



生命倫理

Life & Ethics

—— ISSUE NO.94期 | 七月 JULY 2025 ——



發揮人類的特質， 成為AI的主人

為了「卡哇痴」，可以幾瘋狂？ | 好書介紹：天生不愛動

發揮人類的特質， 成為AI的主人



吳慧華
高級研究員

〈AI引發失業危機，截然不同的工業革命4.0〉一文曾提到，幾次工業革命對於人們的生活，特別是工作上的影響，不少人認為第四次工業革命與之前的工業革命一樣，新的科技在取代原有工作崗位的同時，還是會在市場上為人類帶來不少新興的職位，但事實上是，第四次工業革命在本質上與之前的工業革命截然不同，它對人類社會帶來了天翻地覆的改變。曾在Google及騰訊擔任要職的吳軍博士，在其著作《超級智能時代》中也提到：「與之前三次重大技術革命一樣，智慧革命對社會的衝擊將是巨大的，它會影響到上至國家，中到企業，下至個人的命運。從目前的發展來看，智慧革命對社會的衝擊，甚至有可能超越過去幾次技術革命。」¹

衝擊有多大？在強勁的人工智能（AI）工具，如ChatGPT、Gemini、Perplexity、Midjourney、DeepSeek活躍於人類舞台之前，富士康前任董事長郭台銘在2013年的股東大會上，已經表示公司當時僱用了百萬人，但他打算在往後的日子建立百萬機械人大軍。²一旦建成了一支機械人大軍，即使仍然需要人

類監管及維修機械人，相信只有極少數人類員工可以加入富士康。關於AI革命的時代，吳軍提到，第一次和第二次工業革命帶來的負面影響，都花了半個世紀以上的時間來消化，至於第三次工業革命，至今還未消化完，而在全球化之下，世界已經沒有多餘的空間來開拓新市場，因此AI革命帶來的衝擊，強度將是過去的兩倍。³另外，他更殘酷地指出AI革命要替代的，是人類最值得自豪的大腦。⁴

吳軍的話並非危言聳聽，德勤（Deloitte）的AI業務資深顧問Thomas H. Davenport及編輯兼作家Julia Kirby在他們的著作《下一個工作在這裡！——智慧科技時代，人類互助的5大決勝力》亦提到：「這次可能受害的人不再是銀行櫃員與高速公路收費員，更不會是農民與工廠工人，而是以為自己不會被機械取代的『知識工作者』，也就是本書的作者和讀者。」⁵多年前，人們看到此番言論，或許會認為這只是吸引人眼球的誇大之詞，但時至今日，眼看各大AI工具，能寫文作詩、能繪圖、能製作工作計劃書、能編輯翻譯，還有許多尚待發展的功能，要與AI工具比記憶、比效率、

1 吳軍：《超級智能時代》（台北：高寶國際出版，2016），頁338。

2 戴文波特、柯比著，王鼎鈞譯：《下一個工作在這裡！——智慧科技時代，人類互助的5大決勝力》（台北：商業周刊，2016），頁22-23。

3 吳軍：《超級智能時代》，頁339。

4 同上書，頁340。

5 戴文波特、柯比著：《下一個工作在這裡！》，頁26。

比產量，人類無疑是立在必敗之地，那麼人類到底需要做甚麼，工作崗位才不致被AI取代？

而那些懂得率先運用新技術的人，是否就能立在不敗之地？假如一位設計師轉而學習開發應用程式，還能設計出新的AI工具，用以製作精美的設計圖，這便能確保自己有生之年都能以設計賴以為生嗎？又或是一名有職業操守的作者，雖然不會運用AI工具生成一篇文章，然後冠上自己的名字將之發佈，但當點子用光時，懂得「參考」一下AI工具建議的寫作大綱，又是否能夠保障自己永遠都有暢銷的作品推出？

