

“电子榨菜”：泛娱乐主义冲击下 青年精神生活的症候审视与纠治进路*

任 恒 龙 姝 叶路扬

(深圳大学马克思主义学院, 广东 深圳 518060)

[摘 要]泛娱乐主义是一种旨在缔造“娱乐乌托邦”的假象,致力于迎合青年群体表层肤浅的“愚乐”需求,从而让青年心甘情愿沦为娱乐附庸的不良社会思潮。智媒时代,泛娱乐主义思潮主要隐蔽地活跃于网络空间之中,而具备“佐餐良伴”功能的“电子榨菜”已然成为其精心培育的传播“助推器”。受泛娱乐主义思潮支配的“电子榨菜”通常采用剧情删减、历史篡改、新闻恶搞和事实歪曲等博人眼球的素材,并以诙谐幽默、轻松娱乐的风格呈现,在大众狂欢、资本裹挟和思潮交锋的综合驱动下,“电子榨菜”在青年群体中颇为风靡。不可否认,“电子榨菜”有着娱乐感官和心理慰藉的特质,甚至为处在焦虑、孤独和内耗多重压力下的青年群体构建起私人的、独立的且可以自主掌控的“精神空间”,但它给青年精神生活带来的巨大冲击是真实存在的,具体体现在“娱乐失真”引发心理焦虑、“娱乐过界”致使文化异化、“娱乐至上”遮蔽道德信仰三个方面。有鉴于此,需要从思想引领、优质供给和多方监管三个方面提供良策,助力青年精神生活朝着健康有序的轨道前行。

[关键词]泛娱乐主义 “电子榨菜” 青年精神生活 亚文化 智媒时代

[中图分类号]C912.67 **[文献标识码]**A **[文章编号]**2096-983X(2026)01-0075-09

一、研究缘起：作为泛娱乐主义表征的“电子榨菜”

泛娱乐主义是一种将“娱乐至上”奉为价值准则的社会思潮,它主要栖息于智媒时代催生的网络空间,尤为集中在抖音、小红书、哔哩哔哩、微博及快手等此类以青年群体为核心用户群体的社交媒体平台与内容社区,在大众狂

欢、资本逻辑和思潮交锋的加持下,其借助短视频、直播、搞笑段子和梗等传播载体大肆侵袭主流文化,企图遮蔽青年的价值追求和腐蚀青年的精神生活。依据人民论坛对2020国际十大思潮分析可知,泛娱乐主义在国内社会思潮排行榜上居于前列。^[1]近年来,学界就泛娱乐主义思潮的研究已达成较高共识,学者们聚焦教育、哲学、美学以及伦理学等多个视角展开探究,

收稿日期:2025-03-20;修回日期:2025-11-11

*基金项目:教育部2025年度高校思想政治理论课教师研究专项“特区精神融入高校思政课教学及资源库建设研究”(25JDSZK165);深圳大学2024年研究生自主创新成果培育项目“全媒体时代马克思精神生产理论创新发展研究”

作者简介:任恒,法学博士,副院长、副教授,广东省习近平新时代中国特色社会主义思想研究中心深圳大学基地特约研究员,主要从事思想政治教育研究;龙姝,硕士研究生,主要从事马克思主义发展史研究;叶路扬(通讯作者),法学博士,深圳大学马克思主义学院特聘副研究员,硕士研究生导师。

确切证实泛娱乐主义带来的消极影响占据主流地位。扼要观之,泛娱乐主义从一种文化现象演变成一种消解主流意识形态且传播甚远的社会思潮,本质上是经济发展至一定阶段后消费主义、享乐主义和虚无主义综合作用的产物。鉴于泛娱乐主义的传播动向经历了从显性至隐性、从现实向虚拟的转变趋势,因此国家坚决抵制“泛娱乐化”“流量至上”等不良现象,强调“低俗不是通俗,欲望不代表希望,单纯的感官娱乐不等于精神快乐”^[2]。

“电子榨菜”作为当代青年为满足精神文化需求,与智媒时代各类媒介文化产品交互运动而生成一种新型亚文化现象,它是泛娱乐主义思潮在当代的衍生和变种。从词汇组合来看,该词以“电子”和“榨菜”为词根构成复合词,隐喻数字时代人们在用餐时观看的各类“短平快”的网络文化内容,表面上承载着类似“榨菜”的“下饭”功能,实则反映出当代青年的生存境遇和社会心态,特别是折射了青年最真实的精神生活和情感渴求。^[3]细致分析,“电子榨菜”作为青年在当代数字消费场景的“佐餐标配”。一方面,在内容呈现上涵盖短视频、影视解说、网络综艺及在线直播等,此类内容采取大众化、通俗化的叙事策略,通过诙谐幽默、轻松娱乐的风格实现广泛传播。值得警惕的是,

