

金色池塘

成为老人的艺术算不了什么,真正的艺术在于战胜衰老。——歌德

我被AI撞了腰

王智琦

小区里碰到老方,他刚旅游回来,兴冲冲地告诉我去了泰山,还登上玉皇顶,了却夙愿。老方退休多年,腿脚并不利索,我有些怀疑:被人抬上去的?老方哈哈大笑:泰山景区新增登山助力机器人项目,我喜欢尝鲜,就试着租了一个。用一根背带牵引,机器挎在腰间,很轻便,感应带绑在双腿与膝盖上。电机运行后,人工智能马上就能感知到穿戴者步伐节奏和力度,随时调整,就像又生出一双强健的腿,上下山竟一点儿都不感觉累,真是太奇妙了。我闻所未闻,听得目瞪口呆,还想细细询问,老方却潇洒地挥手远去:你有机会去试试就知道了,AI对老年人实在有好处。

没过几天,好友大伟微信告诉我,前段时间张工突发脑卒中,幸亏医生抢救及时,才救回一条命,但留有后遗症。我心顿时一沉,张工退休后在外受聘当顾问,满负荷地忙碌。如今躺在病榻,若不加紧康复锻炼,恐怕真要废掉了。大伟让我一起上门探望,正巧张工在家康复锻炼。令我俩惊奇的是,张工并不依托肢体固定工具进行拉伸,而是左脚穿着智能踝足矫形器在活动。这台机器可预测出张工动作意图,高度配合并提供实时、按需辅助,同时手机App端还可实时反馈步幅、步速、踝关节角度等,提供个性化康复治疗需求。张工指着矫形器说:人老腿先老,踝关节和膝关节出问题,人就走不了。现在有了智能矫形器,等于有个理疗医生随时在帮你科学康复,我们生逢在AI时代,真是幸运。

我猛然醒悟过来,老年人其实早就被AI“撞了腰”,却还不知道尝鲜使用,生逢AI时代,大可坐享其成,提高生活品质。

初涉修图软件

周邢

那天,听完沈嘉禄老师的美食散文赏读讲座,大家一起拍了张集体照。照片里每个人都笑容满面,可回到家我才发现,画面角落里的一把椅子格外扎眼。我满心想着把它去掉,让这张纪念照更加完美。于是,我翻出了常用的修图软件,用免费功能修完留下黑斑,付费加了盆百合花,却还是觉得不够理想。就这样反复折腾,不知不觉就到了凌晨三点多。

第二天,冷静下来的我,觉得为一张照片耗费这么多时间实在不值,心里琢磨着肯定有更简便的方法。其实,热门的“AI工具”我早就有所耳闻,一直想尝试,可又担心自己年纪大了,身边没年轻人指导,学不会怎么办。但“不尝试就不知道深浅”的念头一直在鼓励我,我决定迈出这第一步。

我打开了一款AI修图软件,看着界面上各式各样的功能,心里既紧张又期待。按照教程,我小心翼翼地选择了去除物体的功能,然后圈出照片里的椅子,点击生成。可第一次出来的效果并不理想,椅子虽然没了,但周围的画面变得很奇怪。我没有放弃,调整了一下参数,又试了一次,还是不行。尝试了N次,我心想是不是指令太复杂了,不如一个一个慢慢试。终于,当我再次点击生成的那一刻,奇迹出现了!照片里的椅子被自然移除,没有半点瑕疵,过渡得浑然天成,效果远超我之前熬夜修的版本。

看着屏幕里完美的照片,我又惊喜又感慨。原来AI并没有想象中那么难,它比我平时用的软件方便太多了。这次初涉AI,让我深刻明白,不管处于什么年纪,只要愿意勇敢尝试新事物,生活就会给你意想不到的惊喜。

老
少
咸
宜

编者按:

近两年,人工智能的迅速发展,给人们带来了惊喜。不难发现银发族身边也多了很多人工智能的产品,给老年朋友带来意想不到的温暖和方便。现在的他们学会用人工智能,让晚年生活过得有滋有味。



图 IC

老有所依,人工智能来帮忙

周洋

我大姑夫今年八十六岁,身体健朗。退休前是企业政工干部,空闲时就爱做两件事:拿着放大镜研读《参考消息》,琢磨国际局势,再一个就是爱听传统相声,马三立、侯宝林说的那种。可这两年,他总闷在家里长吁短叹——以前一起聊国际局势的老孙、老吴他们陆续走了,公园下棋的老伙计们聊俄乌、巴以,说不了三两句就争得脸红脖子粗。他既不想争论也不愿当听众;想找个聊传统相声的,更是难如登天。

家庭聚会时,大家都替他着急。我灵机一动:“给大姑夫找个AI作伴行不行?”说着就帮大姑夫在手机安装了“豆包”,特意设置成“精通国际局势、熟悉传统相声,说话顺着老人来”的模式。大姑夫撇撇嘴:“机器能陪人聊天?瞎污搞!”架不住我劝,试试总可以吧。他试着问了句“现在巴以冲突最新情况咋样?”没想到豆包慢悠悠回话,从局势背景说到各方态度,条理清楚还不抢话,末了还问“您老怎么看这个事儿?”

