07

师说ELP



14

项目回顾

目录

社会问题

17

约旦-中东
难民研究

21

新工人社区
服务与调研

23

孚王府社
区活化

27

性教育与
社会服务

职业探索

33

生涯探索与
专业体验

37

艺术疗愈

41

“后疫情
时代”服
装实验室

45

媒体人职
业体验

文化体验

53

日本-匠人
精神与文化
传承

57

福建泉州闽
南文化探究
与多元表达

61

新加坡-
城市可持
续发展

65

延庆考古
发掘与博
物馆策展

69

北京口述史
与历史定向
越野

艺术设计

77

纪录片与影
像人类学工
作坊

81

中国文人
艺术沉浸
与策展

85

舞蹈艺术与
交互沉浸

89

定格动画
工作坊

自然科技

95

澳大利亚-世
界遗产中的海
洋科学探究

99

自然创
变者

103

生物物理学实
验探究与科普
传播

107

从数学到未
来城市

ELP, 全称 Experiential Learning Program, 是北大附中道尔顿学院特有的一种沉浸式体验教学项目。

体验式教学项目按照发起人不同分为三类:

由授课教师发起: ELC (Experiential Learning Course) 与所讲上课内容相关或者是内容的延伸拓展。

由学生发起: IELP (Independent Design ELP) 一个或多个学生参与组织设计, 旨在锻炼学生的项目管理能力及团队合作能力, 项目通过答辩后方可开展。

ELPC (ELP by Coordinators) 项目协调员根据学生和老师的的需求以及市场外部信息, 设计出有意义的项目。

在每个学年的第一学期期中, 北大附中道尔顿学院的同学们会选择自己感兴趣的项目, 开启他们为期一周左右的体验学习。学生将在教室外积累经验, 用感知感受世界, 脱离课本和文章上抽象的描述, 建立并完善自身的世界观。

ELP

项目汇总

2019

科技艺术类

新加坡-城市可持续发展

澳大利亚-世界遗产中的海洋科学探索

苏州-传统文化与乡野构建之旅

云南-高黎贡民族传统文化与自然保护

西班牙-伊比利亚: 抵达西方历史与艺术到垭口

海南三亚-海洋生态保育与公共艺术创作

人文社会类

日本-匠人精神与文化遗产

约旦-中东难民研究

不丹-喜马拉雅幸福可持续课堂

肯尼亚-拯救东非大裂谷的黑犀牛

贵州-苗侗文化探寻与青年领袖训练营

福建泉州-寻踪刺桐城: 闽南文化探究与多元表达

湖南-湘西精准扶贫效果调研

自然科技类

垃圾艺术家

自然创变者

冬奥会场馆周边生态监测科考

中科院生物物理所实验探究

从数学到未来城市

艺术类

定格动画

服装实验室

艺术疗愈

中国文人艺术体验与策展

舞蹈艺术与交互沉浸

纪录片与影像人类学 新工人社区服务与调研
生涯探索与职业体验

人文社会类

孚王府社区活化

媒体人职业体验

性教育与社会服务

“折叠的北京”口述史与历史定向越野

延庆考古发掘与博物馆策展

Spencer Fowler博士

北大附中集团校国际项目首席执行官及负责人，道尔顿学院院长



体验式学习是一种延伸至传统课堂以外的教育。

道尔顿体验式学习项目 (Dalton Experiential Learning Program, ELP) 把道院师生与外部世界的实践项目连接起来，让他们经历智力、品质和技能多方面的挑战。这种教育形式创造出了推动世界和全球社区发展的成果，同时也创造了一个勤勉而充满活力的学校社区。

还有比这更好的学习方式么？体验式学习可以考查我们共享的知识、技能、资源、人际关系和责任担当，在这个过程中我们才能发挥潜能，做出真正的贡献。我们究竟致力于取得什么样的成就呢？仅仅是绩点、资质、财富、地位、声望，或是无足轻重的所谓传承？

每个人都有内在的闪光点，但是我们能否让这种独特性得到充分的发展和实现呢？这不仅有利于我们自身，也会造福于世界。对自我价值的评估基于一个标准化的模型，它既不认可也不优先考虑我们每个人内在的潜能和天赋。对于大多数人而言，这种内在的可贵之处始终都无缘被发现，往往难以避免被忽视和浪费的命运。

对于学生和他们接触到的人而言，体验式学习丰富了彼此的人生。基于体验式学习原则设计的课程和活动使这一点成为可能。我亲眼目睹了灵感的应运而生，在此之中有对他人的责任和承诺，和肩负起这些责任和承诺而成长起来的学生们。

学生们前往不同的国家，是为了更好地了解各地的文化、传统，也了解当地人生活的困顿苦楚。每年，我们都有学生前往约旦，与逐年递增的、那些无法正常学习和工作的难民一起交流。这些经历促使学生们发起了多个项目，所有的努力都旨在帮助那些陷入困境的人。我们设置了相关的Access奖学金，通过辅导项目、论文、在中国各地的巡回演讲以及国际媒体报道等多种方式来获得更多的资源，以期为中东地区的弱势群体带来更多的帮助。

学生们与项目所在的当地临终关怀中心的绝症患者建立起了联系，那些患者在生命最后时刻的讲述不仅激发了学生们分享这些故事的兴趣，还让他们与自己年迈长辈的关系变得更加融洽，促使他们去探索和理解自己的家庭、文化和独特的生活。

并不是每个学生的学生都能从讲座、小测、考试、论文和考试中获益。事实上，很少有人会认为自己能够以这样的方式为这个庞大的学科做出贡献。由于学习时间有限，学校会倾向于内容优先，而这会使学生疲于奔命；然而，手握心脏切片，研究海拉细胞，提取鱼油，观察细菌，正是这些经历激发了学生们的兴趣，让他们真正发现自己在该领域的激情和天赋。

体验式学习——在校园里，在中关村学区里，在国内各地和跨越国界——致力于发掘与培育学生的独有特性，提供学生机会去发掘他们的潜在能力、做出比单纯应试更有意义的贡献。

体验式学习不仅为我们的学生提供了不同的机会来证明他们的能力，也让他们挥洒自己的热情来推动这个我们共同享有的世界进一步向前发展。现在就开始行动吧，教育必须有所改变，而ELP具有无限的潜力。你希望如何成名？你将会带来怎样的改变？

当我们还是孩子的时候，我们主要是通过参加真实世界的活动并与他人进行真实的互动来学习的。在天生的好奇心与跃跃欲试的意愿的引导下，我们通过亲身实践和反复试错来学习。我们更愿意把“学习”当作是一个虽然“混乱”、但总是在循环中不断提升的过程——尝试、假设，尝试、解决问题，尝试、修正，再尝试。正是这样一个“尝试、解决问题、制定策略、最后取得成功”的过程让学习成为一种令人兴奋的体验，也让学到的经验和教训令人难忘。在这个过程中，孩子们开始理解何为毅力与韧性及其所具有的独特价值，并逐渐在体验式学习中培养出这些品质。

为了提高效率，学校却以一种不同的方式来组织教学，从真实可触的学习转向那些主要涉及语言、思想和认知的内容。那些曾经实实在在的学习体验变成了以智力为主要培养目标的内容；与此类似，实践性的学习转向学术性的活动，主动探索转向被动接受，创造性表达转向死记硬背。至少对一些学生来说，“学习”本身变得不再那么令人激动和印象深刻了，这是很可惜的事情。

体验式学习既是一种教育哲学，同时也是一种行之有效的实践策略。它让学生们有机会边做边思考、并通过思考“边做边思考”这一过程来进行学习(这种实践被称为“行动中的反思”，有时也被称为“元认知”)。体验式学习将理论知识和学术研究应用于现实生活。它包括直接的体验和积极的参与，并在意义建构中进行集中的反思。它重新引入了另一种“学习”方式，鼓励学生对事物之间发生关联的方式和机制产生更深刻、更丰富的理解。正是因为如此，高中的体验式学习项目将给学生留下鲜明的回忆，即使毕业之后也会铭记在心。

道尔顿的体验式学习项目是我们“学习三要素”中的第三个要素。

我们的ELP项目为学生补充了实践经验，拓展了学术视野。道尔顿ELP鼓励学生思考，或者重新思考他们在课堂上学到的东西；鼓励他们通过真实情境下的研究，从不同的角度去阐释并逐渐获得更深层次的理解。通过这种方式，道尔顿ELP尝试帮助学生去理解“情境”的重要性，让他们体会到从多角度看待事物的必要性。在ELP的各类活动中，学生们以不同的方式参与其中并和彼此交流，他们锻炼了独立性，更充分地发挥了他们的想象力、好奇心及创造力，以意想不到的方式建立起课堂与真实情境、不同学科与情境之间的关联，并重新体会到不同的“学习”方式带来的久违的喜悦感。

这两年的体验式学习项目以世界及北京地区的各种项目活动为特色。以下你将会读到的是学生眼中他们的奇妙旅行。上至不丹的崇山峻岭，下至大堡礁的海底世界，东至日本，西至西班牙，从远在约旦的难民营到近在京城的实验室、图书馆和文化景观，我们希望你能够享受其中！

非常感谢高清老师、尹鸿洲老师和道尔顿学院各学科老师们对今年ELP设计和研发的协助与建议；感谢你们让学生们对周围的世界充满好奇——渴望通过实验来学习、以不同的方式创造意义和新知识。通过这些经历，学生不仅会获得关于其他地区和其他人的认知，也会对身边朝夕相处的人产生新的认识，从而重新发现自己。



Ian Harold Deakin

北大附中国际部副院长及教务主任

师说ELP



“这次和媒体人ELP项目一起出行，让我看到了平时在校园里熟悉的同学们不一样的一面。在七天的媒体人ELP结束，给我留下最深印象的还是每位同学在这个项目中被激发出的坚持、真诚、聪颖和求索。希望这样优秀的学习和适应能力能够伴随每一位同学，这便是体验式学习课程能够留给大家的最美好的余温。每个人眼中的“它”都是不同的。”

——田诗棋 / 媒体人项目



“通过皮村这个项目我和同学们一起看到了社会的多样性，每个人对同一个事物可能会有不同的看法，这没有高低对错之分。希望我们可以保持对周遭的关心，对生活的热爱。”

——吴迪 / 皮村项目

“一周的ELP虽然时间短暂，但所有师生一起度过了美好的时光，共同学习和探讨了性别和性教育议题。在项目的最后几天，很多同学都更加能打开自己，分享自己在性别探索中的思考和迷惑，也愿意为同伴提供包容和支持。虽然项目已经结束，但希望同学们能对性与性别保持科学开放的探索，对性少数人群和更多弱势群体持有共情与支持的态度，积极影响身边的家人朋友，共同营造一个多元和包容的校园环境。”

——崔文笛 / 性别项目



“这次难得的活动机会给我们师生提供了一个心灵的小窗，我们有机会和艺术家在工作室攀谈、也可以跟随他们到大自然里进行艺术创作。很多瞬间地快乐如同吉光片羽留在了记忆里，我们也从丰富而饱满的古典文化里找到了自己的连接方式。即便不去思考那些深刻的问题，在这次体验式学习中，我们也习得了一种在将来生活里可以随时拾起的，用艺术表达自我的方法；也收获了一份亲近古人的心情。”

——尹鸬洲 / 中国文人艺术项目



“在这次ELP活动中，通过与北京市城市规化院等多家单位的合作，我们利用孚王府社区活化利用方案设计这个项目为道院的同学们提供了一次非常难得的学习与实践机会。虽然受五天的时间安排所限，同学们不免有浅尝即止、意犹未尽之感，但与课堂上对于中国传统文化的学习相比，大家在这五天课程中收获的是再真实不过的体验。”

——黄晓鸬 / 孚王府项目



“我们每一个人的大脑里都有一个守门员，它会按照外界的要求告诉我们，什么应该，什么不应该，要怎样，不要怎样。时间长了，那个真正的自己已经被埋没，没有了踪影。而艺术让我们把这个自我解放出来，让我们看到它、感受它、接受它、爱上它、关照它。在艺术疗愈ELP上，我看到了每一个学生最真实、也是最美丽的一面。”

——尹璞 / 艺术疗愈项目

“疫情下...”



