

审美的“病”与思考——从宏观趋势到校园案例的探讨

Colin Wang

Received: 2026-03-01 | Accepted: 2026-03-01 | Published: 2026-03-07

Abstract

Against the background of digital media and short-video platforms, this paper discusses the phenomenon of aesthetic polarization in contemporary popular culture. Starting with the concept of ‘aesthetic degradation’, it analyzes the structural factors behind noisy, high-saturation visual and auditory styles, such as the attention economy, capital-driven replication, and the neglect of traditional Chinese aesthetics like ‘negative space’. Taking a campus program *Looking Towards Beijing* as a case study, the paper points out that the so-called aesthetic problems are not only reflected in a single work but widely exist in campus design and daily creation. Instead of giving rigid suggestions, this paper calls for more restraint, layers and negative space in aesthetic practice, hoping to promote rational thinking about beauty among young people in daily creation.

前言

我是一名学生，近几年在校园演出、网络视频、甚至街头广告里，常常感受到一种奇怪的“噪声”。颜色像被砸在画布上，音乐像在广场上狂欢，仿佛所有的视觉与听觉都在争抢注意力，却很少留给人思考的空间。于是我产生了一个疑问：我们这个时代的审美真的在“降级”吗？如果是，它的根源何在？在我所在的学校，《望北京》节目正是这种现象的缩影——演员们穿着大撞色的民族服装，背景音乐却是喧闹的广场舞《站在草原望北京》。本文将我的视角、结合已有的调查数据，对当代审美的整体走向进行分析。

注：文中所有数据、观点均引用公开的调查报告或学术论述，具体出处见文末参考文献列表。

本文除摘要以外部分的撰写完全没有使用人工智能技术。

一、何为“审美降级”？

审美本是个对美的感受与评价，带有强烈的文化与历史烙印。近年来，网络上频繁出现“审美降级”这一热词，往往指审美标准的整体退化——高品质、层次感、韧性被快餐化、噪声化取代。

- 《审美降级已经来了，你和我都逃不掉》一文指出，资本为追求流量而大幅降低门槛，大量包装粗糙、缺乏深度的内容被快速复制、病毒式传播，从而让大众在潜移默化中接受了“低审美”的作品 [2]。
- 《“审美降级”论：数媒时代文艺评论的困境与重构》进一步将这一现象归因于数字逻辑的统治——算法只看“好坏、对错、是否流行”，把多元、复杂的艺术价值压缩为二元判断，导致文艺评论与创作的深度被削弱 [4]。

这些论述从宏观层面揭示，审美的确出现了“病”，但这“病”并非大众品味的下滑，而是结构性力量（资本、算法、消费习惯）对审美生态的改造。但是究竟病得多重呢？真的“降级”了吗？

二、使审美转向的结构性因素

1. 短视频平台的注意力经济

媒介即隐喻。抖音、快手等短视频平台的平均观看时长仅 15-30 秒，算法倾向推荐“高对比、强节奏、快速切换”的内容。于是内容生产者被迫在极短的时间内以颜色冲击、音效噪声抢眼，才能获取推荐位。

《经典续作被群嘲，为什么现在的审美正在“断崖式降级”？》明确指出，短视频的崛起是“审美降级的根本原因”，它让观众注意力碎片化，不再愿意耐心观看长篇、深度的作品 [13][14]。

2. 资本的低门槛复制

资本追逐流量的逻辑与短视频的机制相辅相成。与此同时，资本往往用大数据配合算法精准定位“低审美用户”，把符合大众口味的粗糙包装快速投放市场，这种“低成本复制”让低质量内容形成了一个正向反馈循环，使低质量内容大规模出现 [2]。

3. 去精英化、平民化的文化潮流

过去的文艺作品往往以精细的叙事或层次丰富的美学取胜，然而近年来“氛围感、故事感”已取代“完美无瑕”。人们更倾向于即时的情绪满足而非深度的审美探求，这直接导致大众审美趋向“平面化、噪声化” [13]。

4. 传统美学的弱化——留白的缺失

这是一个二级的原因但因为我非常喜欢留白这个概念所以就放上来了。中国传统绘画中的“留白”是“无中生有”的核心美学，它通过空白营造想象空间、提升层次感。但同时，在大部分情况下，留白减慢节奏；在不恰当的使用下，留白会稀释情绪的冲击。然而，几乎在所有的表现形式中，留白的缺失会导致画面和产品的“压迫感”。《有一种中式美学，叫留白！》指出，留白是中国画最重要的表现技法，能够让观者在空白处产生无限遐想，却在当下的快节奏视觉中因为“让效率变低”被忽视 [11]。