正所謂知己知彼，在此可以先了解一下大概甚麼性質的工作，是容易被機械或AI取代。容易被取代的工作具備以下的特性：一、核心職務部份已經由自動化系統執行的工作；二、單純接觸機械的工作；三、工作內容單純的把資料傳輸給其他人或只作簡單的內容分析；四、單純依賴資料來回答問題的工作；五、在虛擬情境中便能模擬或執行的工作；六、重複及要求一致性的工作；七、只是依據正式的規矩辦事的工作等。⁶從上屬的工作特性來看，不難想像以下的人類工作將有機會漸漸被機械或AI取代：一、有關機器操作的工作如產品處理、測試、包裝等；二、倉務員；三、司機；四、會計；五、研究分析員；六、財務分析和預測員；七、旅遊顧問；八、翻譯員；九、校對員；十、律師助理；十一、平面設計師；十二、電腦程式員；十三、內容寫作員等。⁷

雖然有些工作因其性質而容易令人類被AI取代，但也有一些傳統的工作是AI取代不來的，例如教師、護士、社工、治療師、雜工、維修技工、律師、人力資

源專員、作家、藝術家、公司的執行長、宗教領袖及屬靈導師等。⁸這些不容易被AI取代的工作都有一些特性，是在那些容易被AI替代的工作中找不到的，便是需要與人接觸、溝通及協調，能夠敏銳地感應他人的需要，具備獨特的洞察力及分析能力，又或是需要巧手來處理細微的工序。例如同是寫作，為甚麼內容寫作員的飯碗容易朝不保夕，作家卻難以替代，因為前者寫作的內容比較簡單，有時可以「搬字過紙」，而後者則需要運用創造力、想像力、洞察力，令其作品帶有感染力，又或是影響讀者的能力。當讀者親自體會到作者表達出自己不知如何表達的情感或意見時，自然會忍不住認同叫好，拍案叫絕，就如梁啟超在〈論小說與群治之關係〉一文中提到：「無論為哀、為樂、為怨、為怒、為戀、為駭、為憂、為慚，常若知其然而不知其所以然；欲摹寫其情狀，而心不能自喻，口不能自宣，筆不能自傳。有人焉，和盤托出，徹底而發露之，則拍案叫絕曰：善哉善哉！如是如是！所謂『夫子言之，於我心有戚戚焉』。感人之深，莫此為甚。」對讀者來說，一旦遇上這樣「深知我心」的作家，又怎會捨得放棄他們。

更甚者，人類能在工作中表現出狂熱、情感及愛心，絕對是機械及AI不能做到的。這裡所指的工作不是指一份職業（job），而是如《越工作，越自由》一書的作者Emily所界定的，工作如一件度身訂造的衣服，不是單獨存在，而是由穿衣服的人為它賦予意義的。⁹同樣是做售貨員，為甚麼有些人即使未等AI出現便已被淘汰，有些人則在寒冬期仍能業績不斷？很有可能因為後者不僅對工作投入熱情，也能夠靈活變通，懂得投其所好，為客人制定個人化的方案。¹⁰

6 參戴文波特、柯比著：《下一個工作在這裡！》，頁40-44；Rachel Wells, "11 jobs AI could replace in 2025 – and 15+ jobs that are safe," *Forbes*, March 10, 2025, <https://www.forbes.com/sites/rachelwells/2025/03/10/11-jobs-ai-could-replace-in-2025-and-15-jobs-that-are-safe/>.

7 Wells, "11 Jobs AI could replace in 2025,;" Matthew Urwin, "AI taking over jobs: what to know about the future of jobs," *built in*, May 15, 2025, <https://builtin.com/artificial-intelligence/ai-replacing-jobs-creating-jobs>.

8 Urwin, "AI taking over Jobs,;" Kinza Yasar, "8 jobs that AI can't replace and why," *TechTarget*, September 6, 2024, <https://www.techtarget.com/whatis/feature/Jobs-that-AI-cant-replace-and-why>.