由于受到疫情影响，2020年北大附中道尔顿学院的ELP(体验式学习项目)全部在北京进行。虽然没有以往那么多项目目的地，但今年的ELP拥有了更多丰富的学科主题；也给了我们机会充分感受北京的魅力、结识在偌大的北京城里形形色色、各行各业的人。

学生去到北京松山国家森林公园进行生态监测，得到生物多样性数据样本；也有去到中科院生物物理所进行果蝇基因等生物实验；还有去到孚王府社区规划院献计献策规划方案，更有去到皮村，弱势边缘群体生存现状的调研。ELP项目对学生产生的影响不是片刻瞬时的，而是有长久影响，且带来深刻思想烙印的。



梁斯乔 ELP项目影响深远

2021届毕业生梁斯乔同学曾通过北大附道尔顿的体验式学习项目，在高一时前往约旦研究难民群体，在两周里走访了十余家当地政府组织和联合国，走进当地最大的难民营和贫困街区。通过这样的经历，他在高二高三选择难民研究作为独立研究项目的选题。

这个申请季，他拿到布朗大学、伦敦政治经济学院以及纽约大学阿布扎比校区的录取，最终选择追寻自己对中东和难民研究的兴趣，入读纽约大学阿布扎比校区。



海口学生参与ELP项目

北大附中道尔顿学院秉承“一校两址”(One School, Two Campuses)的宗旨，两校学生共享同一领导团队、培养目标和教学理念，并共享同一教学团队和课程体系，北大附中特有独立创新项目，也由北京和海口校区的同学们共同参与。

虽然疫情原因导致2020年的ELP无法与海口分校一同举办，但海口分校也在同一时间举办了特色ELP，为学生带来体验式学习经历。



在这里，学生感受自然的味道，发现自然的美与奥秘，重构我们与自然的关系；

在这里，学生看见偌大的中国里形形色色、各行各业的人和他们的故事；

在这里，学生从城市历史、文化和生活方式的视角，重新解读这个熟悉的家乡。

教师团队



高清

ELP项目首席

北京大学社会学系硕士，研究兴趣社会工作实务、社会组织机构管理、项目设计与评估等。致力于帮助同学们在直接的体验和实践的探索中认识自己、认识世界，建构自己的知识架构并应用于学习和生活。

尹鸩洲

ELP项目老师

94年产南方人，UCL应用语言学硕士，体验式学习项目老师。热爱阅读与文学，善于观察与沟通，双脚踏万里路，脑袋行天马空。愿意与同学们一起，探索世界和人生的千百种奥秘。



高晓燕

ELP项目老师

英国兰卡斯特大学市场营销专业一等学位毕业硕士，有多年教授英语及在新东方等大型机构从事游学研学等体验式教育项目的经验。帮助学生开阔视野，积极帮助学生获得21世纪人才要求的能力及UNESCO SDGs全球公民意识。



王晶岑

ELP项目老师

悉尼大学应用传媒硕士，东北师范大学教育学原理学士。热爱教育与传媒事业，具备多年教育与传媒行业工作经验，善于挖掘，勤于实践。拥有一颗对世界的好奇心和探索的童心。

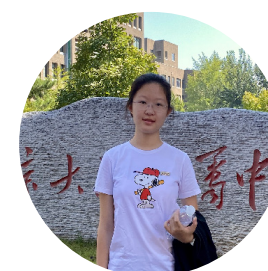


杂志学生团队

内容编辑



徐艺萌



李姝洁

主编



袁哲



刘芳妃



贺兴怡

美术编辑



许欣怡



黎佳泳



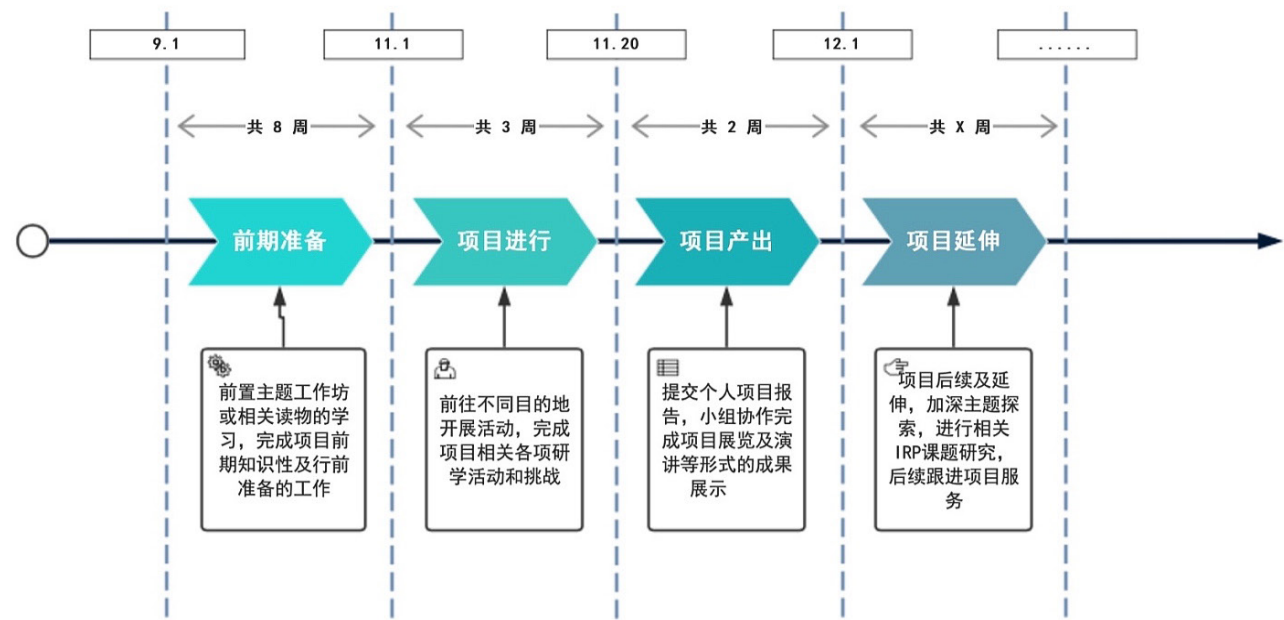
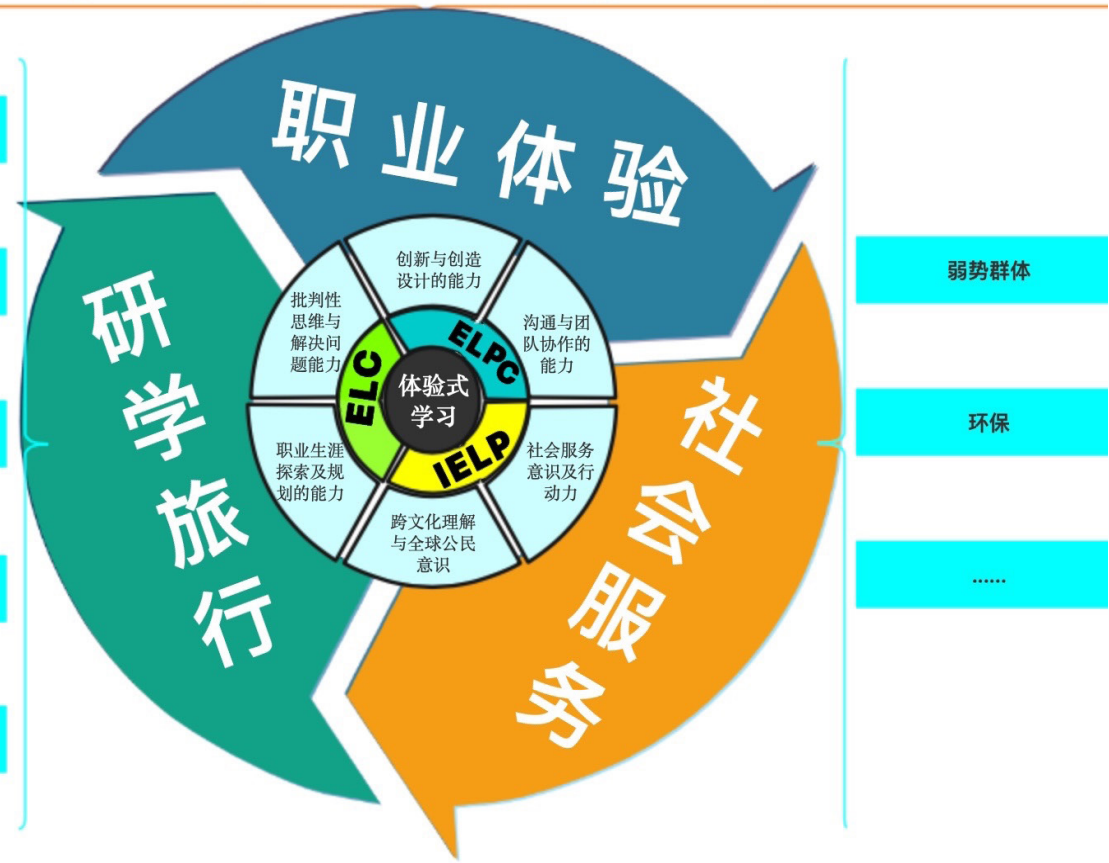
聂羽洁



李佳懿



唐雅昕



体验式学习项目架构



项目回顾

社会问题类



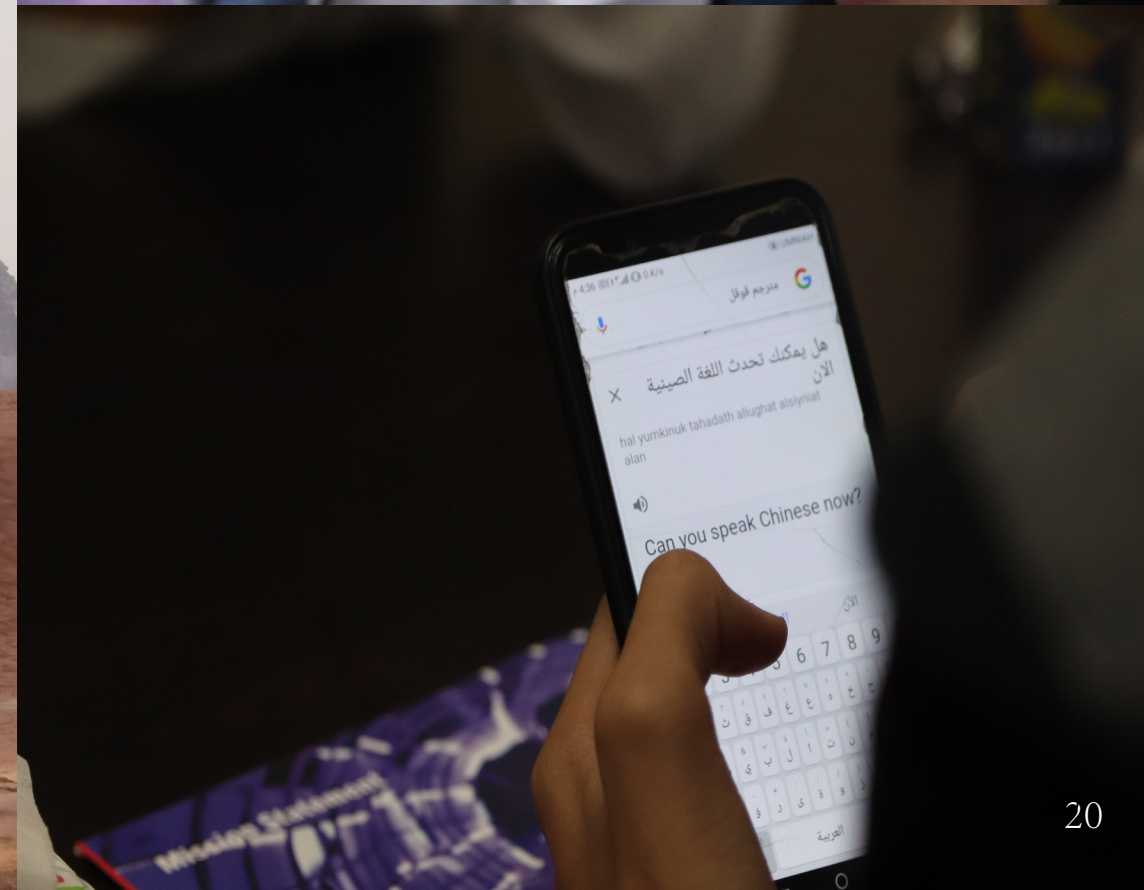
约旦—— 中东难民研究





ELP约旦之行包括访问约旦高中、难民营、佩特拉、杰拉什、乌姆盖斯、卡拉克、阿吉隆和死海等历史遗址。学生们见到了约旦政府和联合国官员、记者、作家以及中国驻约旦使馆人员。

学生与约旦难民及同学建立了深厚的友谊。





皮村 北京之中城市之外

撰写 | 侯伊然

通过众爱慈善商店的管理者，我知道了众爱慈善商店的基本运营模式是大家无偿捐赠。这些被捐赠的物品首先会被再次捐赠给那些有需要的机构，例如孤儿院。剩下的物品会被拿到商店里进行细化分类，分出档次后再来进行售卖。这个机构也在不断的创新，例如他们近期在物品分类上创新出了潮品汇。他们把款式和质量更好的物品挑选出来单独售卖，而价格也会相对高一些。这考虑到了顾客的感受和需求，希望实现商品价值的最大化。

采访过后我了解到了一件很有意义的事情：以后，在我们捐赠的时候，我们应该了解到哪些捐赠物品是真正符合要求的。有一些东西我们捐赠了其实会给别人带来负担，例如在捐赠衣物时，众爱商店主要接收七成新及以上的衣物，而如果我们把一些比较破旧的衣服捐赠过来的话，不仅会给他们造成分拣工作上负担，还会给他们造成处理废物上的金钱消耗。这个捐赠标准应该被广泛宣传。并且，在以后的捐赠公益活动中，组织者也应该先了解接受捐赠的机构标准，然后再做宣传，有效的提高效率。我们在旧衣募捐活动中就对这项标准做了宣传。我们的旧衣募捐活动比预期要好很多，如果我们早一些做宣传可能会得到更好的效果。



撰写 | 杨昊翀

原本以为皮村是一个非常破败、消费水平很低、居民们生活需求都得不到满足的“乡村”，但来到皮村，走在社区的主干道上，我就因街边各式各样的店铺与便民设施而感到十分惊讶。走两步就能看到一家理发店，卖熟食的商店飘出饭菜的香味，各式的衣服摆满了货架，使得这个城中村看起来十分繁荣。随便拐进一条小巷，便可以看见在小巷上空杂乱交织在一起的电线，地上的脏水与拐角处丢弃的垃圾传来阵阵异味，楼道内堆积的生活杂物与落下的灰尘体现出了这里人们生活的拥挤和不易。



怎么保护古建筑，怎么活化古建筑每个人的想法都不一样。但无论是哪种策略，都有着共同点：保护古建筑保护的并不仅是其本身，更重要的是其内在的古文明遗风，属于中华民族的民族文化魂魄。而保护的目的是，在于将这份民族文化传播出去，让人们认识，看到，接收到，这就是活化建筑的目的所在。如果一个保护策略符合这些特质的话，那么无论它的保护策略如何，保护建筑已然完成了属于它现代的价值，而那份保护策略也就可以成为成功的保护策略了。古建筑所处的时代已然截止，它们的辉煌过去已不在，但新的时代还在决定它们的命运。虽尘埃落定，却似是而非。它们的未来掌握在我们手中，而责任也落在我们的肩上。昨日已逝，明日将至。





