

作为媒介抵抗文化的数字极简主义

常 江

【摘要】由技术革命催生的数字媒体生态具有琐碎、过载和入侵性特征,并以其数据化和智能化的逻辑支配社会生活。数字极简主义作为一种文化抵抗的观念和实践体系应运而生,其倡导者主张通过消减过分盈余的媒介经验来重申人的意志对身体、关系和社会进程的主导权。在全球范围内,数字极简主义形成了新闻回避、数字戒断和慢传媒三种稳态的行动模式,却也因其作为美学思潮的历史基因和其倡导者的阶层局限性而体现出逃避主义的倾向。在科技资本主义的文化挪用效应下,数字极简主义运动加速商品化,通过将宏大系统性问题化约为微观身份政治话语的方式遮蔽数字技术革命所制造的新的不平等结构。不过,数字极简主义观念和实践体现出对人本主义价值的坚持,及其对更具干预意识和进步文化意图的媒介实践的启发,在以人类意志为中心的理想信息文明的建设中具有重要的认识论意义。

【关键词】数字媒体生态;数字极简主义;媒介文化;文化抵抗

【作者简介】常江,深圳大学传播学院教授,深圳大学媒体融合与国际传播研究中心研究员(深圳 518060)。

【原文出处】《南京社会科学》,2023.12.83~92

【基金项目】本文是国家社科基金重大项目“数字新闻学理论、方法与实践研究”(20&ZD318)、广东省普通高校创新团队项目“深圳大学数字媒体文化实验室”(2020WCXTD019)的阶段性成果。

人类社会的基本结构和生活方式从未像今天这样受到技术逻辑的全面重塑。截至2022年年底,全世界移动互联网用户已达50亿人,全球人口的60%是智能手机用户,人们日均花费在数字媒体使用上的时间达到4.8小时。^①在私人领域,数字媒体使用超越信息获取与分享的单一需求,成为一种日常化和情感性的行为模式,人类并因数字技术的丰富可供性而永远摆脱了信息与交往匮乏的历史,整个媒体生态在海量个性化的“另类”生产者的参与中呈现出众声喧哗的景象。^②在公共领域,我们见证了最初作为便利工具的社交媒体服务的基础设施化进程,平台通过与不同社会范畴建立广泛接口的方式,以自身的规则改造传统服务模式并创造新的社会关系,由是越来越多的公共活动都要依托平台生态施展并受限于特定的平台文化框架,这促使我们不断反思文化公共性在当下与科技资本主义之间难以分

割的关联。^③正是在这样由技术革命所驱动的剧烈的生态转型中,新的文化抵抗实践被孕育出来并参与对日常生活的意义的重塑。

一、基础框架:数字媒体生态的核心特征

我们将主要由数字技术的诞生、推广、普及和建制化所培育的媒介环境界定为数字媒体生态(digital media ecosystem)。它核心特征是:数字媒体技术作为“基本逻辑提供者”(the basic logic provider)为各类文化样态的出现创造条件并设定局限,而总体社会文化的健康与否则取决于掌握技术的人和组织在多大程度上确保技术的“可控”。简言之,数字媒体生态既是令当下一切媒介文化观念和实践成为可能的基本前提,也是不断对其表现和发展进行规训的核心约束机制。

作为一种新的历史条件和社会结构,数字媒体生态兼具解放性和压迫性,且两者如同硬币的两面

一般不可分离。一方面,数字媒体高度开放性和民主化的传播架构为个性的伸张创造了前所未有的巨大空间,甚至使个人得以拥有与现实生活完全平行乃至截然不同的数字生活,各种类型的趣缘群体、另类主义和亚文化因此得到繁荣发展,于总体上强化了人类社会的参差和多元。^④另一方面,数字媒体也在不断建制化(institutionalization)的过程中塑造新的权力结构,这种权力结构致力于宣扬早期互联网革命所鼓吹的科技乌托邦主义神话,以知识和公共服务的普惠之名不断将私人 and 公共生活数据化,力图实现平台对人类行为、情感和关系的全面控制,并通过将个体参与的力量转化为民粹主义的方式建立由高科技公司所主导的新的文化政治。^⑤

数字媒体生态既“多孔”(porous)又“过度延伸”(overreaching)的复杂特征为当下文化抵抗(cultural resistance)行为提供了新的框架,使一种建立在个体选择基础上的逃避主义(escapism)意识形态拥有了明确而积极的意涵。其中,最具代表性的即为数字极简主义(digital minimalism)——一种通过降低数字媒体使用频率与参与程度来表达对平台数据殖民的拒斥态度,并尝试在一定程度上“重建”前数字时代有机文化生活的媒介实践。本文即立足于数字媒体生态的普遍性语境,分析数字极简主义作为一种抵抗性行动方案的特征、潜能与限度,并基于文化生产的社会结构分析对其商品化蜕变过程进行反思,从而实现“数字时代的文化抵抗”这一宏观议题的批判性考察。本文期望通过这项研究为我们从技术和文化的互动规律出发理解人在数字时代的主体性困境做出理论贡献。

