

AI幻覺藏風險「惟精惟一」守道心

找古談心

日前有幸作為觀眾在深圳參加鳳凰衛視舉辦的「一虎一席談」，席間正反雙方激辯AI（人工智能）對工作機會的影響，聚焦於技術、回報與利益。然而，全程幾乎無人觸及倫理培育、訊息真偽辨別等更深層的素養問題。一位深圳理工大學學生分享成功故事：利用AI將家鄉拖鞋賣到美國，年營業額五百萬。眾人鼓掌，我卻在心底打了一個問號。這成功的背後，除了商業頭腦，是否也潛藏着被稱之為「AI幻覺」的風險？該同學坦言會查核AI內容，但在缺乏經驗與相關知識背景下，他能查出的真偽又有多深？

論壇上，中科院研究員劉益東教授指出，若AI能「自己生產自己」，勢必對就業產生影響。這固然是宏觀警訊，然而從心理學微觀視角來看，社會上多數人擔心的是工作被取代，心理學家擔憂的，則是在真假難辨的資訊洪流中失去判斷的立足點。教育與素養的培養以年為單位沉澱，AI卻以月甚至

周為單位迭代，這「時間差」正是焦慮的根源。素養的培育，遠比技術的更新來得漫長。

論壇的討論幾乎一面倒地聚焦於「術」，即如何用AI賺錢、提效，這正是心理學中「工具性價值」的極致展現。但人類行為背後，還有着更根本的「終極價值」，就是關乎是非、對錯與意義。

近年認知科學與當代心理學的研究指出，人類的道德判斷高度依賴演化而來的「直覺與情感大腦」。心理學家約書亞·格林（Joshua Greene）提出的「道德雙路徑模型」（Dual-Process Morality）便表明，面對傳統道德情境，我們會自動觸發感性的「直覺模式」；唯有在計算利弊時，才會開啟理性的「手動思辨」。

嚴謹辨識幻覺與偏見

不幸的是，面對冰冷的演算法與屏幕，人類的「道德直覺」往往會陷入鈍化與「演算法道德折扣」（Algorithmic Moral Discounting）。因為AI缺

乏生命體的神經連結，無法激發我們的同理心與鏡像神經元，導致社會大眾對AI決策所引發的倫理危機產生了嚴重的認知麻木。當前社會對AI的討論多停留在功利計算，若缺乏刻意的手動道德思辨，人類對AI偏見的警惕性將顯著弱於人類決策者的反應，這正不自覺地放任了技術對文明底線的侵蝕。

面對此困境，我們或許可從傳統文化中尋找解方。《尚書·大禹謨》云：「人心惟危，道心惟微，惟精惟一，允執厥中。」這十六字心傳，或可作為我們駕馭AI的「心法」。AI時代，「人心惟危」指的是演算法可能放大我們求快、求利的慾望與偏見；而「道心惟微」則是在紛亂的AI生成內容中，辨別真理的那一絲清明。如何保持這份清明？

「惟精惟一」，即在「惟精」的工夫上，我們需如朱熹所言「格物致知」，以嚴謹態度培養數碼素養，學習辨識AI的「幻覺」與偏見，此即道家所謂「知常曰明」的智慧；而「惟一」則提醒我們在技

術狂潮中，要如王陽明所言「致良知」，守住人的主體性與道德判斷。

論壇那位成功同學的「運氣」，不在於AI幫他賺了五百萬，而在於他沒有遇到一個「發夢」導致他傾家蕩產的AI建議。隨着AI自主性提升，其道德敏感性的不穩定可能引發誤解與責任推卸。這時，教育要做的不是禁止，而是引導。我們可以借鑑孔子「因材施教」的精神，在學校分階段培養數碼素養與批判性思維，讓人成為「道心」的載體，而非技術的奴役。

AI時代的關鍵難題，從來不是機器能否思考，而是人能否更深刻地思考人之為人的價值。筆者之見，在全面素養提升前為AI設下適當的倫理限制，並在提升素養的進程中逐步放開這些限制，或許才是迎接AI浪潮最穩妥的道路。

●劉國輝老師
大學講師，特許心理學家。愛用微觀角度分析宏觀事件，為朋友間風花雪月的話題做準備。

原生家庭影響深遠 個人成長猶可自強

古今

半個月前，筆者的外婆過身了，在喪禮上見到一位多年沒見的長輩。喪禮後，筆者再約她吃飯，她講起小時候的事語氣很平靜，但聽得出很悲傷。那次聚會，筆者聽了很多她受傷害的往事，電影《破·地獄》講的男尊女卑跟她經歷的相比只是皮毛，她的每句話都令人難過。