在乎王府项目中我以一种新的角度去观察、理解、体会。这种角度使我看到了绵绵秋雨下史家胡同的安逸平和、东交民巷胡同的安详典雅、恭王府的恢弘大气、模范书局的厚重圣洁，它们用自己独特的一面深深的吸引了我。我被深深的震撼到了，但这震撼绝不仅仅只停留在书上所描写叙述的定义，更是任何语言都无法形容的东西，是那种只有亲身感受才能得到的内心深处的触感。

同一座城，不同的王府。一个相同的朝代起源，两个不同的故事。北京历史的曲折性和不可预测性在这一段行程里体现的淋漓尽致。而两个鲜明的对比也让我反思在近代的岁月里我们是否真的意识到了古代遗迹的可贵，是否真的做到用心去保护它们。可是，哀叹之余，我也感到大有收获。在短短的几天时间里，我感觉自己和孚王府有了一种神秘的联系。这种联系不仅出于足迹本身，更出于对王府规划的日日夜夜里。



在 ELP 行程之中，我们也学会了很多之前没有接触或者了解很少的课程知识。第四天我们聆听了性教育的课程，本来觉得我对这个主题有相对来讲比较深的了解，但我还是从中学到很多我之前比较模糊或者根本不了解的知识，感觉在全面性教育这方面有了更深入的了解。全面性教育是一个基于课程，探讨性的认知、情感、身体和社会层面的意义的教学过程。其中定义里有我很喜欢的一句话“帮助儿童和年轻人学会思考他们的选择如何影响自己和他人的幸福”。我觉得学会被爱和爱别人也是对人类非常重要的课程。我觉得我从小非常缺这方面的教育，该如何爱别人和爱自己还有学会被爱都是从自己的原生家庭的相处模式中学来的。但是其实如何对待爱，如何给予爱，都是需要理论基础的庞大的功课。除了面对性别的教育之外，有很多理论知识也是非常有趣的。在第二天，我们聆听了有关跨性别群体的现状以及他们面临的困难的讲座。我印象最深的是那个大卫的手术，我明白了性别认同不是能被后天的条件所改变，而是天生的一种认知。我还了解了扭转治疗，明白了其内容以及对这个问题的一些政策。我之前不太清楚扭转治疗这个概念，但是这次科普告诉了我，我的身边还有许多仍需注意到的事情，没有进入人们的视野。我觉得性教育，以及一切人们为了推动性别平等，消除性少数歧视的目的就是这个：使边缘化的群体有机会过上平常人的生活。



性别相关社会问题调查

儒家文化中成长起来的中国，早已建立了稳定的性别系统。“夫为妻纲”的父权观念渗透到生活中每一个地方，从基本的生理需求，到职场就业，再到整个社会系统的运作。这使得除了二元性别体系中“男异性恋”的其他群体，会受到更显著的“凝视”。对于信息更替，文化交流更频繁的人群来说，他们知道歧视应该被禁止，希冀凝视被消除。但对于乡镇地区，这种改变所受到的阻力则更大。即使平权意识，以及LGBT的平权运动本身，已经不是一个新兴的概念，但在缺乏激进与改革思想的和平年代，中国官方对于性别平权的推动力度自然不进反退。

这些平权议题让我产生一种强烈的使命感，但我并不能系统地规划出一条路线。对未来没有明确认识的我，知道这种使命感是渺小而微不足道的。只希望在将来，或许我可以真的做些什么，一点一点地打碎这些玻璃天花板。

第二个板块是LGBTQ社会型企业。这次ELP和一些相关机构的合作给了我与其中员工接触的机会。

我个人感觉这些拿着微薄回报却干着比其他公司要求更累的任务的成年人从某种意义上讲其实是一种殉道者。做采访的时候他们很经常提到的一个词就是信念。目前尽管性少数议题在大众的视线里出现频率相对而言高了一些，但观念的进步仍是不多，再加上政府有意的压制和忽略，性少数群体在平权方面能获得的成就只能是一点点往前推的。

但这些人是很乐观的，而且尽自己所能去做最大的努力，把性少数群体往越来越可见的位置抬，去做平权，去吵架，去教育，去做学术研究，去拯救，去改变。

像我在采访稿的开头所写的一样，在一个性少数群体仍被置放在不可见的灰色区域的地方，总会有人为了自己、同胞、和世界的未来而放弃很多，再捡起很多。在追求平等的道路上，萤火之光也可以汇成银河万丈。



职业探索类





梦想培养皿



撰写 / 贾静雯

传媒这一板块是给我最大启迪的，我和同学 与老师一起去参观了“首都之窗”的工作地点。“首都之窗”主要是负责北京的一些事务文化等内容的传播。我们采访了“首都之窗”的主编，在整个采访过程中，我深刻的感受到了兴趣对于我们以后发展的重要性。在采访的时候，我问那位主编，“从事新闻行业累吗，加班是不是很多？”主编的回答让我印象深刻，她说，“我以前跑新闻的时候加班出差真的很多，但是每一次加班出差我都不会感觉累，因为我是真的特别热爱新闻，我每一次写稿子都是用我满腔新闻热血去写。”通过她的回答，我深刻感受到了兴趣的重要性，这也帮助我明确了我以后选择专业的一个非常重要的指标，那就是兴趣。

生涯探索与专业体验营

撰写 / 孙天骄

作为一个以后要学生物专业的学生，在这些职业体验中，我最关注医学领域。我以前一直对医生这个职业有一种刻板印象，就是没日没夜的做手术。但这次体验了模拟医师问诊和诊疗方案研讨后，我深刻的体会到沟通能力对于一名医生的重要性。比如说，很多普通人其实不需要知道那些学术性的专有名词，我们询问病情和提出解决方案时，要站在对方的角度说话。额外地，医生最容易忽略的点就是从感性出发。我们要在必要时适当安抚病人心态，不必太“实事求是”，这样反而会误导病人，从而对自己本身没那么严重的病情脑补出更负面的状态。

法学上，我更是认知到了以前从未接触过的知识。庭前准备中，我们了解了具体案例和现已定下的法律。在模拟法庭的过程中，我担任法官一职，充分体会到权力在手的重要性。在仔细听审了被告和原告双方来来回回的发言中，我明白了其实同一件事是可以从两个完全不同角度被诠释的。每方各有每方的优劣和道理，但最终的结果掌握在我，法官，手中。

撰写 / 阳思语

本次我的 ELP 项目是梦想培养皿，这是一个关于个人职业和未来生涯探索的项目。我之所以会选择这个项目，是因为并不了解我想选择的专业的具体内容和发展前景。并且希望通过这个项目能让我对各个专业的想法不仅仅局限于之前的认知，可以打破对其他专业的刻板印象，或许还能从中发现其他我可能会热爱的专业。

在这次项目中，我们涉及到了心理、医学、法学等多达六个方向的专业讲解。首先在此之中，我对法学有非常深刻的印象。在法学的项目模块内，我们进行了模拟法庭活动。在这个活动中，我认识到在真正的法庭开庭前的前期准备是非常重要的，因为这可能很大的影响到了最后的结果。而且我认识到了学法学，如果仅仅背法律条文这是完全不够的，我们要合理运用每一个法律条文。并且老师还有提到，并不是每一条法律条文都是百分之百正确的，所以对于每一条法律条文，我们都应该有自己的理解认识。这也给我带来了很大的启发，比起在现场的优秀即兴发挥，充沛的前期准备会让我们变得更加有底气，也更加容易取得成功。

还有一个专业学科，也让我拥有了很多思考，那就是心理学。心理学是一个以实验为基础的学科，但是心理学实验很多时候会涉及到伦理问题，很大部分的实验可以在动物



身上进行，但是在人身上进行实验却是不被允许的。比如说在早些年的心理实验中，面对犯人和狱警，即使得到了很出人意料的结果，但是这给囚犯与狱警都造成了非常大的心理伤害，所以现在这种实验不被允许再进行。并且老师还有提到，如果我们想在美 国读心理学专业，那我们至少需要 5 年或以上。比起其他专业，这是一个非常长的时间。

从本次 ELP 项目中，我认识到专业其实是可以结合起来的，有很多专业中间有非常多的相似点，比如说经济专业与数学专业就有非常缜密的联系。通过这次项目，让我对未来专业的选择更加确定，也变得不那么焦虑。

EXPLORE

DREAM

艺术疗愈：

触摸真实



真实的

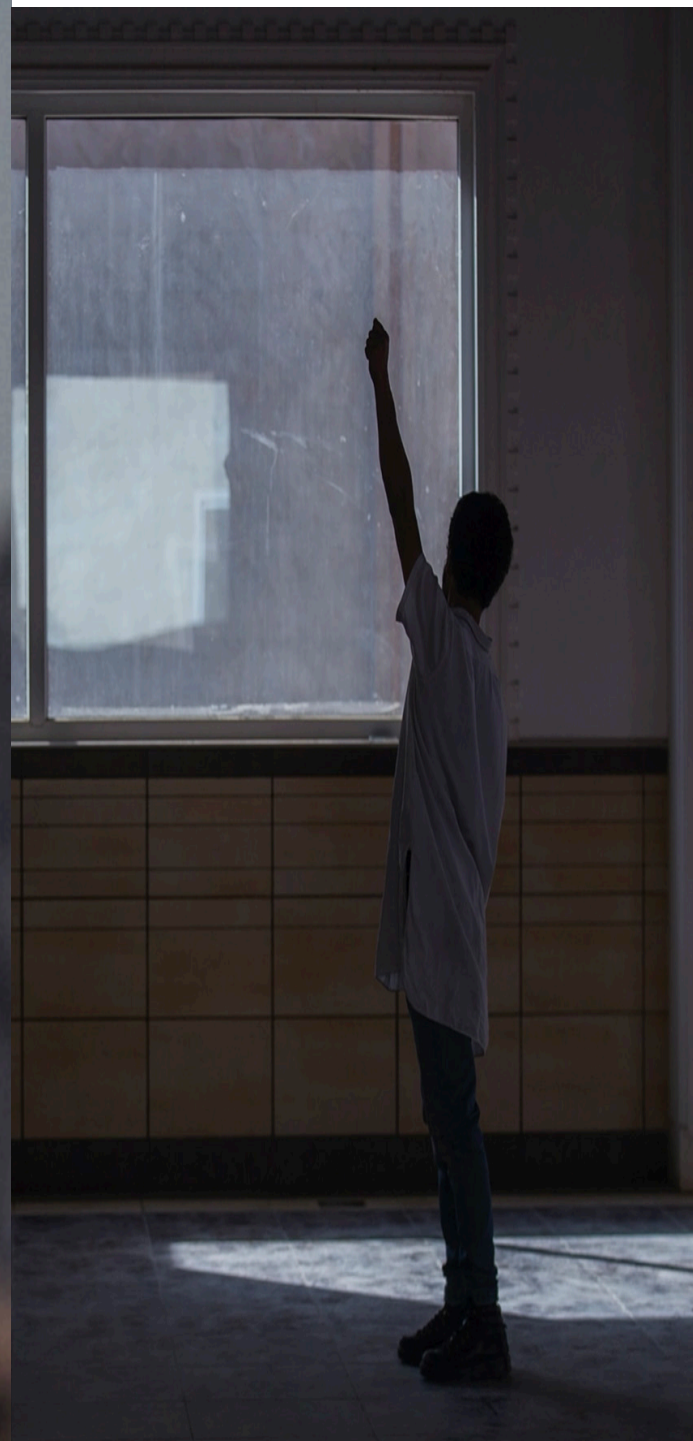
悦纳的

本次项目旨在为在校高中生提供一个安全、信任、接纳和轻松的环境，透过戏剧即兴、游戏活动、形体动作、故事阅读、角色扮演、声音与对话、绘画涂鸦等艺术创作媒介，让参与者自由地表达和探索自身的重要议题，关注内在的心理需要，使情绪以艺术和创作的方式得以释放和疏导，增强自我觉察与了解，从而更好的自我认知和自我接纳；

同时，将在后置课程中，有机会以“实习疗愈师”的身份，为家长开放艺术疗愈初体验，在这个过程中达成共情与相互理解，「看见」关系本身。

看见……

自我……





绘画疗愈 + 戏剧疗愈



学生收获与成果

艺术疗愈的过程中你印象最深刻的事是什么呢？你都收获了哪些感受和思考？

学生 A：在学生“被迫疗愈”的过程中，刚开始的想法以为是老师想让学生去反抗，但最后发现老师的意图不是这样的。刚开始不是很理解，后来通过查资料和体验觉得戏剧疗愈可能本来就是没有任何结果导向的东西，更多是完成发现心理的过程。激起参与者较为强烈的情感从而使他们能更直观的面对自己的情绪，会想起曾经的经历，或现在的状态。从治疗的角度看，不是很赞成因为很难预测参与者的反应，谨慎使用。

学生 B：戏剧老师在排练时会使用一些类似“逼迫”的方式，我感觉逼这个行为是偏外界因素，但是能让人很快把脆弱的一面展现出来。我觉得戏剧疗愈本身的状态就是发现自己本身的一个过程，因为有些人会在别人遭到“逼迫”的时候去帮助 ta，像陪伴者；而有些人会想弄清楚发生了什么，像是观察者，可能比较缺乏安全感。像我就是，我会把后果想明白了才会行动。而直接去陪的人可能更加以情绪为导向。

