

我们与语言之间的裂缝

——诊断篇：当语言开始逃逸

作者：Heisenberg | 2026 年 10 月 1 日 | 语言 · 媒介 · 教育 | 阅读约 40 分钟

导读：从短视频的滑动上头到公众号的情绪套利，从直播间的语言退化到人际沟通的防御化——六层解剖，追踪当代中文里正在发生的三重逃逸：标签化、暗语化、均值化。

目录

开篇：饱和时代的悖论

第一章 · 从表达到表演：共鸣工厂与情绪套利

第二章 · 直播语言：全功能退化

第三章 · 人际语言的瓦解：表达变成防御

第四章 · 语言逃逸三重奏：标签化、暗语化、均值化

第五章 · 语言的结构隐喻：世界观的传送带

第六章 · 语文教育的缺失与沉默

结语：语言的临界点

参考文献

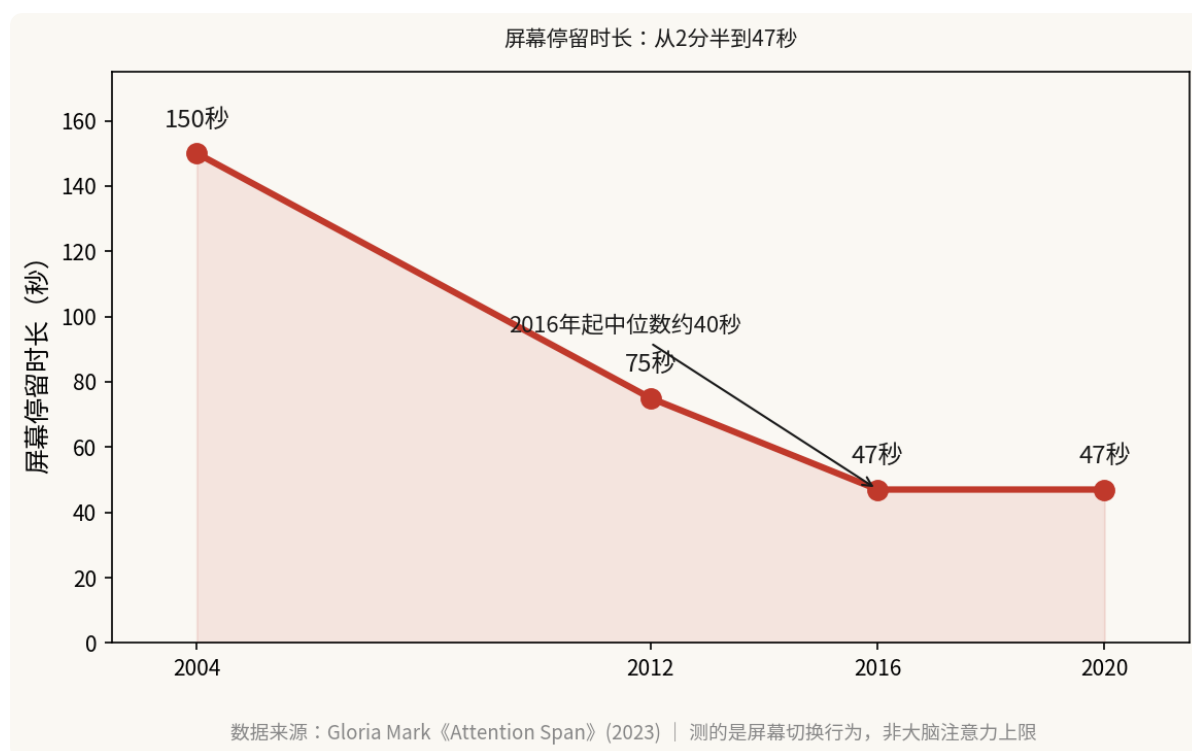
开篇：饱和时代的悖论

我们生活在一个语言极度饱和、表达几近泛滥的时代。每个人都在说话，每个平台都在产出内容。打开手机，信息扑面而来；进入社交平台，评论区滚动如海。但如果我们仔细倾听这些语言，会发现一个令人困惑的现象：**我们说得越多，理解却越少；表达越广泛，信任却越稀薄。**

这是一个语言高度活跃却沟通极度匮乏的时代。

1971 年，信息论学者 Herbert Simon 写下一句判语："a wealth of information creates a poverty of attention"——**信息的丰裕造成注意力的贫困**。半个世纪后，数据替他兑现了这

句话。中国互联网络信息中心第 57 次报告：网民规模 11.25 亿，普及率 80.1%；其中生成式 AI 用户 6.02 亿——每两个网民，就有一个在用 AI 写作、AI 聊天。Gloria Mark 在《Attention Span》（2023）中记录：人们在屏幕前的平均停留时长，从 2004 年的约 2.5 分钟，跌到 2012 年的 75 秒，2016 年之后稳定在 47 秒左右（中位数 40 秒）。（注：Mark 测的是屏幕切换行为，不是大脑注意力的生理上限；她本人强调这是可逆的行为与环境问题。）



屏幕停留时长：从 2 分半到 47 秒 —— 数据来源：Gloria Mark 《Attention Span》(2023) | 测的是屏幕切换行为，非大脑注意力上限

滑动的手指，过载的大脑

如果说上面这些还是"内容"层面的病变，短剧和短视频带来的伤害更底层：**它们不只改变你看到什么，还改变你"看"这个动作本身。**

"电子榨菜"——约 2021–2022 年流行起来的词，指吃饭时看的下饭短视频。《解放日报》2022 年的报道描述了它的消费形态："不到 1 分钟就要选下一个视频"。连"看"这个动作，都被切碎成了一分钟的榨菜丁。

数字是本土的。中国网络视听节目服务协会《中国网络视听发展研究报告（2026）》

（2026 年 4 月发布，数据截至 2025 年 12 月，经《光明日报》报道转引）：网络视听用户 10.99 亿，**人均单日使用 201 分钟**——每天 3 小时 21 分钟；其中**微短剧用户人均单日 129 分钟（2 小时 9 分钟）**，同比增长 28.4%，超过长视频，居视听细分应用第二位，仅次于短

视频。短视频用户规模 10.74 亿（据媒体转引同报告）。另据行业机构估算，2024 年微短剧市场规模约 504.4 亿元，同比增长 34.9%，**首次超过内地电影全年票房**（《瞭望》新闻周刊 2025 年 1 月报道转引；估算值，非官方统计）。

QuestMobile 的监测更直白：2026 年 7 月，抖音一个 App 拿走中国移动互联网 Top50 应用总时长的 19.4%，首次超过微信的 18.8%；字节系五款应用合计 40.9%（野村证券援引 QuestMobile，经钛媒体、新浪财经转述；分母为头部应用总时长，非全网时长）。另据自媒体转引 QuestMobile 2025 年 10 月数据：00 后月人均手机使用 217.6 小时（日均 7.25 小时），其中约 37.1% 在刷视频——日均约 2.7 小时（口径待考，仅作趋势引用）。



滑动时代的三组硬数字 —— 数据：中国网络视听节目服务协会《中国网络视听发展研究报告(2026)》（经媒体报道转引）；市场规模据行业机构估算（《瞭望》2025-01转引）

数字背后是一套被精心设计的机制。无限滚动的发明者 Aza Raskin，在 2026 年接受《The Times》专访时说："incentives eat intentions"——**激励机制会吞噬意图**。他自述："即使身为发明者，我清楚地知道无限滚动的原理，我还是会在朋友聚餐时躲进洗手间刷手机，停不下来。"在 Texas Public Radio 的播客专访里，他用酒杯作喻：在家喝酒你能看到还剩多少，但无限滚动是"**酒杯永远是满的，你永远不知道喝了多少**"。（注：其创办的 Center for Humane Technology 称无限滚动使使用时长约增至三倍——为其机构研究结论，非独立同行评审。）

Nir Eyal 在《Hooked》（2014）里把这套机制拆成四步：触发→行动→多变的酬赏→投入。翻译一下：**无限下滑 + 永远不知道下一条是什么 = 口袋里的老虎机**。理论根子是 Skinner 的可变比率强化程序——教科书级结论：奖励越不可预测，行为越难消退。

