

比如，将八卦之一的乾卦(☰)与坤卦(☷)重叠在一起(乾卦在下、坤卦在上)，就形成了六爻的“泰”卦(☶)。

稍微特殊一点的，就是将八卦的某一卦，与自身重叠，形成一个六爻卦。比如，将八卦之一的乾卦(☰)与乾卦(☰)重叠，形成六爻的乾卦(☰)。以此类推，就形成六十四卦(见图3)。

周文王采用的可能是“八卦两两相重”的推演方法，由八卦推演出六十四卦，但也因为这种方法的局限性，而止步于六十四卦。

## 7 结语

周文王将八卦“演”为六十四卦，但他没有说八卦和六十四卦的内涵是什么。好在《易传》中有记述：“《易》有太极，是生两仪。两仪生四象。四象生八卦。”本文根据这一记述，推本溯源。根据郭沫若等人的研究成果，结合出土文献资料，确认“两仪”(阳爻一、阴爻--)分别为男、女生殖器的象征，从而表示男、女。通过对太极图的研究，结合古文字学家对太极一词的考证，并根据《易传》的相关论述，推断出太极就是“母腹”。在此基础上，一步步推演和论证，得出结论：“四象”表示两个子女按性别、出生先后排序的四种可能性；“八卦”表示三个子女按性别、出生先后排序的八种可能性。以此类推，进一步推演出“六十四

卦”表示六个子女按性别、出生先后排序的六十四种可能性。

真理往往是简朴的。换一个角度研究八卦，就会发现，八卦表示子女的性别和排序，是顺理成章得出的结论。

这就是八卦中蕴含的秘密。

揭示了八卦中蕴藏的奥秘，就破解了八卦这个千古之谜。

几千年来，人们对八卦的研究，成果不丰。有的误入歧途，有的纠缠于细枝末节，个别人触摸到了真相的一鳞半爪，也是一知半解。有的研究者进行了形式上类似的推演，但知其然不知其所以然，并不能说明推演的依据和内在逻辑，徒具形式而已。

对八卦的研究要走出迷津。

## 参考文献

- [1] 夏征农等主编.《辞海》[M],上海:上海辞书出版社,2001年,第2045页。
- [2] 魏晓丽.成就与不足——浅议郭沫若的《周易》研究[J].周易研究,2002,(04):71-75.
- [3] 蒙培元.伏羲与周易——兼评安志宏的周易研究[J].天水师范学院学报,2015,35(01):75-77.
- [4] 杨天才 张善文译注:《周易》[M],北京:中华书局,2011年,《前言》第2页。

# Design of “Happy” Illustrations for Z Generation Group from the Perspective of Life Aesthetics

Ling Yan Yifeng Liu

School of Design and Art, Changsha University of Science and Technology, Changsha, Hunan, 410114, China

## Abstract

In today's fast-paced life, Generation Z's pursuit of happiness is diverse. This article explores the embodiment and practice of life aesthetics in Generation Z through a series of illustration designs and derivative products. The themes of these illustrations focus on three aspects of Generation Z's lives: daily life, work, and study. They aim to highlight the happy moments often overlooked in everyday life through a light and engaging style. The article aims to convey the philosophy of 'picking up six pence with your head down, and seeing the moonlight with your head up, 'hoping that this series of illustrations will inspire more people to find joy in their busy lives, turning each ordinary day into a limited edition.' The core message of this creation is that, in an era where efficiency is paramount, life aesthetics as a medium for emotional infrastructure is becoming a new strategy for young people to maintain psychological resilience.

## Keywords

life aesthetics; Z generation; happiness; illustration design

## 生活美学视角下 Z 时代群体“快乐”图鉴插画设计

晏灵 刘一峰

长沙理工大学设计艺术学院, 中国·湖南长沙 410114

## 摘要

在当下快节奏的生活中, Z时代群体对快乐的追求呈现出多样化的面貌。本文通过系列插画设计及衍生品设计的呈现, 深入探讨了生活美学在 Z 时代群体中的体现和实践。插画设计的主题紧密围绕 Z 时代群体的生活、工作、学习三个方面, 旨在通过轻快、有趣的风格, 展现那些在平凡日常中被忽视的快乐瞬间。本文想传递出那种“低头捡六便士, 抬头见月光”的生活美学, 希望通过这组插画作品, 能让更多人在忙碌间隙学会暂享欢愉, 把每个平凡日子都过成“限量版”。本次创作最终指向一个核心命题: 在效率至上的时代语境下, 以生活美学为媒介的情绪基建, 正成为青年群体维持心理韧性的新策略。