“电子榨菜”存在对影视剧情节碎片化处理、新闻资讯戏谑化改编、历史事实解构性歪曲甚至政治议题片面解读等创作倾向,这不仅会逾越娱乐创作应有的原则底线,消解娱乐内容本应承担的正向功能,更可能在媒介生态中催生“娱乐失真”与“娱乐过界”的不良现象。另一方面,在价值诉求上青年通常秉持寻求感官愉悦和满足情感陪伴的评判原则,忽视自身全面发展的重要意义,长期经由拟态场域媒介驯化后会致使观看“电子榨菜”逐渐演化成为一种机械的、无意识的本能行为。加之,“电子榨菜”生产者追求流量效应与变现效应会对其进行大肆传播,可能引发“娱乐泛滥”的不良态势。概言之,“电子榨菜”是泛娱乐主义思潮在智媒

时代的新生事物和衍生物种,它的风靡实际上折射出当前青年精神生活出现了一系列不良的时代症候。以“电子榨菜”为研究抓手,分析泛娱乐主义思潮冲击下青年精神生活的时代症候及其成因,以此提供建议对于提升青年精神生活质量具有一定的现实意义。

二、症候诊断:“电子榨菜”冲击青年精神生活

“电子榨菜”——一种新兴的文娱消费方式,以轻松性、娱乐性和易得性为突出特征满足青年精神文化需求,可以归到青年亚文化现象类别,本质是泛娱乐主义在智媒时代遮蔽、消解青年精神生活的具体呈现。一般而言,人的精神生活内涵心理生活、文化生活和信仰生活三个方面。^[4]因而在泛娱乐主义思潮的隐性传播和精准辐射下,青年的心理样态、文化生活和道德信仰都受到了一定冲击。

(一)“娱乐失真”引发青年的心理焦虑

心理样态勾勒青年精神生活的基础维度,对青年心理状态的描绘和剖析能直观感受到当代青年精神风貌的真实基底和大致轮廓。“电子榨菜”的应运而生精准映射出当代青年的情感需求与精神渴求。然而,它作为青年在碎片化时代享受闲暇时光的“佐餐良伴”,虽承载着愉悦的特质,却是一种“异化”的娱乐。康德认为感官得到喜欢的东西即生理上的快感仅能称为“快适”,精神层面的娱乐快感才能命名为“快乐”。^{[5](P40)}即“快适”来源于感官的直接体验,而“快乐”则关联着主体对精神意义的感知与把握。

“电子榨菜”凭借微短剧、短视频和直播等视听感官的双重刺激为青年群体营造一种信息直给、简单高效和轻松愉悦的暂时性满足,加之App提供的快速切屏功能,使得青年群体在网络世界的虚拟掌控中获得生理快感。实质上,此类生理快感来源于“电子榨菜”热衷的失真娱乐。从泛娱乐主义视角解读,万物皆可娱乐意味着无底线、无原则地娱乐一切,从而

致使娱乐失去应具备的积极意义,沦为无底线与原则的异化娱乐。^[6]在泛娱乐主义思潮的持续渗透下,“电子榨菜”内容生产与传播逐渐呈现出非理性异化态势。部分媒体平台为追求流量经济,将恶搞、炫富、情色暗示及暴力元素等低俗化内容纳入算法推荐体系,通过制造感官刺激吸引用户注意力。甚至一些“电子榨菜”生产者为了谋取粉丝数量与商业利益,不惜突破法律道德底线,采用解构崇高、戏谑历史等手段进行无节制娱乐化创作。典型包括但不限于:自媒体博主将红岩英烈肖像滥用于军统特务介绍、网红“猫一杯”编剧本骗流量以及网友玩“霸凌梗”拍短视频吸粉等。当下,“电子榨菜”的风靡事实上折射出“加速社会”和“内卷文化”侵袭下青年群体焦虑、内耗的心理状态。依据中国科学院心理研究所发布的《心理健康蓝皮书:中国国民心理健康发展报告(2021—2022)》,我国成年人群中18至34岁,这一年龄段国民的焦虑量表平均值与抑郁量表平均值相较于其他年龄阶段呈现出更高的趋势。^{[7](P30-69)}究其缘由,离不开加速社会数字技术快速迭代下青年人际关系、社会关系发生重大变革由此带来的身体焦虑、情感焦虑、经验焦虑和价值焦虑。^[8]此类处境契合哈特穆特·罗萨(Hartmut Rosa)在社会批判理论中探讨的“人是一种时间性存在,时间是人的精神肉身,时代的加速带来的不仅是时间的改变,更是精神和心灵结构的变化。”^{[9](P19-28)}鉴于此,“电子榨菜”成为青年短暂逃避压力和宣泄焦虑的“精神庇护所”。

