

我們如何養成了最愚蠢的一代

創作者：Philo Nautica <https://www.youtube.com/watch?v=FuE2CDRcfTQ>

翻譯者：趙嘉國 www.AFuturePilot.com

我曾在某處讀到一句話：一個事實足以讓五十位學者噤聲，但五十個事實也無法讓一個蠢蛋閉嘴。

這句話精準道出了我們這個時代的悲劇，因為當集體的批判性思考消亡時，集體愚昧便自然滋長。在這樣的世界裡人人深信自己正確，而他人皆錯。意見的喧囂蓋過邏輯的聲音，情感的洶湧淹沒了證據的洪流。

但真正的問題在於：為何會如此？為何批判性思考在當代正以空前速度消亡？這正是本影片將探討的核心。但在理解其消逝原因前，我們需暫且退後一步。我們必須追問：批判性思考何時首次出現在人類歷史？

所謂批判性思考究竟意味著什麼？畢竟，你或許思緒紛飛，但你是否真正進行了批判性思考？那麼，讓我們深入探討批判性思考的本質與起源。批判性思考不僅是大量思考，它是種紀律化的習慣：質疑預設、尋求證據、運用理性才接受任何信念。簡言之，這是不被他人或自身心智所蒙蔽的藝術。其根源可追溯至兩千五百年前的古希臘（注），哲學家蘇格拉底開創了一種探詢式對話方法，即後世所稱的蘇格拉底式對話法。透過提出尖銳而令人不安的問題，他揭露人們自以為確信之事中的矛盾與脆弱根基。他喚醒了我們對永恆真理的體悟：我唯一確知的是我一無所知。這種謙遜 – 在追尋清晰前先承認無知 – 正是批判性思考的根基。

然而，蘇格拉底為其不懈追問付出了終極代價。西元前 399 年，他被控腐化青年與褻瀆神祇。他堅持獨立思考的態度威脅了社會的安逸，最終被判死刑。此後，柏拉圖與亞里斯多德等思想家承襲理性火炬，建構起邏輯、探究與懷疑的框架。數世紀後啟蒙時代的哲學家如伊曼努爾·康德以「sapere」為座右銘號召人類從無知中覺醒敢於獨立思考。伏爾泰等人同樣秉持此精神挑戰教條，頌揚理性作為進步的基石。

批判性思考成為科學、民主與創新的基石長期被視為教養的標誌 – 審視主張、衡量證據、穿透幻象的能力。當然，批評聲浪亦隨之浮現。弗里德里希·尼采曾指責蘇格拉底過度推崇理性，警告過度質疑的執念可能剝奪生命的豐饒本質。然而，儘管存在這些批判，批判性思考的遺產依然歷久彌新。它始終是追問「為何」、穿透表象表皮、在喧囂迷霧中尋求清晰的自由。但今日，我們正目睹其衰落程度前所未有的。而箇中緣由正是我接下來要探討的重點。

原因一

我們身處的時代，每個答案僅需一次點擊即可獲得。乍看之下，這令人感到力量充沛。我們將世界的智慧裝進口袋，但現實卻暗藏危機。我們正淹沒於資訊洪流中，而人類大腦從未被設計成能處理這般洶湧的資訊量，心理學家稱之為資訊超載。當數據以超越我們思考速度的頻率襲來，迫使我们採取心智上的捷徑。試想：若有人要求你計算 $56 + 87$ ，你會停頓思考還是立即掏出手機？多數人選擇捷徑，生活的每個細節都成了可搜尋的資訊。這雖使生活更便利，卻也訓練我們將思考任務轉移至機器身上。隨著時間推移，我們逐漸遺忘如何深度思考 - 只因我們已停止實踐這項能力。諾貝爾獎得主丹尼爾康納曼曾闡述兩種思考模式：系統一：快速、自動、直覺；系統二：緩慢、費力、理性。批判性思考根植於系統二。這是我們內在質疑、分析與懷疑的部位。