二、少即是多:数字极简主义的内涵

首先要说明的是,“极简主义”这个中文译法极易引发误解。从西语词根来看,minimal/minimus的释义更接近于汉语中的“减(少)”而非“简(单)”。在文化领域,极简主义主要被用于指涉兴起于20世纪六七十年代的一场文艺运动及其观念遗产,其要义是通过减少对繁复美学要素(包括词汇、装饰、功能模块等)的使用来为接受者更加积极的意义解读实践创造空间。因此,文化上的极简主义实际上是一种主张自觉减少形式要素以确保人的文化能动性成为

意义主要来源的审美意识形态。^⑥

数字极简主义是文化意义上的极简主义在数字媒体生态下的延伸和发展,其核心观点,如其主要倡导者美国乔治城大学教授卡尔·纽波特(Cal Newport)所言,就是“在人与数字工具的关系问题上,‘少’往往意味着‘多’”。^⑦在数字媒体文化研究的主流观点中,这一核心观点可以做两方面的理解:第一,从个人福祉(personal wellbeing)的角度看,由数字媒体生态下庞大的信息流所催生的信息过载(information overload)与情感极化(affective polarization)等失序现象,已经对人的身体和精神健康构成直接威胁,带来了焦虑、抑郁和极端状态的蔓延,^⑧从而显著影响到人在社会中的幸福感和成就感、破坏了人与社会之间的有机关系,因此个体应当通过有意识地减少媒介接触或抵制特定媒介经验的方式来追求一种更加健康和自洽的社会存在;^⑨第二,从社会发展(social development)的角度看,重复性、低质量的媒介信息和去深度、无中心的媒介经验业已对文化进步(cultural progress)事业构成严重的破坏,导致了机构权威衰落、民粹主义兴起、暴力话语肆虐等深层文化危机,昭示出传统媒介元伦理在规范层面的乏力,因此整个社会理论都有“义务”重新发掘极简主义哲学观念的建设性价值,用其引导数字媒体实践并探索一种更符合理性与公共性法则的社会变迁模式。^⑩

当然,我们不能简单地将数字极简主义理解为无差别地减少媒介使用和回避信息环境。在认识论层面,极简主义绝非否定一切的虚无主义,而是一种通过聚合有限的认知资源来追求实在意义(concrete meanings)的辩证法——即通过“做减法”来实现对生活经验的再中心化和再权威化。有研究者将数字极简主义实践视为人在一个加速的媒介生态中重申自身对节奏和控制的主导权的努力,这种努力在经验层面体现为有人有意识地建立自己获取媒介经验的认知优先级系统——即决定哪些经验被分配更多或更少的认知资源的标准体系——从而使自己对媒介经验的接受状况符合自身理解外部世界的基本认识论框架。^⑪而在关于最具代表性的数字极简主义实践——数字戒断——的讨论中,这种观念往往被解读为人在面对“持续连接性”的媒介环境时对正

在被技术神话所褫夺的“本真性”(authenticity)的重申,以及复建“与真实生活关联的”的文化经验的尝试。^⑩因此,将数字极简主义理解为一个有着明确意义和价值指向的文化政治概念而不仅仅是一种应激反应行为,对于我们准确理解其观念和行动体系有着至关重要的作用:与其说“做减法”反映了数字媒体用户的消极被动和逃避现实,不如说它揭示出了在激烈的信息轰炸和厚重的信息茧房面前个体选择的匮乏和个体抵抗的艰难。唯此,我们才能对数字极简主义在观念和实践上所取得的(尽管是有限的)成功做出公正的评判。

对数字极简主义做出严肃考察的紧迫性还体现在数字媒体生态在当下发展阶段中所体现出的强烈入侵性:媒介不仅被人采纳和使用,更介入人的行为、态度和社会关系,甚至逐渐支配了人的身体。这就使得对媒介经验的分级和消减在实质上成为捍卫人的主体性的必然之举。如微信这样的“超级应用”和苹果手机这样的“超级终端”不仅为用户提供多样的信息和生活服务,更不断消解私人生活与公共生活、家庭伦理和职场权力体系之间的界限,令人的行为持久处于“被观察和被记录”的状态之中;其平台亚生态则不断泛化为普遍性的社会规则体系,从而使最初作为“另类生活空间”的互联网逐渐演变成新的霸权结构。^⑪与此同时,在高度视听化和感官化的平台(如YouTube、抖音)崛起后,用户的身体也日益成为被媒介所侵占的对象,或被用来展示商品化的生活方式,或被改造为数码零工体系下的生产工具;^⑫媒介对身体的入侵并因主流短视频平台用户群体的低幼化而诱发严肃的伦理争议。^⑬因此,如何“做减法”就在理论和道德层面与如何摆脱机器逻辑的“殖民”、重申人对自身的存在以及精神生活的自主权的抗争联系了起来。这也是本文论述的核心主题。

三、身份仪式:数字极简主义的全球实践

尽管数字极简主义的概念近年来持续出现在学术文献和流行话语中,但鲜有研究对其在经验层面的特征做出详尽的归纳,大多数评论者主要将其作为一种网络潮流来看待。但实际上,至少在媒介文化理论的视野中,数字极简主义业已形成三种具有