(二)“娱乐过界”致使青年的文化异化

泛娱乐主义作为当前具有一定影响力的文化思潮,本质上其危险不在娱乐本身而在于“泛”,它剔除了“电子榨菜”这类娱乐应有的人文内涵且在多个领域过度扩张,导致“娱乐过界”这一不良现象产生。正如尼尔·波兹曼(Neil Postman)担忧的“一切公众话语日渐以娱乐的方式出现,并成为一种文化精神,我们的政治……都心甘情愿地成为娱乐的附庸”。^{[10](P4)}担

忧在于,娱乐可能异化为一种“评价标准”——当政治辩论追求“表演效果”胜于逻辑严谨,新闻报道强调“戏剧冲突”优于事实完整,教育传播注重“趣味互动”取代知识深度时,主流文化的严肃性与理性内核会被消解。

“电子榨菜”的兴起,既是泛娱乐主义思潮在智媒时代隐性渗透的产物,又反向推动泛娱乐主义思潮的蔓延发展,长此以往发展会给青年群体的文化生活带来一定消极影响。具体而言,其“娱乐过界”症状对青年精神生活的冲击体现在下述几个方面。其一,认知水平和批判性思维的消解。“电子榨菜”常将渊博的文化经典、严肃的公共议题和客观的历史事实裹上娱乐的糖衣,不仅导致庄重内容零散化、戏谑化,丧失价值尺度,还偏离了应有的真理尺度。青年群体沉浸在赛博空间时,往往习惯不加思索、被动式接受“投喂”的失真内容,面对算法推送的失真内容,主动探究的意识与深度思辨的动力逐渐弱化。长此以往,当基于浅表化叙事构建的认知图景与社会现实产生碰撞时,青年往往缺乏对认知偏差的敏锐察觉,缺乏积极求证、大胆质疑的行动意愿,这易引发系统思考缺失与理性辨析消解的问题。其二,自我价值确认的功利化。“电子榨菜”奉“流量”“吸粉”“热度”为圭臬,这一逻辑潜移默化地渗透到青年价值判断体系中。处在“娱乐过界”的场域,“成功”极易被简化为获取关注度或娱乐变现能力,“意义”简单等同于瞬间的愉悦感或话题参与度,庄严的社会责任、职业理想和终生信念等传统价值坐标,在对比强大的娱乐逻辑时,难免打上“过时”“老套”和“沉重”的标签。于青年而言,一方面,随处即时可见的“网红效应”与“流量变现”会影响青年对成功的定义,倘若流量成为唯一的正义,底线也会演变成可任意踩踏的红线;另一方面,当娱乐成为衡量一切价值的尺度,深层次的精神追求与终极关怀易被解构,青年会掉入“一切终归虚无,万物皆可娱乐”的陷阱,影响青年精神世界根基的搭建。其三,审美能力的感官化单一化。“娱

乐过界”在文化消费领域和“噱头”“奇观”“爽感”“刺激”等对应,算法基于用户偏好打造的“信息茧房”温室,强化对特定类型如低门槛综艺、快节奏解说等“电子榨菜”的垄断。青年群体的审美追求会降格至单纯追求原始快感和直接感官兴奋的层面,而对具有思想深度的经典文艺作品逐渐疏离甚至丧失鉴赏能力,致使娱乐文化沦为纯粹的消遣工具。

(三)“娱乐泛滥”解构青年的道德信仰

道德信仰是青年精神生活的崇高象征。从内涵维度分析,它是一种特殊的社会意识和社会调控方式,它向人们提出“应当怎样”和“不应当怎样”,在保证社会秩序得到遵守的同时,积极引导人们朝着合理社会行动、充实精神生活 and 自我发展完善的方向前进。^{[11](P58)}青年处于价值观形成的关键期,道德信仰通过构建“善恶标尺”“责任边界”和“意义坐标”,为其提供了理解社会、定位自我的精神框架,使青年能够在复杂社会现象中识别价值方向。然而,“泛娱乐主义”秉持“我乐故我在”的内在法则,虽然当前中国尚未迈向“娱乐至死”的荒谬境地,但“娱乐泛滥”的风气已在不同领域弥漫。^[12]该现象在一定程度上会消解青年的道德信仰。

质言之,泛娱乐主义对青年道德信仰的解构路径遵循“生产异化—认知扭曲—价值虚无”的递进逻辑。首先,资本运作逻辑致使“电子榨菜”发生异化。流量为王与算法至上的生存规则倒逼网络内容生产者跨越底线批量制造异化的“电子榨菜”,如短剧、综艺片段追求“吸睛”,恶意剪辑内容,吸引了众多观众实现常年稳居榜首,而一些颇具工匠精神的节目如《朗读者》《国家宝藏》等,口碑高但无奈收视低迷。因此,众多优质内容容易因制作成本高、回报周期长且收益率低而被边缘化,这不仅会导致文化生产粗鄙化,而且加速“劣币驱逐良币”的不良趋势。其次,一些不良“电子榨菜”刻意立人设歪曲青年的认知。众多短视频博主通过美颜滤镜、摆拍剪辑打造“成功人士”“理想伴侣”“完美家庭”等虚假人设,期望博得虚拟

