

桥头观潮

共创新时代

——“这十年，我在云南真好”系列报道之二

奋进新征程，开放云南拥抱世界。

回望走过的十年，不同国家的朋友们，爱归红土地、共创新时代、乐享好日子。

逐梦再起航，我们心手相连、命运与共、勇往直前。

本报继10月15日推出《爱归红土地——“这十年，我在云南真好”系列报道之一》后，今日推出系列报道之二，让我们共同感受在一起的温暖，增强向未来的信心。



“印度很热吗？”
“印度飞饼好吃吗？”
“印度真的有1000多种语言吗？”

2015年，当我第一次在云南站上印地语课堂的讲台时，同学们向我抛来了很多关于印度的问题，我很惊讶也很开心。惊讶的是，大家对我的家乡还有一些认识误区，开心的是，我可以通过这门课，加深对彼此的了解。

我曾在云南民族大学教授印地语，现在在我的母校云南大学任教。在云大教书的3年时间里，我与75位学习印地语的同学成为了好朋友、好伙伴。

了解一个地方最好的方式就是走近它、认识它。无论是在课堂上还是在

马乐儿(印度)
努力增进“心相通”



生活中，我喜欢热情的云南人问我各种关于印度的问题，我也喜欢跟家人们到公园、商场、餐厅、集市、山间感受云南五彩斑斓的生活方式。我对第二

赛利什·兰吉特卡(尼泊尔)
心系云果关注云南



果产业的发展。2020年，我曾与中国科学院昆明植物研究所博士苏宇芳合著出版了《云南农业2050：气候变化与高原特色农业展望》。我们在书中详细探讨了全球气候变化对云南农业，特别是水果产业带来的变化和造成的

吴觉瑞(缅甸)
点赞德宏发展速度



点个赞。
自从2011年龙瑞(龙陵至瑞丽)高速公路通车后，我回缅甸木姐探亲、采

阮氏梅娟(越南)
与儿子一起上学真好



味中喜用菠萝作为辅料，风味独特，这与越南西北部傣族饮食中的常用食材有所不同。
云南丰富的民族文化深深吸引着我。这几年，我去过不少地方，最喜欢

约什(墨西哥)
和孩子们相处很开心



年10月，我终于来到向往的昆明。
目前，我在昆明一家英语教育机构工作。每天与许多3岁至5岁的小朋友在一起，通过唱歌和游戏教他们简单的英语，这让我觉得很充实、很快乐。2020年，受到疫情影响，我曾有几个月呆在墨西哥无法回到中国，但我

故乡云南的爱越来越深。

云南人喜欢用水果蘸辣椒面吃，和我家乡的饮食风俗很像。每次自己动手做“水果蘸辣椒面”，都会勾起我的思乡之情。

我的家乡加尔各答和云南相距不远，这些年，两地在网络、制造业、体育方面联系不断、交流不断、合作不断，这背后，离不开人文交流在“心相通”当中发挥的重要作用。

疫情前，每到印度的传统节日如洒红节、排灯节等，我会与在云南的印度老乡们一起组织活动，邀请云南朋友体验印度文化。期待疫情缓解后我们再相会。

本报记者 王欢 编译 受访者供图

影响，并介绍了多种在目前气候持续变化背景下，适合在云南种植、推广的水果品种。

自2019年起，每一届云南果蔬产业大会我都会参加。2021年8月，第三届云南果蔬产业大会发布了“云果产业大脑”平台，为果农提供准确、及时的水果种植和销售指导信息，帮助他们改善现有生活条件。为此，我提前录制了寄语视频，在大会开幕现场播放。我相信“云果产业大脑”平台将以“循环经济”为原则，为云南水果产业的发展注入新动力，也希望今后“云果产业大脑”不仅能惠及中国果农，也能给东南亚、南亚的果农果商带来更多机遇与实惠，成为沟通中外的新桥梁。

本报记者 富张明明 编译 受访者供图

购都走高速公路，既安全又便捷。生意好的时候，我一个星期要回缅甸采购一次，早上从芒市出发，下午就能带着买到的新鲜食材回到店里，非常方便。

对我来说，2014年是一个很特别的年份。我和妻子不仅迎来了第一个孩子，也在芒市开起了属于自己的缅甸餐厅。第二个孩子的预产期是在疫情防控期间，当时我很担心孩子是否能在医院顺利出生，结果妻子从住院到剖宫产后出院只用了7天，费用也很划算。孩子能够平平安安地出生在异国他乡，我必须感谢中国先进的医疗条件，以及让人心安的疫情防控政策。

