

# “如果不投身进来，肯定会后悔”

从华科大紫菘2栋的宿舍，到光谷软件园写字楼，再到如今全新的AI赛道——这位与雷军一同登上福布斯的“90后”，为何选择在舒适区归零？当移动互联网原住民拥抱AI，他将交出怎样的答卷？长江日报记者近日与付小龙进行了对话。

问：选择从零开始，身边的人理解吗？

答：大家都挺理解的。第一次创业是大学休学，多少有些冲动。这次更多因为AI浪潮真的来了——对生产力和用户体验都会带来剧烈变革。如果不投身进来，我肯定会后悔。13年前我强烈感觉移动互联网不能错过，现在AI这波同样如此，必须得干。

问：为什么不是转型，而是要彻底剥离？

答：过去两三年我们在内部尝试过新方向，但我意识到：这种大机会必须亲自下场。当外部环境巨变时，原有公司结构无法支撑真正的创新。有本书叫《创新者的窘境》，讲的就是旧架构上很难做出新事，因为路径依赖太强。

现在流行“OPC”（一人公司），原来想都不敢想，但AI让它成为可能。我也必须从零开始，没法在现有公司里拉个小团队——那样做不出伟大的公司。

问：恋爱记的AI尝试对你有什么借鉴？

答：不能在原有流程上打补丁。很多App加了AI功能但用户用得少——因为使用链路仍是基于无AI设计的。你不会因为多了AI功能就打开得更频繁。要做AI产品，必须从零开始，基于AI能力设计。假设没有AI，这个产品就不成立。

问：13年间，武汉这座城市给了您什么？您认为武汉的创业者有什么特质？

答：武汉给我的是越来越好的创业环境。我从上大学开始就一直待在武汉、待在光谷。光谷中心搬到哪，我就搬到哪——从光谷广场到软件园，再到大悦城，一路见证着它的发展。一个月前，我去泛悦城模态空间的孵化器做分享，台下坐着8个“00后”创业者，氛围比当年更浓厚。

武汉创业者很务实，更脚踏实地，追求稳健发展。当然，这也有代价：我们做90分只说90分，而有的人做90分能讲出120分，融资时更占优势。但务实意味着成功率更高。现在“00后”创业者视野更开阔，一上来就想着全球化，敢讲大梦想。拿10年前的自己跟他们比，我自愧不如。但拿现在的自己比，我仍有优势。

问：过去13年有没有哪一刻觉得“这段经历是交学费”？

答：回头看，那些都不算什么，都是小问题。

问：有人说发展人工智能要解决“真问题”。您认为什么是“真问题”？

答：得是痛点一直存在，只是有了新解法。昙花一现的产品只有炫酷概念，尝鲜后就没了。真问题背后是长期痛点，只是以前有移动互联网的解法，现在AI可能给出更好的解法。

比如豆包取代了百度搜索。以前搜问题得琢磨关键词，现在直接口语化提问，AI也能理解。痛点没变——遇到不懂的要查——但解法升级了。如果本来没痛点，只是一时新奇，留存率必然低。

问：AI创业最大的技术难点在哪？

答：技术难点不大。除了做大模型外，大家都没有特别高的壁垒。AI写代码把门槛拉得很低，就跟当年做App一样，没技术门槛。真正的技术是大模型、多模态这些大进展，我们影响不了。我们能做的，是把技术与痛点匹配，做出解决方案。

问：创业环境最大的变化是什么？

答：最大变化是科技创业门槛被拉得非常低，人人都有机会。

问：机会更大了，还是更难了？

答：大家都能创业，但要做大更难。做个小而美的生意更容易——一年几百万元收入，利润自己拿。但要做平台级产品，一方面大模型公司可能把你覆盖掉，另一方面竞争激烈，同质化严重。今天你出一个功能，别人两天用AI复刻出来。持续领先太难。

问：给10年后的自己录一段话，会说什么？

答：感谢2026年春天没有躺平，抓住机会再次出发，跟上了时代。不管做没做成，先跟上。

问：请推荐三位您心目中真正的“AI新势力”。

答：现在还没有。大幕刚拉开，领跑的已透明，还在做的等产品说话。我自己也是，后面拿产品说话。

本版统筹：陈永权



本期“AI新势力封面人物”付小龙。

制图 陈昌

# 付小龙「归零」

■长江日报记者陈智

2026年开年，一份“2025福布斯中国新时代颠覆力创始人”榜单引发热议。雷军、梁文锋、王兴等悉数上榜，而一个年轻的名字——付小龙，却格外抢眼。

福布斯给他的入选画像这样写道：2013年休学创立“恋爱记”，服务数千万对情侣用户；2025年推动产品全球化，海外版在数十个国家名列前茅；迎战AI浪潮，带领团队推出Apple Watch多款产品。

上榜后不久，这位1992年出生的武汉创业者作出了一个让许多人意外的决定：将深耕13年的“恋爱记”交给职业经理人，自己完全退出，All In AI，从零开始二次创业。