认同,进而将其转化为现实收益。甚至,一系列“炫富”网红肆无忌惮向公众展示物欲,为博流量无底线投送“一炮而红”“一夜暴富”等急功近利的思想,短期内涨粉千万。当青年沉浸于此类表演性生活,而现实中学业压力、就业竞争等困境被刻意遮蔽,他们的认知会受到歪曲。最后,持续性精神麻醉引发道德信仰的“三重真空”。其一,意义真空。拟像世界精心打造的“电子榨菜”,容易使青年陷进自我代入的漩涡,而“拟像成就越耀眼,现实落差越尖锐”的切身体会,会诱发青年对真实生活境遇的系统性抗拒,从而加剧青年意义贫困的问题。其二,责任真空。无良“电子榨菜”的泛滥助推“躺平即正义”之风取代奋斗叙事,“努力无用”“与我无关”等冷漠会侵蚀青年对公共责任的担当。其三,信仰真空。泛娱乐主义与享乐主义、消费主义等不良思潮结合,推崇物欲横流、利益至上,青年的理想信仰会被价值虚无主义消解。至此,“电子榨菜”便大致完成了对青年精神家园的解构。

三、症候成因:“电子榨菜”的生产与青年娱乐消费

特定的社会现象要结合产生的时代背景加以解析。泛娱乐主义思潮抢占数字媒体传播高地,向当代青年输送即时、易得的“情绪价值”——“电子榨菜”,它凭借娱乐感官和心理慰藉的特质,为处在焦虑、孤独和内耗多重重压下的青年群体构建起私人的、独立的且可以自主掌控的“精神空间”。究其缘由,离不开大众狂欢、资本裹挟和思潮交锋的综合驱动。

(一)大众狂欢下的情感驱动

大众狂欢折射出青年群体在内卷社会中情感压抑和自我宣泄。诚然,个体化时代,个体化进程带来了自由的获得与增长,但与之相伴随的是孤独感日益加深。^[13]青年在现实交往中难以收获自主感和自由感,他们渴求从网络世界获得满足感和归属感以缓解真实生活的孤独体

验,而泛娱乐主义思潮孵化而成的“电子榨菜”凭借网络媒介打破时空界限,构建起青年群体性沟通交流的桥梁(如弹幕、评论等),营造出“群体性参与”的万人狂欢氛围,加之资本逻辑的“捆绑营业”,极大地推动了低质“电子榨菜”的繁殖泛滥与青年的娱乐消费。

具言之,这与哈特穆特·罗萨对人类社会当前的生产生活方式予以深刻反思后提出的“加速社会”这一概念息息相关。罗萨将现代社会的特征定义为“社会加速”的发展过程,他认为伴随现代化的推进,我们的生活时间不断被压缩,进而催生了社会生活中的“新的异化”,包含空间、物界、时间和行动等方面。^{[9](P53)}折射在青年群体当中,时间异化和行动异化的影响较为突出。一方面,时间异化消弭了休闲时间和忙碌时间界限,从而不断压缩青年的自由时间即“不被直接生产劳动所吸收,而是用于娱乐和休闲”^{[14](P229)}。基于青年主观情感驱动的视角,时间界限的消弭会促使青年压力容器持续增压,他们迫切寻找轻松刺激花销低的情绪宣泄口,“电子榨菜”带来的即时满足感易实现青年情感代偿的通货膨胀,这既能低成本释放青年的压力,又能给青年附赠爽感,青年亦欣然主动食用。另一方面,行动异化使得青年往往由加速的社会节奏牵引,以至于被迫放弃自己真正感兴趣的价值选择,久而久之会逐渐丧失对生活的向往和热爱,转变成麻木和失望的心态。但这仅是青年的情绪被暂时搁置和压抑,待积压达到峰值时会有更为强烈的情感驱动。就像弗洛伊德认为“未被表达的情绪永远不会消失,它只是被活埋了,有朝一日,它会以更丑陋的方式爆发出来”。^{[15](P225-238)}当前青年群体在真实生活中普遍面临着孤独的生存境遇。在长期的人格单调和压抑后,易致使大众沉迷过度追求感官娱乐的满足,进而在逃避现实矛盾与问题中选择“躺平”于各类娱乐活动。^[16]而兼具狂欢、泛滥特质的“电子榨菜”成为青年刺激娱乐感官的不二之选。一言蔽之,“电子榨菜”在青年群体中晋升为当前和今后的新型消费热点具

