

“心一 (OneMind)” 项目简介

版本: 10.0 (定稿) 日期: 2025-07-15

引言：我们从何处来

我们认为，在向外探索、改造世界的道路上，最大的障碍，往往是我们自己内在的矛盾与冲突。

本项目旨在回应一个深刻的时代症候：无数人正被“知道应该做，但就是做不到”的“精神内耗”所困扰。我们致力于融合中华文明的修身智慧与前沿的生成式AI技术，为解决这一普遍性困境，为完成“**立德树人**”这一习近平主席下达的根本任务，提供一个“由内而外”的创新方案。

第一章：我们的“道”与“器”——理论内核与产品实践

我们坚信，一个伟大的项目，必然是“道器合一”的。

第一节：项目之“道”——现代化的“心法”体系

我们不满足于提供表面的效率工具，而是致力于构建一套现代化的“心法”体系，为帮助用户整合内心提供坚实的理论支撑。

- 哲学灵魂**：深度融合中华修身智慧，如《大学》“格物、致知、诚意、正心、修身”的次第，以及阳明心学“知行合一”的精髓。
- 科学路径**：立足于现代心理科学，如“心智模块化”、“内在家庭系统 (IFS)”、“接纳承诺疗法 (ACT)”等模型，将千年智慧转化为当代人可操作的实践。

第二节：项目之“器”——“知行合一”的实践道场

为承载上述“道”，我们正在开发名为“心一”的AI应用。它并非理论说教者，而是一个具体的“知行合一”实践道场。

- **产品的“形体”与“功用”**：“心一”以VS Code插件和独立App的形式存在，拥有简洁、沉浸的交互界面。其核心“功用”，是陪伴用户在解决具体问题的“事上”，练习整合内在冲突，化解“知行不一”的困境。这个过程通过一个完整、流畅的体验闭环来实现：
 1. **安全的“清障”对话**：当你学习分心时，可以立即与“心一”开启一段绝对私密的对话，通过精准提问，陪你看见阻碍学习的真正卡点（如手机依赖、畏难情绪）。
 2. **高效的“启动”引擎**：在看清卡点后，“心一”会引导你将学习目标分解为可执行的微任务（如专注学习15分钟），并为你开启专注模式，屏蔽手机干扰。
 3. **正向的“心能”循环**：每一次成功的学习突破，都会被沉淀为一枚“成就结晶”。它在视觉上如同一颗温暖、纯净、散发着微光的水晶，内部流动着象征你本次进步的独特纹理，并由AI提炼专属箴言。这枚结晶不仅是成长见证，更可分享给同样被困扰的同学，传递理解与鼓励。
 - **产品的实施“方法”**：我们的方法论，是聚焦于一个明确的痛点，并为一群最需要的人提供最有效的解决方案。
 - **核心痛点**：解决因“内在冲突”导致的“学习拖延”与“手机成瘾”
 - **目标用户**：MVP阶段精准服务于使用智能手机成瘾的挂科大学生群体。他们既是此问题的深度受害者，也是我们产品的核心受益者。我们旨在与其深度共创，将产品打磨到位，再推及大众。
-

第二章：我们的挑战与价值

第一节：核心挑战

在项目的探索过程中，我们致力于创造性地解决三大核心挑战：

1. **哲学与技术之辩**：如何将抽象的“知行合一”哲学，精确地解构为AI可执行的对话模型，并保留其人文“神韵”？
2. **工具与“功夫”之辩**：如何设计AI以“赋能于人”，而非“替代于人”，确保技术服务于人的主体性成长？
3. **商业与信任之辩**：在AI隐私忧虑时代，开源模式在多大程度上能解决产品的伦理与信任困境，并探索出可持续的社会价值路径？

第二节：项目价值

- 社会价值**：为解决普遍性的“精神内耗”问题，完成“立德树人”这一任务，提供一个可供参考的、人机协同的**创新实践范式**。
 - 技术价值**：为“科技向善”领域，提供一个在前沿探索型项目中，如何进行**价值主张、风险管理**与**开源社区治理**的鲜活样本。
-

第三章：我们的根基与远方

第一节：我们的团队

本项目由清华大学工程管理专业学生发起并主导。创始人的独特之处在于，其本身即是“道器合一”的践行者——兼具AI应用开发的技术能力、中华优秀传统文化的修习体悟与现代心理学的知识背景。

为确保项目的理论深度与学术严谨性，我们拟邀请校内白峰杉老师担任学术顾问。同时，项目以开放的姿态，期待未来能吸引计算机、心理学等跨学科人才加盟，共同组建一支深度融合技术、管理与人文视野的跨学科团队。

第二节：我们的价值观

- 开源普惠**：项目以**开源模式**为基石，旨在打破知识与工具的壁垒，吸引全球智慧共建，让“修身”的能力普惠大众。
- 人民至上**：我们坚信，最伟大的商业模式是为最广大人民群众服务的模式。因此，项目将探索以社会价值为核心驱动、以社区生态为依托的可持续发展路径，而非追求短期利润。

第三节：我们的远方

我们的最终愿景，是渴望创造一个“人人皆可修身”的时代，这正是对中华先贤“人皆可为尧舜”宏大理想的现代表达。在这个时代，科技不再仅仅是改造外在世界的工具，更是关照内在世界的一面镜子，帮助每一个人回归“本自具足”的圆满状态，为实现物质文明与精神文明相协调的、更高阶段的社会主义社会，奠定最坚实、最深刻的人性基石。