稳态的行动模式:新闻回避、数字戒断、慢传媒。

(一)新闻回避

新闻回避(news avoidance)是媒体用户作为“信息受众”所展开的一项数字极简主义实践,它指的是受众对新闻内容有意识以及主动的忽视、逃避或拒绝行为。

在一般性媒介经验中,新闻作为“真相标识物”“历史的初稿”以及公共文化档案,长期拥有崇高的认识论地位。正因如此,日益普遍的新闻回避现象显然是新闻业在数字媒体生态下面临的一场深刻的存在危机,甚至是整个人类社会的深层认识论危机的一个表征。牛津大学路透新闻研究所发布的《2023年度数字新闻报告》显示,全球范围内有36%的媒体用户日常性地回避新闻,接近历史最高值,且没有任何迹象表明这一趋势会在可预见的将来出现逆转;这一比例在英美两国尤其高,均超过45%。^⑭在一项关于媒体用户选择回避新闻的具体原因的调查中,可以看出同质化信息轰炸带来的抵触情绪(43%)、数字媒体生态对自己的精神和心理影响(36%),以及用户在新闻接受经验中产生的无力感(16%)发挥了关键作用。^⑮因此,新闻回避者通过“拒绝承认”“重建认知优先级”“自我保护”等策略来实现对自己日常接受的新闻经验的掌控,是一种以看似消极的方式来践行特定意图的文化抵抗行为。^⑯

新闻回避的发生和流行与数字媒体生态下日益严重的信息过载现象密切相关。传统新闻生产机制的衰落导致把关体系的失效和专业评判标准的消解,制造了不同类型、品质和价值取向的信息“野蛮生长”的景象,带来了信息失序、舆论极化和普遍性的媒介疲乏问题,回避的文化遂“应运而生”。^⑰但与此同时,新闻回避的日趋普遍性也揭示出数字媒体生态的某些既存的结构性的偏见:在传统新闻专业标准式微之后,一套新的、更直接的文化资本体系成为了支配新闻经验的基础逻辑,其通过付费墙(paywall)、订阅制(subscription)和大量需要技术设备支持的样态创新来为新闻用户分层,通过为“品质”和“专注度”定价的方式区隔人群。其结果就是,那些具备相应经济条件和数字技能的用户得以独享高品质的新闻报道,而大量普通网民则不得不依赖平台渠道上

免费而低质的碎片化新闻获取关于社会的知识。正因如此,林戴尔(Johan Lindell)和巴奇(Else Mikkelsen Bage)才提示我们,要密切关注新闻回避现象中被忽视的社会阶层问题:新闻回避的本质,是数字媒体生态对文化资本的重新分配及其制造的新的不平等状况。^③2023年8月,《华盛顿邮报》的调查记者发现,那些选择以回避新闻来抵制入侵性媒体生态的人通常属于传统意义上的“非精英”和“无权者”(the less privileged),在无孔不入的碎片化信息的轰炸下,他们只能通过“做减法”来实现对自己日常媒介经验的部分掌控。^④

从很多方面看,对新闻以及新闻所代表的公共信息环境进行极简主义处理,是个体能够以最低成本对数字媒体生态做出的文化抵抗实践,这决定了对“回避”的行为和心理要素的考察应当成为我们分析数字时代个体与媒介环境之间关系的一个关键出发点。在文化的角度,我们既要新闻回避视为人基于其能动性对日益恶化的信息环境做出的自觉回应,也要看到这种看似消极的个体行动中包孕的阶层抵抗要素——它实际上是一种最微观、最本能的“非暴力不合作运动”。新闻回避的实践者通过有意识地消减新闻摄入的方式,来避免新的数字文化资本体系对自己媒介经验的“殖民”,从而追求一种更具自主性的信息主体身份。

(二)数字戒断

数字戒断(digital detox)是媒体用户作为“技术使用者”所开展的数字极简主义实践,是一种通过减少或中止数字媒体服务或数字通讯工具使用以降低自身对技术的依赖性的自律行为。

“戒断”一词的英文表述detox,本意是“排毒”或“脱瘾”,精确地传达了这种实践在身体和精神两个维度上的意涵:在身体上,通过自觉与数字媒体环境物理隔绝的方式,来减少对网络信息、舆论和流行情绪的卷入,从而追求更好的专注度(concentration);在精神上,不断反思并戒除对数字工具的心理依赖,以更具反思性的方式看待技术发展所带来的“红利”,追求某种不被“中介化”的满足感(satisfaction)。数字戒断运动最主要的倡导者丹麦心理学家斯万德·布林克曼(Svend Brinkmann)将其核心理念凝练为一句

吸引人的口号——JOMO(即“错失的快乐”,the joy of missing out)。这一方面与网络成瘾者所普遍表现出的FOMO(“错失的恐惧”,the fear of missing out)形成尖锐的修辞张力,^⑤另一方面也为这场运动设定了意识形态边界——在认同环境的基本合理性的前提下致力于对个体快感的追求。