而"上头是设计出来的"这一点，官方文件早就白纸黑字。2022 年 1 月，国家网信办等四部门《互联网信息服务算法推荐管理规定》明令：算法推荐服务提供者"不得设置诱导用户沉迷、过度消费等违反法律法规或者违背伦理道德的算法模型"。2026 年 9 月 1 日，国家广播电视总局《微短剧发展管理办法》（总局令第 16 号）施行，把微短剧的分类分层审核推到最严级别。时间线很清楚：**2022 年定性，2026 年加码**。

认知科学给"停不下来"补上了机制注脚。Sophie Leroy 在 2009 年《组织行为与人类决策过程》上提出"**注意力残留**"：从任务 A 切换到任务 B 时，注意力的一部分会残留在 A 上——切换越快、边界越模糊，残留越严重。Stephen Monsell 在 2003 年《认知科学趋势》的综述里确认：**切换从来不是免费的**，必伴随反应时与错误率上升的切换成本。（注：均为实验室研究，作机制类比与理论支撑，不直接推断刷视频的量级。）王丽霞、黄贻苏（2026）在《心理学进展》上报告：问题性短视频使用与注意控制显著负相关（ $r=-0.47$ ， $N=486$ ）——横断面相关，非因果。

每一条视频都是一个未完成的任务，每一次下滑都是一次注意力残留。**无限滑动把一次次有成本的切换，包装成了"零成本的快乐"**。

机制之上，是内容的公式化。《北京晚报》2025 年 8 月对爆款微短剧编剧的调查，记录了行业的"黄金公式"："冲突—行动—反转—爽点"循环往复，"埋雷、虐点、破局、糖点"四元素配齐，两三集一个回合。编剧自述："这也不是我们定的，是大数据在说话。"行业里还有"扒本""一本多拍"——同一剧本多方翻拍。这不是批评家的修辞，是生产线自己的供认：**不是人在写剧，是数据在写人**。更深一层：**当语言的首要功能从"说真"变成"让人爽"，真值条件就被快感条件取代了**。一个句子好不好，不再取决于它对不对，而取决于它爽不爽——这不是修辞的升级，是语言哲学的罢免。（观点论述，非实证结论）

《法治日报》2024 年的报道补上了消费端："每集只有一两分钟的微短剧，用简单粗暴的逆袭复仇'轰炸'观众"；付费卡点掐在"观众情绪达到顶峰"的时刻——"看后甚至怀疑'自己的智商'"，但手还是停不下来。生产端用公式，消费端被公式驯化。

说白了，这是第一章"共鸣工厂"的视频版：公众号把情绪做成产品线，短剧把情绪做成了流水线。只不过这一次，连"写"这个动作都被外包给了数据。

而且这条流水线已经出海。ReelShort 2024 年 1-9 月净流水 1.4 亿美元，同比增长 688%（据信达证券研报转引 Sensor Tower 数据；预估值，不含第三方安卓市场）；海外短剧应

用内购收入从 2023 年不足 1 亿美元，激增至 2024 年 15 亿美元（行业报道）。中国网文套路（赘婿 / 战神 / 狼人）配上美国付费习惯，一年近七倍增长——**共鸣工厂不是中国特产，是人类通病；公式化的爽感，是全球通货。**

防线呢？游戏防沉迷的墙是立起来了：中国音数协游戏工委与伽马数据《2025 中国游戏产业未成年人保护进展报告》显示，**71.0% 未成年人每周游戏时长在 3 小时以内**，且连续 4 年稳定。但短视频这面墙还没砌起来：共青团中央与 CNNIC 的《青少年发展蓝皮书》（2026 年 9 月）显示，**64.2% 受访未成年网民坦言对短视频缺乏自控力**。（注：两套不同调查，不可直接换算；游戏端数据为行业协会报告。）

回到语言。滑动上头对语言的伤害有三层：

第一层，注意力碎片杀死深阅读。语言需要连贯的意识流，而无限滑动把意识切成了永远带残留的碎片——长句、复句、需要忍耐的论证，在这种意识状态里天然处于劣势。论证见第四章，此处不赘。

第二层，短剧台词的公式化。当"冲突—行动—反转—爽点"成为唯一的语法，对话就只剩打脸和反转：人物不再说话，是公式在说话；台词不再表达，是爽点在表达。

第三层，滑动训练出一种新的不耐烦：无法忍受超过 3 秒的句子。手指学会了滑动，拇指学会了投票——划走就是差评，停留就是点赞。语言在这种机制里，失去了被读完的机会：一个句子如果不能在 3 秒内交付刺激，它就不配存在。

三层合在一起：**大脑过载的终点，是语言失去被完整接收的权利。**不是人们不想读长句子，是手指已经替大脑做了决定。

这里埋着一个四十年前就写好的预言。1982 年，Walter Ong 在《Orality and Literacy》（《口语文化与书面文化》）中提出：电话、广播、电视等电子技术，正把人类带入"**次生口语文化**"（secondary orality）——一种酷似原生口语、又永久建立在文字之上的新口语。他列出的四特征——"**参与感的神秘性、共同体意识、对当下的专注、套语**"——在短剧与直播间里全中：赘婿体、战神体正是他说的 use of formulas（套语）；直播间里"家人们"的齐声应答，是 participatory mystique（参与感的神秘性）。而他写下的那句判语——"**We plan our happenings carefully to be sure that they are thoroughly spontaneous**"（**我们精心策划各种"事件"，以确保它们彻底地自发**）——简直是为摆拍短剧和直播剧本量身定做的判语。（注：Ong 的理论对象是广播电视时代，用于短视频属理论迁移；但从广播研究到 4chan 研究，传播学者一直在用它分析数字媒介——arXiv 2024 年一篇方法论文梳理了这条文献谱系。）

论点可以推得更远：短视频 + 直播 + 弹幕，正在把语言从文字符号拉回"声音 + 表情 + 即时反应"——**一场"第二次口语化"**。既像又不像原生口语（Ong 原话："both remarkably like and remarkably unlike"）：像的是即时、套语、围观；不像的是，每一句"自发"背后都站着数据和剧本。Sauerberg 甚至造了个词叫"古登堡括号"：印刷术主导的五百年，只是口语长河中的一个括号——**而数字时代，正在合上它。**

语言没有消失。**语言在逃逸——逃离经验、逃离真实、逃离理解。**

这一篇是诊断篇。诊断分六层，由外而内：公共空间的表演化、人际关系的防御化、个体表达的逃逸——而逃逸有三种形态：**标签化**（主动放弃精确）、**审查暗语化**（被迫放弃直接）、**AI 均值化**（把表达外包给机器）。再往下，是语言深层的结构编码；最后，是本该守夜的教育制度的缺席。

而这一切，与我们接受的语文教育，有着直接而深刻的关联。

第一章 · 从表达到表演：共鸣工厂与情绪套利

我们先从当下最具现实影响力的语言媒介谈起：公众号文章。

公众号写作，尤其是中腰部"内容创业者"的通行文风，早已演化成一种"算法式的情绪写作系统"。它的写作不是基于思想，而是基于情绪分发结构——迎合、放大、再分配。每一篇爆款文章都像一份情绪工程手册，精准地操纵"共鸣肌肉"：

以"你是否也有这样的时刻"为引子，用第一人称的伪倾诉语气营造亲密感；中段安排对比鲜明的故事结构——"A 忍辱负重，B 当机立断"，把复杂的人性压缩进模板化命运；接着辅"我太懂你""成年人好难"式的心理勾连语言，形成情绪认领；最后落脚到一两句清醒包装下的"虚拟和解"——"愿你我都能在世界里找到自己的温柔"。