有一定的现实必然性。

(二)资本裹挟下的现实盲从

资本逻辑的核心特质在于对利润增值的无限度追求,囿于该天然属性,资本会不择手段地大面积操控现代文娱消费产品,甚至为了逐利甘愿丧失商业行为底线,呈现出工具理性对价值理性的僭越。马克思早已论证这一不争的事实“资本害怕没有利润或利润太少,就像自然界害怕真空一样。”^{[17](P871)}而资本逻辑恰恰正是泛娱乐主义思潮蔓延的底层根源。依据中国互联网络信息中心发布的第53次《中国互联网络发展状况统计报告》结果显示,截至2023年12月,我国网民规模达10.92亿人,其中10~39岁的网民规模占网民整体的62.4%。^[18]可见,青年作为网络空间的“核心力量”,既是网络精神产品的创作主体,同时亦是网络消费的主力军。

事实上,青年网民的流量已然成为资本逐利的目标定向。一方面,资本为了谋取利润会主动迎合青年群体的消费心态,持续开拓新型消费场域和内容形式,精心生产刺激欲望、愉悦感官的肤浅娱乐产品——“电子榨菜”,大肆利用青年的碎片化用餐时间实现对“电子榨菜”的精准投放以获取无限流量。根据斯麦兹的“受众商品论”,大众媒体具有隐藏的经济功能。资本入局“电子榨菜”之后,受众的商业性被强化,资本通过对受众的价值掠夺实现盈利。受众在享受“电子榨菜”带来的情绪价值的同时,实际上成了“观看劳工”,成为数字资本积累的一部分。另一方面,数字和资本的合谋为“电子榨菜”的风靡提供有力扶持。资本与新媒体技术通力合作,通过采用图文、视频和弹幕等丰富多彩且极具感染力的形式,将“电子榨菜”的精神作品逻辑转化为娱乐消费逻辑,打造出极具特色的“流量变现”机制。数字技术所蕴含的智能算法借助大数据实时检测捕捉流量激增点,经资本增值这一目的对数据进行整合分析后再次精准投送,无疑是推动“泛娱乐化”的进一步发展。^[19]综合而言,资本和网络空间犹如一对天生知己,网络空间最大限度

地延展了资本积累的时域范围,而另一方面数字技术的革新有效打破时空壁垒。由此,在逐利本性的诱导下,资本和娱乐借以数字技术交相辉映,热衷传播娱乐内容为广大青年精心塑造“娱乐化”幻想,贩卖形形色色的“互联网焦虑”侵袭青年的“精神围墙”,从而实现“电子榨菜”这一精神产品的生产、流通以及消费。

(三)思潮交锋下的价值偏离

当前我国正处于社会主义现代化建设的关键时期,国内外环境都在发生极为广泛而深刻的变化,西方各类社会思潮伴随全球化趋势暗潮汹涌,试图抢占青年精神生活领域。习近平强调“青年是党和国家的未来,各种社会思潮都会去影响青年,都会去‘争夺’青年”。^{[20](P689)}确切地讲,多元思潮的渗透会侵蚀青年群体的精神生活,具体体现在无论是我国主流文化还是青年网络亚文化都会面临诸多严峻挑战。

其一,青年网络亚文化和主流文化疏离趋势日益凸显。“文化是‘人化’与‘化人’相统一的一体化进程。”^{[21](P17)}故主流文化注重思想性、艺术性和教育意义,强调对社会、人生的积极引导。但是,“电子榨菜”这类泛娱乐主义思潮侵袭下形成的精神消费产品,从议题设置到内容呈现都使得主流文化的“权威”甚至是“中心”地位逐渐弱化。泛娱乐主义打着迎合青年群体喜好的幌子,从中谋取商业利益。在此过程中,它肆意模糊了庄严与轻佻二者本该清晰的界限,使得青年对于高尚、严谨、深刻这些品质的敬畏之心逐渐淡薄,追求之意日渐式微。同时,它还进一步放大了青年亚文化原本就存在的边缘化以及非主流的特征,并且不断消解着主流文化所占据的中心地位以及权威形象,让主流文化的影响力面临被削弱的危机。其二,不良社会思潮异常活跃。部分青年奉“不潮不炫不青春”为自己的个性标签,将追随潮流、追求时尚、追赶时髦喻为人生的方向标,在智媒时代网络信息技术的更新迭代下,消费主义、功利主义和享乐主义等不良社会思潮有了可乘之机。以享乐主义为例,它强调快乐是最大的善,主张把享受当

下欲望的满足作为人类行为的最高准则。^{[22](P29)}长此以往,青年易患“淡淡综合症”,最终可能被迫像极端存在主义者那样滑向价值虚无主义、生命悲观主义和犬儒主义的深渊。^[23]概括而言,西方消极思潮在网络中大肆蔓延会致使青年群体风靡的“电子榨菜”朝着效益挂钩、主动媚俗和迎合受众的趋势发展,某种程度上也是对当下时代精神和文化伦理的腐蚀。