因此,在欧美国家,数字戒断主要作为一场“精神运动”存在,有着丰富多样的具体形式,且大多明确表现出非对抗性。例如,数字戒断旅游(digital detox tourism)就在近年来被欧美中产阶级广泛推崇——这是一种主张旅游者到数字基础设施不发达国家或地区旅游以“强制”自己实现与互联网物理隔绝的主张——只有在断网的情况下,人们才能专注于自己的思考以及“真正的快乐”。国际知名旅游网站Retreat Guru根据用户评分选出了633个最适宜的数字戒断旅游目的地,包括坦桑尼亚的桑给巴尔岛(Zanzibar)、墨西哥的某热带雨林中心、哥斯达黎加的某个偏远省份,以及印度北部喜马拉雅山麓的小城里希盖什(Rishikesh)等。不过,这些旅游项目大多价格昂贵,单人5天的旅程通常需要花费3000美元左右。^⑥另一个著名的数字戒断项目则是总部位于美国纽约布鲁克林的“轻手机”(Light Phone)——这是一款仅能接打电话和收发短信、不能使用绝大多数媒体应用的手机,其设计和生产是通过一万多名支持者的网络众筹实现的。厂商的宣传话语体现出数字极简主义的精髓:“笨手机”(dumb phone,与smartphone相对)才是“真正尊重你(的自主性)的手机”,因为它以你的注意力为中心而从不让自己成为注意力的中心。^⑦尽管这款手机几乎没有任何智能化应用,但官网售价仍达到不含税299美元。^⑧

对流行的数字戒断话语的分析表明,这一“精神运动”具有鲜明的保守性——它的主要目标在于提升个体的幸福感以助益其追求更大世俗意义上的成功,而非对数字媒体生态的总体性批判与抵制。^⑨事实上,大量以数字戒断为名的社会行动都有或隐或显的商业背景,其对参与者的精神健康、人际关系、专注度和社会表现的影响目前仍没有定论且难以测量。^⑩更有批评者尖锐地指出,数字戒断的本质是一种有钱人中流行的“时尚减肥法”(fad diet),而“没有

普通人胆敢在大裁员的背景下……断联十天”。^②对于那些必须要依靠数字平台维生的数码零工(比如外卖骑手)而言,与生存工具“戒断”更是完全不可想象的。

因此,尽管从形式上看,数字戒断是一种个体尝试解除媒介依赖、追求真实感的意义生产活动,但其实践模式却体现出典型的“中产阶级性”(middle-classness)——在英国社会学家露易丝·阿尔彻(Louise Archer)看来,即作为一种“游弋于本真性和自命不凡之间的妥协性姿态”。^③数字戒断的这种阶层局限性决定了其践行者更倾向于在精神和环保主义的话语体系中寻找合法性依据,唯此方能避免直面那些令人不舒服的结构性问题。通过将“戒断”界定为一种追求精神福祉和“减少碳足迹”的活动,这一运动的倡导者在基础逻辑层面拒绝了对数字技术革命进行结构性审视。

(三)慢传媒

所谓慢传媒(slow media),是传统媒体从业者和专业人士从改良媒介专业主义的立场出发,在近年来掀起的一场数字极简主义运动,无论在媒体实践还是传播思想领域均产生了显著的影响力。其要义在于:通过自觉地降低媒体机构运转的效率和减少内容生产的数量的方式,来对抗数字媒体生态的“加速”异化,令传媒业重新成为大众“满足感、可持续性”与智慧”的来源。^④

三位德国媒体专业人士在其于2010年发布的《慢传媒宣言》(The Slow Media Manifesto)中,为这场运动设定了14条核心原则,它们基本反映了数字极简主义意识形态所发挥的主导性作用,包括:致力于产出高品质内容而非追求数量、推广“单任务”(monotasking)媒介实践并抵制碎片化的多线程媒介参与、明确反对媒体机构对信息时效性的极端追求,等等。^⑤从很多方面看,慢传媒都已经成为一种不容忽视的另类媒体发展潮流,并且对主流媒体机构的生产实践,尤其是调查性报道的复兴、非虚构写作的兴起,以及大型协同报道项目的创立等,发挥了促进作用。^⑥在经验层面,慢传媒运动所取得的最显著的成效,就是相当数量“慢新闻”(slow journalism)机构的创立与成功运营。这些新闻机构几乎完全采用数字

化的发行方式,却与一般意义上的网络出版模式背道而驰:它们大多表现为复古的新闻杂志而非网站或数字终端形式,往往以相当低的频率生产和发布内容,而且几乎全部依靠订阅费生存且不刊登广告。在内容生产上,慢新闻机构发展出了一种糅和了传统阐释性报道和“用户友好型”网络叙事的“杂合”(hybrid)文体,通常篇幅较长(超过5000单词),且不断在传统新闻专业的客观性视角和交流性的主观视角间灵活转换。

由英国广播公司(BBC)前记者于2010年创办的数字媒体《延迟满足》(Delayed Gratification)通常被视为慢传媒运动的“旗舰机构”,其标识性特色是每年仅发行四期,且仅刊登长篇阐释性和调查性报道,其口号是“总是最后一个报道突发新闻”(Last to Breaking News)。《延迟满足》依靠用户订阅费维系生存,收费标准是每年30英镑。^⑦在北欧地区,慢传媒机构与项目发展得最为繁荣,包括丹麦的《泽特兰》(Zetland)、芬兰的《长剧》(Long Play),等等。有研究表明,慢传媒运动在北欧国家的发展及其被社会民众广泛接受的现状,是这些国家的新闻业始终保持较高公信力的关键原因,^⑧这揭示出数字极简主义理念与传统媒介专业主义的结合可能产生的巨大变革潜力。在社会变迁的进程中,慢传媒的理念可以帮助人们破除对技术神话的迷信,并以一种更加“人类主体中心”的方式使用媒介,因此对于文化进步事业来说往往具有更加长远(long-term)的效应。^⑨