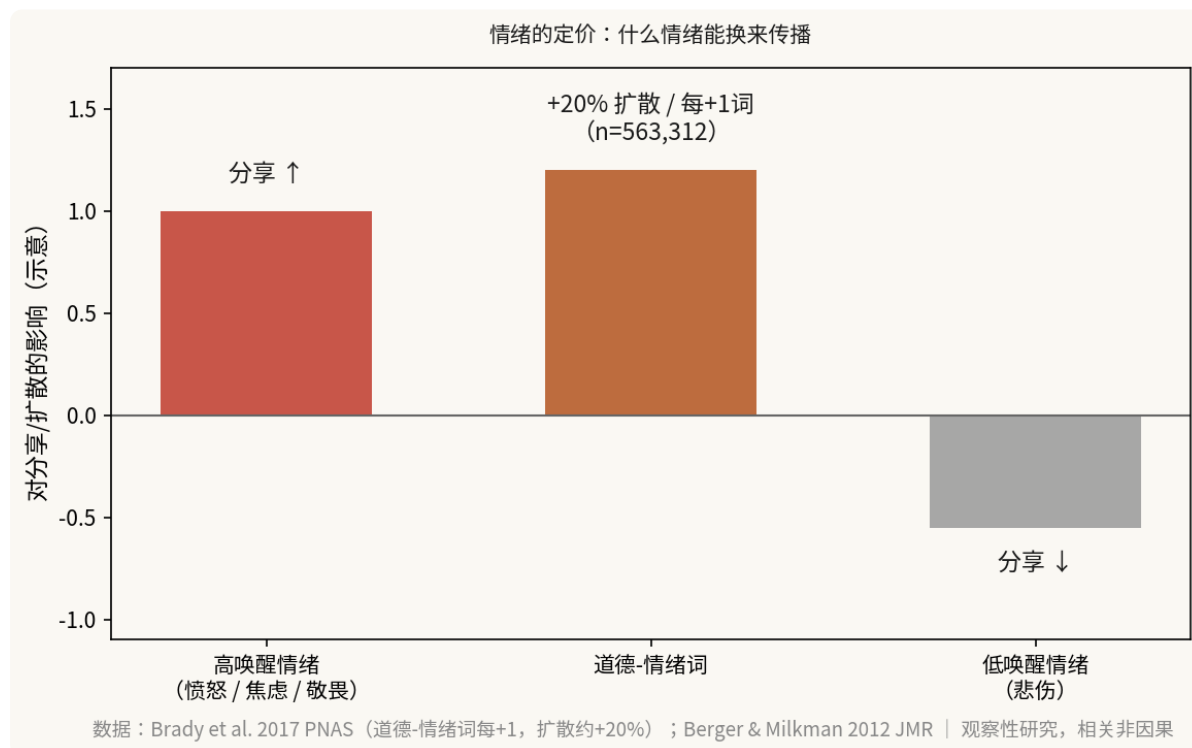
这些句子从头到尾都可以被替换。它们的**"成功"不在于内容新颖，而在于格式精准**。说得不是生活，而是语言里的情绪产品线。这是一种"可批量共情"的语言，制造的不是理解，而是一种"你被懂了"的幻觉。

这种写作，不是沟通，而是情绪套利。说话的目的不再是呈现一个世界，而是完成一场内容转化。公众号写作在内容产业逻辑下，已全面市场化为**"共鸣工厂"**。语言的功能不是表达思想，而是包装感受、操控情绪、吸引点击、博取转发。

好消息是：这套机制现在有了可量化的证据。2017 年，Brady 等人在《美国国家科学院院刊》（PNAS）上发表了一项覆盖 563,312 条社交媒体信息的研究：在枪支管制、气候变化、同性婚姻三个极化议题上，**每多一个道德-情绪词，信息的扩散增加约 20%。**（注：观

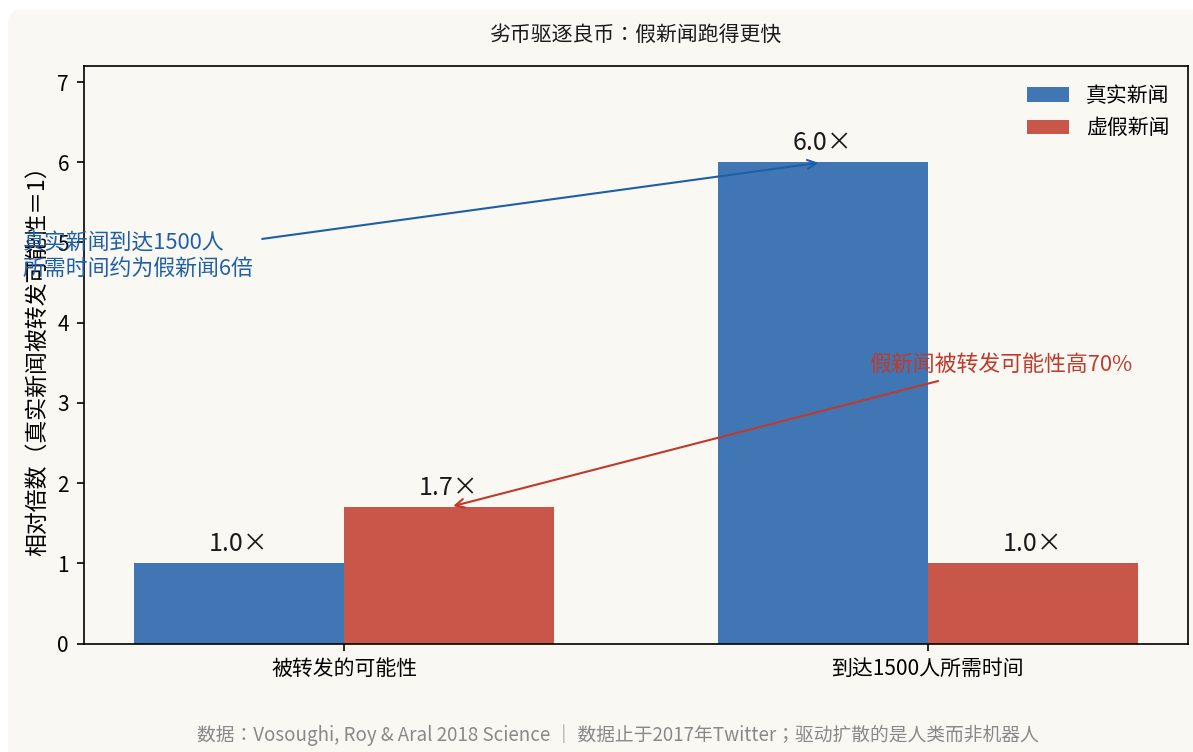
察性大数据研究，相关非因果；样本限于 Twitter 上的三个美国政治议题。）更早的 2012 年，Jonah Berger 与 Katherine Milkman 在《营销研究杂志》上的经典论文指出：高唤醒情绪——敬畏、愤怒、焦虑——促进分享，而低唤醒的悲伤则抑制分享。

翻译成大白话：**愤怒比悲伤更值钱。**"情绪套利"从此不再是一个比喻，而是一套可量化的传播机制。



情绪的定价：高唤醒情绪驱动扩散 —— 数据来源：Brady et al. 2017 PNAS (道德-情绪词每+1，扩散约+20%) ; Berger & Milkman 2012 JMR | 均为观察性研究，相关非因果

而 MIT 的 Vosoughi、Roy 与 Aral 在 2018 年《科学》(Science) 上发表的研究，把这套机制推向了更黑暗的结论。他们分析了 2006–2017 年约 12.6 万条经核实的真假新闻：**虚假信息的被转发可能性比真实新闻高 70%，真实新闻到达 1500 人所需的时间约为虚假新闻的 6 倍。**而驱动这一切的不是机器人——机器人加速真假新闻的速率相同，**是人类自己选择了转发假新闻。**（注：数据止于 2017 年的 Twitter；"新颖性"是作者推测的机制，非因果证明。）



劣币驱逐良币：真假新闻的扩散对比 —— 数据来源：Vosoughi, Roy & Aral 2018 Science | 数据止于 2017 年 Twitter，约 12.6 万条新闻

劣币驱逐良币，在信息扩散层面有了实证对应。公共语言的劣化不是偶然，是机制筛选的结果。

更令人深思的是，这种语言机制早已超越情感类写作，甚至在原本被认为"应保持理性"的领域也迅速蔓延。最典型的例子莫过于深圳卫健委的公众号，其文风一度被称为"官媒的清流"："今天我很 emo，连病毒也 emo 了""别再说'我养你'，你先把 HPV 疫苗打了"。这现象本身并非全然可斥——语言可以幽默，信息可以具温度，传播当然需要"形式的亲近"。