## 关键词

生活美学; Z时代群体; 快乐; 插画设计

## 1 引言

著名思想家墨子曾言:“食必常饱, 然后求美, 衣必常暖, 而后求丽, 居必常安, 而后求乐<sup>[1]</sup>。”这与也马斯洛的需求理论不谋而合。但随着社会的发展, 很多人当他们无法达到更高的需求和消费后, 从而进入一种“低欲望社会”, 而

对于快乐的定义似乎更加模糊。而尽管不同时代的人对“快乐”定义不同, 但快乐都是能够给人们带来精神和心灵上的满足。此次插画设计的主题围绕 Z 时代群体的“快乐”展开。本文希望探讨他们的快乐来源, 更好的了解当其所思所求, 丰富插画设计的创作, 展示 Z 时代群体对于快乐的新的看法和来源, 减少一定程度的悲观情绪, 更好地与自己的欲望相处, 从而发现日常生活中的乐趣和精彩。在这种背景下, 生活美学提供了一种回归内心、简约自然的生活方式, 强调在平凡生活中寻找和体验快乐。本设计的意义也是想通过插画设计的表现形式, 呼吁和清晰人们心中对于快乐的定义和需求, 同时融入生活美学的理念, 引导人们发现生活中的愉悦之美。

**【基金项目】**2024 年长沙理工大学学位与研究生教学改革研究项目(项目编号: CLYJSJG24057); 2024 年长沙理工大学专业学位研究生“实践创新与创业能力提升计划”项目(项目编号: CLSJCX24087); 湖南省大学生创新创业训练计划项目(项目编号: S202410536170)。

**【作者简介】**晏灵(1999-), 女, 苗族, 中国贵州铜仁人, 在读硕士, 从事传统艺术创新设计研究。

## 2 “Z 时代群体”从“EMO”到快乐的生活美学探索

据《2020 Z 世代消费态度洞察报告》显示, Z 世代

(Generation Z)即1995年至2009年出生人群,中国Z世代人群约2.6亿人,占总人口的19%。其中线上活跃用户规模已达3.42亿。他们兴趣广泛,圈层众多,追求与众不同和特立独行。这一代人成长于互联网和数字技术迅速发展的时期,因此被称为“数字原住民”<sup>[1]</sup>。网络流行文化对他们影响极深,本文重点探析其中流行的“EMO”文化对其生活理念和生活方式的影响。

2000年后,“EMO”文化传入日本、中国,并风靡一时,影响着当时的年轻人。曾经的“杀马特”,就是“EMO”的本土化产物。“EMO”文化源自摇滚乐传统,如今已经成为了全球年轻人共同认可的一种情感流露的风格。它不仅意味着悲伤和痛苦,还涵盖了更为复杂和广泛的情绪体验。这种情绪表达方式在年轻人中广泛流行,成为了一种必要的宣泄方式,但也可能引发一些心理问题,如焦虑、抑郁等。当下,互联网普遍充斥着“网抑云”、“淡人”充满戏谑意味和消极情绪的网络热词,关于快乐的词汇好像慢慢被“躺平”、“摆烂”等网络热词代替,也延伸出一种“佛系文化”和充满悲伤情绪的“丧文化”现象。作为一种流行文化,其有利有弊,它们可以短暂地逃离和放松,但如果不断放大娱乐功能,抹平阶层区隔,甚至“失真”,制造出一种“伪语境”,把更多的人卷入到这场线上狂欢之中,并施加影响。所以,对于Z时代群体对于生活理念的探索具有重要意义,因为其反映了社会问题以及青年的深层次需求。

当下被认为是“低欲望群体”的Z时代群体,其对于快乐的渴望在慢慢地减少着,而倡导在日常生活中寻找美和快乐且强调“生活即艺术”哲学的生活美学,二者理念的融合给当代青年提供了一种全新的生活和快乐观。虽说“EMO”、“网抑云”等消极情绪的表达在年轻人中广泛流行,他们面对社会压力和竞争时会通过这种流行文化表达自身情绪,但生活美学的理念还是为他们提供了新视角与新方法,年轻人凭借在日常生活中寻找美和快乐,是能够逐渐从消极情绪里解脱出来并找到更积极生活态度的,这样的转变不但有助于个人的心理健康,而且能促进社会的和谐与进步。