学生 C：我最深刻的事情就是我们最开始排诗句戏剧的时候没有头绪、毫无进展。但就是在这种窘境中灵感一触即发，这让我深深的感受到了艺术的独特所在，当你想要某件东西的时候，你总是会找不到它，但当你以平常心态去对待时，它就会出现在你身边。



后疫情时代 服装实验室



伴随着后疫情时代的来临，时尚产业迎来了一场全新的革命，从其设计本身到商业模式一切都在飞速的变化着。

在这次项目中，我们在专业老师的指导下，通过实践参观采访以及创作等形式理解时尚产业中的具体服装工艺认识，并实践时尚风格，最终在学习和操作的过程中了解时尚管理与市场营销。同时，我们要初步完成一系列任务，以小团队为单位进行深入设计，然后共同完成反映我们对社会现象思考的作品，最终共同策划一场后疫情时代的时尚展览。



采访

撰写 | 程新然

不论采访地点在哪，受访人群是何种类型，共通的是要尊重受访者的意愿、观点、隐私，并持着一种积极的交流方式用鼓励性的面部表情和肢体语言引导对方说出自己的真实想法。

撰写 | 李易轩

将白色的布料染成渐变的粉色，也尝试了用喷漆将金色的纱网改造成黑色。在这个过程中我体会到服装设计这个行业的辛苦和有趣。

撰写 | 张馨允

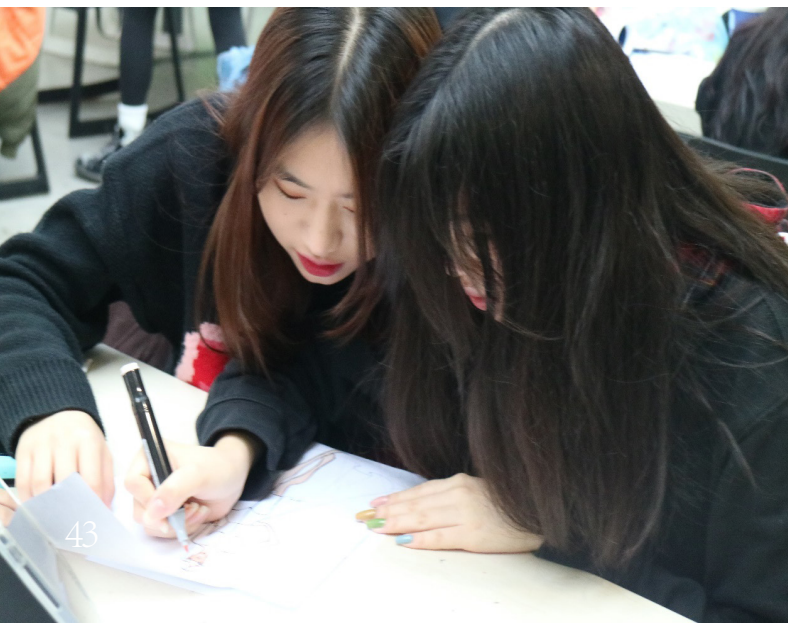
通过这几天的学习，我对设计有了更清晰的认识，也开阔了自己的视野。在参加这些课程之前，我以为衣服只是为人们穿着而设计的。然而，服装与时尚的目的和功能远不止于此。它们可以代表设计师的精神世界。

撰写 | 杨若水

在第一天我们对我们的设计主题进行了讨论和确定。疫情带给人们的压抑是不能忽视的，但是，在这无尽的黑暗中不断的有点点星光冒出来，它带给我们了希望。太阳升起，落下，再重新升起，会有黑夜，但是光明会再次到来。“sun re-up”是我们的主题之一，它的意思是太阳重新升起了，我们也将要回到过去的生活了。



1. 您认为在疫情期间购买力是否有改变？疫情后我就在网上买了，但是总量和平时差不多。
2. 疫情期间穿着的改变，您觉得自己有什么变化吗？没什么变化，可能就是穿的比较多一点。
3. 那在疫情期间您有没有改变对服装的购买态度？我一直没有太大的变化。
4. 所以您还是一直在追求自己喜欢的风格？对，是的。
5. 那相对于线上购买服装，您觉得在线下实体店有什么优点吗？因为您刚才提到了在疫情前会比较喜欢在线下实体店购买服装。怎么说呢，如果是不追求品牌、不追求价钱的话，有些在网上的东西在实体店都不会有。
那您会比较看重品牌或者设计师吗？我不太会，但我比较喜欢看起来很时尚的服装。
6. 疫情以来您是否有关注意到有一些线上秀场这类的活动？很少吧，看秀比较少。
7. 那您一般会怎样获取时尚资讯呢？我自己就是学服装的，目前正在学习。





媒体人 刻画时代 延伸视界

人的自我并不是孤立和封闭的，自我渴望着与他人与这个世界的连接。媒介被看作是人的感觉和感官的扩展或延伸。

“信息时代与我们”

我们生活在一个充斥着媒体的时代，无论是传统媒体的衰落还是新媒体、自媒体的崛起，在信息的海洋中，我们怎样才能看穿“套路”，看见虚实，看见迷雾中的“自我”。

“新闻采访与非虚构写作”

媒体和写作本身，并不是单纯的技艺，更是一种从好奇心到洞察力、行动力的培养。这里包含众多的技能、心理、性格锻炼，从敏感发现到文字写作，从与人沟通到形成判断，从意志坚持到独立思考。我们试图探讨，在娱乐化、心灵鸡汤盛行的时代里，如何重新认识文字的力量。

“摄像与视辑”

而无论“蒙太奇”抑或纪录片，影像是另一种媒介的信息表达，一种情感的传递与延伸。

在项目7天，我们邀请了4位国内一线媒体的资深媒体人和行业研究者。

从新闻采访、新闻写作、新闻摄影、新媒体运营、新闻摄像与视频剪辑等多个维度，通过全面的媒体视角，带领参与者走进真实的媒体语境。并在导师的带领下，完成从策划选题、独立采访、创作、作品呈现，一个完整的媒体创作过程，产出自己的专业作品。

写作组 / 回顾

初到怀柔，远离了车马人喧，撞道口这个名不见经传的小村镇带给了我不一样的感动。2020年的一切都颇为波折，ELP活动也在艰难的坚守。没有了去年约旦带来的玫瑰色的温柔，今年在北京的媒体人项目满足了我对于宁静和安然的所有渴求与幻想。

涓涓细流从脚下流过，远处传来



不甚清晰的狗吠，那是我呆在撞道口村的第三天。在小村镇的生活很容易使我沉醉，这里有古树参天和怪石嶙峋，还有袅袅的炊烟和淳朴的居民。沿着客栈外的小路慢悠悠的走上少许，有一个不同于其余泥泞小路的十分完好的桥，它架过金黄的杂草和水中生物，连接了我和桥那边的天地。桥下金黄的，不知具体姓甚名谁的杂草在水流和绿植的映衬下熠熠生辉，在秋意正浓的当时

带来了极致的享受。

顺着桥继续前行，不过少许便走上了山坡。站在不同人家的交叉口，向前是与山城极其相似的步道，往里望去又极具北京风格。连绵的阴雨和不断被打湿的衣裳无疑降低了体验感，但这其间的风情又使我流连忘返。给我印象最深的是在那天下午的采风时遇到的淳朴民风的体现。那天走到半山腰时，不远处一处人家传来细微的声响，我无意叨扰，却还是被发现。披着被淋湿的外套急急往外跑，身后是追出来的，举着锅铲穿着围裙的阿姨。“你们找谁啊？”阿姨疑惑的问，眉宇间却并无防备，“找哪家告诉我，我可以给你们指路。”许久未体会到这种真诚的来自陌生人的温暖，我不好多停留，留下几句简单的表示道歉的话就匆匆离开了山坡。顶着风雨下坡，脚下是泥泞的羊肠小道，身后是金黄的枫叶林和云雾飘渺的远山。桥下的流水不见浑浊，那不甚清晰的狗吠也似乎越来越远了。

走出繁华城市的纷纷扰扰，回忆起在怀柔小村镇的生活，恍如隔世。年久失修的野长城见证了岁月的沉淀，手忙脚乱爬到顶峰后领略的是祖国的大好河山；极具农村特色的，类似山城重庆又让我联想到稻城亚丁的小村镇也让我在学习传媒知识的同时体会到了“悠然见南山”的闲适安逸。

山河浪漫，人间温柔。怀柔不只有雁栖湖，还有撞道口和野长城。

—撰写 | 袁哲 / 写作组

这次我是媒体人ELP写作组的一员，我们聚焦于在北京市怀柔区撞道口村感知作为记者和非虚拟写作写手的工作。其中让我印象最深刻的是我们以这个村作为调查和观察对象进行文学写作研究。

那天在写作组兵分两路之后，我和我的两三个同学结伴走向桥前面的偏僻的不知名的小弯路里。当我爬上山坡看到了一个较长的通道我很好奇里面到底有什么，我决定走到里面一探究竟。

我缓缓的走入后发现是一个空无一人的小院子，墙壁上还绑着几根玉米和锤头。我心想这肯定是有人住的地方，没有经过主人同意就进来了，还是赶紧离开吧。想着我就转身返回那个通道。“有什么事儿么？”突然有一个声音在越来越大的雨幕中想起，“你们是要找人么？”我转头看见一个六十岁左右的奶奶，她裹着围裙，撑着略微佝偻的背冒着大雨略微惊喜地问我们。“也不是，我们就是走错路了。”因为走错路而略感窘迫的我们只好红着脸找出一个借口。奶奶嘿嘿笑了一下然后转眸看了看略显荒凉和破败的四周继续道：“啊，这样啊。你们要找谁么？我认识的，我可以给你们带路。”说着，她略掩了掩手上的锅铲。陌生人释放的善意让我们在使我们狼狈的大雨中感觉到了一些温暖，我们赶紧说：“不用了，谢谢您，您先忙吧。我们可以的。”说完就回了挥手转身走过通道。直到我们拐弯那个奶奶还在注视着我们，仿佛很久都没有

见到进进出出她的院子和通道的年轻人了。她还盯着我们脚底略显泥泞的沙土地和湿滑的石路，注视着我们离开时留下的脚印，仿佛已经很久很久没有人在上面留下过印记了……

—撰写 | 徐艺萌 / 写作组



摄影组 / 回顾

有关蓝晒，我认为这个冲洗过程虽然并不复杂但是确实让我更深一步地了解了传统的照相和冲洗工艺。我在前一段时间有在自己玩胶卷，但有关冲洗的过程我却一概不知，因为我都是直接将胶卷交给外面的店家让他们帮忙冲洗的。所以这个过程对我来说新奇又陌生。同时不同的冲洗方式也能够为照片带来不一样的风格，这一点我认为也非常有趣。

在接下来的几天里面摄影组跟着一节老师做了很多有关胶片摄影的事。外出采风的那天是最愉快的一天。那天拿着一节的相机去了几乎大半个北京城，从广渠门外到王府井，到三里屯再回到海淀。那天里我和肖昕阳在广渠门外去到了一个老城区。里面几乎都是平房和狭小的胡同，有一座叫法华寺的寺庙，还有一间天主教堂。我们俩在那里逛了一整圈，那天的很多我很喜欢照片都是在那里拍的。在老城区里还遇到了一位大叔，带着我和肖昕阳走了一小段讲了很多有关以前的事，什么原来的造纸厂，他们在寺里上的小学之类的。那片老城区对我来说是另一种形式的桃花源。我们就是从一个小口看见了平房才决定走进去的，结果没想到居然有一大片老房子。在里面绕了一圈出来之后，我们居然又回到了原来进入的入口不远处。

第二天学着如何洗胶片也让我感到了“幸福”的感觉。很难以置信我能够从那种无聊的冲、洗、制药中获得快乐。但看着自己拍的一张张照片显现在胶片上的感觉真的很神奇，也像是在亲眼见证自己心爱的孩子的诞生。那些艺术家能够因为艺术而舍弃自己“吃饭”（可以理解为放弃很物质的生活）的机会也都变得非常好理解了。人永远是要为美付出的。

最后一万分感谢一节。我也真的很喜欢她。

—撰写 | 石梦琦 / 摄影组



这几天算是对胶片摄影和媒体这方面有个初步的认识吧。

最开始在怀柔听得那些讲座让我对这个行业有了更多了解。我自己本身对各种形式的媒体是挺感兴趣的。其实和想象中的情况还是有细微差别的。那种商业的程度是我没有预料到的，我心里一直觉得媒体类应该是个商业和内容不断拉扯的行业。但这种相对完善的商业模式是我一直以来都相对抵触的。有了这个经验我猜我以后不太会从事这种行业的工作了。

关于胶片的所有内容我都是感兴趣并且乐在其中的。关于时间和用量导致的那些微妙变化都让人着迷。我之前一直对胶片摄影感兴趣，但从来没有真正动手尝试过。也是因为各种各样的原因吧，像成本或者时间。这是第一次知道胶片摄影，特别是洗胶卷。会有这么多繁复的步骤。我心里这些繁复的步骤就像是燕子筑巢那样，一点一点的心血才能累积成一个完整的巢。哪一步出了差错都有可能前功尽弃。而商业运作就像是那些取走燕窝的人类。所有心血在金钱价值的衡量下终于变成了桌上的一道菜。

对成果的那种期待在我心里也是独属于胶片摄影的。因为整个过程中可以说摄影师本人一直不知道自己正在做什么，对成果也只有一定来自经验的预判，甚至可以说是猜想了。只有等到冲洗扫描放大的时候才会知道这些照片出来真正的样子是什么。有点类似开盲盒，但洗照片是一种更加漫长地期待，也要付出更多心力。而不是简单地，拆开。

大概是这次ELP安排得时间太少太仓促了吧。形成摄影作品的部分我认为最多算个前期调研，而没有真正进入到主题创作的程度。用感兴趣的材料表现出一些自己还比较感兴趣的话题确实也是一件非常幸运的事了。我觉得整体出成果的过程其实也不是完整的，因为像冲洗就是为了放大，但

我们并没有时间安排放大的内容，而是直接选择了扫描。这一点上来讲我也觉得体验感会很不完整。学习新事物的过程也是不够完整的，感觉只是做到一半然后突然结束了。我的角度来说其实也能感受到老师们对于这个项目的用心安排，试图要在短时间内向我们传达更全面的内容。

—撰写 | 陈浩宇 / 摄影组





文化体験類

A photograph of a man in a black suit bowing to a woman in a colorful floral kimono in a traditional Japanese garden. The man is on the left, and the woman is on the right. They are standing on a dirt path. In the background, there are trees with autumn foliage and a traditional Japanese building. The text "日本——匠人精神与 文化传承" is overlaid on the image.