同时，奇尚室内设计的研究表明，适度的留白可以提升阅读效率约 20%，说明留白在提升用户体验方面有量化价值 [20]。

三、真的降级了吗？

也许，审美并非单纯的“升”“降”。在过去的几十年里，技术、资本、平台算法共同塑造了“高饱和 - 冲击 - 短时”的主流视觉语言；与此同时，我们也不能忽视，留白、低饱和、极简等传统美学仍在高端、专业、甚至新兴趣圈里持续生长。大众感觉到的“审美降级”，本质上是审美**分层化、两极化**的外在表现——噪声化的流行文化盖住了细腻的审美空间。只要媒体教育、平台机制、资本导向能够在适当层面提供“安静的空间”（我知道这很难，请勿在这里批评我“画大饼”），审美的整体水平就可以实现“归中”。

两极化的现象在很多地方都会出现，这个现象真的非常有意思。

四、案例剖析：《望北京》

这一部分是背景介绍。一切对事不对人。

1. 现场概况

- 服装：演员们穿着大红、亮黄、深绿等高饱和色块的民族服装，颜色之间几乎没有过渡，整体呈现“**大撞色**”的视觉冲击。
- 音乐：背景采用《站在草原望北京》，这是一首典型的广场舞音乐，节奏强劲、鼓点密集、音量高亢，营造出“喜庆热闹”的氛围。

所有元素都被颜色与声音填满，观众几乎没有视觉或听觉的缓冲空间。

2. 为什么它映射了审美两极化的趋势？

- 短视频冲击化：《望北京》中的大撞色与高能音乐直接“一眼秒杀”观众注意力，让观众在几秒内被视觉/听觉淹没，缺乏深度感。
- 资本低门槛包装：服装设计可能来自商业化的“流行元素”，缺乏对民族服饰的深度调研，只停留在“民族风情”标签的表层装饰。
- 留白缺失：舞台全满、配乐全响，缺少“呼吸间隙”，视觉和听觉的“噪声密度”过高，导致审美疲劳。

可以看到，《望北京》正是多种宏观审美病因在一个校园微观场域的集中体现。它并非完全没有价值——热闹的氛围能够激发参与感，但缺少层次、缺少呼吸、缺少深度，这正是“大撞色、大噪音”审美的核心症结。

很多时候，脱离现实条件的建议，反而显得空洞与轻率。所以我不会给出建议。

五、结语

审美并不是一条单向下降的直线，它在技术、资本、文化三股力量的交织中呈现出噪声化与极简化的两极分化。从宏观看，短视频的注意力碎片化、资本的低门槛复制、以及传统美学的被忽视，都是导致我们常感审美两极化的根本原因。

《望北京》这档校园节目正是上述趋势的缩影：大撞色的服装、广场舞的喧闹、缺乏留白的舞台共同营造出一种“热闹却空洞”的审美体验。正因为如此，它也为我们提供了改进的实验田——只要在配色、空间、文化深度、音乐层次上做出细微调节，就能让同样的资源产生更具层次、更有呼吸感的艺术效果。

我相信，审美的提升不需要宏大的资金和高深的理论，而是在每一次排练、每一次设计、每一次演出中，主动给作品留出呼吸的空间。当我们在校园里把“留白”当成一种审美工具、把“民族元素”当成文化叙事，而不是单纯的装饰标签时，审美的“病”便会在细胞层面得到治愈。

我无意站在批评者的位置，去评判某一个作品、某一次活动的好坏。我真正想表达的是：审美的不问题不只体现在《望北京》上，而有可能体现在世界上、校园中各个角落——可能是班级，可能是社团，甚至可能是教师办公室。各位！当你为你光荣的班级设计班旗、为你所爱的社团绘制海报，当你为了“醒目”“吸睛”而用力堆砌、拼命热闹时，不妨停下来想一想：我们是不是正在以“夺人眼球”为名，牺牲掉本该有的克制、分寸与美感？多一分犹豫，多一分克制，审美，就已经在回来的路上。

参考文献

- 《审美降级已经来了，你和我都逃不掉》，观察者网，2022年4月。摘自文中关于资本推波助澜的分析 [2]。
- 《“审美降级”论：数媒时代文艺评论的困境与重构》，中国文艺评论网，2024年4月。关于数字逻辑对审美的影响 [4]。
- 《经典续作被群嘲，为什么现在的审美正在“断崖式降级”？》，三联生活周刊，2024年9月。短视频对注意力碎片化的阐述 [13][14]。
- 《2020年度人气色彩分析报告》，千通色彩管理，2021年1月。数据显示粉色占比44.2% [19]。
- 《2024年将不再流行鲜艳饱和色彩，取而代之的是“柔和pastel”》，Vogue Taiwan，2024年1月。关于色彩趋势转向柔和色系的论述 [23]。
- 《撞色巧思穿搭法则，鲜活吸睛，个性毫不违和》，搜狐，2026年1月。关于撞色的四大平衡要素及留白的意义 [8][9]。
- 《有一种中式美学，叫留白！》，腾讯新闻，2023年10月。阐释传统“留白”在中国画中的美学价值 [11]。
- “留白手法的设计风格：留白设计的艺术与哲学解析”，奇尚室内设计，2024年。实验数据显示留白提升阅读效率约20% [20]。