四、症候疗愈:“电子榨菜”的整治与青年精神生活的重构

智媒时代,泛娱乐主义思潮通过算法推荐为青年群体打造了私人订制的“娱乐乌托邦”,向当代青年输送即时、易得的“情绪价值”——“电子榨菜”,尽管它迎合了青年“及时行乐”和“即时满足”的“唯乐原则”,充当着孤立个体行动时的心灵慰藉港湾,但在此影响下青年精神生活的种种乱象是不可小觑的。有鉴于此,应从主流意识形态引领、优质网络文化产品供给和加强虚拟场域监管三个方面着手,为青年精神生活的健康发展提供良策。

(一)奏响主旋律,以主流意识形态引领青年价值选择

青年精神生活受到泛娱乐主义思潮的牵制和遮蔽,首要原因就是主流意识形态引领滋养不够充分。作为思想的上层建筑,社会主义意识形态旨在为特定社会的经济基础、政治结构、文化样态的存在、运行和发展做合理性解释、观念性辩护和规范性设定,具有凝聚人心、价值引领的基本功能。党中央也指出“经济建设是党的中心工作,意识形态工作是一项极端重要的工作,能否做好意识形态工作,事关党的前途命运,事关国家长治久安,事关民族凝聚力和向心力”。因此在网络空间场域有效应对泛娱乐主义思潮对青年精神生活的侵蚀,需要发挥主流意识形态的引领作用。第一,增强青年对社会主义意识形态的认同。当前,倘若对网络消极娱乐实行暴力抵制和盲目堵截,必然激

起青年的抗拒和逆反心理。因而,包括社会、高校、政府在内的各治理主体要积极主动地汲取马克思主义中国化最新理论成果所蕴含的精神养分,灵活运用其中科学的观点与方法,深入解剖泛娱乐主义思潮的实质,细致辨析其带来的危害,秉持正确的思想导向,妥善应对青年意识形态教育与宣传过程中面临的各类问题与挑战,从而形塑青年对主流意识形态的认同。^[24]第二,巧用娱乐素材做好主流意识形态的传播工作。利用与社会主义核心价值观所宣扬的价值导向一致的娱乐元素,将其吸收至主流意识形态的传播话语体系中,运用传统“寓教于乐”教育理念,转化为青年感兴趣的教育话语素材,并将其融为“电子榨菜”的组成要素。第三,利用推荐算法提升主流意识形态的传播效能。推荐算法最重要的功能是影响和改变信息分配与传播机制,能有效拓宽信息传播场域,知悉用户所需所想,提供的信息也更契合用户需求,还具备“情绪价值”功能,可为主流意识形态找到价值立场与情感需求的契合点,进而为解决传播低效问题提供新型技术选择。^[25]推荐算法是一把双刃剑,它一方面能使泛娱乐主义思潮培植下的“电子榨菜”以隐蔽性、精准性的方式投递给青年,扰乱青年精神生活秩序;但另一方面也能将主流意识形态的积极内容高效、灵活地推送给青年,助力青年精神生活朝着健康的轨道运行。

(二) 严控供给端,以高质量文化产品丰盈青年文化生活

文化作为青年精神生活的重要载体,文化建设水平直接关乎青年精神生活水平。在智媒时代泛娱乐主义思潮的影响下,大量“电子榨菜”充斥网络空间是不可避免的现象,这会致使青年精神生活朝着庸俗化的方向发展。就像尼葛洛庞帝(Nicholas Negroponte)在当今数字包围的时代发出的深切感叹“我们无法否定数字化时代的存在,也无法阻止数字化时代的前进,就像我们无法对抗大自然的力量一样。”^{[26](P229)}然而,倘若契合时代发展趋势正确认识这一规

律,从供给源头即创作者的角度出发,严控网络文化产品的内容和质量,就能为青年提供更优秀且丰富的娱乐产品,满足青年日益增长的美好精神生活需求。首先,要坚持以人民为中心的创作旨向。以人民为中心,就是要把满足人民精神文化需求作为文艺和文艺工作的出发点和落脚点。在创作过程中应该迎合人民尤其是青年群体的美好精神需求,满足青年群体的精神需求,把他们作为网络文化作品鉴赏的评判者和鉴赏家。例如讲述中共党史的《觉醒年代》,这部电视剧用历史质感和贴近人心征服了年轻观众,真正将经济效益与社会价值有机统一。其次,要鼓励创作优秀的网络文化产品。在“流量为王”的时代下,不少短视频创作者、草根“网红”等为获取关注无底线无节操地提供低俗“电子榨菜”,甚至雇佣“网络水军”操纵流量,致使“劣币驱逐良币”的局势发生。改变这一现状需要在供给重心上秉持“内容为王”和“质量优先”,以“高质量”创造“高流量”。^[27]最后,要加大对优质网络文化产品的宣传推广。在信息爆炸的背景下,即使真正优质的网络文化作品缺乏有效的营销,也难以在竞争激烈的网络世界中脱颖而出。事实上,“酒香也怕巷子深”,在信息过载的数字时代,即便如“李子柒”等宝藏创作者所产出的兼具文化深度与审美价值的网络短视频,若缺乏有效的分发机制,其影响力亦会受到局限。