与新闻回避和数字戒断相比,慢传媒体现出了更加鲜明的专业主义价值指涉色彩:其倡导者大多拥有传统(精英)媒体从业者身份,其话语也折射出向传统媒介建制文化偏移的怀旧倾向。慢传媒取得的成就尽管被学术文献和传媒业内部广泛讨论,但在整个数字媒体生态下仍只能算是实验性运动,距离成为主流也还有极远的路程。尤其是,从经济模式上看,慢传媒其实与坚持订阅制的那些老牌传统媒体并没有不同之处,这表明慢传媒机构的生存方式与其秉持的“反对时间异化”的理念之间其实没有必然的联系——追求高品质内容和认知专注度的人仍然可以付费阅读《纽约时报》而不是等待每三个月一期的《延迟满足》。这就揭示出了慢传媒运动的一个

自相矛盾之处:其在消解了“时效性”的不可或缺性的同时,也显著地动摇了传媒业自身在社会中的认识论地位。

四、文化挪用:作为商品的数字极简主义

从信息接受、技术使用和媒介专业主义三个方面的代表性实践出发,我们得以归纳出数字极简主义作为一种抵抗性文化意识形态的三个核心特征。第一,数字极简主义首要是一种修正性的(reactionary)行动体系,其基本主张是对媒介经验中“过分盈余”(excess)的部分进行直接的消减以追求一种预想中的主体性和客观经验的平衡关系。无论对“过多”的新闻的回避,对“过度入侵”的数字工具的戒断,还是对“过快”的媒介生产的降速,都在某种程度上体现出了一种头痛医头、脚痛医脚的抵抗逻辑。第二,数字极简主义行动方案的实施建立在特定经济和文化资本体系之上,且这种行动无法、也无意于反对这一体系。数字极简主义实践的这一结构基础之所以如此牢固,在很大程度上是由数字媒体生态的高度渗透性(penetrative)特征决定的——当外部环境的力量弥散到令人无处可逃的程度,一切抵抗文化都只能在首先适应这种环境的基本规则的前提下以相当有限的方式进行。第三,数字极简主义存在理念与实践相脱离的倾向,至少在当下,在思想领域关于极简主义哲学的探讨和实践范畴展开的数字极简主义行动之间仅存在名义上的关联。在大多数时候,可观察的数字极简主义文化抵抗不过是借用了极简主义的话语资源为自身既有的价值目标背书而已——这固然不会损伤数字极简主义作为一种认识论的正当性,但却很容易将其在历史中形成的复杂观念与行动体系简化为一种逃避主义的行为艺术。上述三个核心特征在当下所产生的直接效应,就是科技资本主义对数字极简主义的挪用(appropriation)以及数字极简主义抵抗文化的商品化。

至少在当下的实践之中,各种类型的数字极简主义行动方案在本质上都是以新的媒介商品或商品化媒介经验来实现对旧商品或旧经验的替代,且人们所须付出的成本往往变得更高而非更低。例如,针对愈演愈烈的新闻回避现象,英国资深媒介理论

家和媒体从业者给出的一个核心建议是鼓励提供RSS(即信息聚合)服务的新闻产品的开发——RSS作为数字信息传播的一项早期技术被重新重视,仅仅因为它比平台推荐算法更加“不智能”,因此被假设能够给予用户更大的自主权,^⑧其本质仍是坚持数字新闻的产品化。至于数字戒断,如前文所述,在经过初始阶段的激进探索之后,几乎已完全成为一种被精心包装的、用于展示中产阶级理想生活方式的文化景观,在超出其阶层边界的群体看来与过去好莱坞电影和电视广告所兜售的梦幻没什么分别。^⑨例如,非营利组织“断线联盟”(Unplug Collaborative)在全球范围内推出的著名数字戒断项目“全球断线日”(Global Day of Unplugging),尽管提出了诸如“让不被技术控制的经验更有意义与更加普惠”这样的激动人心的口号,但其行动方案只是每年选定一天在若干大城市举行断网活动。拥有类似主张的机构和团体在欧美国家数量众多,其运营项目也大抵相似。但即使是这样仅具象征意义行动也很快被科技资本主义体系所吸纳——由美国犹太非营利组织“安息日宣言”(Sabbath Manifesto)发起的“全国断线日”就与著名约会软件Hinge展开了深度合作,后者在每一个“断线日”于纽约、洛杉矶、芝加哥、迈阿密等大城市举办大型线下相亲活动,并向当天选择关闭该软件“discover”(类似于微信的“摇一摇”)功能的用户发出邀请,据此推广其“梦幻约会”的理念。^⑩至于慢传媒,在媒介经济的视角下本身就是一种新的注意力经济(attention economy)形式,各种类型的慢传媒机构能够在短时间内兴起并实现发展,根源在于其表现出了将用户的专注度转化为可持续收益的潜能,这种潜能让高科技公司看到了新的传媒商业模式并乐于投资。^⑪

