

# 追求靈性體驗 協助面對壓力

## FUN享歷史

逢星期五見報

「新紀元運動」(New-Age Movement)是一場去中心化的社會運動，根據西方占星學說法是水瓶座(公元2001年至3000年)的開啟年代，對於參與者來說，意味着有更多人加入提升個人意識層次的行列，徹底改變舊有社會的各種規範和限制，將人類精神領域推向一個嶄新的高階。本文旨在解讀「新紀元運動」引入對於香港出現紛陳的社會現象，加上10位曾投入相關活動的朋友訪談，說明這場運動的特色是「轉化非救贖」，即參與者重視個人自身的轉化經驗，經歷的一連串自我反思的過程，以重新建構自我認同。

「新紀元運動」概括兩個時期：醞釀期(1991年至2000年)、發展期(2000年至2010年)。醞釀期，以牟利或非牟利的形式設立的不少機構，規模較小。肇始於英國女士 Sally Anderson 在中環開設 New Age Shop，以及其夥拍朋友 Peter Lloyd 出

版 New Age News 雙月刊。1995年，顧修全和孫天倫在灣仔創立楷亞中心，提供新紀元式的心理學訓練課程，更以《自我創富》一書闡述其理論。綠色思想提倡者周兆祥博士與朋友創辦香港素食學會，除積極提倡健康素食外，也推廣中國氣功、太極拳、另類療法、瑜珈、音樂治療和光的治療等各式各樣活動，且定期舉行身心靈的講座以及現場體驗式學習活動。一群喜愛印度大師奧修的朋友前往印度參訪後，成立奧修全然靜心舍。靈氣(Reiki)、瑜珈(Yoga)、身心語言程序學(Neuro-Linguistic Programming)，或者以標榜新紀元課程如 Life Dynamics 等各類中心亦如雨後春筍湧現。

發展期，隨着網絡技術的突飛猛進，個別團體透過討論區、面書(facebook)、MSN、電子郵件、YouTube、CD、VCD、手機等媒介，透過虛擬方法吸引參加者參與，如靈魂出竅指南，參與者是以電郵形式報名及分小組參與。世界著名靈修大師分別設立中心招納信徒，包括有歐美國家關於光的課程、奇跡的課程、Papa-

ji、Sai Baba、奎師那知、超覺靜坐等。不同的成人業餘教育中心均設立催眠、身心語言程序學等課程，修畢課程經過考試後，學員便可以從事相關工作。這些機構甚至將課程拓展至整個人身心靈的發展、個人情緒智商管理或者提升管理的素質等，藉以吸引專業人士。

我曾訪談10位參與者，其特徵以30歲至49歲的年齡層為主，女性多於男性。大部分受過高等教育，從事商業與專業工作，職業有中小企業老闆、資深經理人、教師、社工和作家等。

他們熱衷追求靈性體驗，藉以化解生命中的焦慮和無奈的感覺外，深層的心理掙扎是不滿過往傳統信仰組織呈現制度上的僵化，轉以務實的態度自由選擇人生的導師。依憑其神聖的修行體驗，協助自己面對沉重的工作和生活壓力。這種針對個人精神的特殊需要，彼此如兄弟姊妹般共處的小組信仰生活，參與者既是消費者也是提供者的兩重角色，在人際疏離又空洞的現代社會裏更形珍貴。這也是為何能夠在香港蓬勃發展的原因。



●隨着「新紀元運動」興起，瑜伽等活動也日益受歡迎。

資料圖片

■李鈞杰博士(香港歷史文化研究會副會長，現職為大專院校助理教授。作品見佛門網，近作《戰後香港佛教興辦教育(1945-1960年)》刊載《新亞論叢》第21期。)

## 商周愛用青銅器 南征荆楚為奪「金」

### 歷史今昔

逢星期五見報

說起春秋時期的歷史，就不得不提到青銅。當我們走進博物館，就會發現商周時期的傳世文物不多，除了玉器之外，最多的就是青銅器，而歷史學家也透過辨認青銅器上的文字，重新了解當時的歷史。這些被稱為金文或鐘鼎文的文字，全靠刻於青銅器之上，所以才能保留下來，但大家有沒有想過，為什麼當時的人會用青銅來鑄造器物，這些青銅又從何而來呢？今期就跟大家一起了解青銅的歷史。

