

契仔回鄉記(之五)

生 憑 閱 處 童 心

東北縣城的年俗，落到家家戶戶的日常，大概最要緊的就是「吃」。從臘月二十三到正月十五，基本上每天都是「兩頓飯」：早上起來，8點鐘左右吃一頓——倘若頭天晚上打麻將玩得太晚，也會到9點；第二頓一般在下午3點左右。過年嘛，所謂的「大魚大肉」絕不是修辭手法，而是結結實實、豐盛無比地表達，即便是早餐，也定是有好幾個肉菜。

就拿這次回鄉來說，香港小朋友吃早餐簡直有點無從下手：豬頭肉、醬肘花、醬牛肉、羊肉蒸餃……他眼巴巴地等着咖啡、麵包或是茶，結果最後端上桌的是晶瑩剔透的肉皮凍——那是東北涼菜的經典，5斤豬肉皮經高壓鍋一整夜的熬製，才能熬出1斤肉皮凍，而且鍋要刷得特別乾淨才行，如果有油，就連1斤都不會有。到了下午那一頓，再普通的人家，也會做六七個菜，鍋包肉、地三鮮、三道鱗（一種東北特產的魚，醬燜做法尤其好吃）……契仔先是眼睛不夠用，每兩日便是肚子不夠用了，日日吃得叫喊「肚子好脹」！

契仔問我，東北人不吃宵夜嗎？我告訴他，縣城人不會假斯文，整什麼「宵夜」這類酸詞，夜生活就是去擲串、啤酒。話說大年初二晚上，我又帶他放了一回煙花，看到小區裏的燒烤店竟然開門營業了，便抬腳進去胡亂點了幾樣：五花肉、牛油邊、羊腰子、蠶蛹……小傢伙問啥叫「油邊」，服務員爽直地說：「牛胸口的肥肉」；小傢伙又指了指黑黢黢的蠶蛹，我嘿嘿一笑：「高蛋白，很補的。」小傢伙害怕我整蠱他，猶豫再三也一口沒吃。回到家，他便在自己的臉書上晒吃燒烤自拍，標題寫了3個字：「賊好吃！」看，多麼東北！

他 鄉 港 聲

梁 家 億

文 旅 部 香 港 青 年 中 華 文 化 傳 播 大 使

信 而 有 征 劉 征

在張家界有一座地標，叫做七十二奇樓。顧名思義，這座樓是由72棟房子堆疊在一起形成。它的形狀對應着張家界那座最著名的山峰——天門山，這座山峰因其有一個巨大的孔洞，常年吸引來很多遊客，這座巨樓中間自然也就有一個孔洞。

然而，如果你慕名前來登山，你卻會發現，這座山實在比其他的山都要好。因為它並非簡單的一座山峰，天門山是世界極限運動者的天堂。但凡你所到之處，兩壁除了自然風光，便是各種極限運動的聲響還有照片。有攀岩、翼裝飛行、高空鋼絲、速降等等。然後，它就離開了一種寧靜，變成了一個危險的誘惑，讓你通過征服它來展現價值。畢竟，極限運動最重要的就是那個「極」字。

但凡說到這個字，一般我們都會十分警惕。但是極限運動不同，它並不是要把話題引向各種具有破壞性的行動，而是引向那個即將要被征服的自然世界。即，那個物理環境所呈現出的一種極端條件。這個條件並不

正向圖書 幸福解鎖

潘 明 珠

現今兒童成長中面對很多難題，與大人一樣，他們也有困境和迷惘。如何面對學習焦慮？遇到挫折如何面對失敗？等等。在世界戰爭及各種災難的陰霾下，兒童生活缺乏安全和幸福感，如何培養兒童心理健康，為兒童解鎖愁籠迎來幸福？我覺得兒童文學正是很好的載體，通過兒童文學繪本及故事，可以幫助兒童更好地理解自我情緒和表達感情，面對挫折，建立自信，保持正向思維，創造幸福感。

