

黃煒杰 | 如何享受被人工智能解放的自由

編輯：徐渝 責編：韓進珞

2025-05-25 10:57



選擇擁抱AI技術的人，正在重新設計自己的生活軌跡。資料圖片

文：黃煒杰

在當今快節奏的社會中，我們常被繁瑣的行政事務和重複性工作綁住手腳。人工智能的崛起並非要搶走我們的工作，而是為我們打開一扇通往自由的大門。這些技術讓我們從機械化的任務中解脫，騰出時間與精力去追求更有意義的事。與其擔憂被取代，不如學會擁抱人工智能帶來的解放，重新定義生活的可能性。

人工智能的功能範圍令人驚嘆，從整理數據、規劃日程到生成報告、翻譯語言，甚至篩選信息流。AI正在重塑各行各業，例如簡化醫療記錄、加速法律文件處理、優化財務分析，或是讓市場研究更高效。這些工具擅長處理重複且結構化的工作，讓我們能將心力轉向需要創意與人際互動的領域。被人工智能「取代」並不可怕——AI接手的，是那些讓人疲憊的例行公事。

要享受這種解放，首先要認清日常工作中哪些任務可以交給人工智能。自動化報表系統能瞬間匯整數據，智能日程軟件讓會議安排變得輕鬆，語音轉文字技術則能快速記錄想法與討論。將這些耗時的工作外包給技術，我們就能重新掌握自己的時間。這多出來的時間應該被用來點亮生活：學習一項新技能，探索未來的職業方向；留出空間進行深度思考，孕育創意；與朋友、家人重建更深的聯繫；或者簡單地關注健康，享受運動與休閒的樂趣。這樣的轉變不僅讓生活更豐富，也為工作注入新的活力。

當然，人工智能並非完美。AI無法理解人類情感的細膩變化，也難以捕捉文化脈絡的微妙之處。在創造力上，工具或許能模仿，但難以誕生真正原創的洞見。當面對複雜的倫理抉擇或全新挑戰時，AI的表現也受限於數據與設計的框架。這些局限恰恰提醒我們，人類的價值無可取代。我們的同理心能化解人際間的緊張，我們的創意能跨越領域開創新局，我們的經驗與直覺則能在混沌中找到方向。

要真正享受人工智能帶來的自由，關鍵在於與AI建立共生關係。主動學習新技術，讓自己成為工具的駕馭者，而非被動的旁觀者。明確哪些工作可以交給技術，哪些需要人類的獨特觸碰。對工具的產出保持一絲懷疑，用批判性思維檢視結果。與此同時，準備好轉向更有價值的角色——那些需要創意、策略與人際連結的領域。

人工智能不僅提升了效率，更重新定義了自由的意義。AI讓我們在追求快速的同時，依然能保持高品質，打破了以往速度與精確的兩難。更重要的是，這些工具讓我們有機會重新審視生活的優先順序。從繁重的文書工作中解放出來，我們能投入更多時間在健康、家庭與個人成長上。這種自由不僅讓生活更充實，還能反過來激發工作中的創造力與熱情。

面對人工智能的浪潮，抗拒只會讓自己陷入困境。那些選擇擁抱技術的人，正在重新設計自己的生活軌跡，從單純的任務執行者，轉變為創意的引領者與生活的享受者。**真正的挑戰不在於被取代，而在於是否願意放下舊有框架，迎接新機遇。讓人工智能接手重複的工作，我們則專注於發揮創意、同理心與洞察力等獨特天賦。這樣，我們就能在技術驅動的時代中，找到屬於自己的自由與價值，享受被「取代」後的無限可能。**

作者為香港證券及期貨專業總會理事

本文為作者觀點，不代表本媒體立場

精選文章



解局 | 中國與中東歐國家共
具合作新機



田飛龍 | 賴清德一周年演講
的政治本質未變



姚志勝 | 特朗普「統一與和
平」論的幾點分析



來論 | 識變求變「無處不旅
遊」 擦亮國際旅遊招牌



環球探射 | 固體廢物何價？



#人工智能 #工作效率 #香港證券及期貨專業總會 #黃煒杰 #技術應用



評論

寫下您的評論...

評論

編輯推薦

-
- 梁毓偉 | 打破託兒樽頸 發揮「教顧合一」
議事堂 | 3天前

卓偉 | 稅局查稅追稅天經地義 記協記者何來特權？
議事堂 | 4天前

梁文聞 | 整頓的士業界 政府要更主動
議事堂 | 4天前

來論 | 立即調查記協 化解國安風險
議事堂 | 5天前

來論 | 提升簡約公屋入住率 須持續優化多管齊下
議事堂 | 5天前

解讀 | 賴清德倒行逆施「三宗罪」 讓島內民眾怒不可遏
議事堂 | 2025.05.19

橙TV	資訊	評論	財經	文化	親SON教	生活	美人計	公仔紙	HK Eye
專訪	港聞	議事堂	財經專欄	文化本事	名人專訪	發緊夢	煲劇誌	文地貓	THE REASON I...
視頻專題	國際	有話直說	產經	書人書事	教養妙法	Mycookey	靈氣碧仁	腔叔	STAND UP
動畫圖解	兩岸	圍爐	地產	專欄作家	好書推薦	診所橙事	亞熱帶中年	YO!'s 生活漫畫式	STAR TALK
	區間	投投是道	搵錢呢啲嘢	樓上戲院	升學導航	曼慢活	美人計專欄	老少女改運大法	MISSION TO HK