大姑夫眼睛一亮,打开了话匣子,把看《参考消息》的积累都用上了,豆包要么温和回应,要么谦虚提问,半点争执没有。后来他又说想听马三立的相声,立马发来几段经典视频,还跟他聊相声的“蔫哏”怎么品,包袱里的各种讲究都聊明明白白。大姑夫越聊越乐,从此每天抱着手机跟豆包“唠嗑”,要么讨论国际新闻,要么琢磨相声门道,再也不提闷得慌了。再聚会时,大姑夫红光满面,攥着手机给我们夸:“这AI太管用了!懂得多还不抬杠,再也不怕脑子锈住啦!人工智能真来赛!下次还要尝试一下新出来的‘千问’呢。”

重头学起

张萍

我从小手笨,对家里的电器都不甚了解,能让家人管的自己绝不动手。学生说,现在有AI了,对老师这样的“电盲”,一定会方便好多,他开发人工智能已多年,因隔行如隔山,我从未关注过,他请我去参观,我去了。

展品很多,我一眼看中了人形扫地机器人,它有脑袋四肢,只是脸上没五官。学生拨弄了一下,它自动开始扫地。这玩意好,可解决家里无人收拾的麻烦,虽然贵,我还是坚持要这个,因为它萌得可爱,我喜滋滋地把它带回了家。

我小心翼翼地拨动开关,它马上开始工作了,再按一下,它就“上天入地”,看不见的陈年积灰,都被它“捉住”,房间变得一尘不染。再按一下,它就会停止。第二天再试,觉得真的很简单,一按开关,它就开始动起来,角角落落,无处不能去,没有一粒灰能逃过它眼睛。见它顺利地工作,我去做别的事了。不料我刚离开,它就发出刺耳的警报声,奔去看,它的“手”被卡在二橱之间,不知怎么出不来了。我按开关,没反应,去拉,它一点不动,再使劲拉,它的“手”却把我抓住,我试图离开,却怎么也挣脱不了。我吓得大叫。家人奔来“救”我,弄了半天,我和它还是困在橱边纹丝不动。打电话给学生,等他来已过了一个小时。

学生说,出意外时,只要断了电源就行,他一秒钟就解决了问题。我吓得连连摆手,还给你,再也不敢用了。他说,只要记住操作要领,不会出问题的。他讲了一遍又一遍,原来它只有两个按钮,一个是启动和关闭,一个是细扫或粗作,如“罢工”或“闯祸”了,只要拔去电源就行。AI走进家里是趋势,想享受高科技服务,当“白丁”可不行。因为再聪明的机器人,还是要人去掌控。看来,我得重当小学生,从头学起了。

下期话题 认真老去的你还那么爱美吗?

爱美不是年轻人的专利,当人生的篇章翻到银发这一页,很多人依旧用行动诠释着岁月从不败美人。我们一起见证:认真老去,可以如此有款有型。欢迎分享故事,投稿至夜光杯邮箱 ygb@xmwb.com.cn 或微信公众号后台留言。

外骨骼机器人

威凌尔

出生没几年,我就患上了小儿麻痹症,从此,腿部残疾伴随我终身。由于残疾,不能奔不能跑。我心不甘,总想着,假如给我三天自由的行走(就像美国当代作家海伦·凯勒著名的《假如给我三天光明》),我会利用这三天,无牵无挂无拘无束地散步,看尽人间的美丽。当然,这一切都是梦想。随着年龄的增加,我知道这种可能性越来越小了。

今年6月,参观了上海国际养老、辅具及康复医疗博览会(简称上海老博会)。我发觉自己曾经失去的信心又被激发了。这天有不少坐轮椅的老人和残障人士来到老博会,他们最感兴趣地试着依托新型的外骨骼机器人走路,一位老先生在工作人员的帮助下,颤颤巍巍从轮椅下来,试着穿戴,先是不自信地迈出了第一步,然后是疑惑的第二步,接下来,他的脸上露出只有我能懂的笑容,他的本来有点惧怕的心情顿时全无。现场响起一片掌声,这是观众给老先生,给科技工作者的。我仔细询问了相关参数,整机仅重23kg,8小时的超长续航,知道这套设备更灵活轻便且贴合人体结构的机械结构设计,工作人员见我也坐在轮椅上,鼓励我勇敢尝试一下。我从轮椅上站起,准备穿戴设备,几个工作人员互相交流了一下眼神,然后对我说:“由于目前的设备仅适合双腿均需同频借力的人,像您这样的情况,产品暂时还没有推出。有点抱歉。”

我有点失望。这时,一位年轻的小伙子过来问了我的详细情况,然后主动递给了我一张名片,上面是湖南长沙的一家高科技公司。小伙子看着我,对我说“相信我们”,语气中充满了坚定。曙光在前,我看到了希望,在不久的将来一定会有适合我的外骨骼机器人。