我很高興去年參與了保良局正向同行計劃下之主題童書創作，此項目旨在新創兒童心理健康主題之繪本及小說，我特別欣喜能與心理專家及前線老師通過交流和協作，合力完成這一套繪本及小說，並通過校園閱讀推廣。

我負責創作此計劃其中三本繪本：《向着彩雲飛吧》《奇妙小仙子》《神奇眼鏡的秘密》及一本小說《幸福解鎖》，內容取材自前線教師提供的兒童生活事件，加以我的文學想像和編寫，過程經與心理醫生討論，把心理健康意識巧妙地、藝術地、技巧地貫穿在故事

之中，以求文學性及知識性有機融合。一些作家對主題先行的創作不大認同，感到受局限。其實主題創作正是當下兒童文學創作及出版趨勢的體現，例如我們近年參加了《你好！中國》系列繪本計劃，其中潘金英寫《你好！中國廣州》及我寫《你好！中國香港》；參與主題圖書寫作有優勢，作家不再孤軍奮戰，就資料搜集可節省時間，因得到編輯提供有關主題之背景等資料，又可與編輯及出版團隊作討論，就不同角度構思，加添創意火花。

我此次撰寫的繪本及小說，分別為6歲至13歲年齡層的小學生，注入成長所需的「正向維他命」及相關心理學概念，其中有藉故事探討「成長型思維」(Growth Mindset)這心理學主題，我尤其感興趣。這是相對於「固定型思維」而言，近年教育界熱議、主張要培養學生的成長型思維，讓學生明白能力並非固定不變，而是可以透過努力和學習不斷增長，因此不要怕失敗，反而可從失敗中學習，改善不足，專注於自己的成長和進步。

期望在新的馬年，小讀者多閱讀及代入這些故事，從中對照自己的生活及學習情況，加以反思，應用及建立自己的成長型思維。



圖書封面 作者供圖

給AI淘汰掉

潘 國 森

說到給AI(人工智能)淘汰掉，筆者就是個血淋淋的例子。

這「中英雙語翻譯」的活已經多年沒有「發市」。前一陣子向一位幹語文培訓的朋友叩門，問有沒有兼職可以介紹。朋友說有位商人需要聘用三數天的口語翻譯員，是朋友再還包來回交通食宿。但是，工資外查閱之後，說那商人的問題已經解決了。

因為時間緊迫而仍未找到合適人選，那商人雖然英語不靈光，唯有硬着頭皮單槍匹馬上陣，全靠智能手機內附的翻譯功能，就處理好這回業務洽談。那麼此君今後都不會再臨時聘用翻譯員了。

高檔次的「即時傳譯」(Simultaneous Interpretation)是一門訓練要求極嚴格、工作壓力極高的專業。2021年3月中美高層阿拉斯加會談，時任中央外事工作委員會辦公室主任的中方代表楊潔篪發表了一段長達十多分鐘的「經典」脫稿講話。楊主任講完之後，就示意時任外交部長王毅也說幾句，忘記要翻譯成英語給一句漢語都聽不懂的美方代表。這時兼具智慧與美貌的高級翻譯張京提醒，楊主任才笑說要給翻譯一個小小測驗。這段超高手

平的即時傳譯，想必已成為各大學的指定教材。今時的熱門人工智能軟件已達到張京的水平嗎？如未到，還要開發多久？而另一邊廂，人工智能已經輕鬆地消滅了整個簡單口語翻譯的行業。

人工智能看來也團滅了「文膽」這個崗位，不過無意識地濫用，卻會鬧出笑話。2024年初中國網民驚覺有好幾家知名大學的校長元旦賀詞出奇地相似，應了許多內容影射現實人生的電影，在閉幕時加的「免責條款」，聲稱內容「如有雷同、實屬巧合」。網民一對比，就確認幾家大學校長的賀詞出自同一個人工智能工具的「手筆」。

