

內與外的思想

周年主題徵文比賽高中組優異獎

4E 魏可然

人從古至今以來，都在依靠着外界的事物存活。我們的祖先需要觀察天氣、尋找食物、感知外在的危險，以保全性命，繁衍後代。如今的我們需要察言觀色、與別人交流、關注社會、國家、世界的動向，不斷地接收外界的資訊，以應付社交、學業和工作的任務。所有人都在接收着外界的信息，這些信息是客觀的、一致的，既然所有人看到的事物是客觀的，為甚麼世界上還會有這麼多不同的聲音和立場？這或許就是人與動物的不同吧！動物也依靠自身的感官，接收外在的信息，適應環境以求生存，但是，僅此而已。人呢，還有着比生存更深邃的一層東西——思想。

有些人出口成章，對事情總有自己獨到的見解，言行談吐之間流露着成熟的思想；有些人則人云亦云，隨波逐流，沒有自己的喜好，沒有自己的原則。有思想的人是怎麼做到的？又為何有人的內在沒有「東西」？這就要討論到「內」和「外」了。這兩個東西就和白天黑夜一樣，對人來說都是不可或缺的，白天和黑夜交替運行，外部的資訊和自我內在的判斷分析，缺一不可。

大部分人都是向「外」的，人的五感，都是探索外界的工具，我們觀察環境、聆聽聲音、品嚐食物、嗅聞氣味、感受溫度和觸感。我們不得不去關注外界的事物，為了融入人群，跟上時代的步伐，甚至會過分地關注外部，而忽略了內在的發展和修養，外部的信息進入後得不到吸收和融合，結果便會隨着外界的環境變化而流失。這樣一來，人似乎就缺少了甚麼。

當別人跟你談起一則新聞，你有所耳聞，也知悉當中的細節，能把內容說得頭頭是道，但是當話題深入，問起你對此的感受、你

的觀點、你的立場、你的展望時，這時你卻吞吞吐吐、不知所云，只能從嘴裏蹦出一兩個字句，這或許便是缺乏「內向」的思考了。

當然，只靠內部思考是無法提升思想深度的，這就像你不學習新知識，腦中只有寥寥幾個知識點，僅靠已有的閱歷，怎麼能處理好不斷加深難度的試題呢？有人會耍個小聰明：「溫故知新，即使不學習新的知識，學習已有的知識也能學到新東西啊！」可是呀，之所以「溫故」能「知新」，一是因為之前的知識沒有學透，當一個知識被反覆咀嚼，就沒有「漏網之魚」了；二是因為日後以更成熟的角度看待舊的知識，的確能發現一些以前未能發現的東西，就像你站在山腰所見的景色，和站在山頂俯瞰所望之景，肯定是不一樣的。但是，這一切的前提是：你要爬得更高，這樣才有機會看到更遠的風景。只看重內在的想法，而不接受外界的意見，是無法進步的，又何來溫故知新一說？這樣只是原地踏步，反而限制住了自己。

內向的思考和外界信息的接收皆不可缺少，兩者同時進行，才能讓自己的思想不斷完善，在跟上社會趨勢的同時，也不會失了自己的判斷能力，成為一個真正有深度、有思想的人。

除了提升自己的思想，內和外的運用也能讓我們適應外在環境——應對競爭，它似乎是人們壓力的主要來源，若是過分關注他人，可能會難以判斷自己的情況。假設你的周圍都是比自己更加優秀的人，你可能會因此貶低自己，甚至產生自卑的心理。反之，當你發現身邊的人都不及自己優秀，又可能會因此自傲。這兩種截然相反的結果，是因為你真的很優秀，或者很差勁嗎？並不是，你仍然是你，但是你對自我的評價受到了外界的影響和干擾，你拱手將自己的價值交給了身邊的人來決定，當環境一變，自我形象的巨大

落差造成的後果可不容小覷。同時，過份關注自我也會容易對自己有錯誤的評價，不和人比較，怎能知道自己處於甚麼水平？被蒙住了眼睛，又怎能看清前方的路？

我們要內和外交替運用：觀察了身邊的人，知道自己的能力是高於或低於別人，還是不相上下，這些都是從外部得到的客觀事實，在內心根據客觀事實判斷自己的下一步，是稍作休息，奮起直追，還是穩住節奏。內在思考和外界接收，它們保護着我們的「自我」，讓我們在變化迅速的世界裏，不被風浪亂了陣腳，不被大雨打亂了節奏，依然保持自己的思想，向目標穩定地前行。