9 Emily Liu：《越工作，越自由：最大的探索，最豐盛的人生》（台北：遠流出版，2023）。

10 參李開復、陳楸帆：《AI 2041：預見 10 個未來新世界》（台北：遠見天下文化，2024），頁 50。



的確，發展至今，人們能通過AI分析大數據掌握客人的喜好，並採用「由商品直接推薦商品」系統來推銷，像亞馬遜平台那樣，準確及有效地向客人推薦商品，¹¹但一個懂得察言觀色、能言善道的售貨員所帶來的成果，則是讓人意想不到的。司徒永富博士在《老闆要的不是牛》一書中，說了一個令人會心微笑的小故事。話說一位印度人移民加州之後，到了一間大型百貨公司應徵做售貨員，老闆決定試用他，一天之後，這位售貨員只做了一宗生意，但交易的金額高達101,200美元。售貨員向老闆交代當中的細節，他說自己先賣了一個小魚鉤，再賣一個中魚鉤，然後再賣多一個大魚鉤，接著是魚竿和工具，買了這些東西，顧客自然想去海邊，於是售貨員提議他買一隻艇，當顧客表示其座駕的馬力不足以拉動小艇，售貨員就提議他買一部新車及露營帳篷、零食及啤酒。老闆正驚訝於此人竟然可以說服一個本來只想買魚鉤的客人去買其他東西時，售貨員卻提到，一開始，這位顧客只是隨便逛逛，是他先提議顧客去釣魚。¹² 故事是故事，不

需要考究事件在現實中發生的機率如何，講這故事的作者，想要表達的是公司欣賞的不是那些按本子辦事的員工，而是能凡事想多一步的人才。在此提及這故事，則是想引申，AI可以取代運算力極強的大腦，卻難以取代一顆懂得靈活變通，就地取材，敏銳他人還未想到事情的大腦。¹³ AI懂運算，人類則懂應用不同的方法與策略。

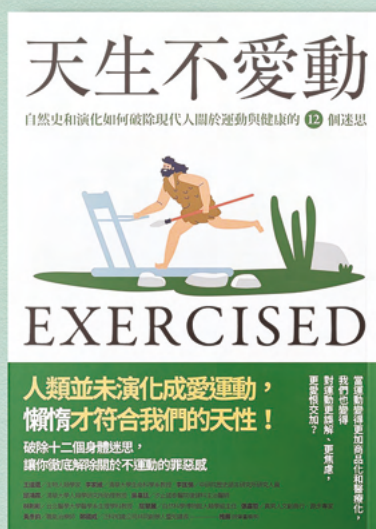
AI無論如何強大，都只是模擬人類的「作品」，神創造人類有豐富的特質：幽默感、創造力、想像力、自主能力、意志力、反思能力、好奇心及同理心等，這些特質推動人類在不同時代創作出嶄新的事情，這些事情都是只顧「吞」資料的AI難以完成的。

掌握AI的動向，學習使用AI工具迎戰未來固然重要，發現自己的特質，發揮自己所長，善用而不過份依賴AI，則是絕對不容忽視的。

11 吳軍：《超級智能時代》，頁 163。

12 司徒永富：《老闆要的不是牛》（香港：天窗，2015），頁 131。

13 參李開復、陳楸帆：《AI 2041》，頁 50。



天生不愛動

《天生不愛動：自然史和演化如何破除現代人關於運動與健康的12個迷思》

(*Exercised: Why Something We Never Evolved to Do Is Healthy and Rewarding*)

作者：丹尼爾·李伯曼 (Daniel E. Lieberman)

譯者：甘錫安

出版地：新北市

出版：鷹出版

出版年份：2021年

對於那些不愛運動的讀者來說，當看到《天生不愛動》的作者Daniel提到，自古以來，人類便喜歡「逃避不必要身體活動」時，必然會拍手叫好，再看到作者寧願在酒店享受豐富的早午餐，然後小睡片刻，進而發誓絕不會參加三項鐵人賽一類嚴苛的訓練，必然會感到作者跟自己是同道。