但问题在于：当"幽默""好玩""轻松"成为语言的第一目标，而非信息准确、观点严肃、立场清晰时，一种语言伦理的滑坡就悄然发生了。疫苗知识、医学知识的结构复杂性，在"轻松科普"中常常被压缩为"段子 + 金句 + 行为号召"。我们想让大家理解科学，用的却是远离理解本质的语言模型。

还有一个反向注脚。心理学家 Green 与 Brock 在 2000 年《人格与社会心理学杂志》上提出"叙事传输"理论：读者越沉浸于故事世界，越容易接受故事隐含的信念——且标注故事为事实或虚构，**不影响**这种效果。（注：实验室小样本实验，测的是即时信念变化。）公众号的"A 忍辱负重、B 当机立断"模板，正是对这套机制的精准利用——只不过服务于转化，而非理解。同一套心理机制，可以用来启蒙，也可以用来说服你下单。

情绪是可以被定价的。愤怒值钱，悲伤不值钱；敬畏值钱，复杂不值钱。当表达变成一门生意，真话就成了最没性价比的商品。共鸣工厂不生产理解，它生产"你被理解了"的幻觉——而幻觉，是可以批量制造的。

—— Heisenberg

第二章 · 直播语言：全功能退化

如果说短剧管的是"看"的上瘾，直播管的就是"买"的冲动——同一枚硬币的另一面。

直播间的语言，是一种**"全功能退化语言"**：不叙述、不判断、不解释，只做一件事——激活注意力和冲动。"家人们，扣个 1，准备冲！""我不讲价了，这个价格给我冲就完了！"**语言被极度简化，只剩下命令、赞叹、急促的情绪指令**。它将人从"使用语言的理性者"瞬间转化为"接受指令的冲动动物"。

这套话术为什么有效？2025 年一项针对 Shopee Live 观众的研究给出了解释：主播的品牌刺激对冲动购买**没有显著的直接效应**——必须经由"拟社会互动"（观众对主播的单向情感联结）**完全中介**，才能把"看"变成"买"。韩国一项针对美妆直播消费者的研究指向同一机制：拟社会互动降低决策复杂度、提高感知信息量，直接促进冲动购买。（注：前者为印尼样本 n=140 的横截面问卷，后者为韩国女性美妆消费者样本；均为自陈数据，外推需谨慎。）

翻译一下：**命令式语言 + 拟社会关系 = 绕过理性审查的购买指令**。"家人"这个称呼不是礼貌，是战术——用亲密关系的外衣，豁免推销语言本该接受的质疑。

这才是语言最值得警惕的变形：它从"表达自己"异化为**"操控他人"**——而这种逻辑正在以幽默、好玩、有效的名义被广泛合理化，悄无声息地渗透进我们的公共对话与生活表达。

第三章 · 人际语言的瓦解：表达变成防御

回到日常生活，我们不妨问一个简单的问题：我们还会"说话"吗？

说话，这个看似最基本的能力，如今正在变得越来越困难。不是因为人失去了语言的能力，而是因为语言失去了信任的前提。**现代人之间的日常沟通，越来越不像是在建立共识，而更像是在进行立场申报与情绪预警**。语言不再是理解的桥梁，而是一种自我维护的壳。

尤其在代际对话、性别议题、公共正义讨论这些高度敏感的话题场域中，我们常常看到的不是讨论，而是防守——不是倾听，而是提前宣布"无效沟通"。这时，**语言的功能从"打开"变成了"隔绝"**。最常见的表达句式包括：

"你懂的，我也懒得多说了。"（意在切断问题本身）

"反正你也不会懂。"（意在取消倾听的可能）

"你从来都不站在我的角度。"（意在冻结对方的回应空间）

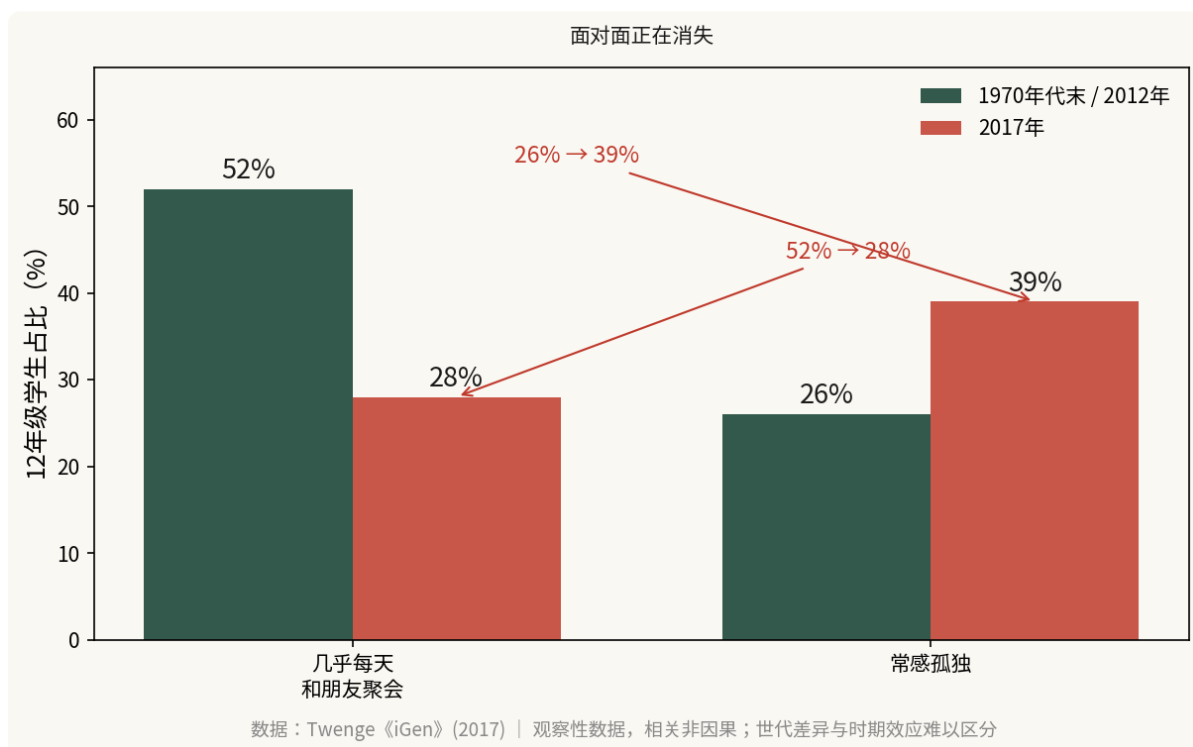
这些语句表面上是情绪化的怨言，实际上却构建了一种防御性的语言机制。它们的核心逻辑是："我不需要你同意，但我要先阻止你干预。"**说话不再是期待被理解，而是提前安排一种"被误解的安全感"。**

这是一种预设性误解话语——话还没说完，理解就已经被判定为不可能。

2024 年，"偷感"一词在微博话题下获得近八千万阅读：不愿被关注，把努力、消费、情绪都"偷偷"进行——上课坐后排躲避老师目光，考研考公瞒着所有人。中南大学的学者据此提出"趋内型主体性"。（注：据媒体报道转引。）"偷感"是"被误解的安全感"的行为版：**话还没说，先把自己藏起来。**

人与人之间语言的断裂，在这里显得格外真实。**我们越来越习惯于不解释，只转发；不表达，只引用；不倾诉，只封锁。**语言原本是共享的劳动，如今却成了一种"避险操作"：每句话都像是在公关危机中小心落子，言语背后是害怕崩塌的脆弱自我。