## 归零： “最重要的是先出来”

3月1日，光谷，一张办公桌，一台电脑，付小龙迎来了人生的又一个起点。

“第一次创业是大学休学，多少有些冲动。这次更多因为AI浪潮真的来了，如果不投身进来，我肯定会后悔。”付小龙说。

这份“冲动”，其实早在16年前就已埋下。2010年，正在备战高考的付小龙深夜在广播里听到一个名字：姚欣，华中科技大学学生，休学创业做出了亿万人使用的视频点播平台PPLive（后更名为PPTV）。“像姚欣一样开公司、做事业”——这个念头像闪电般击中了他。

当年，他以620分考上了姚欣的母校华中科技大学，一头扎进姚欣曾待过的互联网社团“冰岩作坊”。他形容那段日子“通宵达旦，很接近一家公司的状态”。正是在“冰岩作坊”，因敲代码时常忽略同校女友，他想到开发一款记录情

侣点滴的App。2012年，他集结了4位同学，将取名为“恋爱笔记”（后更名为“恋爱记”）的App推上线。一年后，他选择休学创业。

过去两三年，“恋爱记”内部做过不少AI尝试。入选福布斯的荣誉，被他视作“对过去的认可，也是鼓励”。接下来要想的，是“怎么做出真正在国际上有竞争力、有影响力的产品”。

今年1月，付小龙专程去了趟美国，参加在拉斯维加斯举行的国际消费类电子产品展览会（CES）。逛完展会后，他感慨，在人形机器人展区，超过一半都是中国企业。美国之行让他更加确信：中国创业者已经到了可以平视世界、走向全球的时候。而AI，正是这轮出海“新船票”。

2月28日，付小龙刚交接完“恋爱记”各种事务。“先出来再说。”他说，“最重要的是先出来。”

## 复盘： “在老房子上加新窗户是没用的”

13年创业，6000万用户，付小龙从中提炼出自己最核心的竞争力。

“最重要的是对用户需求的鉴别能力。”他说，“管理、融资都是锦上添花，真正宝贵的是知道什么产品符合用户需求，什么不符合。这靠经验加直觉，目前AI还做不到——它判断不了真伪需求。”

他用“恋爱记”中的“姨妈助手”功能举例：男生可查看女生生理期以便关心。当初会担心隐私问题，但功能上线后，在全球范围内的用户数据与反馈都很好。“有些功能乍听有顾虑，可用户真喜欢时，问题自然化解。判断需求不能纯靠理性分析，需要感性直觉。”

这个能力，也体现在“恋爱记”的出海业务上。团队做过两次海外版：第一次模仿当地产品，效果不理想；第二次按国内思路做，相信自己对需求的理解，只做微调，结果一上线就在多国冲进总榜前几十名。

## 新战场： “只要敢从零开始，‘90后’最有希望”

至于新方向，付小龙给出两个关键词：第一个是AI，第二个是C端用户，也就是直接面向个人用户使用的App。付小龙透露，将重点关注AI亲子互动、AI社交平台、AI游戏和AI助老几个方向。

“目前AI产品多是生产力工具，用在帮助提高工作效率的‘B端’。接下来日常生活中的需求也会被AI满足，这就是消费级AI产品的机会。”他说，不是用来提高工作效率，而是瞄准大众日常生活，做一个每个人每天都会用到的东西。

有人说“80后”抓住互联网，“00后”是AI原住民，“90后”最尴尬。但付小龙不这么看。

“‘80后’要推翻重来，代价太大；‘00后’冲劲足，但缺商业手感。‘90后’呢？30多岁，还有力气再搏一次，手里又攒了几年认知和管理经验——这不是最幸运的生态位吗？”

“AI时代的下一个王兴、张一鸣，一定是‘90后’。”付小龙说，面向C端的巨头不会是现在的模型公司，而是做产品的创业公司。“只要敢从零开始，‘90后’最有希望。”

对于“再做一个更大的公司”，他有自己的定义：一是做伟大的公司；二是规模够大，影响力才大；三是更大的社会价值，不只是赚钱。至于团队人数，“越少越好，未来可能几个人带几百个AI员工就做到一年赚1亿美元”。

2026年2月，付小龙迎来了34岁生日，妻子送他的生日蛋糕上写着“正是闯的年纪”。“这是爱人给我的生日礼物，也是这场二次创业的注脚。”付小龙说。

13年前，付小龙在华科大宿舍里通宵写代码，觉得整个世界都是自己的。13年后，他决定把一切都推倒重来。这一次，他的身后是13年的积淀，面前是一个AI奔涌的时代。

# 长江 财经 周刊

8 长江日报

2026年3月2日 星期一  
责编：殷雪君 美编：陈昌  
版式：朱彬 责校：刘明

## AI新势力封面人物

【开栏的话】

当AI重塑世界，谁在定义变革边界？在长江经济带，有一群孤独求索的科学家、敢于归零的企业家，推动技术落地的产业推手。他们身份各异，却共同拥有一个名字——“AI新势力”。

即日起，长江日报开设“AI新势力封面人物”专栏，对话领军人物或新锐力量，记录这个时代的创新脉搏。



今年1月，付小龙专程去了趟美国，参加在拉斯维加斯举行的国际消费类电子产品展览会。