讀者先不要開心得太快，作者其實不是反對運動，也不是不愛動，身為哈佛大學的人類演化生物學教授，探訪過居住在非洲坦桑尼亞乾旱炎熱森林地帶的哈扎人，也深入過盧旺達和烏干達高地的休火山斜坡，觀察山地大猩猩的情況，而與大部份坐在椅子上辦公的現代人相比，作者的活動已經夠多。

作者藉著觀察及研究，發現無論是佩加人、哈扎人、大猩猩，甚或家中的狗狗，都沒有運動的概念，活動對這些人類和動物來說，只為了滿足覓食及嬉戲等需要，可以坐或躺的話，人和動物都不會站，以免浪費自己的精力，也不會整天都在活動。這裡重申，作者並非反對運動，他只是想讀者反思現代人口中的運動，即是「有計劃、有架構、重複性的自主身體活動，旨在維持或改善健康和體能」。他提到其實運動 (exercise) 源自拉丁文exerceo (工作、訓練或練習) 一詞，它最早出現在中世紀，指到耕田等辛苦勞動。Exercise的被動語態是exercised，也是此書的英

文書名，它帶有「煩悶、操心或憂慮」的意思。為健康而運動是近代的概念，跑步機也是近代的發明，這部機器最初是用來帶動絞盤抬升重物，到了1818年經William Cubitt改良後，變成防止囚犯偷懶的「刑具」，約有一個世紀的時間，英國的囚犯必須在跑步機上走好幾小時。現今，跑步機已變成了「運動」器材。

只因現今大多數人不再靠勞力工作，加上帶有椅背的椅子使人背肌變得較弱及缺乏耐力，現代人把運動打造成一個商業化、工業化及醫療化的龐大產業，接著，一個又一個有關運動的迷思或互相矛盾的說法相繼出現，例如，人類天生就該運動，一個人必須每週做多少時間及強度多高的運動量才算合格，運動是治療或預防大多數疾病的萬能良方，有專家主張慢跑，也有專家說跑步傷膝蓋又容易造成關節炎等，眾說紛紜的狀況導致很多不愛運動或不擅長運動的人變得焦慮。

作者認為運動不是解決疾病的靈丹妙藥，世上沒有最佳的運動，亦沒必須遵守的規則，但作者還是鼓勵那些不愛運動的人，不必為到不愛做運動而焦慮，他們是正常的，但也可以嘗試動起來，特別是那些不必為到生計而勞動的人，可以選擇最喜歡或從最不討厭的「運動」模式開始，例如跳舞，又或是一邊享受漂亮的戶外風光，一邊動起來。

為了「卡哇痴」， 可以幾瘋狂？ 反思期間限定消費

陳永浩博士

研究主任（義務）



因為全城熱愛的可愛動漫主角Chiikawa，由日本紅到香港，當日本有漢堡包快餐店為其中可愛公仔推出紀念品時，更出現空前的炒賣情況，有人甚至只取下紀念品，連食物都扔掉，害得快餐店取消了換領活動。其實商品買賣，或是收集有興趣的物品，本身並無對錯，但消費者要知道「需要」和「想要」的分別，而如果「購買」變成了「炒賣」，影響到生活，那就要更為留神。

期間限定，有買趁手！

無可否認，香港是一個高度商業化的城市，消費文化深植於市民的日常生活。而除了各式各樣的商品，「期間限定」這類數量有限或只在特定時段發售的紀念品，近年獲得不少港人或內地人士（如不稱呼他們為「炒家」）的青睞。各種因炒賣而起的新聞也頻頻出現，如早前Chiikawa（日文為「ちいかわ」，讀音有如廣東話的「痴卡哇」）與日本的麥當勞合作推出聯乘玩具，隨開心樂園餐送出，結果引發瘋狂換購與炒賣。一眾粉絲（其實更多是黃牛黨）在購買套餐後，只收起玩具，隨手就將食物遺棄在店內及街外，除了造成浪費，更引發衛生問題。而這些「痴卡哇」玩具很快就被炒家們放上拍賣網站，以求高價轉售，完全違背了讓小朋友換取玩具的原意。麥當勞見情況不受控制，便喊停之後的販售活動。這隻「痴卡哇」在香港也成為了新聞主角，因為香港的麥當勞亦推出了隨餐附送的Chiikawa玩具，同樣引來大批市民排隊