数字极简主义的商品化还体现在其实践者将这种理念塑造为一种“品位”(taste)的倾向。这一倾向部分源自极简主义作为一种审美意识形态的历史基因,但其更主要的当代症结则在于数字极简主义倡导者的阶层局限性,以及由这种局限性所导致的“维系现状”(pro-establishment)的集体价值选择。数字媒体生态因其“声色的厚度”而天然具有感官化特征,^⑫这种特征在很多时候被数字极简主义倡导者作

为一种身份标签加以利用,他们尝试为创新信息产品、新媒介使用行为和各种“另类”文化创衍活动中包孕的美学要素赋予进步性的涵义,并在此基础上将自身的文化抵抗意图风格化和圈层化。^④因此,修辞、形式、宏大叙事以及情感话语是几乎所有数字极简主义行动所普遍采用的策略,这些策略帮助行动者将数字极简主义装扮成一场以个体之力对抗庞大环境的崇高而悲壮的文化战争。但实际上,对于绝大多数参与者和旁观者来说,数字极简主义首要是一种中产阶级精神仪式而非具有普遍性价值的进步运动。对此,科技评论家杰弗里·塔克(Jeffrey Tucker)的观点是非常中肯的:真正令数字极简主义成为一种审美选择的是全球资本主义,我们之所以能够选择拥有更精简的媒介经验是因为存在着一套无比复杂的国际劳动分工体系。^⑤作为著名的自由意志主义者(libertarian),塔克做出这番评论显然不是为了批评全球资本主义,但他清楚地看到了不断推动数字极简主义的审美化转型以消解其意识形态性的支配性力量究竟是什么。在经验领域,至少数字戒断和慢传媒运动的参与者主体均为传统意义上的中产阶级或专业精英,他们将数字媒体生态的入侵性效应解释为自律能力欠佳或专业主义走偏的结果,并将拥有复杂历史与文化层次的极简主义意识形态“还原”为一种兼具优越感和排他性的“品位”,在根本上还是由于他们并非“入侵的媒介”的真正受害者。在这个意义上,数字媒体生态下的极简主义和网络民粹主义有着极为相似的本质:两者以通过将宏大系统问题化约为微观身份话语的方式,遮蔽数字技术革命所制造的新的不平等结构。

五、何以燎原:数字极简主义的潜能与局限

本文尽管以数字极简主义为考察对象,但论述的意图并不局限于数字极简主义本身,而在于触及其观念和实践体系中所折射出的当代数字媒体生态的一般性问题。质言之,数字技术革命之于文化进步事业如同双刃剑:它既在更大范围推动了资源和知识的普惠,塑造了在形式上更加扁平的社会关系网络;也通过构筑高度智能化的媒介环境不断挤压人参与社会进程的主体性空间,在社会心态和社会结构层面制造了一系列深层危机。在这一语境下,

数字极简主义作为一种抵抗文化意识形态的兴起有其历史必然性,它推动媒介行动者从个体自觉出发,以追求精神福祉和重建文化自主权为诉求,探索对高度琐碎、过载和入侵性的媒介生态予以修正或替代的行动方案,并通过一些富有成效的实践,为我们揭示出数字媒体生态既存的诸多结构性问题。然而,数字极简主义发展受到其倡导者的阶层属性的极大局限,其观念和实践之间始终存在关联性薄弱的问题,其源自历史的审美基因始终制约着真正意义上的抵抗文化的生发。因此,在全球科技资本主义的虹吸和挪用效应下,数字极简主义加速演变成一种被用于标榜品位的商品,或作为一种身份想象或姿态被浪漫化,或作为一种面向未来的经济模式被主流化,其抵抗的对象和目标反而变得更加面目模糊。

上述判断或许有些悲观,但实际上我们还是能够从数字极简主义的流变轨迹中看到人类主体性复归的希望,这种希望存在于为各个阶层——普通网络用户、中产阶级、传媒专业精英——所共享的人本主义价值信念之中。尽管我们可以在理论层面严肃审视数字极简主义的局限性,但事实上,愿意并勇于“逃避”媒介环境本身,在哪怕是极为有限的时空条件下积极获取不为技术所中介化的生活经验并坚持从自身作为人的需求出发对这些经验做出评判,已经是人类行为模式的重大突破。这种行为模式所承载的以人的自主意志为中心的价值要素,在一个不断趋向人机系统性整合的信息文明中,有着不可替代的认识论意义。^⑥在这个意义上,数字极简主义的历史价值或许恰恰源于其象征性色彩,它的存在确保人本主义的仪式得以在既存的媒介生态下被反复践行。

与此同时,我们也要看到那些更具现实干预意识和进步文化意图的媒介传播实践,比如介入性新闻(engaged journalism)和开源运动(open source movement)等,其实也直接或间接地从数字极简主义认识论中汲取了观念资源——这些实践大多主张媒介用户以自觉的文化、情感或关系需求为基础,主动参与对媒体生态的塑造。^⑦因此,从观念进化的视角出发,与其将数字极简主义视为一种“完成态”的媒介抵抗文