但問題在於：當應用程式、計算機與人工智慧代勞繁重工作時，系統二便閒置不運轉。如同長期缺乏鍛鍊的肌肉，我們更深層的推理能力開始萎縮。這正是當代許多人只記得答案來源而非答案本身的原因。研究甚至顯示，持續依賴搜尋引擎會降低我們將知識銘記於心的可能性。研究者稱此為「谷歌效應」。我們將智慧外包，只瀏覽標題便信賴首個熱門結果。其後果便是思維惰性。

世界運轉如此迅疾，我們無暇停駐反思。相較於複雜推理，我們偏好即時標題；相較於深度分析，我們沉迷於片段資訊；相較於嚴謹考證，我們依賴直覺判斷。蘇格拉底式的提問法 - 追問緣由、拒絕接受簡單答案 - 已被「谷歌一下就忘」的文化取代。資訊過載賦予我們知識的幻象，卻剝奪了思考的紀律。在這片寂靜中，批判性思維悄然消亡。

資訊過載或許會麻痺我們的思維，但更危險的是隨之而來的舒適圈 - 只願聆聽我們既有的信念。而這正是我接下來要探討的重點。

原因二

若資訊過載削弱了我們的思考能力，迴音室則摧毀了思考的意願。當今世界中，我們生活在無數部落之中 - 政治、宗教、文化，甚至基於興趣愛好的部落。人類天生傾向結交志同道合者，但科技已將此本能放大至危險程度。社群媒體演算法如今追蹤著每一次點擊、按讚與留言，再將符合我們過往信念的內容推送至眼前。結果是，我們終將被與自身觀點如出一轍的言論所包圍。這就是迴音室 - 一個只會將自身聲音反響回來的空間。若你堅信 A，便鮮少接觸到反駁 A 的有力論證，隨著時間推移，思維逐漸懶惰。它接受任何能佐證其世界觀的資訊，將其餘內容斥為虛假、偏頗或愚昧。這就是確認偏誤 - 一條選擇舒適而非挑戰的思維捷徑。在數位部落無止境擴張的時代，幾乎人人都被困其中。更糟的是，迴音室不僅存在於陰謀論團體或狂熱教派。就連懷疑論者、無神論者與自詡理性主義者，也可能形成封閉圈子，任憑自身假設永不被質疑。當群體意見帶來安全感，我們更深層的推理能力，乃至整個思維體系，都將陷入沉寂。我們不再質疑，轉而盲從，其結果便是

群體思維。每個部落都說服自己獨攬真理，將外人貼上盲目、愚蠢甚至邪惡的標籤。迴音室滋生盲點，人們不再追問「為何相信此說」，轉而宣稱「這本就是我們的信念」。誠實的質疑逐漸被視為背叛，其結果是形成一個以教條取代對話、對部落的忠誠凌駕於對真理忠誠的社會，這恰恰與蘇格拉底精神背道而馳。勇於追尋真理而非安逸，縱使真相令人痛苦。

理由三

若資訊過載削弱心智，迴音室囚禁思想，煽情手法則是操弄人心。當代媒體－無論是新聞機構、社群動態或網紅－皆精通戲劇化手法。他們深諳一理：憤怒能創造流量。注意力是貨幣，而沒有什麼比誇大其詞更能迅速攫取目光。標題的設計目的不在傳遞資訊，而在引發激動。故事往往以最駭人的方式呈現。你絕對無法相信此事，若不立即採取行動，世界將走向終結。就連教育工作者與誠實的創作者也承受著誇大的壓力－因為缺乏戲劇性，便無人點擊。事實上，我承認自己偶爾會使用「感受平靜的唯一途徑」這類極端標題只為吸引目光。這是我們時代的諷刺。你必須參與誇大其詞的遊戲，否則訊息便會湮沒無聞。但這出於善意－為了讓你觀看這類影片。