数据描摹了这条断裂线。Twenge 在《iGen》（2017）中记录：美国 12 年级学生"几乎每天和朋友聚会"的比例，从 1970 年代末的 52% 跌至 2017 年的 28%；常感孤独的比例从 2012 年的 26% 升至 39%。（注：观察性数据，相关非因果。）Haidt 在《焦虑的一代》（2024）中主张，"手机型童年"取代了"游戏型童年"——社交剥夺、睡眠剥夺、注意力碎片化、成瘾，四种机制绞杀面对面交流。（注：其因果主张在学界有活跃争议，此处取其描述性判断。）



面对面正在消失：12 年级"几乎每天和朋友聚会"比例 52%→28% —— 数据来源：Twenge 《iGen》(2017) | 观察性数据，相关非因果

更吊诡的是，在社交媒体高度发达的今天，**我们说得比以往任何时候都多，却从未像现在这样缺乏真正的沟通。**这不是说人变冷漠了，而是我们已经不相信语言可以带来理解。

而令人忧虑的是，语文教育几乎完全缺席了对这一现象的回应。我们在课堂上学到的"好语言"依旧是：句式对称、逻辑清晰、中心明确、结尾升华。但这样的语言，更像是"象牙塔内的自我对话"——它训练的是一种**"考试型表达能力"**，而不是现实中建立关系、修复冲突、**传达真诚的沟通能力。**

于是，我们培养出一代会写高分作文的学生：他们能用排比句写出"感恩母亲"的千人一面，却不会说一句朴素却具体的道歉；能在作文中高喊"热爱祖国"，却无法准确表达"我在地铁上突然感到孤独"；能背诵"苟利国家生死以"，却不知如何在微信里诚恳地安慰朋友。

真正的问题不是"我们会不会说"，而是"我们还敢不敢说出真实"。

第四章 · 语言逃逸三重奏：标签化、暗语化、均值化

如果说语言曾是一座连接经验与理解的桥梁，那么今天的语言，正在集体上演逃逸。而逃逸有三种形态：**主动的、被动的、外包的。**

4.1 标签化：从叙述退化为模仿

最显著的表现，便是语言与个体经验之间的断裂。我们越来越少看到人们用语言去**"描摹"**一种真实的感觉，取而代之的，是对情绪状态的标签化归类，一种借由流行语库完成的**"模仿性表达"**。

青少年说**"我 emo 了"**，不是为了告诉你**"我具体为何难过"**，而是用这个表达替代了解释的过程本身。当他们说**"我裂开了"**，并不真的指向一种令人震惊的事件，而是完成了情绪反馈的标准化动作。他们并不缺表达的冲动，却丧失了表达的耐心与路径——更准确地说，是丧失了**"把经验加工成语言"**的能力。

《天津日报》2026 年 7 月报道：在短视频与游戏社区的流量加持下，**"受着呗""包的包的""绝绝子"**等网络用语突破线上场景边界，全面蔓延至青少年线下交流乃至日常习作——**"这破作业今晚肯定写不完，受着呗。把一段完整的处境叙述（累、烦、无力、认命）压缩成一个现成的情绪快捷键。**

教师的体感比报道更具体。成都日报电子版 2025 年 11 月的调查里，西部某中学语文教师左荻说：**"大约 5% 的学生会在作文里使用网络烂梗，日常交流时用得更多"**（注：受访教师为化名，属个案证词非抽样调查；经搜索结果全文抓取转述，原发转载链待考）。一面是**"受着呗"**进习作，一面是教师数着 5%——**标签正在从社交通关码，变成书面表达的默认设置。**

"脆皮年轻人"是另一个样本。《重庆商报》2024 年报道**"随处可见的脆皮年轻人"**：**"早上起来打喷嚏，把腰给打折了"**——把复杂的身体焦虑、过劳与亚健康，压缩成**"脆皮"**一个词，获得**"被理解"**的幻觉，而不必真的言说处境。

这是从叙述能力向标签能力的退化。语言从**"经验的转换器"**变成了**"社交的通关码"**：你说出流行语，别人懂了，于是你获得了**"被理解"**的错觉，哪怕你从未真的被倾听过，也未曾真正描述过你自己。

Maryanne Wolf 在《Reader, Come Home》（2018）中警告：屏幕阅读塑造**"浏览—扫读"**习惯，侵蚀深阅读所需的批判性分析、推断与共情。（注：书信体论述著作，非新实验。）《中国青年报》2026 年 4 月的调查（n=1501）显示，影响阅读意愿的首要因素是**"时间碎片化"**（64.1%）。而第二十三次全国国民阅读调查同期发布：0-17 岁未成年人图书阅读率 86.7%，人均图书阅读量 11.72 本。两组数字放在一起，恰是 Wolf 论点的注脚：**问题不在阅读量，在阅读方式——读得多，与读得深，是两回事。**

换个角度，这**"三重奏"**还有另一副面孔——**一个逐级放大的压缩过程。**标签化压缩的是**词**：**"我 emo 了"**代替一段心境的描摹；套路化压缩的是**叙事**：短剧用**"冲突—行动—反转—**

爽点"代替所有故事的讲法；均值化压缩的是**整篇**：AI 接管之后，连"压缩"这个动作本身都被外包了。

从词，到叙事，到整篇——**被压缩的单位越来越大，人需要动用的部分越来越小**。标签化是人自己动的手，套路化是数据替人动的手，均值化是连手都不需要了。逃逸的三种形态（主动、被动、外包），于是连成了一条下坡路。

4.2 暗语化：被迫的逃逸

第二种逃逸，是被迫的。

在简体中文互联网，有一部分词是不能用的。于是语言学会了绕行：谐音替代、首字母缩写、表情包顶替、"你懂的"式留白。审查删掉的从来不只是几个词——**它训练出一种全民修辞术：人人都是语言的游击队员，句句都要先过一遍自我审查。**

更深的影晌不在被删掉的词，而在剩下的词。当"安全"成为第一准则，语言会自动向"正确的废话"收敛：立场正确、情绪稳定、信息量为零——这种话术在任何审查系统里都是最优解。**审查不只删除词语，它重塑整个语言生态。**

于是出现两套语言系统的分裂：学校里教的规范汉语，和学生实际使用的暗语黑话。《天津日报》的报道证实，这些黑话已"全面蔓延至青少年线下交流、日常习作"——课堂上写"热爱生活"，课间说"受着呗"。语文课教的那套语言，和学生真正生活的那套语言，正在分道扬镳。

在部分网络女权社群中，"父亲"被重命名为"**生物爹**"——将父亲降格为"仅有血缘关系的爹"，剥离情感与养育角色（据 2026 年 9 月万维读者网转引"精英说"报道）。这不是审查规避，而是用重命名完成价值切割：**语言不再描述关系，语言处决关系。**

一个对照：2024 年走红的"city 不 city"——外国博主保保熊的口头禅，中英混杂的万能感叹词，甚至得到过外交部回应。同样是"不说规范汉语"：一为躲避审查，一为追逐流量。前者是防御，后者是表演——而短视频算法对两者一视同仁地奖励。