(三) 净化虚拟场,以大力度网络管控阻断网络文化糟粕

在资本逐利逻辑的裹挟下,泛娱乐主义思潮具有强势扩张的倾向,受这一消极思潮内嵌影响下形成的“电子榨菜”正扰乱着网络生态,青年群体在网络文化消费方面尚处非理性阶段,长期“食用”会对其理想信念的塑造带来负面影响。鉴于此,在网络环境治理上有必要采取相应措施加大监管力度。其一,应充分发挥政府的积极作用。一方面,要健全完善相关法律法规,明确各类网络文化违规行为及对应的惩处标准,进一步细化网络文化内容的审核标准,

明确界定“电子榨菜”类产品中哪些元素属于受泛娱乐主义思潮不良影响的范畴,例如过度娱乐化、歪曲历史、宣扬拜金等内容,网信部门需牵头组建专业的审核团队,对各类网络视听、文字作品进行严格筛查,一经发现存在此类问题的“电子榨菜”,责令相关平台立即整改或直接下架处理。另一方面,应形成强大的监管合力后不定时开展专项整治行动,针对突出的网络文化乱象问题,不定期开展专项行动,集中打击不良直播、侵权盗版等乱象,加大处罚力度。与此同时,应加强对网络平台的责任追究。要求各大网络平台从源头把控内容上传,严格落实实名制登记创作者信息,对于频繁产出受错误思潮影响“电子榨菜”的创作者,限制其创作权限,甚至拉入黑名单。倘若平台多次出现审核不力、放任不良内容无序传播的情况,依法依规给予高额罚款等严厉处罚,从而倒逼平台主动承担起净化网络环境的责任。其二,应凸显网络媒介平台的责任意识。从内容准入来看,需建立一套严谨科学的内部内容筛选机制,运用大数据、人工智能等技术手段,对即将上线或已发布的各类“电子榨菜”进行前置的风险评估和不良信息甄别,发现存在泛娱乐主义思潮渗透、可能扰乱网络生态的“电子榨菜”直接拦截在发布端口之外。从用户体验来看,应设立专门的用户反馈渠道,鼓励广大青年对不良“电子榨菜”及时举报,且平台需迅速响应,第一时间进行核查处理,查询后将处理结果公之于众,以此形成共同监督、有效治理的良好互动局面,助力青年精神生活朝着健康有序的方向发展。

五、结语

泛娱乐主义是一种严重危害社会主义意识形态建设、从根本上动摇青年理想信念根基且极具迷惑性的社会思潮。当前,该不良社会思潮在演进的过程中呈现出以网络空间作为主要寄居地,以炒作式、虚构式和恶搞式娱乐为主要表现样态,以隐性传播为主要手段的传播特

点,而“电子榨菜”正是其在智媒时代精心打造的“新名片”。从字面含义而言,“电子榨菜”承载着日常食用“榨菜”的速食特性,这类“速食文化”的关键特征在于便利性与快捷性,它巧妙地利用了青年快节奏生活中的碎片化时间,填补了传统“正餐”文化在时间与精力消耗方面的不足。得益于多元思潮交锋、资本技术合谋和大众狂欢需求的赋权,使得依托泛娱乐主义思潮兴起的“电子榨菜”在青年群体中颇为风靡。诚然,“电子榨菜”能凭借娱乐感官和心理慰藉的特质,为青年群体搭建起私人化、独立性且可以自主掌控的“精神空间”,但也充分暴露当前青年群体在泛娱乐主义思潮冲击下精神生活出现了一系列较为明显的症候,主要体现在心理样态焦虑化、文化生活速食化和道德信仰冷漠化三个方面。青年作为标志时代的最灵敏的晴雨表,以“电子榨菜”为抓手剖析泛娱乐主义思潮冲击下青年精神生活的症候呈现并提供应对策略,既能为当前青年群体的精神生活研究提供较新的视角,亦能以小见大为人民精神生活的发展研究提供有益参考。

参考文献:

- [1]2020国际十大思潮[J]. 人民论坛, 2020(36): 8-9.
- [2]习近平. 在文艺工作座谈会上的讲话[N]. 人民日报, 2015-10-15(2).
- [3]张雅楠. “电子榨菜”的爆火成因、时代症候及诊治理路[J]. 思想理论教育, 2024(5): 100-105.
- [4]柏路. 精神生活共同富裕的时代意涵与价值遵循[J]. 马克思主义研究, 2022(2): 64-75, 156.
- [5]康德. 判断力批判: 上[M]. 邓晓芒, 译. 北京: 人民出版社, 2002.
- [6]王娟, 刘文雅. 泛娱乐主义的审视与超越[J]. 思想教育研究, 2020(11): 62-66.
- [7]傅小兰, 张侃, 陈雪峰, 等. 中国国民心理健康发展报告(2021-2022)[M]. 北京: 社会科学文献出版社, 2023.
- [8]解为瀚. 数字社会转型中的青年焦虑探析[J]. 思想理论教育, 2024(3): 106-111.
- [9][德]哈特穆特·罗萨. 新异化的诞生: 社会加速批判理论大纲[M]. 郑作或, 译. 上海: 上海人民出版社, 2018.