化样式,不如将其看作在数字时代重建意义、信任和权威的宏大文化议程的一个阶段或一种方法。它的发展或许因种种结构性局限而难以实现自洽,但正如安东尼奥·葛兰西(Antonio Gramsci)所指出的,一切旨在抵抗文化霸权的实践都应被视为“建设性的意志活动”(a constructive act of the will),它们只要形成了某种稳定的实践机制,就会作为“历史的蓄水池”(historical reservoir)永远地存留于媒介环境中,^⑤成为后来那些更纯粹、也更具进步性的文化实践的参照物。

当然,我们也不能忽视数字媒体生态持续演化和自我修补的能力——这种能力不断对人的自主意志构成新的挑战。2023年9月23日,拥有132年历史的老牌报纸《西雅图时报》(The Seattle Times)刊登了其历史上第一篇由人工智能(AI)撰写的社论。在这篇社论中,AI机器人动情地说:新闻业要拥有人情味,因此人类记者的角色永远不该由机器人来替代。这一带有浓烈荒诞色彩的媒介事件精准地揭示出数字媒体生态在智能化方向上进化的惊人速度:AI不但可以拥有人类难以企及的理智和判断,而且也完全可以展现出曾被认为专属于人类的同理心和情感,而这一些都在极短的时间内发生。这提醒我们,对于数字媒体生态的观察一定要超越功能层面,认清每一个技术发展的“关键事件”所隐喻的结构性震荡。^⑥数字极简主义的初始行动逻辑是“消减”,这或许是因为技术的颗粒度尚且粗疏、仍为隐遁性的文化活动预留了充分的空间;可若有一天我们骤然发现智能化的媒介应用已完全侵占了我们所能选择的所有生活场景——一如《黑镜》的很多集所描摹的那个世界一般——我们又将向哪回避、如何戒断呢?再耀眼的星星之火,也无法在寸草不生的大地上燎原。唯有时刻对技术乌托邦主义的神话投以审慎和怀疑的目光,且坚持将全人类视为真正意义上的命运共同体,我们才有希望再建立起一个以人为本的信息文明。

注释:

① Mobile Internet Usage Worldwide: Statistics & Facts, <https://www.statista.com/topics/779/mobile-internet/#topicOverview>.

② Anderson, C. W., Practice, Interpretation, and Meaning in Today's Digital Media Ecosystem, *Journalism & Mass Communication Quarterly*, 2020, 97(2), pp. 342-359.

③ Plantin, J., & Punathambekar, A., Digital Media Infrastructures: Pipes, Platforms, and Politics, *Media, Culture & Society*, 2019, 41(2), pp. 163-174.

④ Bennett, W. L., & Segerberg, A., The Logic of Connective Action: Digital Media and the Personalization of Contentious Politics, New York: Cambridge University Press, 2013.

⑤ Boyer, R., Platform Capitalism: A Socio-economic Analysis, *Socio-Economic Review*, 2022, 20(4), pp. 1857-1879.

⑥ Clark, R., American Literary Minimalism, Tuscaloosa, Alabama: The University of Alabama Press, 2014, p. 17.

⑦ Newport, C., Digital Minimalism: Choosing a Focused Life in a Noisy World, New York: Penguin, 2019, p. 15.

⑧ 杨洸、邹艳雪:《数字媒体与情感极化:表征、成因与对策》,《新闻界》2023年第9期。

⑨ Sherman, R., & Cohn, T., Embracing Digital Minimalism: Reduce Technology Use to Reduce Anxiety and Increase Productivity, *American Nurse Journal*, 2020. 15. 10.

⑩ Aylsworth, T., & Castro, C., Is There a Duty to be a Digital Minimalist? *Journal of Applied Philosophy*, 2021, 38(4), pp. 662-673.

⑪ Elliot, L., Reclaiming Rhythm and Control: Practicing Digital Minimalism in a Speeding Society, <https://www.diva-portal.org/smash/get/diva2:1782904/FULLTEXT01.pdf>.

⑫ Syvertsen, T., & Enli, G., Digital Detox: Media Resistance and the Promise of Authenticity, *Convergence*, 2020, 26(5-6), pp. 1269-1283.

⑬ Huang, Y., & Miao, W. Re-domesticating Social Media When It Becomes Disruptive: Evidence from China's "Super App" WeChat, *Mobile Media & Communication*, 2021, 9(2), pp. 177-194.

⑭ Kaur-Gill, S., The Cultural Customization of TikTok: Subaltern Migrant Workers and Their Digital Cultures, *Media International Australia*, 2023, 186(1), pp. 29-47.

⑮ Soriano-Ayala, E., Diaz, M., & Cala, V., TikTok and Child Hypersexualization: Analysis of Videos and Narratives of Minors, *American Journal of Sexuality Education*, 2023, 18(2), pp. 210-230.

⑯ Reuters Institute Digital News Report 2023, https://reuters-institute.politics.ox.ac.uk/sites/default/files/2023-06/Digital_News_Report_2023.pdf.

