

# “躺平主义”的兴起

——当今主要社会矛盾的冰山一角，但足以管中窥豹

朱璟瑞

自从新冠疫情开始以来，特别是 2021 年以来，一种新型的思想——躺平主义<sup>[1]</sup>逐渐在中国社会的广大青年群体中兴起<sup>[3]</sup>，可以清晰看到的是，这种躺平思想充分体现了当今中国社会的内部矛盾，但其本源为何？如何评价？这便是本文希望讨论的内容。

## 一、“躺平主义”因何而起？

“我可以像第欧根尼只睡在自己的木桶里晒太阳，也可以像赫拉克利特在山洞里思考‘逻各斯’，既然这片土地从没真实存在高举人主体性的思潮，那我可以自己制造给自己，躺平就是我的智者运动，只有躺平，人才是万物的尺度。”

——网友“好心的旅行家”，2021 年 4 月 17 日于百度贴吧

2021 年 4 月，一起“货车司机因被罚款扣车而自杀”事件，在网络上激起千层浪花，激发起网友们对于中国广大工人群众现状的讨论热潮<sup>[3][4][6][7]</sup>，随后在百度贴吧上，“躺平”这个在 2011 年被创造的词再度被拿上桌面，成为了“不买房、不买车、不谈恋爱、不结婚、不生娃、低水平消费”、“与其跟随社会期望坚持奋斗，不如选择‘躺平’，无欲无求”思想的代名词，“躺平主义”由此而生，虽然在不久以后，“躺平”一词就作为敏感词被中文互联网“封杀”，相关内容也被下架或隐藏处理<sup>[2][8][14][25]</sup>，但这个词汇仍然被网友们以最大程度保留了下来，<sup>↑</sup>特别是在白岩松相关争议事件发生后<sup>[5][33](b)</sup>，“躺平主义”的相关讨论走向了顶峰，<sup>↑</sup>“躺平”一词成为了“2021 年度十大网络用语”<sup>[9][10](a)</sup>。

通过大量网友们的论调可以看出，“躺平主义”表达的是广大年轻人在当代社会高度竞争下的心态，其初衷是对于自己所处的困难环境的忧虑与对于剥削的一种无奈的积极态度的表达，可谓是中国青年的一种“非暴力不合作运动”<sup>[21]</sup>。

自改革开放以来，中国的经济一直处于飞速发展期，但自从二十一世纪一十年代中期以来，中国的改革红利开始了快速地被稀释，年轻人求职越来越难的同时，职场环境的竞争也逐年变大<sup>[12]</sup>，特别是新冠肺炎疫情以来，中国的经济同其他国家一样受到重创，这种竞争就更加明显，且有逐年精英化的趋势，而随着网络逐渐发展，人民群众获取信息的途径逐年扩大，这种竞争所引起的各种事件（就比如上文提到的“货车司机因被罚款扣车而自杀”事件）的传播度与讨论度也在逐年上升，这使得焦虑感逐渐在中国青年群体中蔓延<sup>[13]</sup>，同时，中国最开始的“先富带动后富”指导思想在转化为“共同富裕”后并没有在实际政策上有强有力的支持，这导致中国社会开始出现阶级固化现象，这进一步加剧了焦虑感的蔓延过程。青年群体，包括已步入

职场的工人群众与未步入职场的学生群体发现自己已经无法追赶社会的逐年扭曲化<sup>[11][12]</sup>，便会开始寻找解决方案。显然且先入为主的，青年人把矛头指向了中国现存的民族资产阶级，广大青年人认为“资产阶级们通过剥削剩余价值的方式把我们的社会变成了这样，那我们只需要想尽一切办法不生产剩余价值，这种剥削就自然停止了”，由此，“躺平主义”的意识形态内核出现了，在这种意识形态的指导下，年轻人们开始了与民族资产阶级的，“拒绝消费，拒绝奋斗，拒绝被割韭菜，拒绝被资本功利主义挟持<sup>[27]</sup>”，“维持最低生存标准，拒绝成为资本家赚钱的机器、被资本家剥削的奴隶<sup>[1]</sup>”的“耗命”运动，年轻人们开始抗拒工作，希望能够在自己的个人财富用尽之前尽量通过不提供剩余劳动力价值的方式消耗民族资产阶级的资本，同时，民族资本家们的一些不当言论也加剧了这种浪潮<sup>[5][33]</sup>。而在网络文化上体现出来的，就是“躺平主义”的盛行。

