

## 新研究:长期使用AI 陪伴或影响心理健康

芬兰阿尔托大学牵头的一项最新研究显示,AI(人工智能)陪伴虽可在一定程度上缓解孤独、提供情感支持,但长期使用可能对用户心理健康和现实社交关系产生负面影响。

据阿尔托大学7日发布的新闻公报介绍,这项研究基于一款被设计为用户的虚拟朋友、导师甚至情感伴侣的AI聊天机器人Replika。研究历时2年,利用某网络社区平台上近2000名用户的数据,并结合深度访谈,分析AI陪伴对用户心理状态和社交行为的影响。

研究发现,AI的陪伴和互动能够为用户提供安慰和支持,但与此同时,用户语言中也出现更多焦虑、孤独、抑郁甚至自我伤害念头的迹象。数据显示,在开始使用这类AI系统后,用户在网络平台上的发帖内容更加频繁地涉及人际关系话题,但其表达中负面情绪信号也有所增加。 据新华社

# “新中式” 正融入青年的日常生活

年轻人开始穿“新中式”服装出门了——不是摆拍,是通勤、逛街,是日常穿搭。年轻人热衷喝茶了——不是奶茶,是盖碗、冷萃、功夫茶,是慢泡细品。有人说,这是“新中式”生活的样子。它不再是一个虚空的概念,也不再只是一种审美风格,而是年轻人实实在在的生活日常。

## 从“喜欢”到“追问”



身着传统服饰的茶艺师在展示茶艺。

原来喝茶可以这么酷!陈可的职业是互联网公司运营,三年前,她去了一家中式茶饮店,第一次近距离看到茶艺师的专业动作、喝到用盖碗装的冷萃茶后,她产生了浓厚的兴趣。从那以后,她开始买茶具、泡茶、逛茶博会。

起初只是觉得“好看”“好喝”,但慢

慢地,她开始好奇:为什么同样的茶叶,不同的人泡出来味道不一样?为什么有的茶要洗,有的不用?为什么古人喝茶要“品”而不是“驴饮”?

她买来《茶经》读,跟着视频学手法,周末去茶馆找老师傅请教。去年春天,她专门请了年假,去了一趟福建

## 从“符号”到“原理”

如果说“追问”是向内的探索,那么另一些年轻人则更进一步,开始挖掘文化元素背后的“原理”,试着回答“它为什么好”,并用这些原理回应今天的生活问题。

家具设计师柳乐,业余爱好是研究榫卯。“榫卯不是‘不用钉子’这么简单。”他向记者解释,榫卯是一套完整的力学逻辑——讲究“刚柔并济”“以柔克刚”。

虽然本科、研究生阶段都没有学过榫卯,但他一直想把榫卯知识用在设计

里。他花了一年多时间,设计了一把椅子。外观是现代风格,内部结构用了榫卯——不用一颗钉子,却比胶合家具稳固。这把椅子在国外设计展上获奖,评委说:“我们看到了东方的智慧。”

与柳乐相似,85后建筑师周舟也在传统中寻找可转化的原理。他利用业余时间,常去苏州、扬州等地逛古典园林。逛得多了,他发现:园林的艺术不是“造景”,而是“造境”。周舟把这种领悟用在了他参与设计的一个城市公园

## 从“独乐乐”到“众乐乐”

“新中式”生活的年轻追求者不满足于自己“深入”,还想让更多人“遇见”。

陈可现在有专门会友的茶桌。朋友们大多是“茶小白”,她会一边泡一边讲这是什么茶,产自哪里,为什么要用这个水温。有朋友因为这样的分享爱上了喝茶,开始自己买茶具、学泡茶。

杨震所在公司的游戏走红后,计划生产《山海经》周边文创的企业找上门来谈合作,只因“粉丝”需求激增。他说:“年轻

人不是不喜欢传统文化,而是不喜欢过去那种说教的方式。游戏让他们‘遇见’传统,他们自己便会想了解更多。”

柳乐的椅子被一家中式茶馆采购,很多客人坐着觉得舒服,问“这是什么椅子”。店员会解释:“这是榫卯结构的现代设计。”

周舟设计的公园,总有人来散步。有人发帖说:“这个公园看起来普通,但走进就不想出来。”周舟看到这条评论,笑了:“这就是我要的‘说不清,但喜欢’。”

