

“很多人都在使用它，却没有真正学会最佳方法。我教授实用AI。再说一遍，我是个解决问题的人，而且我喜欢帮助别人。学会善用AI，它就可以成为更快、更便捷、更轻松且更优质地实现目标的最强大工具之一。”有了AI，一个人就是一支队伍。在过去一年半时间里，Alysia已经举办了超过100场关于AI的讲座。

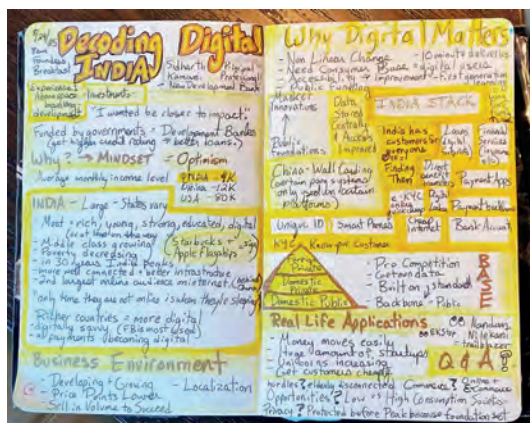
她还结合心理学，帮助人们解决工作中的情绪问题，比如如何面对网络上的负面留言和攻击；她注意到有些人一直在努力，却无暇顾及工作与生活的平衡，结果累垮了身体。“AI是帮助避免倦怠的关键。它就像一个工作助手，一个创意伙伴。用它来改进流程，改善做事方式，就能事半功倍。”

至于AI是否会替代人类，Alysia坚信：“人的直觉和创造力是AI无法做到的。但它能在我们的创作过程中帮助我们，提高效率，从而节省更多时间和精力去发挥创造力和创新能力。”

非常感激我能身处一个为我提供这些机会的地方

回想刚来那天的情景，Alysia忍不住咯咯笑出声来：“太狼狈了。”在她出发前一不小心

上图：拥有艺术教育学位的Alysia做的手绘笔记。



崴了脚，检查的结果比她想象的还要严重。还是那句话，“我不喜欢半途而废”。她打上石膏继续旅程，坐着轮椅、拄着拐杖、带着行李、抱着一只猫终于成功抵达上海。

“我喜欢上海的第一点就是方便。”因为脚踝骨折她不便行动，但可以叫外卖，可以买到任何食品杂货；她盲选到一位非常贴心的阿姨，“就像姐姐一样帮助照顾我。”她还迷上了针灸拔罐等价廉物美的健康方式。为了便于恢复，有朋友推荐了一位按摩师，一小时专业而轻柔的按摩使疼痛减轻许多，让她从此爱上足浴房。后来她干脆买了一张按摩床，请技师上门服务。女按摩师不会说英语，但可以通过微信互相翻译，下手的轻重、方式、分寸一切拿捏得刚刚好，让Alysia的每一个毛孔都透着舒适。“天哪，这也太奢侈了。这种事在美国可不会发生，价钱至少翻三倍。我觉得自己能拥有这

样的生活真是太幸运了。感激，我想这就是我要找的词。非常感激我能身处一个为我提供这样机会的地方。”

Alysia每次回到公寓楼，门口的保安都会热情打招呼，互相问候通常是：“嗨，你好吗？”然后就靠各种身体语言辅助。有时保安会给她一个橙子，她就坐下来一起吃，橙子散发出的芳香是他们之间交流的延展。

春节时邻居们会邀请她一起过年，但常常去她家聚餐，因为地方宽敞点。大家都知道她厨艺不错，她也很乐意掌勺。她擅长中式烹饪，一般不看食谱，喜欢用芝麻油或者麻辣的四川油，把西方的、中国的或亚洲的元素融合在一起做创意菜。虽然因太爱动物选择素食主义，并不妨碍她的发挥：“我非常擅长做蘑菇菜，比如杏鲍菇搭配其他蔬菜，再配上一点奶油蘑菇酱，做出来有点像改良版的八宝辣酱。”

在上海生活了11年，Alysia的微信里有4000多个好友。她为此自豪：“我是一个超级连接者。如果你真的想帮助别人，你能做的最有力的事情之一就是帮助人们建立联系，让他们互相帮助。超级连接不只是搞社交，也不只是为了业务获取人脉，超级连接者是创造整个生态系统的人。”