本报通讯员 王正贤 编译

的是有着独特文化旅游资源的大理和丽江。我在云南旅行时感到既放心又舒心。

在云南求学时，儿子也在当地小学入学。一天下午，我到学校门口接他，他飞奔过来抱着我高兴地说：“妈妈！我喜欢上学！”从上课时听不懂到逐渐适应中文学习环境，儿子的变化让我十分欣喜。今年，我们一起回越南过年，他依然坚持通过线上观看教学视频自学语文、数学、科学、英语等科目。

“只要功夫深，铁杵磨成针”，这是我和儿子都喜欢的中国俗语。我们期待着能在云南一起成长，共同度过美好时光。

本报记者 王韵雅 李玲 编译 受访者供图

坚持通过网络给孩子们上课。因为时差，我的课经常从当地时间傍晚开始，一直持续到第二天凌晨。不过，只要和孩子们在一起，我就一点也不觉得累。

到昆明3年来，我充分感受到了这座城市的安全、方便与宜居。我常常骑上电单车，穿梭在大街小巷，体会昆明的市井之美。我也很享受昆明的美食，这里的人们都喜欢吃辣椒，和墨西哥很像。

周末，我常常和朋友们聚在一起弹吉他。摇滚、英语和西班牙语流行歌都是我的最爱。平时，我还会把吉他带到教育机构，和孩子们分享音乐的美好。

我喜欢昆明，我也希望一直生活在这里。

本报记者 王靖中 编译 受访者供图

我是一名来自缅甸的缅甸外教，来中国已经9年多了，回想初到德宏傣族景颇族自治州的情景，我记忆犹新。那时芒市的街道没有现在干净整洁，城市绿化较少，旅游景点也不多。如今，芒市越变越漂亮了。

我对云南的少数民族文化非常感兴趣。每逢假期，我都会带上相机和笔记本电脑，徒步或是骑车，深入德宏少数民族聚居的村寨走访。这样的工作习惯，我已经保持了10多年。

在深入走访的过程中，我见证了云南在少数民族传统文化传承与保护方面取得的成绩。比如，少数民族

杜宁宁姬(缅甸)
让更多人了解中国



年轻人在上学、就业方面能享受政策优惠，学校经常组织学生庆祝传统节日，村村寨寨也都非常重视对少数民

万哲生(英国)
妙趣横生教汉字



书。这次，我打算以英国人的视角解读汉字的奥秘。“鸟”比“乌”多一点，代表鸟儿的眼睛，而乌鸦一身黑，很难看出它的眼睛在哪里，所以“乌”字没有点晴；“乌白马角”，乌鸦变白、马儿长角，这个词指代不可能实现的事情。

追根溯源、脑洞大开，这就是我钻研中国文化的方式。顺着汉字的演

我来自老挝甘蒙省，今年23岁。2021年，我从老挝沙湾拿吉省职业技术学院毕业找工作时，了解到了“援老挝铁道职业技术学院”交流项目。该项目不仅可以让我圆到中国留学的梦，还可以系统学习铁道专业知识，未来也能成为老挝铁道职业技术学院的老师。

经过层层选拔，我非常幸运地成为老挝教育部选派的40名赴昆明学习的学员之一。2022年3月，我和同学们一起乘坐老中铁路列车从老挝来到昆明。这是我第一次出国，也是我第一次体验老中铁路。一路上，列车快速平稳、车厢干净整洁、座位宽敞舒适、列车员服务热情周到……一切都让人印象深刻。

从伊朗来到云南，我对生活的热爱只增不减。

昆明阳光和煦，气候温和。同许多外国友人一样，我爱上了这座春城。身为两个孩子的母亲，孩子的健康成长是我必须考虑的重要问题。昆明空气质量良好，山清水秀，适宜郊游远足，这让我决定带着孩子们来这里工作生活。于是，2019年，我来到了这里。

回想还在伊朗的时候，我是大学老师，也是运动达人，热爱攀岩、徒步远足、拳击、篮球、瑜伽等运动。来到昆明，我也找到了有着同样爱好的中外朋友。

闲暇时，我会到昆明周边的山区远足露营。在满目青山中，感受大地母亲的关怀，在沁人心脾的空气里，

我来自法国，从20岁到上海财经大学和中国财经大学做交换生算起，我来云南已经有15年了。

起初，是四季如春的气候和舒适的环境吸引我来到昆明。后来我开始创业，和朋友一起经营了旦斯特舞蹈工作室、欧瑞力斯爱尔兰酒吧和岔巴精酿啤酒餐厅。

欧瑞力斯以传播西方尤其是爱尔兰的饮食文化为主，但我们的一些小吃也会结合云南本地的口味和食材进行调整融合，比如川椒薯条、傣味虾、放小米辣的凉拌三文鱼等。“这里没有陌生人，只有还没遇见的朋友”是我们的经营理念，所以，我们会组织一些活动和派对让大家相互认识，大家一起玩儿很开心。平日里，我也会结合工作和爱好，与朋友