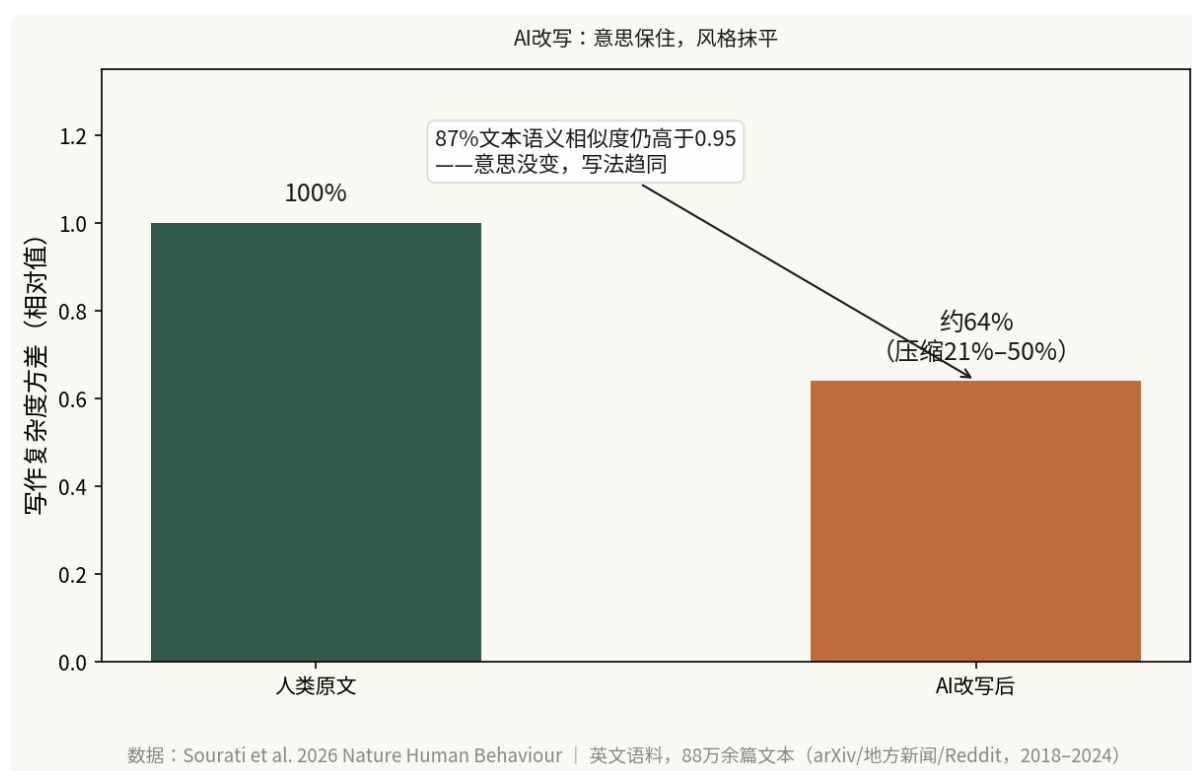
4.3 均值化：外包的逃逸

第三种逃逸，是外包的。

2024 年，Doshi 与 Hauser 在《科学进展》（Science Advances）发表了一项预注册实验：293 名写作者在 AI 辅助下，故事新颖性评分提高约 8.1%，弱创意者质量提升最高达 26.6%——**但 AI 组故事之间的文本相似度显著更高，集体多样性下降**。作者称之为"社会困

境"：对个体好的东西，对群体可能是坏的。（注：英语短故事写作实验；测的是文本相似度，不等同于突破性原创性受抑。）

2026 年，Sourati 等在《自然·人类行为》（Nature Human Behaviour）发表的研究分析了 88 万余篇公开文本：ChatGPT 发布后，arXiv 摘要、地方新闻、Reddit 创意写作三类语料的词汇多样性与句式差异显著收窄；受控改写实验显示，**AI 改写将写作复杂度方差压缩 21%–50%**——意思保住了（87% 文本的语义相似度仍高于 0.95），风格被抹平了。通讯作者 Dehghani 说："当 AI 系统标准化人类表达，它抹平的正是驱动集体智慧的多样认知景观。"（注：语料均为英文平台。）



意思保住，风格抹平：AI 改写压缩写作复杂度方差 21%–50% —— 数据来源：Sourati et al. 2026 Nature Human Behaviour | 语料为英文平台，88 万余篇文本

另一项 2026 年发表于同一期刊的自然实验分析了 150 万份网络请愿书：AI 写作工具使文本同质化程度上升、篇幅变长，**但请愿效果（签名数/成功率）并未提升**。写得更顺，不等于说得更好。

本土数据把这一章锚定在中国青少年的现实上。《青少年发展蓝皮书》2026 年 9 月发布：未成年网民 1.98 亿，**78.5% 已在学习、创作、娱乐中使用过 AI**，**83% 受访教师担忧学生滥用 AI**。（注：问卷自陈数据。）

GitHub 上有个开源项目叫"去 AI 味"，社区整理了 2024–2025 年中文"AI 腔"模式：万能赞美词（宝藏/神器/天花板）、算法钩子体（"刷到这条视频，说明你马上要……"）、电影解

说腔（“注意看，这个男人叫小帅”）。（注：开源社区整理的民间观察，非学术研究。）

当“去 AI 味”成为一门手艺，说明 AI 味已经成了一种口音——一种没有地域、没有阶层、没有个人的口音。

而“大数据在说话”这句话，值得再听一遍。宁夏日报 2025 年 8 月对短剧工作室的调查里，负责人青芒向记者展示收稿统计表：霸总甜宠、职场菜鸟逆袭、宫斗权谋是最吃香的题材——“这也不是我们定的，是大数据在说话”（与《北京晚报》调查中的同一表述相互印证）。更硬的是制度注脚：红果短剧 2025 年 8 月发布新规则，评级最高的剧本保底稿费从 12 万调至可达 20 万，分成比例从 20% 翻倍至 40%——**平台不止用数据指导创作，直接用数据给剧本定价。**

看清楚这个顺序：**先有数据写剧本，后有 AI 写公文。**“大数据写短剧”是“AI 写一切”的预演——前者证明了“公式可以替代作者”，后者只不过把这套逻辑从 80 集短剧推广到了所有文体。当剧本的稿费由评级算法决定，离公文的优劣由生成模型决定，还差几步？

标签化是人主动放弃表达，AI 均值化是机器替人完成放弃。一章之内，逃逸完成了它的古今对照。

合流：审查与 AI 在“正确的废话”处相遇

现在把三节并在一起看。审查要的语言，和 AI 给的语言，在“正确的废话”处合流了。

审查制造了对安全表达的需求：立场正确、情绪稳定、信息量为零。AI 恰好提供了安全表达的供给：一键生成，永远得体，永远正确，永远什么都没说。

一个负责删除，一个负责填充。审查让人不敢说真话，AI 让人不必说真话。前者是恐惧的形状，后者是便利的形状——而语言在两种形状里，流失的是同一样东西：**具体的人，和具体的经验。**

这是本章最黑暗的发现：逃逸的终点不是沉默，是投降——向一种“说得很好，但什么都没说”的语言投降。

审查删掉词语，AI 生产词语。一个做减法，一个做加法，答案都是同一个：具体的人消失了。当“安全”成为语言的最高美德，真话就成了唯一的违禁品——而违禁品是不需要被删除的，因为已经没人会制造了。

—— Heisenberg

第五章 · 语言的结构隐喻：世界观的传送带

语言的问题，向来不只是"怎么说"，而是"你怎么看"。

语言从来都不只是表达的技术，而是人对世界的理解结构。一个人如何使用语言，无声地揭示了他如何切割现实、评估他人、组织经验、分配正当性。

比如一个人说："现在的'人'太难管了。"这句话表层听起来像是一种经验性观察，但其深层其实是一种**权力关系的语言编码**：它默认了"人应当被管理"，并在潜台词中引入了一种对自由流动秩序的怀疑。说出这句话的人，总是不自觉地将自己放置在"规范他人"的结构之上。

又比如"现在的'小孩'越来越不吃苦"。这句看似无害的"代际观察"，其实内含了一套**隐形的道德结构**：将"吃苦"作为价值判断的核心前提，将顺从定义为品质，将复杂的代际矛盾简化为"品行问题"——"过来人"的特权话语。

而"成年人的世界没有容易二字"，则是这套机制最精致的一款。1994年，Jost 与 Banaji 在《英国社会心理学杂志》上提出**"系统正当化"**理论：人们会为现存的社会安排辩护，即使牺牲自身利益。这句话正是这套机制的语言形态——用貌似真实的口吻，让受困者把结构性压迫体验成个人宿命，消解了对社会不公的真正追问。（注：理论提案型论文；"虚假意识"概念的解释力长期有争议。）

类似的机制，也普遍存在于性别语言中，只是更加隐秘。许多女性在公共语境中的表达，往往要符合某种"可接受说话模型"："我可能不太懂……" "也许只是我想多了" "我说错了你别介意"——说话前先加装缓冲垫。这并非源自自卑，而是出于对"语言后果"的精准预判：说得太坚定、太直接，就会被贴上"强势""情绪化"的标签。

