▶家中可備應急包應對氣候變化。 AI製圖

超強厄爾尼諾如何應對

如果說天氣只是晴雨冷暖的變化，那麼超強厄爾尼諾帶來的則是一場牽動全球的氣候考驗。國家氣候中心監測顯示，超強厄爾尼諾已於上月形成，預計未來三個月赤道中東太平洋海表溫度還將持續升高，並於秋末冬初達到峰值。

厄爾尼諾並不是一場直接席捲全球的風暴，而是赤道中東太平洋海水異常增暖，引發大氣環流調整，進而改變不同地區降雨和氣溫分布。世界氣象組織指出，厄爾尼諾可能令全球大部分地區氣溫高於平均水平，並增加部分地區發生乾旱或洪水的風險。

除了山洪、滑坡、泥石流和森林草原火災等災害風險隨之上升，全國氣溫今冬將總體偏高，但寒潮頻次可能偏多。明年夏季高溫熱浪可能更強、影響範圍更廣。

氣候變化的影響也會延伸至餐桌和日常生活。南方持續降雨可能造成農田漬澇，增加病蟲害風險。北方降水不足，則可能影響秋播進度及小麥、玉米等作物生產。到了春夏，高溫推高空調使用量，電力供應和水資源調配也將面臨更大壓力。

面對這場氣候考驗，普通人不能毫無準備。首先，養成查看天氣預報和預警的習慣。手機應開啟氣象預警及緊急通知，遇上暴雨或強風及時調整行程。家中不妨準備一個應急包，放入飲用水、簡便食品、常用藥品、手電筒、行動電源、備用電池及少量現金。冬季則要檢查門窗、取暖設備及防滑用品，使用燃氣或燃燒式取暖器具時尤其注意通風，防範一氧化碳中毒。到了高溫季節，可提前檢查空調、備妥防暑用品，並關心獨居長者及有需要的鄰居。養成節約用電、合理用水的習慣，亦有助減輕極端天氣下公共資源的壓力。

樂　活
潘少
逢周一、二見報

盤古與盤瓠

在瑤族神話裏，有一位名字跟盤古十分相似的祖先，叫盤瓠。盤古開天闢地，盤瓠卻是一隻狗。兩位相差這麼遠的角色，為什麼同樣被稱為「盤王」？要弄清楚，還得先說說盤瓠的故事。

東晉干寶《搜神記》記載，黃帝與嫘祖的長子高辛氏的宮中有位老婦人，耳朵生病，醫生竟從她耳中取出一條像蠶繭般大的蟲。有人把蟲放進葫蘆，再用盤子蓋着。沒多久，蟲變成一隻身披五色花紋的狗。葫蘆古稱「瓠」，加上蓋在上面的「盤」，牠便得名「盤瓠」。

當時，高辛氏正與戎吳交戰，敵方將軍十分厲害，屢攻不下。高辛氏向天下宣告：誰能帶回敵將的首級，就賞金千斤、封邑萬戶，還可以娶公主。結果，將軍們沒有辦到，盤瓠卻叼着敵將人頭回宮。這一下，高辛氏可頭痛了。

大臣們紛紛反對：牠是狗，怎能封官娶妻？倒是公主十分乾脆，她提醒父王：「王者重言，伯者重信」。高辛氏無奈，只好照辦。於是，一公主一狗離開宮廷，進入南山，在石室中生活。

三年後，公主生下六男六女。盤瓠死後，子女彼此婚配，繁衍後代。他們用樹皮織衣、以草果染色，喜歡五彩繽紛的衣服，甚至有尾巴形狀。他們喜歡山林，不願回宮。因此，高辛氏賜他們山川土地。這也解釋了南方一些族群的起源，而在瑤族傳說中，盤瓠便成為了被人敬奉的祖先。

那麼，盤古與盤瓠，又有什麼關係？有說，盤古神話吸收了南方盤瓠故事，再把民族祖先變成創造天地的巨人。不過，這仍是學術上的一種說法，沒有定論。

在民間，事情卻沒有分得那麼清楚。有些地方稱盤瓠為盤王，有些地方則以盤古為盤王。祭祀時，兩者甚至可以並列，甚至合而為一。舉例，在盤王節，人們祭盤王、唱盤王歌、跳盤王舞，把開天闢地的神與繁衍族群的祖先，以及後代遷徙的記憶都放進同一個信仰之中。

普通讀者
米哈
逢周一、五見報

孩子，這叫思考

有個小學生對媽媽說：我以前做作業一直依賴AI，有一天AI崩了，我就想像腦子裏有個AI，把題做出來了。媽媽說：孩子，這叫思考。

以上是一個網絡段子，我稱其為「科幻段子」。就像許多科幻小說後來被證明是「預言」一樣，隨着AI持續發展，這個段子裏的場景或許真的會出現。思考曾是人類最自以為傲的東西。笛卡爾說：「我思故我在。」帕斯卡說：「人是一棵會思考的葦草，人的全部尊嚴就在於思想。」AI本是對人類思考的模擬，當人類習慣於依賴AI，卻可能喪失思考的能力，甚至不知道這種自主的腦力運動有一個體面的名字，叫思考。

