

“抱树”赶走坏情绪，水晶买回好心情？

“疗愈经济”火热，解压如何不踩坑

今日女报 / 凤网实习生 岳骄阳 记者 刘浩

“你太累了，该对自己好一点。”这句看似温暖的关怀，正在成为商家撬开消费者钱包的钥匙——从几百元的颂钵音疗、禅修旅修，到上千元的冥想课程、AI情感陪伴，各类打着“缓解压力”“修复心灵”旗号的疗愈服务如雨后春笋般涌现，收割着广大消费者的钱包。

疗愈服务究竟是“解压药”还是“智商税”？当中隐藏哪些法律风险？面对这些问题，今日女报 / 凤网记者展开了调查。

说法

疗愈身心的同时，警惕消费陷阱

奉律（北京德和衡【长沙】律师事务所律师）

当下，疗愈经济蓬勃发展，在享受这些服务的过程中，消费者也面临着虚假宣传、服务质量问题以及隐私保护等潜在法律风险。

部分商家为了吸引消费者，夸大疗愈服务的效果，广告词中若含“纯天然、100%、特效、全效、奇效”等词汇，就属于违法行为。此外，疗愈项目不得暗示医疗功效，如“降三高”“护肝”等。如果商家在广告中使用这些禁用词，或对商品的功效进行夸大宣传，将构成虚假宣传。例如，商家宣称水晶具有“缓解紧张情绪”“清除负能量”等功效，但无法提供科学依据或权威认证，根据《中华人民共和国广告法》第四条、第二十八条和《中华人民共和国反不正当竞争法》第八条的规定，这将构成“对商品性能、功能作虚假或引人误解的宣传”，属于虚假广告或不正当竞争行为，消费者可以依法要求赔偿。

如果商家提供的疗愈服务未达到约定的标准，例如疗愈活动组织混乱、服务设施不符合宣传要求等，消费者可以依据《中华人民共和国民法典》（下称民法典）第五百八十二条要求商家承担违约责任，包括但不限于退款、补足服务内容、赔偿损失等。在提供疗愈服务过程中，商家可能会收集消费者的个人信息，如健康状况、心理状态等。如果商家未遵循合法、正当、必要的原则，违反《民法典》第一千零三十二条、第一千零三十五条规定的隐私保护义务，擅自泄露或不当使用消费者的个人信息，将构成对消费者隐私权的侵犯，消费者有权要求商家停止侵权行为，并承担相应的法律责任。

倘若消费者遇到权益受损，可以首先尝试与商家进行协商，依据《民法典》第五百七十七条等相关法律规定，要求商家承担违约责任或赔偿损失。若协商无果，消费者可以向当地消费者协会或相关监管部门投诉，依据《中华人民共和国消费者权益保护法》等相关法律法规，请求协助解决纠纷。在协商和投诉均无法解决问题的情况下，消费者可以依法向人民法院提起诉讼，维护自身的合法权益。

因此，消费者在享受疗愈经济带来的放松和愉悦时，应保持警惕，增强自我保护意识，理性消费。在购买疗愈服务前，应充分了解服务内容、效果、费用等信息，不轻易相信商家的夸大宣传。同时，注意保留消费凭证、宣传资料、聊天记录等证据，以便在权益受损时能够有效维权。

案例 长沙女大学生定制疗愈水晶，却负债累累

近日，“抱树疗法”在社交媒体上迅速走红，网友们纷纷前去体验，晒出自己抱树的照片，并分享抱树时的感受，成为一种新的疗愈风尚。

长沙姑娘小林（化名）因工作受挫，感到喘不过气来。忙碌了一天后，她在小区电梯里看到一则广告词：“树属木，肝也属木，所以来抱树吧！调节情绪，缓解压力，还能和大自然进行能量交换，快速清理和提升能量！”



这则广告瞬间吸引了她的注意。随后，她报名参加了体验价为1280元的“森林疗愈”。

“在森林里漫步，呼吸新鲜空气，感受大自然的宁静，让我身心放松，仿佛工作上的焦虑突然消失了。”小林在首次体验“森林疗愈”后，感受到了前所未有的放松和宁静。此后，她保持着每两三个月一次的森林“充电”频率。

与此同时，长沙大四学生小雨（化名）则选择了另一种疗愈方式。今年4月，为了挑选一条心仪的水晶手串，小雨在直播间熬到了凌晨3点。她感慨：“在喜欢的东西上花的钱，被称为精神维护费，要相信‘相信’的力量。”从2022年开始，小雨陆续购买了几十串水晶手链，总花费超过3万元。

起初，小雨是被水晶的“功效”吸

引。商家介绍称，不同种类和颜色的水晶被赋予了不同的疗愈作用，如粉水晶可以带来爱情和温暖、白水晶能够增强直觉和清晰思维、黄水晶可以带来财富和繁荣，小雨对这些说法深信不疑。