日本——
匠人精神与
文化传承



cr. Yi Ziming

ELP日本项目以日本文化为起点，帮助同学深入了解和判断全球文化，并反过来加强对自我的认知。为将来出国留学，以及更进一步成为全球性的领导人才打下基础。项目引领同学深入了解日本文化的根本，匠人精神与蕴藏在其中的哲学，探究它与中国文化的联系与区别、意义及其与生活的联系。



11 10 2019
cr. Xie Junkai



11 11 2019
cr. Xie Junkai

泉州一

寻踪刺桐城：闽南文

化探究与多元表达





ELP 泉州之行让学生和泉州文旅局古建修复专家、泉州本地原生艺术家、泉州“中国白”瓷器第四代接班人一起，打开一个个的历史横截面，经历一场为期九天的古今穿越与碰撞之旅，激活你的记忆、体验与经验，反观自身所处社会与熟悉文化，调动心底的“储备”，重新建构对「古代中国」的认知，最终梳理自己的历史脉络，创造出一个独一无二的全新历史人物及其命运。

PHOTO BY SELINA WANG
HUAWEI P20



Photo by Tommy Wang
Canon 5D Mk II 24-70mm F2.8

A scenic view of a park. In the background, a white, octagonal gazebo with a dark, pointed roof sits atop a grassy hill. The gazebo is surrounded by lush green trees and manicured hedges. In the foreground, a picnic setup is arranged on a patterned blanket on the grass. The setup includes a wooden table with plates, glasses, and a vase of pink roses. There are also several pillows in shades of brown, grey, and red, and a small black lantern. The overall atmosphere is peaceful and inviting.

新加坡—— 城市可持续发展



ELP 新加坡之旅让学生考察使城市宜居的因素，以及可持续建筑、良好的城市规划、社会包容性和参与式设计原则对创建一个具有活力的社区的可持续宜居城市是如何必不可少的。学生了解了新加坡从一个安静的小渔村发展到一个繁华的大都市的历史，并探索了新加坡的城市管理规划。

延庆考古发掘与博物馆策展



撰写 | 黎钟毓

第三天的活动都在延庆博物馆里进行，活动要求每个小组都完成一份博物馆导览手册，一份学习单和一套讲解词并且最终向大家进行讲解。我们小组的分工十分明确，四个人，四个任务，分配到每个人身上后都立马去执行。我和同组的另一名男生一起完成讲解的任务，他很快的完成了讲解词的撰写，虽然大部分都是博物馆展品介绍内容，但是他巧妙地加入了衔接部分，使得我们的讲解更加流畅自然。我们两个人在博物馆二层的角落里一遍又一遍地排练着讲解，让我感到意外的是，每次我演说一遍，他都会细致的进行计时，精确到哪块展板用了几分几秒。如此细致地排练，如此追求细节的导演，最终成就了我们小组近乎完美的讲解，我们小组也荣获了最佳演说词的奖项。



撰写 | 周思涵

第二天天气不是很好，下了很大的雨，但我们风雨无阻。我们先是去了山戎陈列馆，知道了山戎族死后尸体摆放位置的奥秘。头朝东脚朝西。陪葬品大多葬在头部周围，陪葬品越多死者地位越高。山戎族大致消失在战国时期。后来上山做了此次 ELP 最为有趣的活动——现场模拟考古。我们步行上山，走了很久，衣服都湿了，有惊无险的过了两次河。到了地方，有两个墓坑一个墓坑里有两个部分，人骨和部分陪葬品。挖的过程很艰辛，但我们组坚持不懈地完成了。顺利地完成了任务。最终有惊无险的把挖出来的陶片带出了森林。紧接着，我们下山在山戎陈列馆进行了对陶片的文物修复。很顺利的拼凑了大半个陶瓶。下午，我们去到了延庆文化馆，由讲解员大致讲了一下整个文化馆。并开始组内分工合作开始制作导览手册、讲解词和学习手册。

撰写 | 华行简

在 ELP 的第二天，我们前往了位于延庆西北的玉渡山。1985 年在当地的玉皇庙等地陆续发现了多处春秋战国时期的墓葬群，根据随葬品和历史文献推断，这里应该是古山戎的遗迹。我们在参观了山戎墓坑和随葬品之后，进行了模拟考古的实践活动。在这次实践中，老师向我们传授了一些考古发掘的基本方法，包括如何下地层，如何清理文物等等。在最后的发掘部分，我和我的组员成功的找到了老师之前埋下的五件陶罐，以及两个破碎陶罐。在挖掘结束之后，我们在老师的指点下成功修复了其中一个破碎陶罐，并了解了有关陶器纹路与材质的知识。这一次活动在我看来是这次 ELP 中最有意思的，一是因为本次 ELP 中只有两次出外考察，二是由于户外考古的确十分有趣。



“折叠的北京” 口述史与历史 定向越野

“在北京城里穿梭的这几日，我触摸过老胡同里饱经风霜的砖瓦，嗅过紫禁城在大雨中的潮味，听过琉璃厂居民讲述家族的故事，看过前门大街摩肩擦踵的热闹景象，尝过在寒风中犹如雪中送炭的热可可……”

本项目由丹麦历史学家 Lars 担任主讲。他在北京生活了15年，也研究了15年北京的历史。他关注历史的角度和一般人不太一样：故宫是如何经历近代的战火进入共和国时代的？北京的大栅栏胡同里藏着什么不为人知的秘密？北京的城市布局在近代经历过多少次的变迁？他会给我们带来全新的角度。本项目的主要语言为英语，但是不要害怕，他是一位耐心的讲者。对于国际部的学生来说，大家终将需要向国际代言中国文化，学会如何用英语来解读自己的文化和历史对于留学生来说是非常关键的能力。

项目内容并不是单纯的游览和讲解，我们将体验两次定向越野和历史寻宝游戏，一次是在故宫，一次是在胡同里。项目最终，我们将一起制作一份历史地图，里面所收集的是大家从胡同居民那儿参访到的口述历史故事。

折叠北京 / 回顾



一、大雨中的故宫

最忘不了的，自然还是在紫禁城雨中漫步的那一天了。之前去故宫，每次都是挑着天气好的日子去，总觉得琉璃瓦和蓝天白云才是绝配，而那一日却带给了我从未体验过的惊喜。

雨中的故宫给人的感觉和往常是很不同的。在烈日之下，橙黄的琉璃瓦给人一种庄严而不可亲近的感觉，但在绵绵不断的细雨之下，紫禁城好像瞬间柔和下来。尤其是寻宝活动进行到后宫的时候，一场大雨好像把我们带回了明清时代，当我盯着身边紧锁的宫门，好像可以看见里面的女子对着“银烛秋光冷画屏”发呆。六百年前的人，淋着紫禁城大雨的感觉和现在的我们有什么不同呢？

二、“生活嘛，那就只能是这样了，对吧”

访谈过程中，使我印象最深刻的一位牵着边境牧羊犬的小卖部老板娘。老

老板娘是一位近三十岁的北京胡同人，嘴角有颗痣，为人热情健谈并且很乐意和我们交流。从前的我以为那些自小就居住在胡同里的人是封闭的，每一个胡同就像是一个与“外界”那些高楼林立隔离开的小世界，他们或许处于一个很排外的状态，不愿意“外人”侵入自己的生活，然而我的认知被这位老板娘改变了。通过和她聊天，我逐渐意识到，其实胡同也就相当于一个社区，邻里之间有熟悉的也有陌生的，只不过邻居的更替没有城市里的小区那么迅速，可能几十年来也没怎么变。

当我们问到她对于胡同文化的看法时，她笑着说“生活嘛，那就只能是这样了，对吧”，这时候我才发现，其实不是他们选择了胡同而是胡同选择了他们，在老板娘的人生观里，既然出生在了胡同里边，就只能接受那样的生活。“其实在胡同里边开个小卖部吧，就是图个乐呵”，在胡同里没有那么大的生活压力，能赚一些钱足够

生活就好。而且，就像她所说的，即使身边人都是在一个“圈儿”里长大的，互相从小看到大，但是如果有机会搬到城市里生活她还是愿意选择搬走的。

—撰写 | 马慧涵





此次 ELP 对于我来说，ELP Talk 已经非常完美的回复了我所有的答案。对于自由、城市规划和市井生活的思考，已经占据了我非常重要的人生一页。因此在这次反思中，我不会特别关注与我学习到的东西，或者说那些我已经在 ELP Talk 中提到的东西。我本次的关注重点，是那些我学习到的可以提升的事情，比如自我学习能力和对于历史事件的反思能力等等。

历史事件是一个客观存在的事实，但是历史事件也不只是一个客观事实，因为他们存在的另一个方式是人们的记忆和评价。从后者的角度来



说，甚至于人们对于历史事件的记忆会更加重要，因为它会强烈的影响人们对于历史事件的研究方向，也就是说公众觉得正确的，往往会成为历史学者们的既成事实。但是大多数有“良知”的历史学者们不会遵从这个“常识”，因为他们知道发现一个客观的历史事件更加重要。因此说我们此次的 ELP 活动，其实就是对于一个以往认知的重新发现，是一个反常识的活动。这是我认为这次 ELP 对于我在这方面的锻炼。举个例子，我在活动中会进一步的思考是什么导致了一个事情的发生，然后进而思考这件事如何影响到了当代生活。

—撰写 | 王子杰



我们在琉璃厂见到了火神庙集宝阁的店铺老板，他在琉璃厂经营古玩店铺已经几十年了。他穿着墨绿色的冲锋上衣，带着边框眼睛，显得文文绉绉的。虽然是初次见面但是他就好像是打开了话匣子，滔滔不绝。他所经营的古玩店临近琉璃厂火神庙，也算是子承父业。虽然在他的时代父权为指导思想，但是在他身上我们没有看到所谓父权的烙印。这位 80 后的新北京人既有老北京的魂，同时也具备着新时代所需要的魂。这位古玩老板喜爱旧事物，却有新精神。在他身上我们看到了传统文化继承的基本方法。取其精华，去其糟粕。八个短短的字做起来谈何容易！作为炎黄子孙，中国魂与新时代精神的结合才是正道。利用新思维对待旧事物。虽然祖籍不是北京，但我也算一个土生土长的北京孩子。北京给我带来的感受就是包

容和融合。中华五千年的文化在此生根发芽，开花结果。帝都的文化熏陶着这里的人，这或许就是北京这座城市所独有的魅力。你总是认为自己知晓了所有的故事但是在北京你总是能挖掘到新的东西。

—撰写 | 杨宇泰



艺术设计类





撰写 | 敖然

从周永阳老师，我们组负责跟拍的艺术
家身上，我看到了许多独特的东西。也许因
为是在多个种类的艺术上都有着极高的造诣：
雕塑，陶艺，绘画，书法……，又或者是因为
他极其丰富的个人经历，如果要用一个词
来定义周永阳老师我认为是不可能的。第一
次看见周永阳老师在网上的视频和浏览他的
官网时，我跟评论区大多数人的想法一样：
这是什么疯老头能说出“我高于孔子”这样
的话，还把一些尺度较大的争议图片放在自
己的官网上？怀着这样的想法，我开始了与
周老师两天的相处和采访。然而在拍摄的过
程中，我发现周老师的所言所想其实并不像

网络上表现得那般荒诞，事实上他说的很多
话和做的行为艺术都是基于某件时事的基础
之上，或者带着他寄托在年轻人身上的对未
来社会上的一些期望。或许有些想法在现在
的我看来的确是有些激进，但它们一点都不
荒谬，毕竟这之中融合了他的个人经历。周
永阳老师出身于一个名副其实的书香门第，
他的父亲原本是黄埔军校的教官，但后来家
道衰落，父亲也进了监狱成为了劳改犯。在
周老师身上我感受到的不仅仅是他的思想，
更是时代对于一个人的影响和塑造，这些也
让我知道了在偌大的北京城里有着这么一个
独特的存在。

纪录片与影像人类学工作坊

寄语：

希望你们在拍摄的时候，学会用长镜头，不要什么都放大，要学会扬长避短，
避开客体的缺陷，有选择性的拍摄。

你们都很纯真，善良，可爱，有耐心和爱心，希望你们在学好课本知识的前提下，
多学些生存的本领，最后，祝你们天天向上，学有所成。





撰写 | 刘颖心

关于拍摄剪辑纪录片的技能，同时也收获许多独特的友谊以及对宋庄艺术家们的认知。

本次的ELP中请到了顾雪，顾桃，李博等许多在制作纪录片中享有声誉的专业老师们指导并教授我们关于纪录片的专业知识。整个ELP的行程的专业课程基本都集中在行程的前期以及先导课的部分。第一次和第二次的先导课中，老师们带领我们了解了许多关于纪录片的历史，发展，演变及赏析等有趣又生动的知识。其次，来到宋庄民宿后，我们又分别上了关于导演，摄影，剪辑三个方面的专业课程。老师们不仅传授了专业知识方面的内容，同时也在课堂中加入了很多实际操作的问题，最大程度的帮助我们后