- ①⑦ Reasons for Avoiding News Worldwide as of February 2022, <https://www.statista.com/statistics/718610/news-avoidance-reasons/>.
- ①⑧常江、李思雪:《数字媒体生态下的新闻回避:内涵、逻辑与应对策略》,《南京社会科学》2022年第9期。
- ①⑨田浩:《从情感卷入到信任调适:新闻回避的日常文化解析》,《中国出版》2023年第14期。
- ②⑩Lindell, J., & Bage, E., Disconnecting from Digital News: News Avoidance and the Ignored Role of Social Class, *Journalism*, 2023, 24(9), pp. 1980-1997.
- ②⑪Farhi, P., Do You Avoid the News? You're in Growing Company, *The Washington Post*, Published on 2023-08-01, <https://www.washingtonpost.com/media/2023/08/01/news-avoid-depressing/>.
- ②⑫Brinkmann, S., *The Joy of Missing Out: The Art of Self Restraint in an Age of Excess*, New York: Polity, 2019.
- ②⑬Highly Rated Digital Detox Retreats, <https://retreat.guru/be/digital-detox-retreats>.
- ②⑭Herman, J., Is a Dumber Phone a Better Phone? *The New York Times*, Published on 2018-05-16, <https://www.nytimes.com/2018/05/16/magazine/is-a-dumber-phone-a-better-phone.html>.
- ②⑮参见轻手机官方网站: <https://www.thelightphone.com/>。
- ②⑯常江:《当“断联”成为奢侈品:数字戒断的媒介文化想象》,《西南民族大学学报(人文社会科学版)》2023年第9期。
- ②⑰Radtko, T., Apel, T., et al., Digital Detox: An Effective Solution in the Smartphone Era? A Systematic Literature Review, *Mobile Media & Communication*, 2022, 10(2), pp. 190-215.
- ②⑱Carmichael, S., Digital Detox is a Fantasy, Do This Instead, *The Washington Post*, Published on 2023-02-23, https://www.washingtonpost.com/business/digital-detox-is-a-fantasy-do-this-instead/2023/02/23/01100862-b378-11ed-94a0-512954d75716_story.html.
- ②⑲Archer, L., "Between Authenticity and Pretension:" Parents', Pupils' and Young Professionals' Negotiations of Minority Ethnic Middle-class Identity, *The Sociological Review*, 2012, 60(1), pp. 129-148.
- ③⑰Rauch, J., *Slow Media: Why "Slow" is Satisfying, Sustainable, and Smart*, New York: Oxford University Press, 2018.
- ③⑱The Slow Media Manifesto, <https://en.slow-media.net/manifesto>.
- ③⑲黄文森:《创新行动:数字新闻样态的兴起、扩散与主流化》,《新闻与写作》2023年第7期。
- ③⑳参见《延迟满足》官方网站: <https://www.slow-journalism.com/>。
- ④⑰Villi, M., Aharoni, T., et al., Taking a Break from News: A Five-nation Study of News Avoidance in the Digital Era, *Digital Journalism*, 2022, 10(1), pp. 148-164.
- ④⑱Barranquero, A., & Barbas, A., The Slow Media Activism of the Spanish Pensioners' Movement: Imaginaries, Ecologies, and Practices, *International Journal of Communication*, 2022, 16, pp. 1990-2014.
- ④⑳Granger, J., Countering News Avoidance: Focus on Relevance and Value, *Journalism.co.uk*, Published on 2023-05-23, <https://www.journalism.co.uk/news/countering-news-avoidance-focus-on-relevance-and-value/s2/a1038053/>.
- ④㉑Fagan, C., Minimalism: Another Boring Product Wealthy People Can Buy, *The Guardian*, Published on 2017-03-04, <https://www.theguardian.com/lifeandstyle/2017/mar/04/minimalism-conspicuous-consumption-class>.
- ④㉒Godlewski, N., What's National Day of Unplugging? Why is "Discover" Missing from Hinge Account? *Newsweek*, Published on 2019-03-01, <https://www.newsweek.com/national-unplugging-day-hinge-discover-gone-meaning-1345071>.
- ④㉓Dowling, D., The Business of Slow Journalism: Deep Storytelling's Alternative Economies, *Digital Journalism*, 2016, 4(4), pp. 530-546.
- ④㉔王晓培:《声色的厚度:数字新闻的感官化实践探析》,《新闻界》2023年第7期。
- ④㉕何天平:《可视化、沉浸化与游戏化:数字新闻美学的实践逻辑》,《江西师范大学学报(哲学社会科学版)》2023年第1期。
- ④㉖Tucker, J., Global Capitalism Makes Your Hipster Minimalism Possible, *American Institute for Economic Research*, Published on 2019-06-27, <https://www.aier.org/article/global-capitalism-makes-your-hipster-minimalism-possible/>.
- ④㉗宋美杰、刘云:《智能新物种崛起与人机传播模式重构》,《福建师范大学学报(哲学社会科学版)》2023年第5期。
- ④㉘田浩:《以亲密关系重塑公共生活:介入性新闻的观念、实践及创新限度》,《新闻界》2023年第8期。
- ④㉙Gramsci, A., *Selections from the Prison Notebooks of Antonio Gramsci*, London: Lawrence and Wishart, 1971, pp. 174-175.
- ④㉚陈昌凤:《生成式人工智能与新闻传播:实务赋能、理念挑战与角色重塑》,《新闻界》2023年第6期。