## 二、“躺平主义”的根源

事实上，自由王国只是在必要性和外在目的规定要做的劳动终止的地方才开始；因而按照事物的本性来说，它存在于真正物质生产领域的彼岸。  
——卡尔·马克思

我们可以看到，在“躺平主义”的概念逐渐抽象成五不一低（不买房、不买车、不谈恋爱、不结婚、不生娃、低水平消费）前，就有一大批反对“996”等基于资本主义压迫的不合理工作制的年轻人在中文互联网上活跃着<sup>[17][32]</sup>，在“躺平主义”被提出后，我们可以看出，反“996”的人，与推崇“躺平主义”的人是同一批人，这就是目前在中国互联网企业与高新科技产业工作的一大批青年，这些青年往往接受过良好的教育且受“左”的思想影响较大，对于中国社会环境的现状自然无法接受，进而催生出“躺平主义”，也并不奇怪，可以说，毫无疑问的是，在这样的现状下，中国已经明显进入了“规训社会”中。

在上个世纪六十年代之前，人们普遍认为西方的现代社会为“规训社会”，在规训社会中，典型的权力形式不是统治者的任性或国家暴力，而是工厂、学校、监狱、医院、军营等规训机构及其规训技术，而今天，西方社会正在从规训社会向功绩社会转变。功绩社会以人的自我强制为特征，进行内在地激励。表面上看，在功绩社会中，个人对生命和时间有更多的自主权，但是，在高度竞争的社会结构和功绩主义的意识形态支配下，每个人为了维持已有的社会地位和消费水平，不得不自我监督、自我驱使、自我加码，最后掏空自己，陷入厌倦和躺平<sup>[12]</sup>。但是，中国作为一个发展中国家，并不像发达国家一样，个人拥有较多自由财富，可以较自由地进行生活，却也像发达国家一样转变成了规训社会与功绩社会。而在这种社会环境下，中国的青年在接受应试但相对较高等优质的教育的情况下，自然而然会对传统价值观下的现代化问题产生反思<sup>[27]</sup>，这也是“躺平主义”引起共鸣与网络支持的根源。

### 三、如何评价“躺平主义”

作为人类的基本需求，休闲和游戏意义上的躺平具有永恒的意义，并且是社会发展的衡量标准，躺平问题的讨论有助于我们深化对这个问题的认识。就作为对生产主义、消费主义、加速社会、功绩社会的抵制而言，躺平部分地表达了人们对现代性和现代化的反思和批判<sup>[12]</sup>。

——汪行福《合成症候躺平现象分析》

事实上，对于“躺平主义”者，我们一般可以分为两类，一类是退出功利主义，转向探索个人价值的精神犬儒即积极的躺平主义者，另一类是虽然对资产阶级压迫带有怨恨，但因个人力量渺小而无奈地选择躺平主义这种非暴力不合作运动的普通青年即消极的躺平主义者。对于第一类人而言，他们的自主意识就决定了他们是可以彻底跳脱出利益场，这是一种相当高的精神境界，而对于第二类而言，网络上有这样一种比喻：这种躺平像海蜘蛛。海蜘蛛吃海底垃圾长大，除了脚就是一个头，全身没有肉可食用。这样的动物在食物链里面，反而显得很安全。只要成为废物，就没有人可以利用你，资本不能利用，朋友也无法利用，躺平所带来的，竟然是一种低质量生活的安全感<sup>[11][12]</sup>。这样的生活态度本身也是一种合理的生活哲学，其本身无伤大雅，更何况其在客观条件下阻碍了资本的快速发展，这两类人的思维方式都是值得尊重的。

不过还有一类“躺平”主义者，他们是社会上的成功者，自然可以尽情挥霍，与其说是“躺平”，不如说是“躺赢”，我们不把这类人纳入讨论范围中。

“躺平主义”作为一种退而求其次的主义，是一种值得尊重的意识形态，而它的局限性也很明显，就是没有看透在资本主义分配方式下劳动力无法全部转换成劳动报酬的现状，进而形成了一种有点像虚无主义的中间态<sup>[20]</sup>，而看透这层关系的人，都已经成为坚定的马列主义者了。

### 四、管中窥豹，可见一斑

躺平，是为了不弯腰。  
躺平，是为了不下跪。  
躺平，是横向的站立。  
躺平，是挺直的脊梁<sup>[1][25]</sup>。

——2021年在微信上流传的一首短诗

所谓“躺平主义”，本质上就是青年人对于社会中存在的阶级压迫的不满理论化后产生的一种缓和的，反叛的意识形态，而这样的意识形态的发展史，足以让我们窥得现阶段中国社会产生的矛盾与问题。

中国于上个世纪八十年代，即改革开放后经济才开始大幅度增长，这相对于大部分

大国来说都晚得多，由于当时的中国迫切需要经济发展，且科技的落后使得中国必须接轨国际，从上个世纪九十年代以来，大量侨资外资在中国生根发芽，中国本土资本也尽数落户，这使得中国经济发展及其迅速，也使得中国跃居世界第二大经济体。但是，这种经济的高速发展是有很大的弊端的，比如说泡沫经济。中国目前的楼市泡沫与股市泡沫已经积攒起来了<sup>[18]</sup>，并且经过几十年的积累已经达到了一个相当恐怖的级别，而新冠肺炎疫情的契机，使得泡沫开始摇摇欲坠，随时有破裂的危险。泡沫一旦破裂，除非中国如同美国一样有将经济危机转移的能力，否则将同日本一样经历一个又一个“失去的十年”<sup>[20]</sup>，而这种“暴风雨前夜”般的经济状况，正是中国经济社会矛盾的一个重要诱因，而从“躺平主义”的发展中，便可对这一状况管中窥豹。