這位長輩說，她還沒出生，祖母就想把她賣掉，幸好她長得標緻，母親極力反對才把她留了下來。那時以為母親疼她，誰知母親是打算等她長大，嫁給有錢人家。

上世紀六十年代，她年紀還小，跟姊姊、家人從家鄉來香港，由外婆照顧。外婆重男輕女，對兩姊妹不是打就是罵。母親在外面做女工，同工不同酬，受了委屈就回家拿她們出氣，有時無緣無故也打罵她們。雖然日子難過，但姊妹兩人還能互相依靠。後來弟弟陸續出生，情況更糟。弟弟吃肉，她們只能啃骨頭；弟弟吃橙，隨便吃果肉果汁，她們只准咬橙皮。姊姊受不了離家出走，只剩她一個。

那時讀書要交學費，母親不讓她去，要她早點出來工作，薪水全部上交。她辛苦加班，最後只拿到車錢。母親用她賺的錢，轉頭就買單車給弟弟。

然而，有人受盡磨難，也有人在萬千寵愛中成長。這讓筆者想到乾隆，他的人生便是另一個極端。

乾隆雖然是庶子，生母地位低，但他自幼聰慧，儀表出眾，讀書騎射都很優秀，在眾皇孫中很突出。康熙很喜歡他，從小帶在身邊教養，同吃同住，親自教書，帶他巡遊打獵。雍正的兒子們，不是早死就是不成器，要不就太小，沒人跟弘曆爭。他一生沒經歷過兄弟相殘，跟康熙、雍正時期的慘烈奪位完全不同。雍正登基後，怕再上演嫡庶悲劇，秘密立弘曆為太子，名字藏在正大光明匾後。乾隆二十四歲時，雍正突然去世，他順利繼位，沒有大臣或宗室反對，權力交接很平穩。

登基後，他享受前兩代留下的盛世基業。康熙平定內亂、鞏固國土，雍正整頓吏治、改革稅制，國庫充實，為他打下了堅實基礎。乾隆一生富貴無憂，享盡榮華，晚年安詳離世，在帝王中很少見。

看過長輩和乾隆的人生，不禁想起托爾斯泰的名言：「所有幸福的家庭都是相似的，每個不幸的家庭各有各的不幸。」我們無法選擇原生家庭，但可以從傷痛的成長中重新塑造自己，一步步走出屬於自己的路，這位長輩如今成為溫柔的母親，跟兒子關係親密，徹底打破了命運的枷鎖。

古文解惑

2026年世界盃正進行得如火如荼，全城陷入足球狂熱。足球，古稱「蹴鞠」。《說文解字》曰：「蹴，踢也。」《一切經音義》又引《說文》曰：「蹴，踢也。以足逆踢之曰蹴。」「踢」、「踢」均指用腳踩、踏的意思；而「鞠」則指皮革做的球，「蹴鞠」就是踢球，也即是今天流行的「足球」運動。

「蹴鞠」，相傳由黃帝所創，目的是為練兵，寓軍訓於娛樂。《太平御覽》卷七五四引劉向《別錄》曰：「蹴鞠者，傳言黃帝所作，或曰起戰國時。記黃帝，蹴鞠，兵勢也，所以練武士，知有才也。令軍事無事，得使蹴鞠。有書二十五篇。」段玉裁《說文解字注》「鞠」下注曰：「劉向《別錄》曰：『蹺鞠者，傳言黃帝所作。或曰：起戰國之時。蹺鞠，兵勢也，所以練武士，知有才也。皆因嬉戲而講練之。』」均主此說。

或為報復洩憤方式

不過，在出土文獻中，我們又發現了「蹴鞠」起源的另外一種說法。馬王堆帛書《十六經·正亂》曰：「於是出其鏑鐵，奮其戎兵。黃帝身遇蚩尤，因而擒之。剝其皮革以為干侯，使人射之，多中者賞。剝其髮而建之天，名曰蚩尤之旌。充其胃以為鞠，使人執之，多中者賞。腐其骨肉，投之苦醢，使天下嘆之。」據此，黃帝戰勝蚩尤後，剝下其外皮製成箭靶，剪下毛髮做成旗頭，剝下胃囊作足球踢。然則「蹴鞠」的起源並非為了練兵，而是戰勝敵人後的一種報復洩憤方式。