早在商朝時期，中國人已會用青銅來鑄造器具，而根據科學家為這些文物所做的研究，這些青銅器產自長江下游。問題這就來了，商朝勢力主要在黃河中游一帶，他們是怎樣取得青銅呢？翻查史書，我們沒找到「銅」這個字，反而「金」就有不少，歷史學家認為，當時的「金」是指青銅，而不是我們現在所知道的黃金，而商朝就是透過與江南地區部族貿易，把青銅引入中原。

#### 周王親征 死於漢水

到了周朝，周王室對於青銅的需求更大了，所以就動了出兵攻打江南的野心。歷史書中有一段記載，講述西周的周昭王三次出兵攻打江南，領軍渡過漢水，但在第三次攻打南楚時死於當地，也就是今日的湖北一帶。當時跟隨周昭王南征的其中一位大臣留下了一個青銅器，上面記載着他在這一場仗中「俘金」，即是獲得了重要的銅。班師回朝後他把這些銅鑄成鼎獻給周王室，歷史學家根據這一線索，推斷當時周朝是佔據銅礦的

民族開戰，從而取得需要的金屬資源。

不過，周昭王死於漢水之後，周朝王公大臣就不想再親自出征，畢竟當時周朝是以馬車為作戰主力，但荆楚江南一帶全都是河流湖泊，馬車根本無用武之地，所以就把任務交給受封於當地的一支小部落。這支部落居於丹陽，首領姓半，在周成王時被封為子楚，「子」是爵位，在周朝封建制度中屬於較小的諸侯，而「楚」就是國號，也就是我們所熟悉、日後的楚國。

#### 分封楚國 掌握銅礦

接下任務後，楚國慢慢發展自己的勢力，逐漸掌握當地的銅礦。當時的銅有很多用途，因為鐵和鋼還沒出現，所以奢侈品如鼎就要用銅來鑄造，兵器也是青銅戈、青銅劍，可以說得青銅得天下，楚國也因此逐漸成長，從一個偏僻地區的小諸侯，變成日後的戰國七雄。

在擴張的過程中，楚國不斷把原來的採銅部族向東驅趕，最終把他們趕到吳越之地，也就是長江下游一帶，這些部族就是日後的吳、越兩國，也因此兩國與楚國可說是世仇，也是日後吳楚兩國大動干戈的原因，吳軍更在伍子胥的指揮下，一度攻入楚國首都，令楚國元氣大傷。

不過，這也是青銅時代的最後輝煌。隨着科技發展，人們開始掌握冶鐵術，青銅器的重要性也相應下降。在博物館中，我們會發現東周以後甚少青銅器出土，一方面是大家都在忙於打仗，根本沒有人有空閒有錢財去鑄鼎，另一方面是鐵器開始普及，硬度更高的鐵取代了銅的地位，各國軍隊也相繼裝備鐵製兵器，青銅就這樣慢慢走進歷史。

■布安東(歷史系博士，興趣遊走於中西歷史文化及古典音樂。)

## 百年建築甘棠第 關館紀念孫中山

### 館長我想問

隔星期五見報

今期來到孫中山紀念館，找一級助理館長陳家亮(Sunny)，問問他關於孫中山的故事。

既然名為孫中山紀念館，那孫中山有沒有到過這棟建築物呢？Sunny表示，翻查現有資料，孫中山應該沒來過或住過這裏，而最終選址在「甘棠第」建館，最大原因是孫中山當年當在中上環一帶活動，而「甘棠第」的主人何甘棠除了是一名商人，還是孫中山在中央書院的同學，跟他同年出生，他的哥哥何東爵士亦與孫中山相熟，所以最後就選了「甘棠第」作孫中山紀念館。

來到「甘棠第」，參觀者多數有兩個目的，第一是了解更多孫中山的歷史，另一個就是為參觀這座歷史建築而來。「甘棠第」在1914年建成，至今已有上百年歷史，整體建築屬英皇愛德華時期的古典風格，吸引不少人特地為拍攝這座建築物而來，然



●古典風格的「甘棠第」，吸引不少市民前來拍照。

影片截圖

後將相片上載到社交媒體，讓更多人認識這棟古蹟。



■康文署(本欄以康文署的網上節目《館長我想問》向讀者簡介有趣的博物館知識。詳情可瀏覽優遊香港博物館YouTube專頁：<https://www.youtube.com/user/HKPublicMuseums/>。)