作為一種科技手段，AI令人擔憂之處不在於其強大，而在於其替代性。工具，不論其科技含量大小，都會增強人類的肢體、器官及其本有的能力。錘子、斧子，讓手臂更有力量；鉗子、鑷子，讓手指幹活更加精巧；自行車、汽車，讓腿腳「走得」更快，不過，這些工具的替代意味不強。大概不會有人因為有了錘斧鉗鑷，就不再用手了；我們也不會因為買了帶輪子的車，就放棄「腿兒着去」。

或許因為AI這種「工具」之強超過了人類工具史上的幾乎所有同類，它在給人類提供幫助的同時，還讓人對自己的能力產生懷疑。一開始，覺得做數學題方面，我不如AI；搜集信息方面，我不如AI；繼而發現，安排行程方面，我也不如AI，最終發現幾乎事事不如AI，此時對AI的依賴就形成了。

面對AI，我們需要保持自覺思考的能力。而要做到這一點，首先要有思考的自覺。思考，對於人類而言，既是天賦的能力，也是習得的技能；既是一項權利，也是一種義務。思考是需要工具輔助的，周文王演八卦就用了蓍草。不過，就像我們開着汽車趕遠路，沿途風光會激發向更遠處行進的動力，使用AI看到的新景致應讓人在自覺思考之路上走得更遠，而不是相反。

知見錄
谷中風
逢周一、三、五見報

試題手信

初看考評局金禧開放日的新聞，本以為又是一個標準的周年展覽：某個機構到了五十周年，擺出老照片、舊物件，回顧過去，展望未來。直到看到最後一句——入場人士有機會免費獲贈「試題專輯」和五十周年限量紀念品，我才停了一下：別家的紀念品往往是襟章、杯子、環保袋，考評局卻送試題，實在很有自己的風格。甚至讓我想到網上那些搞笑短片，小朋友生日興高采烈拆開一大盒禮物，結果裏面整整齊齊放着一套練習冊，那一刻的表情，隔着屏幕都能感受到「絕望」。

但仔細想想，這甚至可以說是一次相當聰明的自我解構。考評局一九七七年成立，這次展覽還會展出一九三七至一九三八年的香港中學畢業會考規則、一九八〇年高考物理試題、一九八六年會考英文聆聽試題等老資料；如果把不同年代的試題放在一起，本身就是一小段香港教育史。試題如同歷史的切片，每個年代重視什麼、學生被要求掌握什麼，往往都藏在那些問號之中。

就好像早前廉政公署推出自家品牌的特色咖啡，把原本令人聞風喪膽的「請飲咖啡」變成受歡迎的文創體驗一樣；不是隨便印一個Logo就叫文創，而是一看到、一拿上手，就知道它只能來自這個機構，有一種捨我其誰的不可替代性。

這麼一想，這本試題專輯的含金量突然就高了起來。假如有一天我去美國旅行，順便參觀托福或者雅思的周年展，離開時拿到一本歷年紀念試題，我大概真的會帶回來，翻翻幾十年前考什麼、今天又考什麼，看看題目、用詞乃至考試方式怎樣改變，其實很有意思。而且這種手信還有一點別的紀念品做不到的互動感：不是擺在櫃子裏看，而是真的可以拿起筆來做。幾個朋友坐在一起，各自挑一道幾十年前的題目，看看今天的我們還會不會答，說不定比很多打卡紀念品都更容易留下記憶。內地或者海外遊客來香港，看完考評局五十周年展，順手帶一本香港試題回家，自己挑幾題做做看，也未嘗不是一件很有香港特色的事情。

大川集
利貞
逢周一、五見報

《這個秋天》

重陽已過，秋天已來。登高之時或許會感到一陣秋意，令人身心舒泰。然而，秋天本已短暫，再加上近年的氣候暖化，秋天更似轉眼即逝。要捕捉這美好時光，唯有憑歌寄意。這些日子，我想起粵語老歌《這個秋天》。

「紅葉片片，你我相見，你說落葉聲惹心酸。離別了，送我丹楓一片，你說秋天太短莫嗟怨。」《這個秋天》是上世紀八十年代的歌曲，演唱者關正傑是當年一位很獨特的歌手。關正傑的獨特，在於他的個性和身份。雖然關正傑的正職是建築師，但是他具有磁性和動人的歌喉。當年主唱了不少電視劇主題曲，例如街知巷聞的《天蠶變》和《天龍訣》，從而令他增添了歌手的身份。套用現代香港社會的術語，也許關正傑就是早期的「斜槓族」：建築師／歌星。