上述二說，雖有差異，但均以「蹴鞠」為黃帝所創，起因均與戰事相關。此固然是傳說，但至少說明了「蹴鞠」此一運動，早在中國神話時代已經存在，源遠流長。

1975年，新鄭市觀音寺鎮唐戶村南，歷代傳為「黃帝口」的一片台地上，發現了一個中國目前發現規模最大、時代跨度極長的史前聚落群址，對了解新石器時代至夏商周時期的歷史

蹴鞠源遠流長 傳與戰事相關



●元錢選《蹴鞠圖卷》 資料圖片

具有重要價值。在《唐戶遺址》中，考古學家不僅發現了大量房址和墓葬，還出土了一批石球和陶球，其時正是仰韶文化時期。石球直徑在3厘米至6厘米，陶球直徑在3厘米至5厘米，有的還有穿孔。

這些石球、陶球的用途，令不少專家感到疑惑，或謂乃狩獵武器，或謂是紡織工具，也可能作遊戲或軍用用途。但無論如何，這些石球、陶球與黃帝處於同一時代，又出自黃帝故里，至少可說明「蹴鞠」起源於黃帝時代一說，絕非偶然。

就傳世古籍所見，「蹴鞠」最早見載於春秋戰國時期的《戰國策》。據《戰國策·齊策》記載，山東臨淄當時「甚富而實，其民無不吹竽、鼓瑟、擊筑、彈琴、鬥雞、走犬、六博、踰鞠者」。此一說法，又見載於《史記·蘇秦列傳》，內容大同小異。戰國時代，群雄割據，平民往往亦要應徵從軍，「蹴鞠運動」之所以能在齊國流行，相信亦與其增強體質之實效有關，故能得到統治者的支持。

霍去病是「足球狂熱者」

除《戰國策》外，《漢書·衛青霍去病傳》又記載：「土有飢者，其在塞外，卒乏糧，或不能自振，而去病尚穿域踰鞠也。」據此可

知，「匈奴不滅，無以家為」的大將軍霍去病，即使在軍糧不足、士氣不振的情況下，仍然熱愛「蹴鞠」，不論征戰到哪都在當地踢球，以之磨礪士兵意志，誠為古代的「足球狂熱者」。

《漢書·藝文志》中有「兵技巧」十三家，有《蹴鞠》（或作「蹴鞠」）二十五篇，是比較早期的足球專著，惜已失佚。但傳世仍有不少有關「蹴鞠」的論著，最有趣的莫過於元末陶宗儀《說郛》轉錄的《蹴鞠圖譜》。

《蹴鞠圖譜》，由明人汪雲程所著，記錄了唐宋元明流行的「蹴鞠」踢法，凡二十二節，包括：球門射規、球門物色、球門人數、下場口訣、一入場戶，二入場戶，三人場戶、健色名、踢搭名色、打指訣、下截解數、中截解數、上截解數、成套解數、坐地解數、禁踢訣、那佩側腳訣、取樣蹺踢側腳捷訣、官場下作、輪贏籌數、錦語、不踢訣等，圖文並茂，詳細勾勒了各種規制的蹴鞠造型、比賽場地、賽事規則、攻擊陣法、防禦陣型等，儼然一部足球秘笈。該書獲收錄於清雍正年間銅活字版《古今圖書集成》的「蹴鞠部會考」章節，是研究古代「蹴鞠」發展的重要參考文獻，可與現代足球相比照。

●謝向榮教授
香港能仁專上學院文學院院長

巴蜀研學之旅 知行合一收穫豐

【編者按】為培育兼具國際視野與家國情懷的青年人才，教育局早前舉辦「薪火相傳」平台系列——學生內地交流計劃「夢成真」行程設計比賽（2025/26），活動期望學生透過資料蒐集與行程規劃，加深對中國歷史文化、創新科技及發展機遇的認識，從而拓闊視野、增進了解。其中，高中組冠軍由屯門官立中學奪得，得獎作品「走古人路，品文明韻」以「熊貓之城」成都為目的地，結合歷史文化與國情教育據點的走訪安排，引領同學循城市脈絡認識中華文明的傳承與發展。香港文匯報特別收集獲獎學校師生的感想，從教學實踐角度分享學生在是次交流行程中的學習體會與成長收穫。

這次四川研學之旅，讓我走出課堂，親身感受巴蜀大地的魅力，每一段行程都讓我收穫滿滿。

研學的每一天都充實又有意義。我們去熊貓基地見到了可愛的大熊貓，感受到生命的靈動；走進汶川地震紀念館，在沉重的氛圍裏懂得了生命的珍貴與團結的力量。在石象湖採茶、製茶的體驗特別有趣，我親手觸摸茶葉，體會到傳統勞作的樂趣；觀賞川劇表演時，變臉、吐火的精彩瞬間，讓我深深折服於傳統戲曲的魅力。