## 模擬人類智慧 學習適應問題

### 科技暢想

隔星期五見報

人工智能指模擬、延伸和擴展人類智慧的理論、方法、技術及應用系統。人工智能電腦編程的核心是「學習」和「適應」，從學習玩桌上遊戲和翻譯語言的程式，到可仿照人類對話、分析股市或幫助診斷醫療病症的複雜系統，都屬於人工智能的範疇。

自適應機器學習(Adaptive Machine Learning)是一種最新的先進人工智能與分析技術，即使在機器連線和運轉時，亦可不斷校正機器學習模型，而非僅在開發或測試時進行。自適應機器學習讓機器學習模型有能力針對環境變化做出反應，對於自駕車和智慧機器人等自動化系統極為有利。

形成性人工智能(Formative AI)就是未來的新興技術趨勢之一，指能夠透過動態改變作出回應的人工智能，屬於可以生成新穎模型來解決特定問題的技術，例如可以應用於發現新藥物以及生成合成數據，新生成的創造物跟原始的很像，但又不完全相同。

社會科學家雪莉·特克爾(Sherry Turkle)稱人們忽視人工智慧的明顯錯誤並感嘆其成就的現象為「伊莉莎效應」(the Eliza effect)，即是人們過度解讀機器產生的結果，甚至解讀出根本就不存在的意義。十九世紀六十年代，計算機科學家約瑟夫·維森鮑姆(Joseph Weizenbaum)開發了首個聊天機器人伊莉莎(Eliza)，模仿心理治療師的說話方式。當時用戶輕易地被機器人「欺騙」了。到了七十年代，作為維森鮑姆同事的特克爾發現，那些明知伊莉莎程序有缺陷的研究生，仍然會向機器拋出問題，並期待它以近似正常人類的方式去回答。

由於人工智能多數利用大量的數據去訓練，新生成的作品就變得具爭議性，例如用作訓練人工智能的資料有否侵權？人工智能作品著作權歸誰？「AIVA」(Artificial Intelligence Virtual Artist, 人工智能虛擬藝術家)可創作古典音樂，並用作電影、廣告，甚至是遊戲的配樂。其第一張專輯名為Genesis，包含不少單曲，成為了人工智能領域第一個正式獲得世界地位的作曲家。由於它的開發者拿已經不受著作權保護的音樂來進行訓練，所以資料來源沒有侵權的問題，它甚至通過法國和盧森堡作者權利協會(SACEM)合法註冊，其所有的作品都以自己的署名版權。



●自動駕駛汽車就需要應用到人工智能技術。

資料圖片

深偽技術和面部重現亦帶來隱私的問題，而嚴重的虛假資訊或會帶來名譽風險。

機器學習算法的自適應特性，使學習系統面臨新型的攻擊，比如通過惡意地改變訓練數據或決策輸入，影響決策的正確性。現時有兩種廣泛的攻擊類型：閃避攻擊(evasion attacks)和藥餌攻擊(data poisoning attacks)。閃避攻擊發生在推理階段，攻擊者試圖製作被學習系統錯誤分類的數據，例如略微改變一個停車標誌的形象，雖然人類仍然認為它是一個停車標誌，但自動駕駛汽車可能視為一個避讓標誌。而藥餌攻擊發生在訓練階段，對手將藥餌數據(例如具有錯誤標籤的數據)注入訓練數據集中，導致學習系統學習錯誤的模型，從而使攻擊者有了導致學習器錯誤分類的輸入數據。

隨着新的AI系統不斷地與動態環境交互來學習，處理藥餌攻擊變得越來越重要。

解決人工智能倫理問題應與法規雙管齊下，例如為無人車交通事故訂立自動駕駛法律，多間公司已聯合成立非營利性人工智能合作組織以解決人工智能倫理問題。

■洪文正 香港新興科技教育協會  
簡介：本會培育科普人才，提高各界對科技創意應用的認識，為香港青年提供更多機會參與國際性及大中華地區的科技創意活動，詳情可瀏覽 [www.hknetea.org](http://www.hknetea.org)。



## 《穹頂之城》

### 水墨大展

星期五見報

作者：金格格  
簡介：1973年出生，滿族，生於藝術世家，自幼具藝術天賦。她的藝術領域涉獵廣泛，博採眾長，融多種藝術元素於一爐。鮮明的藝術主張及精湛的表現技法，其筆墨靈動活脫，設色古雅潤澤，荒誕不羈中透出古雅的真純，為新生代水墨代表人物。



●資料提供：