購買。此外，這套動漫的官方期間限定店於今年4月在尖沙咀海港城營運，主辦方推出了限量版公仔，引來大批人士購買，更有排隊黨及黃牛黨在現場爭位。為了打擊炒賣活動，主辦方遂要求全部排隊人士回答有關動漫角色的問題，答對了才可入店購物。其中有兩位講普通話的女子，因答錯問題而被要求離開，她們不滿安排並質問職員，現場有一名男子看不過眼問她們能否講出公仔的名稱，其中一人竟將「痴卡哇」講成「卡哇痴」，引來全城笑話。

炒賣現象的背後

有人認為，炒賣本身只是「有買有賣」，並非十惡不赦，但其實炒賣、囤積等情況，已不僅僅是經濟行為，香港過往從卡通公仔，到限量版的籃球鞋、可樂水杯、搖搖玩具，都成為了炒賣對象，有時甚至連紀念品的包裝盒也要保留才能保值。從經濟學而言，炒賣盛行反映了人們追求物品的稀有性，而限量品的價值，在於它的獨特性和產生的身份認同。然而，過度追求限量商品往往導致資源的浪費和不必要的消費行為，例如前述的浪費食物行為，或在熱潮過後就將大量收藏品丟掉。炒賣活動本來是市場運作的一部份，然而，當炒賣活動超越了理性，就會引發社會的偏差行為，如某些人會因炒賣而進行不道德甚至非法的操作，除了上述的排隊黨外，在內地就出現了付費請人代跑馬拉松以獲取獎牌的事件，令獎牌淪為商品，失去了它本來象徵的意義。

消費行為反映心靈的貧窮

而在炒賣文化的背後，其實也折射出「心靈貧窮」的情況。許多人參與炒賣並非因為需要這些商品，而是因為心理上的匱乏。他們可能覺得自己「不夠好」、「不夠富有」，因此通過擁有這些稀有商品來填補內心的空虛。而心靈貧窮的表現之一，正正是對物質的過度依賴。例如，有些人會購買大量收藏品，甚至為了保持原本的包裝而租用迷你倉來存放。這種行為不僅浪費了資源，更有人因為過度收藏而導致家中物品雜亂無章，影響到家人和鄰居的生活質素。在一些極端案例中，收藏品的堆積甚至引發衛生問題，成為社區問題。

分辨「想要」與「需要」

要反思時下的炒賣文化，首先就要反思個人的消費行為，學習分辨「想要」（desire）與「需要」（demand）。例如，購買一個套餐的目的應該是享用食物，而不是為了獲得附送的玩具。只要能夠清楚地分辨自己的需求，就能避免過度消費和浪費了。另一方面，商家除了「做生意」之外，也有企業的社會責任，引導消費者進行合理的消費。

香港社會文化，固然消費至上，然而，我們需要在消費的同時保持理性，珍惜資源，避免過度追求物質而忽略了心靈的需求。適度消費，不僅能讓人獲得快樂，也能讓社會更加和諧。畢竟，真正的幸福並不在於擁有多少物質，而在於心靈的滿足。