林华(老挝)
当好老中铁路新园丁



来到学校，这里不仅有真正的高铁列车，还有按1:1比例搭建的铁路隧道、桥梁、站台等设施，实训教室里还可以练习开火车。此外，学校食堂能品尝到各类云南美食，宿舍也干净

维纳斯(伊朗)
享受云南多彩生活



充分体会瑜伽带来的舒适。夏季雨后的山中，野生菌随处可见。有时，我带着两个孩子走进大山，一同享受露营的点滴时光；有时，山路崎岖难行，我便只身前往锻炼挑战。我偶尔还会环

老米(法国)
喜欢云南多元文化



们一起尝试越野跑、篮球、网球、橄榄球等运动。
最近5年，我感受到了云南交通的变化。现在，通过高铁，我们从昆明去大理、丽江旅游非常方便，而以前要花很长时间在路上。

族文化的保护，每年傣族泼水节、景颇族目瑙纵歌节期间的活动都丰富多彩。

来中国之前，我对中国的许多认识来自西方媒体的宣传，而我现在用自己在云南工作10多年的亲身经历告诉外界，中国的发展让千千万万人过上了美好生活，少数民族也不例外。

我喜欢自己现在的状态。工作之余，我将继续进行少数民族传统文化保护与传承方面的研究工作，让更多人了解中国的民族政策，客观、立体、全面地认识中国。

本报通讯员 杨立 编译

变过程倒推：简体字、繁体字、小篆、金文、甲骨文，在我眼中，字变成笔画，笔画变成符号，符号变成花草树木、虫鱼鸟兽……时间流过，千百年的历史依然栩栩如生，它们灵巧地寄居在文字里。

如今，我是一名小学双语教师。结合动画、游戏等方式，我用英语给孩子们解释汉字、成语、诗词等传统文化的由来和衍生故事。除了上课，我还开设了“文武双全”夏令营。文，即教孩子们知识、画画、手工；武，即亲近大自然、开展户外活动。

和云南已有几十年的缘分，大理的淳朴天然、昆明的日新月异，还有日常和孩子们接触时释放的天马行空，都持续刷新着我的好奇心，给我带来了源源不断的创作灵感。

本报记者 郭瑶 编译 受访者供图

整洁。课余时间，学校老师带我们外出购物，感受真实的昆明，还会在学校里组织很多活动，让我们和中国老师、学生一起跳舞、游戏，从而进一步学习中文、了解中国。这样的学习条件和环境，让我更加坚信自己的选择是正确的。

来到昆明铁道职业技术学院学习改变了我的人生，我会珍惜为期2年在云南学习的机会，既学铁道专业知识也学好中文。未来，我要将学习到的铁道专业知识带回老挝，运用到工作中，更快更好地参与到老挝铁路建设教学工作中，为老挝培养更多优秀铁路人才。

本报记者 姚程程 编译 受访者供图

滇池骑行，迎面而来的风凉爽宜人。冬季将至，红嘴鸥也聚集于此，孩子们爱看、爱喂，非常喜欢。

我的其余日常也丰富有趣。我时而驻足观看广场舞，时而被太极拳吸引。我还体验了中国传统的拔火罐、足疗等养生疗法。学习中文对我而言是困难的，但是中国古诗词对山光水色的描写，让看了英文版的我都赞叹不已，每次登上山顶都思绪万千。

在云南，生活的丰富多彩不止于此。各类特色美食，尤其是米线 and 烧烤，十分美味。露营的时候我也会自己烧烤。我还去了西双版纳，感受到了雨林的神秘之美，品尝了傣族风味食物的酸辣爽口。

本报记者 王韵雅 编译 受访者供图

旦斯特舞蹈工作室很早就在做街舞和中国文化的融合。在云南，无论是否有趣的人，都是充满民族特色的音乐和舞蹈、特色美食，都给我们带来了许多舞蹈创作的灵感。

作为外国人，虽然我们对云南文化没有足够深入的了解，但大家都非常喜欢这种异域风情。值得一提的是，我太太是昆明人，她是旦斯特的创始人和主要编导，她在舞蹈的编排中会结合一些云南民族舞的元素。

云南民族文化的多元令人印象深刻，其内容的丰富是我喜欢云南并愿意留在云南的重要原因。

本报记者 黄议娴 编译 受访者供图