### 3 快乐的多维解读:从古代哲学到现代生活美学

对于“快乐”定义,在中国古代,儒家看来快乐是一种“减担哲学”。佛教看来快乐是一种“放下哲学”。道家看来快乐还是一种“坐忘哲学”<sup>[2]</sup>。而三家在本质上是相通的,它们都认为人要获得真正的幸福和快乐。生活美学亦是强调内心的体验,重视心灵感悟,不断深入探索内心的情感、感觉和思绪,可获得对生命和世界更深层次的理解。

快乐作为人的一种心理感受,是在人体的某个感觉器官受到某种具体刺激时而产生,它是人们对美好事物的生理反射在意识层面的反映。而从现代生物学的角度解释:就是

产生多巴胺<sup>[4]</sup>。但在需求甚少的低欲望社会下,这种快乐的产生却很少。“低欲望社会”最早是由日本著名管理学家大前研一在《低欲望社会》一书中提出的概念。他认为日本年轻人不想出人头地、没有梦想、没有干劲<sup>[5]</sup>。但低欲望不等于快乐。常理来说,降低欲望,减少消费可以减少失落,带来快乐,日本的经济状况也相对良好,可在联合国2022年发布的《2022年世界幸福报告》中日本仅排在54名<sup>[6]</sup>,而中国也有同样的低欲望的现象,排在了第72名。这份报告也被看重移民目的地的重要参考。是基于当地民众的幸福感、经济和社会数据进行分析排名得出的。所以,低欲望不代表快乐,有追求的欲望,以及与欲望更好地相处,也可以带来快乐。在生活美学中的快乐可以是顺应自然规律,在生活中,感受到春天赏花、夏天避暑、秋天赏叶、冬天观雪,顺应四季变化,感受生活之美。

### 4 生活美学的落脚点在“生活”

生活美学是研究如何在日常生活中发现、创造和体验美的学问,它涵盖发现自然与生活场景之美,创造个人形象、生活方式及环境之美,以及通过感官和情感体验美。学者刘悦笛提出生活美学是“回到生活的‘本体论美学’”,是一种哲学美学新构<sup>[7]</sup>。中华生活美学与“生生”哲学紧密相连,自先秦起,儒道学派就赋予生活积极现实意义,儒家侧重社会道德伦理,道家强调回归自然本真。生活美学应聚焦现实生活中的审美现象和活动进行深入研究,正如学者薛富兴指出的,“生活美学”的落脚点在“生活”<sup>[8]</sup>。这些观点为阐释中华生活美学内涵及考察其与造物活动关联提供了基础。从生活美学视角看,Z时代群体“快乐”图鉴插画设计,可体现Z时代在多元生活场景中发现美的独特方式,如在现实世界、潮流文化中创造个性化形象与生活方式,通过插画展现其借助科技、社交等体验美的快乐瞬间,反映Z时代群体的生活美学观念与追求。

### 5 当代青年“快乐”图鉴插画设计

#### 5.1 设计构思

本文将围绕当代青年“快乐”图鉴这一主题来展开叙述,以当代青年的快乐现象和生活状况的插画设计。设计整体将从日常生活、工作、学习出发,保证内容的完整性和统一性,同时融入生活美学的理念。以线描插画风格绘制表达。每幅插画通过不同人物动态、场景、装饰元素等设计,表现出作品的独有风格。插画设计内容以轻松愉快作为走向,将设计主旨与人物紧密相连。让更多观者更加在意快乐的感受和追求。

#### 5.2 资料搜集与分析

通过用户访谈,调查了10多名目标群体,他们对于的快乐标签有:少掉发、方案一次过、追剧磕CP、旅行、戴耳机听歌、手机满格电、外卖提前送达、睡到自然醒、晒太阳、消费、聚会、吃美食等等。可以看出,快乐的源泉虽

是有种类，却唯有通过刺激人体感觉器官来产生快乐感。这也与生活美学的落脚点在“生活”理念相契合。一方面快乐是物质快乐和精神快乐的统一是人的生存需要、享受需要、发展需要在一定程度上的满足。而精神上的快乐是一种更充盈和趋于完美的期盼。在网络上的搜索的资料中，关于快乐主题的设计大多都以插画、平面等形式展现，系列插画有日本当代插画师二村大辅，在2020年设计的《可口可乐系列》，是在他作品中比较经典的。他的作品简约且引人注目，这个系列主张“打破隔阂，建立起沟通的桥梁”，如图1。