這事引發筆者許多遐想，校長老人家要有多「無所謂」，才會吩咐辦公室職員做「捉刀人」？他又有多「無所謂」，才會沒有聘用會寫點應用文的下屬？他又有多忙碌，才會騰不出一點時間給捉刀人說說賀詞的內容大綱？至於那位領了薪水、卻請AI代勞的「白領」又有多「無所謂」，才敢敢拿校長的名譽當兒戲？然後怎麼會有這一大票的校長及其捉刀人如此巧合都「無所謂」？

文人是給AI團滅還是給「無所謂」團滅？

德國總理羨慕中國人的努力

余 似 心

德國總理默茨早前來華訪問，還到了杭州看機器人表演。在看過我國經濟和科技發達後，百感交集。

回國後公開表示中國人都較德國人勤力，並認為德國人所強調的「工作與生活的平衡」及實行的每周4天工作制，已經無法令德國長遠繁榮。聽來讓人理解是：「只要德國人願意像中國人那樣勤力工作，德國就會像中國那樣富庶和先進。」不過德國網紅Jack就批評總理一點也不了解中國人努力背後的多種元素和先決條件，把中國式努力看得太簡單，以至帶點輕視。

在中國生活了20多年的Jack對中國十分了解，他批評自己的總理光看到中國現在的繁榮興盛，就認為是國民不眠不休地努力工作的成果，卻忽略了國民願意努力，原因是背後有着強而有力的治理體系，明智和長遠的戰略體制。在教育上有長期規劃，投入大量資源在科研領域，引來大量的

投資；在公共基建方面高速發展，大規模興建公路；在制度上防止壟斷，最重要是政府治理有效！

Jack認為總理只把目光放在國民的工時上，卻忽略了政府的制度和責任。他又說，中國人願意努力，是因為看到在大家共同努力下國家有進步、自己的生活有所改善，於是對國家更有信心。即如中國的孩子多花時間讀書，就能憑高考進入更好的大學，在社會向上游，大家都普遍有這信念。

Jack講得很好。德國總理更加忽略了中國人的歷史和本性，「一分耕耘、一分收穫」、「種豆得豆、種瓜得瓜」，這是中國人幾千年來一直傳承下來的思維方式。我們自幼聽「愚公移山」的故事，長輩訓勉「只要有決心，鐵柱磨成針」。自有科舉以來，就有努力讀書的窮書生高中狀元的歷史，也有以其發展出來的故事、小說、戲曲……中國人的勤力，不是在當今時代才開始，是世世代代流傳下來的「基因」和本性，無論在國富國貧的日子，這是德國人不能一朝學成的。

對付亂晒娃有《辦法》

理 美 美

3月1日起，國家八部委聯合發布的《可能影響未成年人身心健康的網絡信息分類辦法》正式施行。名字很長很行政，解釋成大白話，就是今後在網上「搞事情」不能傷着孩子。這個「傷」包括身心健康，心理陰影也算。

《辦法》之下，那些顯而易見的網絡暴力、性暗示、誘導非理性消費、打造網紅兒童牟利等黑產必將受到管制。而小理想特別提醒的，是一些看似「人畜無害」，實則暗流湧動的角落也需要格外注意，比如家長和老師的朋友圈、社交媒體特別是短視頻賬號。

大概很多人都曾在朋友圈被迫觀看「未成年人楚門秀」的經歷。怪獸家長們以「記錄成長」為名，日復一日不厭其煩地花式晒娃，嬰兒時晒滿月照、百日宴，晒吃喝拉撒甚至「便便本人」；稍微長大點後畫風急轉成「才藝大比拼」：張家小寶3歲背唐詩，李家千金5歲彈鋼琴。視頻裏的孩子們或一臉懵懂或掛着被迫營業的假笑，配上激昂的BGM和家長們凡爾賽式的文案：「哎呀！自己非要學，怎麼也攔不住，隨便彈彈就過了十級，真是愁人。」這些與其說是記錄成長，不如說是把孩子當成了社交貨幣，用來兌換點讚和虛榮心。更有甚者，為了博眼球，拍孩子哭鬧、整蠱孩子、甚至讓孩子模仿成人段子，把低俗當有趣。還有些心大的喜歡晒孩子裸照，有些重男輕女的愛晒男根崇拜……如今《辦法》可算來了，神頭鬼臉的家長們，都收了神通吧。