续纪录片的制作与完成。

同时，学习和了解了专业课程之后，我们被分成了许多小组，通过跟拍或接入一位艺术家的生活来完成本次ELP的纪录片成品。很有幸，我们组跟拍的是以前住在宋庄的女诗人——花语老师。从第一天开车到燕郊拜访花语老师家到后续老师带领我们拜访她在宋庄认识的艺术家的，我们不仅了解了花语老师个人的魅力，同时也对宋庄其他的艺术家以及对于宋庄的变化，艺术家之间的活动与人际交往有了更加深入的了解。虽然作为一名拍摄者在跟随并旁观花语老师的生活，但是当我们用摄像机记录下花语老师的故事的时候，我们也不可避免地在参与了解她的生活。

撰写 | 陈鹤丹

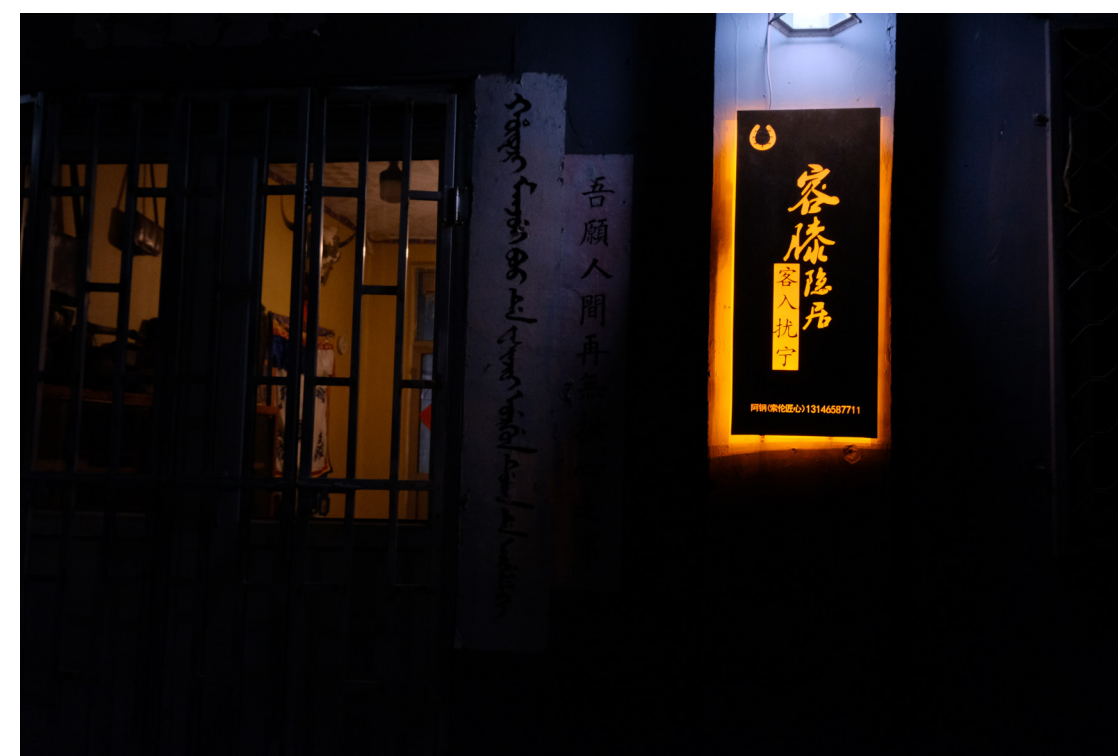
他看似是一个大大咧咧的东北汉子，但他对萨满之事又格外的严谨，我们本来设想能够让阿钢老师表演一小段萨满的仪式，但他却坚决不肯，“若是真的有事，神就不会再帮我们了。”他坚定的相信着神的存在，在信仰方面，他无疑是虔诚的。他对待被帮助者非常的尊重，每次有人来咨询，他都会让我们回避，他不止一次对我们说过“别人来我这里所咨询或需要我帮助的具体事情，尤其是感情方面的，是绝对不可以对外人说的，包括我的妻子。”他的淳朴善良性格和对信仰的虔诚十分打动我。

作品

本作品拍摄对象张金起原为某杂志社编辑。长期从事北京老街、胡同、宅门的研究与记录工作。出版有书籍作品《八大胡同里的尘缘旧事》、《百年大栅栏》。现在宋庄通过抖音短视频平台帮助当地艺术家拍卖作品。作品展示了他的工作情况和心境。

萨满教是一种古老的原始信仰，崇尚万物有灵，崇尚火。在纪录片《有灵》中，我们跟拍了宋庄一位萨满——阿钢老师，记述了他作为萨满和普通人的身份切换，平淡却不普通的生活...

这是一部关于女诗人花语老师的纪录片《花与路》。拍摄小组在花语老师的带领下通过不同艺术家逐渐认识宋庄，了解宋庄艺术家的脉络，也从其他艺术家们的侧面角度对花语老师有了更深入的了解。



中国文人艺术

“什么是文人？”有人说文人就是会写诗作画，有人说文人一定要标榜着阳光心态，还有人说文人应该是隐居山林不问世事。可是通过这次策展，我内心否定了这些回答。在古代，文人称为“士”，这也是我新学到的知识。他们以文字、音乐、书画为媒，吟诗作赋，歌颂大千世界，为的却是抒发真情实感。他们的文字记录着历史的沧桑，他们的书画展现着时代的风情，他们的音乐吟唱着自我的情怀。他们无不是中华文化的继承者和传承者，细细品读历代文人们的千古华章，随处可见流淌其中的济世情怀。



自然和艺术有着怎样的关系呢？在以前我认为两者的关系并不大，虽然部分艺术与自然相近，但更多的艺术创作于室内。可现在不同了，在这次大地插画的活动，我明白了自然就像艺术的源泉，“艺术取之自然，用之自然”。在自然中创造艺术不仅是一种形式，也是一种情怀。艺术是自然人化的结果，关于自然与艺术的关系，不同时代的人有不同的看法，甚至同一时代的人也有不同的看法。如果艺术的创作脱离了自然，也就无人能懂，成了没人欣赏的艺术。





艺术本身就是柔软的东西，不然它无法触碰人们的心灵。我从未想过自己会在高三花一周的时间辗转于北京各区，只为探索艺术之美，感受文人的生活。我看到做了一辈子古琴的王鹏老师和每天都在琉璃厂负责装裱的夫妇，他们讲述着自己和子女的故事。我又回到了最初的认知：他们是普通人，但艺术是他们的窗户，没了艺术，他们无法生活。我以为我与艺术无关，是因为我给艺术下的定义错了。事实上，只要有感官体验，人人都活在艺术里。这也是我这次ELP最大的感悟。



舞蹈艺术体验 及其 社会文化交互性 探究

本次ELP主题关于舞蹈与社区文化的互探性，舞蹈能通过肢体传达人们感情，因此在不同时期，创造了不同的舞步。本次ELP主要学习Swing dance，舞蹈与交流成为了本次ELP的主题，舞蹈是一种通过动作传达人们想法的方式，比在言语中传达的思想更直接，也更让人印象深刻。与此同时Swing dance的学习也让平时对舞蹈接触不多的我们有了新的体验，学习爵士和Swing dance的历史与舞蹈步伐也同样是一次有趣的经历。



舞蹈艺术 / 回顾

匆匆忙忙的来到学校，学校里还冷涩的飘着黄叶，我拖着我的行李箱上了车。大家都很兴奋，带着蓝牙音箱，嗨了一路的歌。沿途的风景从高楼大厦，逐渐稀疏，稀疏，渐渐只有雾蒙蒙的远山。拐个弯，进了山里。还记得当天，我们第一次大家面对面的坐在一起是玩一个节奏游戏，这也是我第一次接触到Jazz的节奏。

下午，我们很快的就开始进行Swing dance的学习，一开始学习的都会是一些比较简单的舞，这跟我想的不太一样，我以为的是比较多缓慢踩点的舞步，事实上有很多快节奏基础的舞步，加上一些比较特别的元素。Swing dance很多舞步源于生活，也有一些舞步影响了其他的舞种。

接下来的几天，我们进行了双人舞的部分。男生一排，女生一排，面对面的站着，进行舞蹈。一开

始因为大家还没有很熟，还是挺尴尬的。眼神不敢放到对方身上，动作也不敢做开。虽然没有肢体上的接触，但是大家都是很僵硬的。后来，需要和舞伴进行肢体上的连接。女生的手要搭到男生的手上，胳膊要架在男生的肩上。男生要牵着女生的手，另一只手放在女生的背部。没有默契，不熟，尴尬充斥了整个屋子。就在老师带我们做了一些双人的游戏，leader给follower一个力，让follower随着力的方向走，leader在舞蹈中和游戏里一样都是一个领导者。这个游戏，培养了大家更多的默契，拉近了我们之间的距离。

我们上山与村民交互的项目很遗憾的取消了。行程不变，我们还是唱着歌哼着曲的上山了。整个栈道都没有其他的人，静悄悄的，能听见流水声，鸟叫声。去的时候刚下过大

雨，空气中湿漉漉的，呼吸着湿冷而又带有泥土芳馨，好久都没有这种心无旁骛的感觉。看着溪水流动，万物步入黄色，小鸟飞来飞去，很治愈，治愈了我疲惫的心灵。我们顺着栈道一直走到底进了一个景区里。这个季节的景象与我之前夏天来的时候截然不同，说实话没有一点颜色，都是空荡荡的黑白灰。好在越往里走似乎越有一些风景。恰巧是我们遇到了一个小广场，刚好有人提议一起飞飞盘，于是我们就着出来玩的喜悦又进行了一波游戏。每个人都参与其中，大家都乐呵呵的。对于今年来说，我已经很久没有和很多人到远离市区的地方一起玩了，回归到自然本真，我是真的很享受当下，享受和大家一起玩耍的时光，享受呼吸，享受自然。

撰写 | 陆思彤



十一月，金秋时节，我们踏上了前往怀柔的路，一路上耳边被富有节奏感的音乐包绕着，“Right foot up, left foot slide”，就在这样愉快的氛围下，我们开启了ELP之旅。

在最后一天的舞会被取消之前我真的没有意识到摇摆舞的舞步能将我们如此紧密地联系在一起。下班时间大家一起硬攒出来的舞会可能是这五天活动情绪的最高峰，也是整个项目内容的浓缩。我也不知道是什么致使我坚持了下来，也许是对舞蹈的热爱吧。这五天的时间里，我对于摇摆舞有了崭新的认识，它不仅是舞蹈，更是文化交互与交流，陌生人也会因舞蹈而产生共鸣，我想，这便是舞蹈艺术特



有的魅力。

说到摇摆舞这个舞种本身，碰巧我这个学期学了一门交谊舞课（教的是华尔兹）。抛开两个舞种的历史背景与渊源，在同身为交谊舞的他们中摇摆舞明显是更具活力且明显更加实用的。也许华尔兹对于我来说稍显老套，舞会上的华尔兹舞蹈本身对于我来说未必过于单调了。在周五的舞会上很明显能感受到两个圈子的不同。摇摆舞会的参与者往往熟知这种舞蹈的动作和内容，且来到舞会的目的只有一个——跳舞。而在有华尔兹出现的场合中，华尔兹往往不是主角，而是作为促进人与人之间肢体与外界交流的介质。并不是说两者的区

别有那么绝对，但我想大体在逻辑上确实是这样的。这次的ELP在一定程度上改变了我对交谊舞的看法。摇摆舞是在申请季为数不多的会让我有想法继续做下去的新鲜事物。我本身是非常不擅长跳舞且害

怕尴尬的，也许我能如此享受此次的活动也与我高中三年以来越来越厚的脸皮有一定的关系，当然这次活动本身也对此做出了不少的贡献，希望我可以一直保持下去！

撰写 | 刘宇轩





定格动画



定格动画，作为影像表达方式的一种，可谓是最适合青少年的那一个了。而这么说的原因可不仅仅是因为定格动画简单易上手，在最基本的操作需求之上，它还覆盖了多学科领域，如：音乐，美术，文学等。并且其形式新颖，素材多样，可以让青少年完完全全的发掘并制作出属于自己的故事。

在本项目中，老师将会带领同学们去了解并领略

动画的美，鼓励并开拓同学们的思维，学会自己发现、

分析问题，最后解决问题。



在活动开始的第一天上午，我们参观了动作捕捉的工作室。同学穿上专门的黑色衣服后，往身上粘上一些标记点，这些标记点会粘在关节等部位。电脑就会根据识别出来的关键点，套用到已有的模型当中。这样就可以实现人动，电脑中的模型实时跟着人的动作活动。这个活动让我了解到了一些电影制作中会用到的技术。

下午，老师讲解了有关定格动画方面的知识，例如定格动画的发展历史、如何制作脚本、画分镜头、景别等。在这之后，我们就开始创作自己的剧本。我们一开始将制作主题聚焦在了科技上。我们想到了现在最热门的发展方向——机器人，同时我们也想通过我们的视频传达一个道理、价值观，于是我们将主题锁定在了人与宠物之间的故事。



在当今社会中，人们越来越重视宠物，将宠物视为家人，在面对宠物的离世时，有些人无法接受这个现实。于是我们决定通过一个科学家失去自己宠物的角度展开这个故事。我们的视频讲述了一个科学家在失去自己的宠物狗后，利用科学技术制造了机器狗来代替之前的宠物狗。例如科学家摸真正的宠物狗时，宠物狗会摇尾巴，而机器狗因为没有情感，对于科学家的抚摸，没有任何反应。通过一系列的差异和对比，科学家意识到机器狗无法代替之前真正的宠物狗，于是选择了放手，接受并面对宠物狗离世的现实。

A serene sunset scene over a calm body of water. The sky is filled with soft, golden and blue hues, with a few wispy clouds. In the foreground, a small, dark, rectangular boat floats on the water. A line of black buoys extends from the bottom right towards the center of the frame. The overall atmosphere is peaceful and contemplative.