图1《可口可乐系列》插画设计案例

插画提倡要敞开心扉。争吵的双方就像带刺的仙人掌，一旦靠近便会伤害彼此。

卸掉保护自己的那层盔甲，暴露温柔的内在，也许会收获新的快乐。这一系列广告看似剧情简单，画风活泼，却如同有魔力一般，同一的内核是让我们主动反省行为方式上存在的缺陷。平和的日常需要一颗乐观的心，才能获得快乐。

### 5.3 设计风格及定位

通过借鉴和学习所浏览的图像资料和插画作品，以及研究探索了设计的现状后，决定以年轻、活泼、有趣的设计调性，同时融入生活美学的简约、自然和生活美学的实用性。设计风格参考Doodle风格，也叫做线描插画，是在画面外描绘明显的轮廓线，也是一种矢量插画。整体画面轻松活泼，更加具有趣味性，它不追求过多肌理和质感的表达，更多的是在于对人物的细节刻画、场景氛围的表达上，是一种简洁的设计。应用范围广泛，海报、广告、包装等。色彩上以纯色为主调，渲染活力、愉悦的氛围，同时体现生活美学中的“简约之美”。

## 6 当代青年“快乐”图鉴插画创作过程及效果展示

### 6.1 插画元素设定

在初步构思时，通过借鉴和学习所浏览的图像资料和插画作品，创作出了一部分插画设计元素草图，如图2。

构思分析一：插画设计通过生活、工作以及学习方面设计三个系列，以每个主题所提取的相关元素进行设计组合，每张插画尺寸一致，达到整体性的效果。

构思分析二：风格以线描为主，采用简洁明快的矢量图来展现画面。

构思分析三：整体的色调较为绚丽，具有浓郁的个人风格。希望创造出轻快有趣的风格插画。通过分析后，提取设计中的相关元素，如在日常生活中的，当代青年认为能够沉浸在音乐的夜晚、喝奶茶、追星、去看音乐节、做健身运动。在这种需求下，能收获属于自己的快乐。在工作方面的内容。如升职加薪、按时下班、不加班等。而在学习方面的内容。如考过了某某证书、考研考公等。



图2部分插画元素草图

### 6.2 插画构图设计

通过对草图、初稿的完善下，以及版式构图元素的安排，得到了插画终稿，如图3。



图3插画终稿

系列一（生活方面）：采用竖构图，以人物为中心，通过扁平化和简洁化的物体处理，创造出超现实的背景场景，增强画面的趣味性和视觉冲击力。插画中的每个元素都被赋予了象征意义，如唱片机等符号代表沉浸在音乐中的快乐，奶茶杯象征悠闲的享受等。这些元素在画面中以一种轻松愉快的方式排列，引导观者的视线流动，同时传达出生活的丰富多彩。

系列二（工作方面）：通过对比和幽默的手法，展现了工作中的小确幸，如按时下班的轻松、工作中的“摸鱼”。

构图上,使用了大量的空白和简化的背景,以突出人物的情感和状态,使观者能够迅速地与插画中的人物产生共鸣。

系列三(学习方面):学习主题的插画则通过夸张和象征的手法,表现了学习过程中的成就和挑战,如获得毕业证书的激动和考研考公的专注。

在所有系列中,插画都采用黑色描边,形成鲜明的线描风格,这不仅加强了插画设计的系列感,也与生活美学中的“线条”和“空间”的概念相呼应。整体构图追求平衡与和谐,同时也不乏动态和节奏感,旨在通过视觉语言传达出Z时代群体在生活、工作和学习中寻找快乐的哲学思考。希望能够引导观者进入一个既熟悉又新颖的视觉世界,并且能够发现日常生活中被忽视的快乐,体验到生活美学所带来的心灵触动。每一幅插画都是一个故事,一种情感的载体,一个关于快乐和生活的思考。