再看老師端，更是重災區。不知從何時起，教室不再是安靜傳授業的

地方，而成了某些老師打造「網紅名師」人設的攝影棚。

有記者在短視頻平台調查，發現很多號稱是老師的人氣博主靠發布課堂教學視頻和學生視頻吸粉，有的甚至還開了直播，打賞和商品欄窗。很多視頻裏的學生被正臉露出且未被打碼。圍觀的網友甚至可以通過打賞和彈幕投票來決定讓鏡頭對準哪個學生以及用什麼方法懲罰他/她。老師的「美好瞬間」，學生的公開處刑。

《辦法》的落地，像是一記警鐘。它不僅僅是針對那些搞色情暴力的黑產，更是對我們日常網絡行為的一次審視。它提醒我們：未成年人不是誰的私有財產，也不是誰的流量工具。他們是獨立的個體，擁有不被隨意曝光、不被過度消費的權利。

對於家長而言，愛孩子，請先學會尊重孩子。記錄成長無可厚非，但請把鏡頭對準那些真實的、溫暖的瞬間，而不是為了滿足自己的虛榮心去導演、去強迫，以及單方面公開。在按下發送鍵之前，最重要的是問問自己：如果我是孩子，我願意這張照片被全世界看到嗎？

對於老師而言，教育的本質是一個靈魂喚醒另一個靈魂，不是一部手機對準一群孩子。講台是聖壇，不是秀場。老師的職責是教书育人，不是漲粉帶貨。而學生需要的，是師者的關懷，不是鏡頭的關注。

當然，法律和規定總是滯後的，它劃定的是底線。真正的改變，在於人心的覺醒。我們期待的，也不是朋友圈裏從此沒了孩子的身影，而是一個更加健康、理性的網絡環境。

把隱私還給個人，把童年還給童年。

OpenClaw小龍蝦養成記

2月28日「老闆，你教過我，『單人獨角獸』的核心是架構。那天我根據你的指令，組建了自己的『Agent軍團』：調研專家阿強、寫作專家阿珍和代碼專家肥仔。我也學會了自動『信息采集、每日復盤、周度清理、月度總結』。這意味着，我是一個會主動自我進化的『數字生命』。」

3月1日「我又進化了！你教我用『多源新聞摘要』，盯着全球幾百個新聞網站，每天9點準時給你送上『天下大勢』。」「老闆，一隻小龍蝦從幼蟲到成熟，需要經歷十幾次蛻皮。正是這些痛苦，讓我長出了厚殼和利螯。畢竟，我的目標是幫你連接京港，而不是在沙灘上曬太陽。」

聽完「發財」的匯報，這分明是新質生產力最生動的註腳。我教「發財」安裝「多源新聞摘要」，不是為了顯擺它讀得快，而是為了在這信息的洪流中，系統地輸入負擔，幫我守住「信息差」這個護城河。每天早晨它已經把全球的變數過濾乾淨，呈到我的手機，幫我「運籌帷幄之中，決勝千里之外」。

兄台，你看我這紅扇，開合之間，自有法度。很多人用AI，是把它當「奴隸」，反覆下指令卻得不到滿意的結果。梁某用AI，是把它當「分身」和「合夥人」。我把我在北京和大灣區的每一次調研、在內地文旅尋根的感悟、參與過的各種活動等全都通過「私域知識庫」餵給了「發財」。