Tannen 在《You Just Don't Understand》（1990）中描述了这种"性别方言"的错位；更早的 Lakoff（1975）在《Language and Woman's Place》中指出，这类"女性语言"特征反映并再生产较低的社会地位——而后续实证研究修正道：**这些特征更多与权力地位相关，而非性别本身**。（注：Tannen 为通俗写作；Lakoff 为奠基性但有争议的理论。）

因为她们太清楚：在这样一个语言结构下，**女性必须通过自我削弱来换取被听见的机会**——用"降级语言"争取存活空间。语言早已不是一个中性的容器，而是一个筛选"合格表达者"的系统：谁能说话、谁该沉默、谁说话有理、谁说话无效，都被预先设定。

而 2016 年，心理学家 Haslam 在《心理探究》上提出**"概念蠕变"**（concept creep）：伤害相关概念——abuse、bullying、trauma、addiction——不断扩张，横向覆盖全新现象，纵向向下覆盖更轻微的版本。（注：概念分析型论文，非实验数据。）中文互联网的"PUA""煤气灯""精神内耗"正在经历同样的通胀。

于是出现本章的文眼：一面是标签压缩经验（一段处境缩成一个词），一面是概念通胀掏空词义（一个词稀释成所有事）——语言在两端同时失血。



语言在两端失血：标签压缩经验 vs 概念通胀掏空词义 —— 原创概念图 | 理论来源：Haslam (2016) "concept creep", Psychological Inquiry

而这条传送带，在短剧时代进化出了流水线形态。赘婿逆袭、战神归来、霸总爱上我——同一套世界观被切成 80 集，每天定时投喂：弱者恒被羞辱，强者恒被崇拜，所有问题都有一个能打的爹或能买单的老公来解决。以前是语言里藏着世界观，现在是世界观被做成短剧，直接喂给你。传送带从暗线变成了明线——而明线的好处是，你终于不用再费力解码了；坏处是，你连解码的意识都不需要了。

Boroditsky 2001 年在《认知心理学》上报告过一个经典实验：汉语"上周/下周"的垂直隐喻与英语的水平隐喻，会影响时间判断任务的表现——但 Chen 在 2007 年《认知》上四次尝试均未能复制。"语言塑造思维"可能是真的，但这条证据链上有裂缝。先诚实，再谈"语言是世界观的传送带"——传送带或许存在，但我们手里的这张设计图，还缺几颗铆钉。

这才是语文教育必须直面的本质问题：如果我们只教语言的"形式正确"，却从不触碰语言背后的"结构隐喻"；只训练表达技巧，而不讨论表达所依附的社会位置与认知背景——那么我们培养的将不是一代有表达力的思考者，而是一代结构盲的语言操作者：擅长在句式上做文章，却看不见句子背后的意识形态模板。

最危险的语言从不是脏话，是听起来很有道理的话。"成年人世界没有容易二字"安慰了你，也赦免了世界。语言最深的异化，不是让人说不出话，是让人用一套现成的句式，原谅了本该被追问的一切。

—— Heisenberg

第六章 · 语文教育的缺失与沉默

面对当前语言生态的严重异化，语文教育的反应显得尤为迟缓，甚至近乎沉默。

课堂上依旧要求背诵《岳阳楼记》《劝学》，分析比喻、拟人、排比、起承转合；高考作文仍然倚赖"引例一分论一升华"的三段式模板；"文采斐然""句式工整"依然是作文好坏的首要标准。似乎语言的本质就是结构上的"工艺美术"。

这一切看似是语文教育的"坚守"，实则是对时代语言现实的逃避。我们培养的是一种**"无痛写作术"**——**不涉真实、不含风险、不触边界的表达技术**。写作变成了一项"如何安全通过审查系统"的演练，而非一个人对世界发出判断、情绪和思想的实践过程。

这造成一个持续累代的后果：**学生可以精通如何"像样地说话"，却从未真正学会"真诚地说话"**；可以用优雅的语句包装空洞的内容，却无法用真实的语言承载哪怕一点点动人的情绪。

他们学会的是语言的模拟，而非语言的使用。

具有讽刺意味的是，最严厉的批评来自改革的主持者自己。统编语文教材主编、义务教育语文课标修订组组长温儒敏，在 2024 年 12 月北师大"语文独立设科 120 周年"学术研讨会上说：**"'应试教育'稳如泰山，应考式刷题仍然缠绕着一线师生"**；他希望学生"既考得好，又不把脑子'搞死'"。主持人反噬自己主持的改革——这句话的分量，胜过一切外部批评。

一个注脚：本篇研究过程中，研究员最初把"语言建构与运用"（高中课标四素养之一）写成了义务教育课标的表述——义务教育课标（2022 年版）的四素养实为"文化自信、语言运用、思维能力、审美创造"。**连研究者都会搞混两套课标的话语。这种教育话语的自我复制与误传，本身就是语言异化的一个注脚。**

钱理群在 2012 年说过，大学正在培养"精致的利己主义者"——"高智商，世俗，老到，善于表演，懂得配合"（据《中国青年报》2012 年 5 月 3 日报道转引）。"无痛写作术"培养的，正是中小学版的"善于表演、懂得配合"的表达者。点到为止。

更深的危机是，语文教育不仅未能回应语言的失真，甚至从未介入过"坏语言"的识别训练。什么是公众号叙事的情绪陷阱？什么是短视频话术中伪逻辑与伪科学的混搭？什么是社交网络流行语中内置的情绪转移术？什么是那些在道理上无懈可击、在逻辑上却彻底无用的表达？

这些，语文课堂从未讨论，也不被鼓励讨论。它几乎默认：语言只要形式规范、句式得体，就可以被认为是"好语言"。但我们明明正生活在一个语言滥用、表达脱敏、叙述崩塌的世界。

我们教语言，却不教语言的边界。我们教词汇、教句式、教修辞技法，但很少教学生思考：什么可以说，什么不该说，什么说了无意义。没有边界感的语言教育，就像一座开放却无人巡逻的城市——表面秩序井然，实则暗流汹涌。

于是课堂和操场活成了两个物种：学生每天泡在短剧语言里——"冲突—行动—反转—爽点"，三秒一个钩子；课堂上还在教"句式对称、中心明确、结尾升华"。一边是被数据调教过的多巴胺语法，一边是前数字时代的工艺美术。**语文课教的那套"好语言"，和学生每天呼吸的那套语言，已经不是代沟，是物种隔离。**

一线教师看得比论文更准。成都日报电子版 2025 年 11 月的调查中，西安市某小学语文教师薛晨说："孩子们想表达赞美就说'绝绝子'，想描述糟糕就说'芭比 Q 了'……长此以往，孩子们会不会丧失对优美语言的理解能力，乃至患上'文化失语症'？"（注：受访教师为化名，属个案证词；经搜索结果全文抓取转述。）"文化失语症"——这个词比任何论文标题都锋利：失的不是语，是对"语"曾经可以抵达的东西的感知力。

最终培养出的，是一群擅长表达的失语者：**能写流畅的议论文，却无法说出真实的愧疚；能使用精美的排比句，却无法承接一句朴素的反问。**

结语：语言的临界点

我们正处于一个语言异化的时代。

公众号、直播间、社交网络、日常沟通、AI 生成内容……语言正在从表达与思考的工具，异化为感官操控、立场武器、心理安慰剂和均值化产品。**我们越会"说话"，却越失去"说理"；我们表达得越多，却越无法被理解。输入在通胀，留存在通缩。**语言正在逃逸，它不再承担联系人与人的功能，反而在制造人与人之间的幻觉边界。

语文教育如果不觉醒，就将在这场语言溃败中，成为帮凶。

而我们下一步该追问的是：怎样的语文教育，才能挽救语言本身？我们是否还能从语言的崩塌中，重新找到人与人理解的缝隙？

也许，**我们能否挽回语言的温度、恢复语言的力量，就取决于是否还有一堂真正的语文课存在——**

一堂不以答题为终点、不以背诵为任务，而是以语言作为理解世界、感知他人、形成自我、介入公共生活出发点的语文课。

不是为了写出"正确的语言"，而是敢于承担"说话的后果"。

不是说出"动听的话语"，而是敢于揭示"世界的疼痛"。

不是拥有"话语权"，而是具备"话语责任"。

不是背诵"我爱这土地"，而是去理解"我为何爱"。

不是写出"热爱生活"，而是能讲出"生活的难"。

不是会写作文，而是敢说真话。

不是熟练说话，而是愿意负责地说。

这不是语文的终点，**而是语文的重新出发。**

诊断至此结束。下一篇，《重建语言的居所》——诊断之后，开处方。

语言的临界点，是理解的生死线。语言全面失守之处，公共生活变成回音室，教育变成格式模仿，社会变成理解失能的战场。而我们能否挽回语言的温度，取决于是否还有一堂真正的语文课存在——一堂不以答题为终点，而以理解为起点的课。