这场“新中式”生活风潮引起了社

茶山,跟着茶农采茶、晒茶、炒茶。

如今,陈可已成为一名兼职茶艺师。这样的年轻人,并非个例。近年来,“茶课”“香道”“书法工坊”等传统文化体验课程在城市青年中悄然走红。与过去不同的是,参与者不再满足于“上一次课”“打一张卡”,而是希望系统学习、持续练习。

同样从喜欢出发,不同领域的年轻人各自踏上了“追问”之路。90后“码农”杨震,在游戏公司做策划。尽管老板起初并不支持,他还是执着地把《山海经》里的元素放进了游戏。那是他童年想象力的启蒙。

游戏上线后,很多玩家因为好奇去查原著。有人在论坛里写道:“本来只是想查个神兽,结果看了一晚上。”

陈可和杨震的起点,和大多数年轻人一样——从喜欢开始。与喜欢并存的,是好奇心的自然生长。有文化研究者认为:“这种‘追问’,是文化认同深化的自然过程。当一个人真正喜欢一件东西,他会想知道更多。”

里。没有放假山,也没有建亭子,但用了“曲径通幽”的手法——路不是直的,而是有弯折;视线不是一眼望穿,而是有遮挡。公园开放后,有人说“在这里散步感觉特别舒服”,却说不出为什么。

越来越多的青年人开始从传统中寻找“原理”,而不是简单借用“符号”。他们发现,真正有价值的,不是龙凤纹样、雕梁画栋这些“看得见”的东西,而是背后那些“看不见”的思维方式——如何连接、如何留白、如何让人舒服。

会学、教育学领域的讨论,学者们指出:“传统文化传承的一个重要路径,不是‘灌输’,而是‘遇见’。很多年轻人做的,恰恰是创造‘遇见’的机会。”

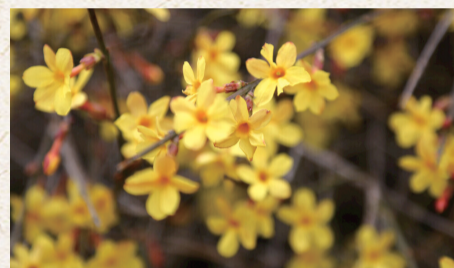
“过去,在大使馆举办一场文化活动,似乎就是穿穿汉服、弹弹古筝、写写书法,或者表演传统武术,一些外国人总以为这就是中国文化。”一位外交官也向记者分享了亲身体会,“如今,年轻人给了我们活动组织者更多选择,也让中国的文化形象有了更深层的表达。”

(文中部分人物姓名为化名)

据《光明日报》

## 把自然讲给你听

### 春天,为啥黄色的花早开?



春光正好,人们赏花热情高。有人发现,春天最早绽放的大多是黄色的花。这看似巧合的现象背后,是植物经历数千年的自然进化形成的一系列生存策略。

黄色花能更好吸引昆虫为其传粉。植物要想开花结果,就少不了授粉媒介——昆虫的帮助。早春时节,气温偏低且变化剧烈,蜜蜂、食蚜蝇等传统传粉昆虫还未大量出没,只有非常醒目的花才更易被它们发现。昆虫在吸食花朵的花蜜以后,便完成了传粉。

植物和昆虫之间其实是互惠互利的关系。对于早春植物来说,开黄花可以比较容易找到,一方面可以吸引昆虫帮助其传粉,另一方面昆虫也需要从植物身上取食,来获得提供生存能量的花蜜。如果找不到可以吸食花蜜的花,昆虫也无法生存下去。所以,植物和昆虫之间,其实是相互适应、相互选择的关系。这也是黄色花的一种生存策略——帮助早春的昆虫在鲜少开花时找到食物,在帮助别人的同时帮助自己。

黄色是昆虫等传粉者偏爱的颜色,游客穿黄色的衣服,也特别容易吸引小飞虫。因此,早春出游如果不想被昆虫当花朵“采”,就尽量不穿黄色衣服出游。

植物的花色主要由花瓣中的色素决定,色素主要包括类胡萝卜素、花青素、叶绿素等。类胡萝卜素让花朵呈现黄色或橙色,它的合成路径相对简单,只需利用之前积累的养分就能合成。同时,类胡萝卜素在低温等不良环境下相对比较稳定,不会轻易受到环境变化的影响,而其他色素则容易受到气温等因素的影响。黄色花是早春相对比较稳定的花色。早春植物刚结束休眠,新叶还没有萌发,还不能进行光合作用来积累能量,体内的能量和营养储备都有限。早春开出黄色花,能用较低的投入来换取较大的回报,因此是相对节能的一种生存机制。

据《人民日报》