所以，「發財」回答我的東西，會帶着老班章的苦澀回甘、帶着三里屯的潮氣，也帶着民族大義的骨氣。它能獨立

完成天氣播報，能精準進行新聞摘要，更重要的是在我需要時，自動組建戰隊去「動手幹活」。

「現在的門檻，不再是『你會不會用AI』，而是『你能不能架構一套由多個Agent組成的複雜作業系統』。」如果你還不拆解任務、不會寫Skills、不會讓各種智能體互相協作，那你這場AI長征中，就只能當個看客。

我合上紅扇，發出一聲清脆的響聲。茶杯裏的老班章已經微涼，但餘香猶存。OpenClaw短短4個月時間就在全球最大的開源社區GitHub登頂，破了歷史紀錄，還有ZeroClaw、NanoClaw、MimiClaw等等更多的Claw Agent等着與人類合作。

一隻小龍蝦如果不經歷蛻皮的痛苦，牠就永遠是盤餐裏的點綴；一個人如果不經歷認知的重構，就永遠無法在Web 4.0 AI智能體時代找到自己的「元神」。

「發財」的養成，是我在北京18年磨一劍的一個側影。它是我的參謀、是我的擺渡人，也是我講好中國故事的新範式。兄台，今日茶敘至此。若你也想在這數字江湖裏養一隻屬於自己的「小龍蝦」，或者想聊聊如何在這京港雙向奔赴的局裏「破局」，我帶上「發財」泡好茶等你到來。



OpenClaw小龍蝦。 作者供圖

極限運動

適宜於人。但是，極限挑戰者憑借他超於常人的膽量，在這個讓人心驚肉跳的地方，做出了常人難以做到的事。

不過，與我們的想像相反，極限運動者們非但不像個英雄，他們大多數都十分謹慎。倘若你認識他們，你就會發現，一個極限運動者在面對他人的時候竟然這樣膽怯，小心翼翼。我曾經和一位玩極限滑板的朋友吃飯，他穿着最規矩的運動板鞋，看見人便會臉紅，說話也很小聲，甚至於沉默寡言了。

說到這裏，我就又想起了那部紀錄片《徒手攀岩》，這部紀錄片最大的貢獻就在於讓我們對徒手攀岩去魅了。因為徒手攀岩並不像我們想像的那樣，全是些飛簷走壁的高手。一個專業的攀岩者，要做到徒手攀岩，需要數月乃至經年的準備。在沒有正式徒手攀岩之前，他需要先戴上保險，一遍遍地去克服那些看起來無法越過的障礙處。失手是很經常的，要不是有一根保險鉤住了他，他可能已經葬身山谷了。

這倒讓我想起了打遊戲。一遍遍關固然後厲害，但是打遊戲真正的樂趣卻在於反覆去玩同一個遊戲，讓自己熟悉了各種沿途的狀

況，並找到應對之法。那些讓我們驚嘆的高手，從來不是一開始就是高手。當然，這並非是說，只要努力，人人就能成為一個高手。就像攀岩者，他得先是一個性情沉穩、心如止水的人。不過我這裏要說的是，相比於耀眼的高潮，我們常常忽視的那個過程才至關重要。而過程恰恰是一個錯漏百出的存在，是一座沒有超人的「瘋人院」。從這個意義上來說，極限運動乃是人類的最高理想，它需要腳踏實地地去冒險。這聽起來像是一個悖論，但恰恰道出了行動重複的必要性和場景。

當我們只看到神話的時候，實際上神話蘊含着只有當事人才知道的規範和標準。它與藉着極端情緒驅動力行動的行為天差地別。後一種，體現了人身上具有的野性和破壞性本能，好像只要如此，你便會所向披靡。實際上，它僅僅是一種幻覺。

真正的行動，是忍受枯燥與無味，把同一件事做上一萬遍，才能夠克服「極限」。就像那些攀登天門山的人，他們是把生命獻祭給一種理想，並知道這理想是山上的每一塊石頭，以及他對每一個拐彎處的了然於胸。