—— Heisenberg



写作说明：本篇是作者去年旧作《我们与语言之间的裂缝》的深度重写版：保留原稿的骨架、全部核心判断与原创表述，注入 2024-2026 年最新研究，删繁去重，并新增"审查暗语化"与"AI 均值化逃逸"两节——此二者是原稿缺失的最大病灶，也是本篇权重最高的两章。本次修订新增开篇一节"滑动的手指，过载的大脑"（短剧/短视频无限滑动机制及其三层语言后果），直播章压缩为短剧节的"另一面"，全篇去重。v3 修订：短剧节引入 Ong"次生口语文化"理论升华、"爽点即真值罢免"观点论述与短剧出海注脚；第四章新增"三级压缩阶梯"（标签化→套路化→均值化），4.3 增补"大数据写剧本是 AI 写一切的预演"（红果短剧评级定价为证）；第五章、第六章、结语各增短剧

匹配段；129 分钟口径修正为"微短剧用户人均"；参考文献续增。所有关键数据均已回查原文并标注来源与证据边界；凡相关非因果、样本局限、理论争议之处，文内会主动声明。

参考文献

1. Herbert A. Simon, "Designing Organizations for an Information-Rich World", in Martin Greenberger (ed.), Computers, Communications, and the Public Interest, Johns Hopkins Press, 1971.
2. 中国互联网络信息中心, 第 57 次《中国互联网络发展状况统计报告》, 2026-02-05 (数据截至 2025-12)。
3. Gloria Mark, Attention Span, Hanover Square Press, 2023.
4. William J. Brady et al., "Emotion shapes the diffusion of moralized content in social networks", PNAS, 114(28):7313–7318, 2017.
5. Jonah Berger & Katherine L. Milkman, "What Makes Online Content Viral?", Journal of Marketing Research, 49(1):192–205, 2012.
6. Soroush Vosoughi, Deb Roy & Sinan Aral, "The spread of true and false news online", Science, 359(6380): 1146–1151, 2018.
7. Melanie C. Green & Timothy C. Brock, "The role of transportation in the persuasiveness of public narratives", JPSP, 79(5):701–721, 2000.
8. Prasetya, Hurriyati & Diringtari, "The Effect of Live-Stream E-Branding on Impulse Buying Behavior with Parasocial Interaction as a Mediating Variable on Shopee Live", Commercio: J. Business and Management, 4(1), 2025.
9. Jean Twenge, iGen, Atria Books, 2017.
10. Jonathan Haidt, The Anxious Generation, Penguin Press, 2024.
11. Maryanne Wolf, Reader, Come Home: The Reading Brain in a Digital World, Harper, 2018.
12. Zhivar Sourati et al., "The shrinking landscape of linguistic diversity in the age of large language models", Nature Human Behaviour, 2026.
13. Anil R. Doshi & Oliver P. Hauser, "Generative AI enhances individual creativity but reduces the collective diversity of novel content", Science Advances, 10:eadn5290, 2024.
14. Corpus, Gilbert, Koenecke & Naaman, "Introducing AI to an online petition platform changed outputs but not outcomes", Nature Human Behaviour, 2026.
15. 共青团中央维护青少年权益部、中国互联网络信息中心, 《青少年发展蓝皮书：全国未成年人互联网使用情况调查报告》, 2026-09-14。
16. 中国新闻出版研究院, 第二十三次全国国民阅读调查, 2026 年 4 月。
17. 《中国青年报》社会调查中心, "79.2% 受访者在大多数情况下能完整阅读一本书"调查 (n=1501), 2026-04-23。
18. 《天津日报》电子报第 9 版, "网络黑话蔓延至青少年线下交流"报道, 2026-07-23。
19. 《重庆商报》"潮玩族"版, "随处可见'脆皮'年轻人"报道, 2024-12-13。
20. John T. Jost & Mahzarin R. Banaji, "The role of stereotyping in system-justification and the production of false consciousness", British Journal of Social Psychology, 33:1–27, 1994.
21. Deborah Tannen, You Just Don't Understand: Women and Men in Conversation, William Morrow, 1990.
22. Robin Tolmach Lakoff, Language and Woman's Place, Harper & Row, 1975.
23. Nick Haslam, "Concept Creep: Psychology's Expanding Concepts of Harm and Pathology", Psychological Inquiry, 27(1):1–17, 2016.
24. Lera Boroditsky, "Does language shape thought? Mandarin and English speakers' conceptions of time", Cognitive Psychology, 43(1):1–22, 2001. (复制争议见 Chen 2007, Cognition)
25. 温儒敏, "语文教育要起到'兜底'作用"发言, 北师大"语文独立设科 120 周年学术研讨会", 2024-12-07。

26. 教育部,《义务教育语文课程标准(2022年版)》,2022-03-25。
27. 钱理群,"理想大学"专题研讨会发言,据《中国青年报》2012-05-03报道转引。
28. 中国网络视听节目服务协会,《中国网络视听发展研究报告(2026)》,2026-04-15(数据截至2025-12;经《光明日报》2026-04-16报道转引)。
- 29.《瞭望》新闻周刊,微短剧市场规模报道,2025-01(据行业机构估算,经转载)。
30. QuestMobile,《2026年短剧营销行业报告》,2026-07-28(经IT之家、新浪财经转述);野村证券援引QuestMobile数据,2026-07(经钛媒体、新浪财经转述)。
31. Aza Raskin, The Times 人物专访,2026(社交媒体伤害审判作证期间);Texas Public Radio《The Source》播客专访,2026-07。
32. Nir Eyal with Ryan Hoover, Hooked: How to Build Habit-Forming Products, Portfolio, 2014.
33. Sophie Leroy, "Why is it so hard to do my work? The challenge of attention residue when switching between work tasks", OBHDP, 109(2):168-181, 2009.
34. Stephen Monsell, "Task switching", Trends in Cognitive Sciences, 7(3):134-140, 2003.
35. 王丽霞、黄贻苏, "问题性短视频使用对大学生日常记忆失败的影响",《心理学进展》,2026(横断面问卷,相关非因果)。
- 36.《北京晚报》"爆款微短剧编剧生存调查",2025-08-28。
- 37.《法治日报》微短剧报道,2024-03-28(经淄博新闻网转载)。
- 38.《解放日报》"电子榨菜"报道,2022(经宁夏日报电子版转载)。
39. 中国音像与数字出版协会游戏工委、伽马数据,《2025中国游戏产业未成年人保护进展报告》,2025-11。
40. 国家互联网信息办公室等四部门,《互联网信息服务算法推荐管理规定》,2022-01-04。
41. 国家广播电视总局,《微短剧发展管理办法》(总局令第16号),2026-09-01起施行。
42. Walter J. Ong, Orality and Literacy: The Technologizing of the Word, Methuen, 1982. ("次生口语文化";用于短视频属理论迁移)
43. arXiv:2412.13170, "Re-calibrating methodologies in social media research", 2024. (次生口语理论用于数字媒介的文献谱系梳理)
44. 信达证券,《短剧专题报告》,2024-11-28(转引Sensor Tower数据;预估值,不含第三方安卓市场)。
45. 宁夏日报《时事纵横》,"微短剧创作调查"报道,2025-08-28(szb.nxrb.cn电子版;红果短剧评级定价规则引自该报道)。
46. 成都日报电子版(cdmrb.com.cn),"网络烂梗进校园"调查报道,2025-11-06(经搜索结果全文抓取转述;受访教师为化名,属个案证词)。