### 6.3 色彩分析

本次插画设计的主题是以线描风格为主,插画都采用黑色描边,在色彩表现上以饱和度较高的色调为主,渲染活力、愉悦的氛围。每一幅插画都以两种有冷暖对比的高饱和色彩,为主要色调。采用的色彩策略旨在体现生活美学中的“空灵”与生活美学中的“日常之美”,通过色彩的巧妙搭配,渲染出一种既活力四射又内心宁静的氛围。插画的色彩设计以高饱和度的色调为主,这些色彩不仅能够吸引观者的眼球,还能够传递出快乐和活力的情感。选择了粉色和青色作为主色调,这两种颜色的冷暖对比,能够在视觉上形成和谐而又鲜明的冲击,象征着生活中快乐与平静的并存。粉色代表着温暖和喜悦,而青色则给人以宁静和清新之感,两者的结合旨在创造出一种既温馨又清爽的视觉体验。插画背景采用符合场景的渐变色彩,在适当处用不同的底纹肌理填充色,丰富画面层次感。整体画面体现出活跃、明快、现代的设计风格<sup>[9]</sup>。

### 6.4 海报设计

“图画现代主义”运动涌现了大量具有现代设计意识的优秀的海报作品。海报设计是社会文化发展的时代产物。现代海报设计的形式及表现手段也随着现代社会思想意识和现代科学技术的发展而发生变化。在创作观念及设计语言上也表现出较强的艺术化倾向<sup>[10]</sup>。此次海报设计采用插画设计与文字排版相结合的组合,背景根据插画主色调,建立渐变模糊的背景。此次海报设计是延伸插画设计的呈现方式、增强插画设计的系列感,也带来些许不同的视觉体验。

### 6.5 衍生品设计

衍生品可以对插画设计起到较好的宣传作用。基于企业文化下的衍生品是当今社会热度极高的宣传方式,衍生品设计企业品牌形象建立的重要方式之一<sup>[11]</sup>。根据插画设计想要表达的内容,设计了圆形贴纸、鼠标垫、拼图等。以更加真实、多样的方式来呈现插画设计。圆形贴纸是根据每幅插画中的主要人物的来展现的,通过这种衍生品的方式,

更有趣味感和随机感。鼠标垫是根据工作中的场景插画而设计,鼠标垫多用于工作场景,用此种衍生品让使用者更具有代入感。拼图的衍生品能激起使用者的好奇心,想要动手去一步步拼凑出完整的图案,使用过程中增加了互动感和趣味性。

## 7 结论

本文通过插画设计的形式,深入探讨了Z时代群体在生活、工作和学习中寻找快乐的新途径,同时融入了生活美学的理念。在这个过程中,不仅揭示了现代青年对于快乐认知的多样性,还展示了他们如何在简约和自然中找到内心的宁静与满足。

在设计构思和实施过程中,作者完成了以下几个关键方面的工作:

第一,社会背景理解。通过研究和访谈,深入了解了Z时代群体的社会背景和生活状态,特别是他们对快乐的独特理解和追求。

第二,视觉元素收集。收集了反映Z时代群体生活的图片和视觉元素,并将这些元素转化为插画设计中的生动场景。

第三,人物形象塑造。创造了多样化的人物形象,通过他们在不同生活场景下的行为和表情,诠释了Z时代群体对快乐的不同态度和体验。

第四,创意与方案优化。在设计过程中,不断修正和调整创意,优化方案,以确保最终的插画作品能够准确传达设计主旨和情感。

最后,设计说明撰写。详细记录了设计过程和思路,为读者提供了对插画设计背后理念的深入理解。

此次插画设计的主题围绕“快乐”展开。作品希望探讨Z时代群体的快乐来源,更好的了解他们的所思所求,丰富插画设计的创作,展示当代青年对于快乐的新的看法和来源,减少一定程度的悲观情绪,更好地与自己的欲望相处,从而发现日常生活中的乐趣和精彩。在设计时发现问题解决问题,积极与指导老师进行交流,通过老师的指导,更好地完善自己的设计内容。插画整体内容以轻松愉快作为走向,将社会问题与人物紧密相连以此吸引读者,提高Z时代群体对当下生活的认知。通过此次插画设计,吸引观者了解Z时代群体的生活和思想,减弱一定程度的消极情绪,引出对于快乐的新的看法,从而去探索积极健康的生活方式。这也是生活美学共同追求的目标。在未来的设计实践中,作者将继续深化对更多美学理念的探索,创造出更多能够触动人心、引发深思的作品。

### 参考文献

- [1] 刘向,说苑·反质[M].北京:中华书局,2020,第二十卷.
- [2] [美]马克·普伦斯基.数字原住民,数字移民[J].展望,2001,9(5).
- [3] 薛富兴.中国生活美学研究[J].文艺研究,2010,(4):12-18.