- [10][美]尼尔·波兹曼. 娱乐至死[M]. 章艳, 译. 桂林: 广西师范大学出版社, 2004.
- [11]魏雷东, 白鑫刚, 孙田. 青年道德认同[M]. 北京: 社会科学文献出版社, 2019.
- [12]刘迅, 杨晓轩. “泛娱乐化”: 核心价值观认同的挑战与应对[J]. 中共天津市委党校学报, 2017, 19(3): 38-43.
- [13]林滨, 江虹. “群体性孤独”的审思: 我们在一起的“独处”[J]. 中国青年研究, 2019(4): 40-45.
- [14]马克思恩格斯全集: 第35卷[M]. 北京: 人民出版社, 2013.
- [15][奥]西格蒙德·弗洛伊德. 精神分析引论[M]. 高觉敷, 译. 北京: 商务印书馆, 2004.
- [16]张爱凤. “泛娱乐化”批判的文化社会学转向[J]. 求是学刊, 2009, 36(2): 100-102.
- [17]马克思恩格斯文集: 第5卷[M]. 北京: 人民出版社, 2009.
- [18]中国互联网络信息中心. 第53次中国互联网络发展状况统计报告[R/OL]. (2024-03-22)[2025-03-15]. <https://www.cnnic.cn/n4/2024/0321/c208-10962.html.pdf>.
- [19]温旭. 智能算法助推高校精准思政的逻辑进路[J]. 思想理论教育, 2020(6): 81-85.
- [20]中共中央文献研究室. 十七大以来重要文献选编(下)[M]. 北京: 中央文献出版社, 2013.
- [21]李德顺, 孙伟平, 孙美堂. 家园——文化建设论纲[M]. 哈尔滨: 黑龙江教育出版社, 2000.
- [22]罗素. 西方哲学史(上卷)[M]. 北京: 商务印书馆, 1963.
- [23]杨鑫, 王岩. “淡淡综合症”: 当代青年群体的新型生活观[J]. 内蒙古社会科学, 2024, 45(5): 204-212.
- [24]杨章文. 网络泛娱乐化: 青年主流意识形态的“遮蔽”及其“解蔽”[J]. 探索, 2020(5): 181-192.
- [25]蒋俊明. 推荐算法影响下主流意识形态传播的挑战及应对策略[J]. 马克思主义研究, 2024(3): 143-154, 156.
- [26][美]尼古拉·尼葛洛庞帝. 数字化生存[M]. 胡泳, 范海燕, 译. 北京: 电子工业出版社, 2017.
- [27]张恂, 吕立志. 祛魅与消解: 网络泛娱乐主义的资本逻辑批判[J]. 思想教育研究, 2020(6): 72-76.

【责任编辑 史 敏】

“Digital Condiments”: Examining Symptoms and Exploring Remedial Approaches for Young People’s Spiritual Lives Amid the Impact of Pan-Entertainmentism

REN Heng, LONG Shu & YE Luyang

Abstract: Pan-entertainmentism is a detrimental social trend that aims to create a false illusion of a “utopia of entertainment,” catering to the superficial and shallow “amusement” needs of young people, thereby coaxing them into willingly becoming subordinates to entertainment. In the era of intelligent media, the ideology of pan-entertainmentism operates covertly within cyberspace, with “digital condiments”—which serve as ideal “companions for meals”—having become its meticulously cultivated transmission “boosters.” Dominated by pan-entertainmentism, these “digital condiments” often employ eye-catching materials such as abridged plots, distorted history, spoofed news, and twisted facts, presented in a humorous and light-hearted style. Driven by a combination of mass revelry, capital influence, and ideological contention, “digital condiments” have become highly popular among the youth. Undeniably, “digital condiments” possess characteristics that entertain the senses and provide psychological comfort, even constructing a private, independent, and self-controllable “mental space” for young people burdened by anxiety, loneliness, and internal struggles. However, the substantial impact they exert on young people’s spiritual lives is profound and concrete, manifesting specifically in three aspects: “distorted entertainment” triggering psychological anxiety, “transgressive entertainment” causing cultural alienation, and “entertainment supremacy” obscuring moral beliefs. In light of this, it is necessary to propose effective strategies from three aspects: ideological guidance, high-quality content supply, and multi-party supervision, to help steer young people’s spiritual lives towards a healthy and orderly path.

Keywords: pan-entertainmentism; “digital condiments”; young people’s spiritual lives; subculture; era of intelligent media