我們還參觀了三星堆博物館、杜甫草堂和成都博物館，在一件件文物、一處處古蹟中，讀懂了四川悠久的歷史和深厚的文化底蘊；非遺銀飾製作、皮影創作的體驗，也讓我近距離接觸了傳統手工藝，感受到中華文化的博大精深。

這次研學不僅開闊了我的眼界，更讓我學到了課本以外的知識。讀萬卷書也要行萬里路，未來我會帶著這份收穫，更加用心地感受世界、學習知識。

●仁濟醫院觀次伯紀念中學 謝霖霖同學
(標題為編者所加)

說解文章

香港步入盛夏，暑氣漸濃，晴雨時時更迭，天氣雖倏忽多變，卻默默滋潤大地，催得四方草木鬱鬱蔥蔥。穿行校園，發現伏地舒展的車前草生機勃勃。闊葉貼地平鋪，不攀不倚，葉片上五條脈縱橫分明，細長花穗從葉叢間輕輕竄出，樸素安靜地長在路邊。

幼年時，常隨曾為軍醫的祖母爬山晨運，路邊常見這株野草，祖母告知我它名為「車前」，仔細教我它的狀貌，採擷歸家，洗淨曬乾，便是一味家常藥材。與祖母相伴的時光，暖意融融，她教我辨藥理、識百草，將一份惦念自身、好好保重的溫柔心意交付於我。

此後，每當遇見車前草，總會想起這一場本草知識的啟蒙，感念藏在草木間的疼惜。如今雖工作繁忙，但總會抽時間回家探望祖母，談起這段舊時光，她也會一遍遍囑託我要懂得顧惜自己、珍重身心。

大學讀中文系，教授講授《詩經·周南·芣苢》，「采采芣苢，薄言采之。采采芣苢，薄言攬之。」重章疊句，藏着古代女子鄉野結伴採草的悠然歡喜。《爾雅》載：「芣苢，馬烏。馬烏，車前也。」三千年前先秦反覆歌詠的草木，正是當年祖母領我辨認的車前草。一株尋常野草，一頭牽着祖孫溫情，一頭銜接綿遠古典文脈。

車前草之名很寫實。陸璣《詩疏》：「此草好生道邊及牛馬跡中，故有車前當道。」因慣於扎根車輪碾過的路旁，便得了這般直白妥帖的名字。相傳東漢「雲台二十八將」之一的馬武

道旁生芣苢 草木承文心

將軍，曾領大軍困於荒谷，將士與戰馬皆受濕熱淋濁之苦。某天，馬夫發現馬不尿血了，仔細觀察馬總是嚼食一種牛耳形的草。他猜想此草能治病，就拔了此草煮水飲用，果然身體恢復如常。馬夫稟報將軍，將軍問這草哪裏有，馬夫用手一指：「車前就有。」將軍命人和馬都食用此草，最終都痊癒了。

馬武將軍把此草名作「車前草」。它別名繁多，鄉間俗呼豬耳草、車輪草，皆依形貌與生長習性而來，質樸妥帖。

早在東漢的《神農本草經》便將車前草列為上品，記述它「利水道小便，除濕痹」的藥用價值。李時珍《本草綱目》言其「清熱解毒、利尿通淋、明目祛痰」。日常調養用法溫和相宜，鮮草涼拌、煲湯、炒食皆可，乾品煮水代茶，適配嶺南常年濕熱氣候。車前草煮雞蛋，有清火的功效。新鮮車前草清洗乾淨，放入鍋中鋪好，再把連殼雞蛋平鋪在車前草上。清水沒過雞蛋，煮熟撈出雞蛋，敲碎蛋殼再回鍋煮十分鐘即可湯食。另外，新鮮車前草加生熟薏米、茯苓、陳皮、蜜棗、冬瓜和瘦肉煮湯，可以健脾祛濕、消腫抗炎，改善濕疹。

「願化車前草」藏離愁別緒

古往今來，不少文人墨客將它寫入詩文。白居易「芣苢春來盈女手」遙遙呼應古老的詩經。李白「芣苢生前徑，含桃落小園。」以道旁芣苢襯院清幽靜謐。清代譚獻《蝶戀花》是一首春闈思遠詞，當中「遮斷行人西去道，輕軀願化車前草」，借草木長駐道旁的品性，藏住別離不捨的綿長心緒，表現真摯的懷人之



●車前草 網上圖片