實務小貼士：你有儲物癖、囤積症問題嗎？

說到期間限定消費，相信不少讀者都曾儲起一些心儀的物品，但是怎樣才算是收藏得宜，怎樣則會變成儲物癖、囤積症？下面的小測試，可以提供一些參考：¹

問題一：收集物品是否漫無目的，沒有價值？

收集物品，大都是出於個人喜好、留作紀念、或是為投資增值。若是漫無目的收集物品，如免費的小冊子、空瓶空盒等，就可能是有儲物癖了。

問題二：是否不捨得丟棄物品？

有儲物癖的人會覺得所有物品未來都一定「有用」，會不合情理的收藏下來，並在丟棄物品時會感到焦慮緊張。

問題三：家中擺設是否雜亂無章？

收藏家與囤積症的分別是，收藏家都很珍重自己的收藏品，將物品分門別類，擺放得井井有條，甚至特意購買展示櫃以便妥善收藏，但喜歡囤積者則會把收藏品亂放，而數量又多到連床、桌椅等都擺滿了收藏品，以致沒有任何空間。

問題四：是否不大願意與其他人分享你收集的物品？

許多收藏家不只享受收集物品的過程，也樂意與其他同好交換、交易，或讓人觀賞自己的收藏品。儲物癖的人就剛好相反，會因自己收藏物品感到尷尬，不想讓人知道自己失控的情況，也因家居太過混亂，不願意給親友來到家裡，影響社交生活。

問題五：是否經常為雜物和家人爭吵或令鄰居困擾？

如前所述，如果儲物情況太過嚴重，滿屋雜物，堆積灰塵和產生異味，惹來蛇蟲鼠蟻，導致家人和鄰舍吵架，也就是一個警號，表示儲物行為已經太過份了。

如你面對上述情況，或許也應檢視一下，自己心靈最需要的是甚麼？甚麼物件是「需要」？甚麼是「想要」？一次心靈與物質的大掃除，或許能幫你一把呢！

（由於版位有限，部份內容及註腳並未刊出，全文刊於明光社網頁同期的《生命倫理》文字版。）



1 <【收藏癖不是收藏家】儲物狂8條問題自我測試是否有囤積症>，「幸福空間」，2021年2月3日，網站：https://hkh.com.tw/HKH_NEW/columns_detail/5371.php。



生命及倫理研究中心

想看書，又不知該看哪本？ 歡迎收看《生命倫理》及明光社網頁上的「好書」



現代社會視頻或短視頻大行其道，但如果想要維持腦部健康，是時候讀書了。德國研究人員曾就長者大腦萎縮與注意力、記憶力的關係進行大量研究，發現運動及讀書對人類最有幫助。閱讀可以增加神經連接密度，活化神經迴路，也能增強人們的創造力。



《生命倫理》

若希望增進知識、擴闊視野，歡迎收看《生命倫理》雙月刊中的好書介紹，以及明光社網頁的好書推介欄目，當中的書籍種類繁多，從心理學到科學倫理，從漫畫到哲學類別的書籍都有，適合想「概覽」群書，或想先看看“trailer”再去找實體書的朋友，請透過QR Code收看。



明光社
好書推介

諮議小組成員

吳思源先生 (愛百合牧養總監)
辛惠蘭教授 (中國神學研究院余達心教席副教授〔聖經科〕)
李樹甘教授 (香港樹仁大學經濟及金融學系系主任)
洪子雲博士 (香港理工大學專業及持續教育學院講師)
張志儉博士 (香港大學教育學院政策、行政及社會科學教育部榮譽助理教授)
曾偉洪博士 (香港樹仁大學社會工作學系助理教授)
趙崇明教授 (香港神學院神學及歷史科副教授)

顧問

吳庶忠教授 (香港科技大學生命科學部客座教授)
吳庭亮博士 (溫哥華信義會新生堂牧師)
吳澤偉先生 (納思資源策劃有限公司董事總經理)

研究中心同工

陳永浩博士
研究主任 (義務)

吳慧華小姐
高級研究員

督印人：蔡志森
總編輯：吳慧華
編委：陳永浩、何慕怡、陳希芝
設計：鄧樂婷
出版：生命及倫理研究中心



生命倫理雙月刊

✦ 本刊所有文章，如欲轉載，請與本中心聯絡。