「這美滿的秋天，賜你與我相遇，田園漫步望落日，草坡中兩依戀。這美滿的秋天，這季節深紀念，難忘地上落葉輕且軟。」關正傑主唱過不少激昂的電視劇主題曲，另外亦有多首流行曲，為聽眾留下深刻印象。《這個秋天》的歌詞浪漫綺麗，深情款款。全曲借用秋天的意境，展示戀人的關係。雖然正在熱戀，卻要無奈分離：「紅葉片片似你的臉，我縱在夢中也依戀。」曲中有關秋天的描述甚為貼切：落葉、秋天太短，令人感受至深。曲中重複的副歌述說：「離別你，到那天相見，這個秋天太短但溫暖」，所述的溫暖是心情，但至今竟是真實的氣溫，既諷刺亦無奈。

關正傑在香港樂壇留下很多悅耳金曲，但他沒有依戀名利，多年前已經淡出樂壇。據說曾有不同機構邀請他復出，他卻不為所動，只隱身於社交媒體背後，為聽眾保留神秘而美好的回憶。誠然，有些人或有些事，似是煙消雲散，但其實一直潛藏在人們心底，成為永恆和深切的印記。每個秋天，都會叫人心醉。

文藝中年
輕羽
逢周一、二、三見報

融和中西的尊者

由已故董建華先生創辦的「團結香港基金」，從二〇二三年推出「我們的香港故事」系列，由旅港外籍人士主講。最近連續請來兩位音樂專家分享他們的經歷，趣味盎然。上月流行音樂達人聶安達（Anders Nelsson）率先分享，上周二則由「教父級」的紀大衛教授（David Gwilt）接力。

已屆九十三高齡的紀教授是居港最長時間的外籍音樂專家，也是音樂建設參與度最高的一位。自一九七〇年開始任教於香港中文大學，先後參與香港管弦樂團職業化、香港藝術節、香港作曲家及作詞家協會、香港音樂學院等。後者乃香港演藝學院音樂學院的前身，當時校址就在講座進行的香港藝術中心七樓。他亦參與作曲、演奏、電台節目以至撰寫樂評，單是《南華早報》就有文章逾千。

開場致辭的陳永華教授是紀教授的學生：「我經常跟學生說：你們沒有一人比紀教授更本地，因為你們的年紀遠遠不及他居港的年日。」

接着紀教授開展一個題為「融和中西：數十年音樂傳承、教育與香港文化認同」的講座。其中他回顧上世紀七十年代的香港音樂教育及文化制度建設的過程中，如何提高社會對音樂的認知，包括香港管弦樂團董事會

▲紀大衛在「我們的香港故事」上分享經歷。 團結香港基金圖片

那些商業大班：「我需要教育他們，他們負責出錢，但樂團跟公司不一樣，不能隨便換人的。」

他用自己考進劍橋大學的經歷，說明音樂之路非常艱辛，絕不亞於運動員：「香港單車、劍擊手贏得獎牌後，都有為他們而興建場館。李嘉齡、沈靖韜同樣在國際獲獎，但他們的場地呢？」

紀教授認為將體育和文化歸納在同一個管理下，「那是對體育的羞辱，但政策也很自然向體育傾斜。為何文化不能自成一家？」這是一個值得思考的問題。

樂問集
周光蓁
逢周一見報

樂團的機器人指揮

十月十一日，在斯洛文尼亞盧布爾雅那，擔任指揮的宇樹人形機器人G1與盧布爾雅那管樂團成員參加樂團遊行演出。 新華社

寰宇採聞
逢周一見報

無聊之美

在數碼產品氾濫的今天，「無聊」似乎已被徹底消滅。電視、電腦、手機觸手可及，隨時能提供各種消遣。英國心理學家Sandi Mann卻說，網絡時代製造了一種「惡性無聊循環」。人腦總是追求新奇的感官刺激，對數碼產品上癮，不但讓人的無聊閾值越來越低，而且社交媒體的算法產出的回聲艙，讓我們看到的永遠是同一種視角，反而帶來更多乏味感。

Mann指出，互聯網消滅無聊的同時也扼殺了創意。適度的無聊感會迫使我們發揮創意，想方設法去追求樂趣。如，心理實驗中花了很長時間抄寫電話號碼者，隨後用兩個一次性紙杯創造出了更多有趣的物件。過多沉迷於「屏幕」，還讓我們錯過了藍天、白雲，以及像孩童那樣隨處發現奇跡的能力。她說，無聊時大腦放空，思緒四處飄盪，能突破平日專心致志時的狹隘「隧道視野」，讓想像力暴漲。據說暢銷書系列《指環王》的誕生就起源於作者托爾金批改牛津大學學生考卷時感到無聊至極。然而，高速的現代生活已讓無聊成為一種奢侈。時間少，事情多，誰有空停下來發呆？哪怕在超市排隊等結賬，周圍無休止的聲光刺激也會讓大腦過於興奮，根本沒有無聊的空間。所以，Mann提倡我們平日要降低感官刺激，多欣賞自然。

調查發現，工作場合中最被壓抑的情感是憤怒，第二是無聊。職場中人不敢抱怨無聊，因為擔心這會讓人覺得自己在「摸魚」偷懶，甚至認為自己才乏味。要真正讓「無聊」擺脫污名，恐怕首先要改變社會對生產效率壓倒一切的瘋狂追捧。

墟　里
葉歌
逢周一、三見報

責任編輯：李兆桐