自然科技类

Barrier Reef
Liu Mingxi



澳大利亚

Australia Zoo
Yang Wanzhou



世界遗产中的
海洋科学探究



Fraser Coast
Tim&Riley⁹⁶



Barrier Reef
Wu Bohao



Cairns
Tim&Riley



ELP 澳大利亚之旅让学生亲眼看到了令人惊叹的海洋自然奇观和世界遗产名录。这些景点包括大堡礁、在珊瑚礁上过夜的千载难逢的机会、丹特里雨林和弗雷泽岛以及澳大利亚东海岸美丽的海岸生态。学生通过实地体验，学习了“人类足迹”对海洋环境的影响，从而了解人类应该如何通过减少日常活动对地球的负面影响来推动，改变和维护地球环境。



撰写 | 冯思哲

还有一件令我有深刻思考的事情。从这次 ELP 我感受到了体验式学习的好处。体验式学习使人对一个问题有更清晰的认识，引起更多的有效反思，可以产生更多的建设性思考。在凤凰公社的第二天，我们体验了泡菜和豆腐的制作。我的小组负责的是为泡菜汤和豆腐而生火烧水。很不巧的是当天刚下完雨，导致没有可以点火的干树枝，生火非常困难。可是通过各种尝试和几个人的协作，我们在其他人拔完萝卜回来之前就已经把水烧开了。通过这件事，我们更直接的体验到了协作的重要性，每个人都能尽一份力，想出更多的主意。还有，有时耐心反而是达成目的最快的方式。当我们焦急的添柴时，我们反而把火用湿的树枝消耗掉了。可当我们耐心下来时，火能一点一点把柴烤干，慢慢让火燃起来。这件事让我感受到“佛学”的奥义，有时佛一下反而能更有效率。

自然创变者



撰写 | 姚澜

我尝试着去理解、解读它的眼神，但是我做不到。我说不清那个眼神到底是什么意思，也说不准它到底在想什么。但是从它的眼睛中，我看不到一丝它作为猎杀者的凶悍，有的只是一条生命在面对死亡时无能为力的平静。我渐渐开始想，生命究竟有多顽强，又有多脆弱。我们又是怎么界定一个生物，所谓的“好”



与“坏”，“良”与“恶”。我们理所当然的认为丛林狼是坏的，我们称它为“恶狼”，因为它会毫无怜悯心地猎杀那些农场里的羊、鸡。但是从另一个角度看，正如电影里面展示的那样，它们也可以为人类“服务”，因为他们吃老鼠，因而对植物和庄稼起到了一定的保护作用。

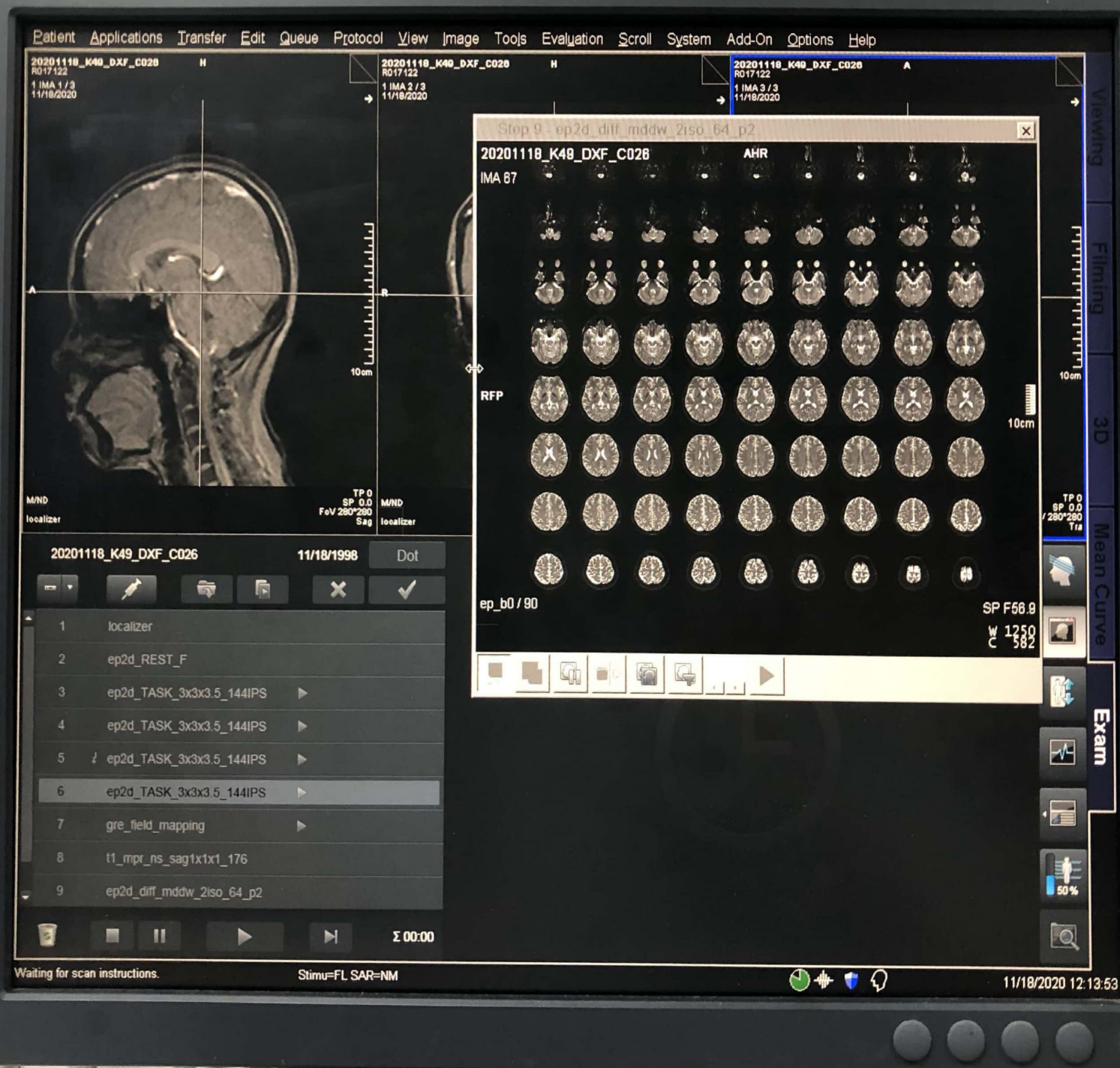
但是这也让我不禁开始思考，我们看待这些动物的态度和“评判”它们的标准，这到底反映出了背后什么样的现象。我们现在对于动物所谓“好”与“坏”的评判，基于的其实是它们对于我们人类会造成什么样的影响。我们本能地认为，一切事物都是为人类服务的，对人类的利益有益的，就是“好”的，反之亦然。所以当丛林狼吃人类农场中的鸡的时候，我们将它归到“坏”的一类当中；而当丛林狼吃田鼠为人类的菜园做出贡献的时候，我们则将它们归到了“好”的一类当中。并且我们根据我们的分类，采取维护我们利益的措施。“好”的就保留，而“坏”的就扔掉、杀掉。并且我们口口声声说着要提倡“人类与大自然和谐共生”、“生命面前，万物平等”。我们却在用那么自私的角度去看待世界、看待其他生命，并且站在所谓的“道德制高点”做着那些丝毫不尊重其他生命、甚至有些残忍的事情。



撰写 | 肖若雨

感恩的话语，在平常生活中好像经常出现，大家也都习以为常，但大多时候的感恩更像是一种习惯和礼貌。而且在这次活动之前，我对于“感恩”的理解十分简单，仅仅只是回馈给予他人帮助的简单的方式，却从未深入的想过，我们可以感恩的不仅仅是人。因为感恩是可以面对大自然的，一棵树，一株草，甚至于新鲜的空气…感恩也可以是我们吃到的饭菜、苹果、豆腐…

还记得每一次和活动中帮助我们的老师以及工作人员道别时，我们都会围成一个圈，把他们围在里面，然后依次表达感谢，这绝对是最令我难忘的环节了。在日常生活中，我好像从未有过这样“郑重”的感谢仪式，这样从内而外的由衷表示感恩。即使在活动的那些天真的很冷，但大家围绕在一起表达感恩的时候，却已然感受不到什么寒意了，到结束的时候很多人也都已经热泪盈眶。或许就是这样的感恩仪式，或许会让我很久以后也不会忘记大家——山狼老师，Ivy，南瓜，松乔，Lynn…



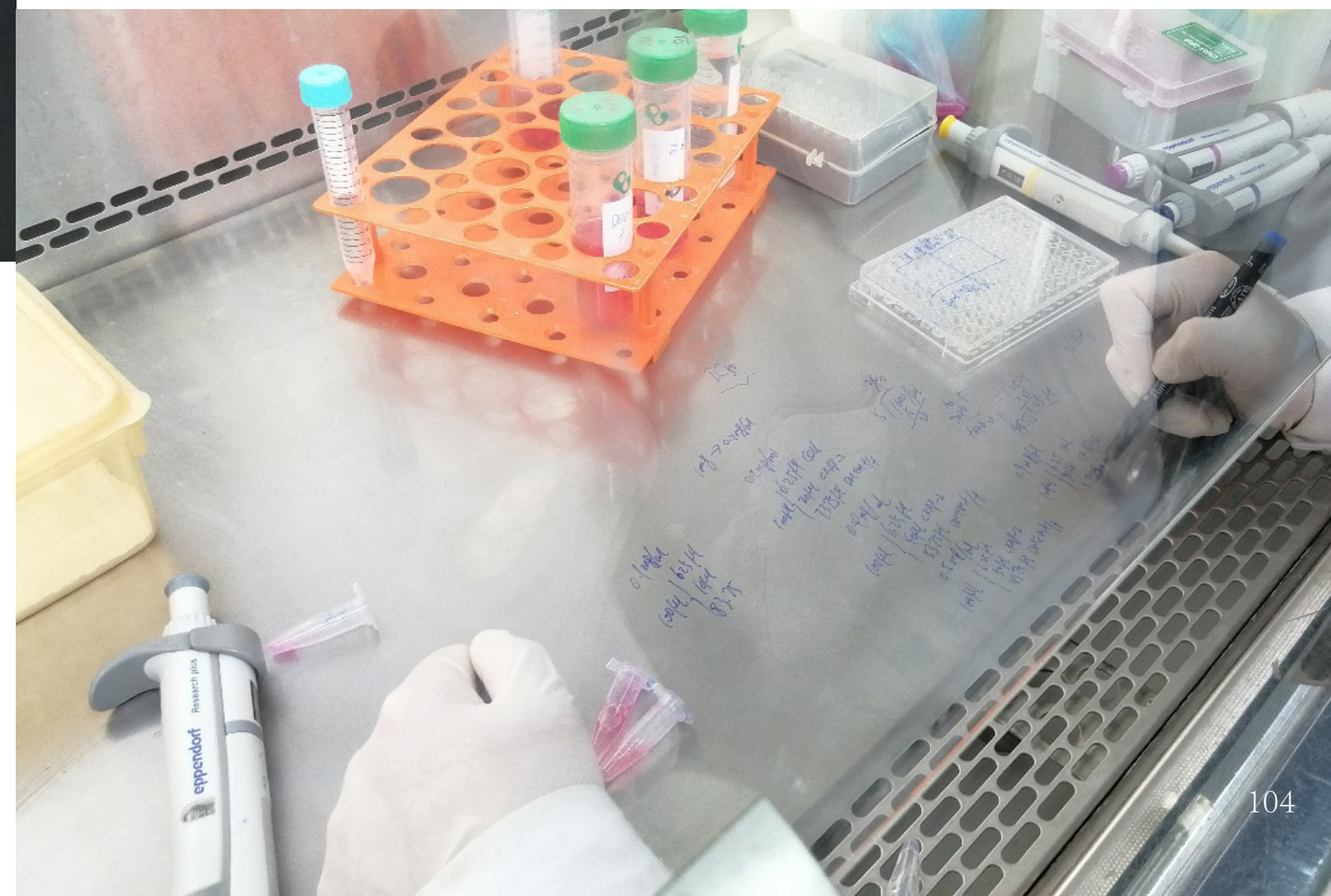
撰写 | 毛雨霏

如果问我这五天最大的收获是什么，那一定是交融与热情。

在 ELP 最开始的时候，特别是前两天，对于整个项目都是自我怀疑的。原以为心理和理科唯一的交叉就是几个分析模型，未曾想到那些原以为主观的概念都可以通过各式各样的仪器，算法量化。而这些技术或是算法都是我未曾接触到甚至未曾听说过的。印象最深的一次，是当王波老师为我们介绍磁共振成像原理时，我卯足了力气去听去理解去调动初中高中对于物理知识点的零散记忆。就在我快要“放弃治疗”的时候，王老师说到：“如果你要学认知科学或是心理学，你不一定要知道这些技术的原理，你只要明确你要拿这个仪器做什么实验就可以了。认知科学是一个交叉性极强的学科，因此你可能会接触到不同专业的融合，但并不意味你需要样样精通”。五天下来，我看见了一个个心理的实验问题通过一个个基于物理化学原理设计出的实验方法和工具收集一組组的数据，再通过统计学来计算分析得到的数据。这一系列的流程并不是通过一个单一的体系就能完成的，而不仅仅是认知科学这一个学科，不论是在生活中还是学业上，未来的趋势都是多元化的融合。