她购买的手链价位大多在500元以内，但慢慢地小雨发现这些水晶似乎并没有给她带来商家所承诺的效果。商家进一步诱导她：“你要根据‘生辰八字’私人订制只属于你的水晶手串。”最终，小雨购买了一条专属于她的、价值7000元的水晶手串。

然而，佩戴这些水晶饰品后，她不仅没有如商家所说的获得平静，反而陷入了沉重的经济负担，最终不得不依靠家人和朋友的帮助偿还贷款。小雨无奈地说：“原本以为水晶能给我带来疗愈，没想到却让我陷入了困境。”

调查 疗愈项目种类繁多，女性成主要消费群体

随着疗愈话题热度不断攀升，线上线下疗愈产业迎来了多元化的发展。记者深入长沙实地走访后发现，从颂钵音疗、芳香疗愈、抄经疗愈，到舞蹈疗愈、旅游疗愈……疗愈形式丰富多样，满足了不同消费者的需求。记者在某团购平台搜索“芳香疗愈”时发现，多家SPA店纷纷推出了这一服务项目。其中，长沙的一家疗愈SPA店，其70分钟的“颂钵沉浸疗愈放松精油SPA”客单价453元，且已成功售出三单。

与此同时，市场上出现了许多贴上“疗愈”标签的商品，价格也随之水涨船高。其中，水晶疗愈凭借改运的噱头，成为2025年爆火单品。以抖音平台为例，“水晶”这一话题下的视频播

放量高达30.4亿次；小红书平台，“水晶”单个话题浏览量也达到了23.4亿次。社交媒体的广泛传播，进一步推动了水晶疗愈的热度，吸引了大量消费者的关注和购买。

记者从中国移动通信研究院发布的《“她”经济研究报告》中看到，为了缓解社会、家庭、生活压力而进行的“疗愈消费”大受女性群体的欢迎，越来越多的女性愿意为了满足自己的情绪价值去付费。这一数据不仅揭示了疗愈经济的巨大潜力，更预示着一种全新的生活方式和消费趋势正在形成。

然而，市场繁荣背后问题频出。在社交平台上搜索疗愈，遭遇骗局、被割韭菜、提醒慎重参加等“避雷”和质疑的内容层出不穷。有人自述花了

3000块钱却被疗愈师“割韭菜”，有人购买高价产品却发现是虚假功效，还有人在疗愈机构交纳上万元课程费、“加钱更换纯净场地”后对方却失联……这些问题不仅让消费者蒙受经济损失，也给整个疗愈行业的健康发展带来了挑战。



和未成年人，并综合考虑各方当事人与死者共同生活的紧密程度、关系亲疏、经济依赖关系及死者去世对双方的影响等因素进行合理分配。

虽然小晨由母亲抚养，但她与父亲的父女关系不因离婚而改变。考虑到小晨长期未与父亲共同生活，其死亡虽对小晨造成情感伤害，但并未直接影响其目前的生活状况，人身

和经济依赖程度较低。而小晨的爷爷、奶奶年事已高，现仅由刘茜抚养。小晨父亲生前与其父母、大女儿长期共同生活，互相照料，在分配比例上应予以适当倾斜。法院依法判决，扣除合理费用及已支付给小晨的5万元后，酌情分配小晨11万余元。

一审宣判后，原、被告均未提出上诉，该判决已生效。

■资讯

男子工伤死亡，随前妻生活的孩子能分赔偿款吗

今日女报 / 凤网讯（通讯员 刘思孟莉）小晨（化名）在父母离异后跟随母亲生活。父亲因工死亡后，各方赔偿款共计113万元，但小晨的爷爷、奶奶和姑姑仅给她分了5万元。小晨将他们起诉至法院，要求均等分割赔偿金。6月9日，岳阳汨罗市人民法院通报了这起案例。

小晨11岁时父母离异，起初她和姐姐由父亲抚养。

后经调解，小晨的抚养权变更为母亲所有。几年后，父亲在外地工作时被殴打身亡，人社部门认定为工亡。行凶者家属赔偿了28万元，小晨姐妹和爷爷奶奶起诉父亲生前的工作单位获赔85万元，两笔赔偿款均支付到姑姑刘茜（化名）账户。刘茜给小晨转了5万元后未再支付，小晨母亲多次协商无果，小晨遂

将爷爷、奶奶和姑姑一同诉到汨罗法院，请求均等分割死亡赔偿金。法院审理认为，小晨父亲因事故死亡获赔的113万元，是对死者家庭整体预期收入的赔偿，具有物质补偿及精神抚慰的双重功能，属于死者近亲属的共有财产。赔偿款的分割应在扣除实际支付的丧葬费等合理费用后，优先照顾无生活来源者