然而在其他情況下，問題在於持續的炒作使我們麻木。當萬物皆被標榜為危機，一切訊息都失去可信度。人們對細微差異失去耐心，理性的位置被情感所取代。批判性思考在這樣的環境中舉步維艱：每則標題都在吶喊緊急狀態，每篇貼文要求即時反應，每個議題都被視為生死存亡之戰。這現象並非新鮮事。新聞業向來遵循「血腥新聞佔頭條」的法則。但當今由演算法與點擊率驅動的24/7新聞循環，將煽情手法推向極致。即使情勢需要冷靜分析，突發新聞標語、誇大統計數據、以及「歷史新低」或「空前災難」等恐懼字眼仍被濫用。其結果是造就一個永陷焦慮、持續分心、鮮少深思的群體。我們點擊、轉發、恐慌，卻從未停下思索。在這個萬物皆被炒作到第三層次的時代，理性對話幾乎成為不可能的任務。煽情主義催生出憤怒的謠言工廠，慢條斯理的思考反倒顯得格格不入，取代了蘇格拉底式的追問。我們只剩下條件反射式的反應，而集體愚昧再度滋長。但真正的問題是如何阻止這股浪潮？這正是我接下來要探討的。

如何重燃批判性思考五種方法

激發好奇心。

好奇心是對抗思想惰性的解藥。愛因斯坦曾坦言：「我沒有特殊才能，僅懷抱熾熱的好奇心。」好奇之人不會止步於首個答案，他們不斷追問「為什麼」。在接受任何論點前，暫停並自問：「證據何在？我如何得知此事？若事實相反又當如何？」思考品質取決於提問品質。廣泛閱讀、寫日記或參與討論辯論，皆能喚醒蘇格拉底式的探究精神。放慢腳步沉澱思緒。在要求即時反應的時代，思考的品質取決於提問的深度。在這個要求即時反應的世界裡，學會抗拒衝動。面對震撼性標題時，切

勿淺嘗輒止。完整閱讀全文、追溯消息來源並深入反思。處理複雜概念時請避免同時處理其他事務，專心一致。

冥想與正念

冥想與正念練習亦能鍛鍊專注力。切記丹尼爾·科納曼的洞見：我們的系統二 – 思考 – 那緩慢而費力的思維模式 – 才是真正分析的所在。透過親自動手計算、書寫論證、或在決策前權衡利弊來強化這項能力。多元化資訊來源，跳出回音室，主動尋求挑戰自我的觀點。閱讀不同立場的媒體內容，追蹤持異見的思想者，探索其他文化的觀點。面對統計數據或主張時，務必追溯其原始出處。對自身的信念扮演魔鬼代言人，並邀請他人提出質疑。如此方能削弱確認偏誤，強化洞察真相的能力。

改革教育

批判性思考亦需於社會層面培育。學校應強調推理、辯論與分析能力，而非死記硬背。哲學、邏輯與科學項目透過探究訓練年輕心智的思考能力。成年人亦可透過研習邏輯、懷疑主義或思想巨擘著作來達成。

領導模式

領導者更須以身作則展現批判性思考不僅呈現結論，更要揭示背後的推理過程。當公眾人物坦承不確定性並展現誠實探究時便樹立了文化典範。質疑是力量而非軟弱，每日挑選一項預設觀念並反轉思考自問：「若此觀點有誤？若相反結論成立？」這項簡單練習能迫使思維深入推演。

反向教學法

嘗試向他人闡釋複雜概念，若言辭卡頓，正揭示自身理解的盲點。此處的懷疑主義並非犬儒主義，而是透過驗證來精進知識的勇氣。終究，重燃批判性思考的意義在於拒絕活在自動駕駛模式中。這意味著選擇質疑而非盲目接受，選擇反思而非盲從。正如蘇格拉底兩千多年前提醒我們的：未經檢視的人生不值得活。

注：兩千四百年前中國古代儒家哲學經典《中庸》認為：博學之、審問之、慎思之、明辨之、篤行之、就是批判性思維思辨能力培養的一個最好的指導。