中国科学院生物物理 实验探究与科普传播



公交车二层的车头滚动播放着 11 月 20 日的红字，车身颤抖着向家的方向驶去。窗外弯刀月亮挂在深青蓝色向淡金黄渐变的天空上，云朵被风扯成线条。车厢里的广告声音和到站提醒声音很大，耳朵旁闹哄哄的，心里也乱得很。

刚从中科院生物物理所门口奶茶店里出来的我，坐在靠窗的座位上，写下这些天来，一直萦绕心头的感受。

记得第一天来到这里参观生物物理所的历史所听到的群星璀璨的科学家、研究员们。虽然说心中早已有数，自己将来几乎没有机会和他们一样的成就，但仍然被大家的兴奋所感染。这种兴奋只看看维持到项目开始时中科院老师们说出现实的时候就烟消云散了。时间太短；基础知识不足；对于实验室器械认识不足……这么短时间内想要做出成果是不可行的。确实，我在报名这次项目的时候就没有抱有很大幻想，只是觉得这是个机会，能让我意识到自己到底适不适合，到底喜不喜欢这种科研生活。

随后几天的实验和动手环节也验证了我这种想法……我们果然只是体验这种感觉，动手做的实验看起来十分高大上，基因剪辑，CRISPR/Cas9，2020 诺贝尔奖……实际上我们做的不是科研，我们只是复制了别人做出的成果，从而有了一种我们在搞科研的错觉。实验室里的瓶瓶罐罐印象深刻在脑中，也许等到有一天他们都模糊后，我才可能想起来些现在不能体悟到的滋味。

记得是周三下午，我们完成实验之后大家都回家了，我因为自己的英语作业没做完就借用向远航老师（负责我们的一位生物物理所老师）身后的空工位写作业，老师去隔壁实验室做他没做完的实验。当时是六点左右，我很快写完作业，准备和老师说一声就回家。走到实验室门口，门开着，老师在台子前聚精会神操作着移液枪。整个实验室只有风扇转动的声音。老师周围的空气好像凝固一样，安静，沉静，就像原本悬浮的细胞在离心机甩了一会，沉淀在离心管管底。我看了一会，没忍心打扰这片沉静，索性直接离开。

这是我对于科研的一个很具象印象，科研是很严谨，很需要集中注意力的。

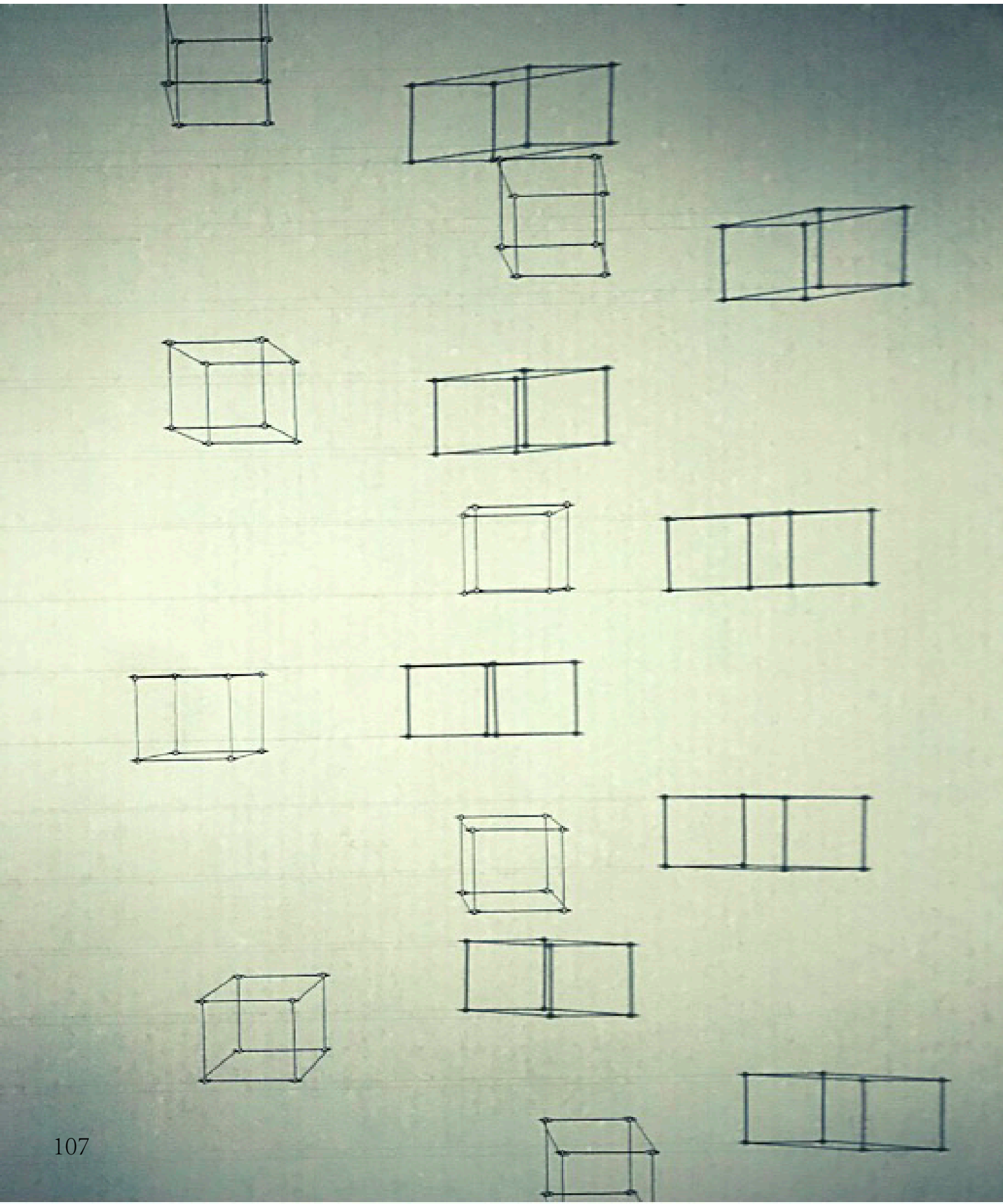


我第一次了解核磁共振技术是在初二的时候，当时我膝盖疼痛，于是翘了音乐课去医院做核磁共振检查。即使最后只检查出身体自己都能吸收干净的积液，那个在寒冷的小屋里穿着秋裤，看着天花板，耳边回荡着机器滴滴声的场景仍然让我印象深刻。这次来到实验室，老师给我们讲解了关于核磁共振的一些小知识。比如它如何激发氢核使其向周边组织散发能量，并通过不同组织释放出能量的不同进行成像。还有，核磁共振的“核”指的是氢核，和放射性元素一点关系也没有，这其实是一种很安全的检测方式。做核磁共振设备会产生极高强度的磁场，把口罩（鼻梁那里有个金属部件）靠近仪器都会受到明显的拉力。这就是为什么任何金属物品都不能进入核磁共振室。核磁共振除了检测组织损伤，因为能够准确反映活跃脑区，它还是研究大脑活动的一种有效方法。我们观察了研究大脑负责语言区域的实验。因为没有完整参与，我们并不知道实验的具体结果，但是令我印象比较深刻的是实验过程中对于变量的严格控制。在检测大脑负责语言表达的区域时，实验组检测被试说话时产生的脑活动，而对照组则需要检测被试在不说话时活动舌头产生的脑活动，这样可以避免大脑负责舌头运动的区域影响实验结果。



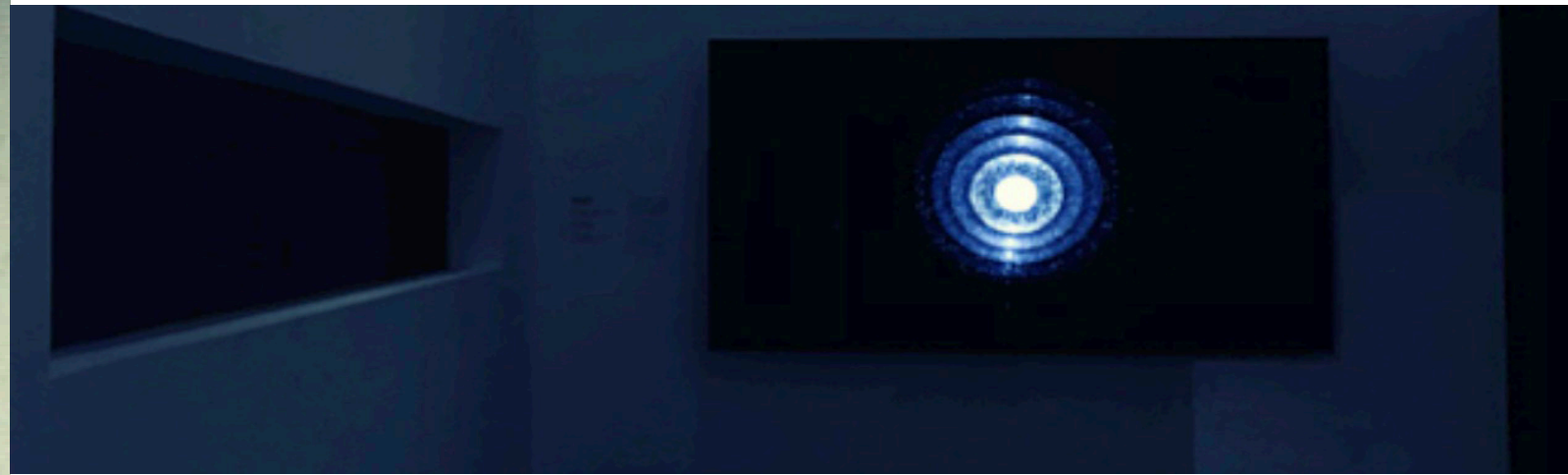
从数学到未来城市

FROM MATH TO THE FUTURE URBEN



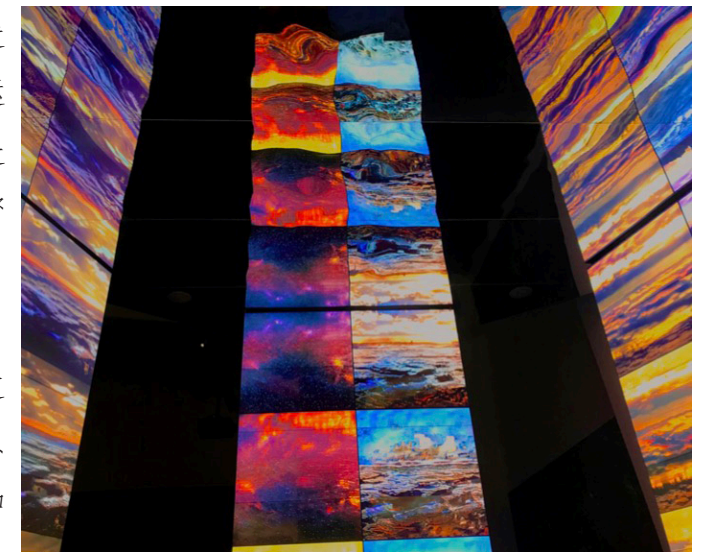
题记

每一个时代的人们都在畅想未来的生活，汽车会不会在空中飞、人们是否会被机器人取代……，人们似乎终于走到了传统和未来的分界点。人工智能正在落地，科学家们警告这或许是生物人类的最后时代；摄像头中的人脸识别技术将人原子化，今天的我们已经是庞大数据库中的单个分子；无人车已经在长沙、上海落地；人造肉已经进入街边的快餐……到摩天大楼，城市形态的变化体现出人类智慧的发展，而这一过程还在继续……



但回到最初，人类可以从 0 开始创造独特文明，其根源都离不开探索自然时运用的心智能力——观察、推理、思辨……是这些钥匙般的能力，帮助人类破解自然密码，一步步创造出今天的城市。

从最早的图灵到现在的 AI，数学是这些钥匙的锻造者。它是内在心智的归纳总结，使得我们得以超越感官限制，掌握和描述那些抽象的规律。它纯粹、抽象、永恒。



本项目从理论到应用，帮助学生理解数学作为人类文明基础的重要性，了解城市发展的最新方向，通过了解前沿科技，预想未来城市形态的可能性，学习用宏观和动态的视角思考人类和技术发展的关系，启迪思考数学——城市——人的关系。

回顾

撰写 | 吴仲晨

最令我印象深刻的是，在中科大脑看到的已经落地实现的渣土车监控平台和各种监控的实时画面和分析。在这次的旅行中，我从没想到可以看到真真正正在使用的平台，抛开界面的美观程度，这些平台都有效的使用人工智能计算出了违规车辆，自动补全了被遮挡的号牌以及分析出了这些车辆的行驶路线，所有这些数据联通在一起，实现了真正的智慧城市。这次的旅行改变了我对高科技技术落地实施难，数据互通难的刻板印象。以前听老师讲课的时候，一直在强调智慧城市，最难的是要实现每个部门，比如交管部门，警察部门等一系列地方的数据互通，包括在我们最后一天采访的时候，社区的工作人员讲到数据互通是一个比较大的难题，因为每个部门使用的数据格式不同，想要汇总起来整理就很困难，但是在中科大脑，我看到了联通所有数据的可能性。同时我也认识到各个企业需要有政府部门的推动，才能真正快速有效的实现这一切。



撰写 | 钟世祺

我一直记得一句话，忘记是谁说的了，“‘数据’不是‘数字’”。这句话带给我很多思考，在参观公司的时候也得到了验证。在许多公司的科技展台里都有所体现，比如商场的自动驾驶，系统在分析数据时分析的不是数字，而是图像，具体就比如从前保险杠到白线的距离，突然变道的车对于整体行驶规划的影响，天气，人流量，都是需要考虑的因素。