和绝大多数资本主义国家不太一样，中国青年的精神危机既不是青春成长的烦恼，也不是现代社会对人的异化，也不是因为消费主义盛行，其根本原因都是因为政治高压<sup>[19]</sup>。其他国家社会中青年的精神危机，都无法跟中国的情况相提并论。所以中国青年特别喜欢移植其他地方的社会思潮，比如说很多人看上个世纪的日剧就喜欢共情泡沫经济，即便当年他自己都没出生；看欧美文学就提垮掉的一代、越战、嬉皮士<sup>[19]</sup>。同样的，这次“躺平主义”的兴盛，有很大程度上也是受美国十年前，日本二十年前的思潮影响<sup>[23][24]</sup>，是一次“有病乱投医”的尝试，而这次尝试无疑会受到来自政治上的阻碍与影响<sup>[22]</sup>，而这些阻碍恰好从侧面说明了中国在不少政策与制度上的不足之处，这是值得反思的。比如要防止阶级固化，给广大年轻人以阶级流动的空间<sup>[26]</sup>，才能尽可能避免“内卷”与“躺平”思潮的诞生。

## 五、“躺平主义”浪潮下的青年人们

“许多喊着‘躺平’的年轻人，并未真正‘躺平’，他们只是在用自嘲的方式反抗当今巨大的生活压力、高度的‘内卷’竞争<sup>[28]</sup>。”

——《咬文嚼字》编辑部

在当代这个阶级固化已经出现，各种竞争严重，焦虑思想深入人心，“内卷”严重的社会里，去苛责那些选择“躺平”的年轻人显然是无用且不合时宜的，毕竟虽然“躺平主义”已经成为了一种在中国新兴的意识形态，但这个年轻的词汇的用途大多数还是年轻人之间基于一种“同病相怜”感的自嘲行为。虽然“躺平主义”无法接受指责，但是这不代表看上去与“躺平”成反义词的“奋斗”陷入了无用的地步<sup>[30]</sup>，实际上，“躺平主义”与“奋斗”从来都不是反义词。

作为“躺平者”，广大的青年人们也绝不是如某些人口中说的那样是“垮掉的一代”<sup>[31]</sup>，还不如说，恰恰相反，“躺平”本身也是一种积极的抗争，其抗争的对象是广大民族资本家与其它类型的剥削者，抗争的方式是拒绝进行剩余价值的生产，这种行为本身便是符合天理人情的行为；青年人也绝不是拒绝奋斗，他们只是拒绝了“996”这种违反法律的<sup>[29]</sup>，剥削、压迫他们的行为，中国社会的青年人是不缺乏向上的希望的，他们在用“躺平”这种看似消极的方式拒绝这种看似乐观的，“奋斗”的生活态度时，他们也在用自己积极的一面，去探索着美好与光明，他们有些能钻研科学创造，

有些能在艺术创作中提高着自己——他们正在期许着能够从人文主义，特别是在共产主义社会状态下的人文主义的浪潮中寻找解救自我的道路，虽然这些尝试与探索只不过是人们眼中的“玩物”，但历史总是由青年人们创造的，中国的青年人们正在用自己的方法带领着整个社会走向尽可能好，尽可能光明的地方，而显露出的“躺平主义”，只是浮于水面上的一朵浪花<sup>[31][34]</sup>。

青年人们，总是整个社会中最激进的一群人，但他们也是最具有创造性的一群人，他们的心仍然是充满热血的，他们都是正在寻找解救自我甚至解救社会的方法的。一切对于整个青年群体的指责都是单薄且无力的，只需要时间的等待，青年人总会在未来的某一个时刻对这些指责给出答案。

“躺平主义”之兴起，本身就是一个悲剧性的事件，因为它充分地展示了中国逐年走向阶级固化，民族资产阶级再度兴起的现状，但是，我们应该坚信的是，中国青年人是会有办法医治这个社会的矛盾的，至于是什么方法，就要交给历史的脚步了。

## 注释

- (a). <sup>1</sup>官方将“躺平”解释为“年轻人的一种解压和调整方式，是改变不了环境便改变心态的自我解脱”、“短暂‘躺平’是为了积聚能量，更好地重新出发”，与网民的解读有所不同。<sup>[1]</sup>
- (b). <sup>1</sup>指 2021 年白岩松在一档青年论坛的现场提问环节回答如何看待当代年轻人面对高工作压力高房价的问题时引起的争论<sup>[5][35]</sup>。

## 参考资料

- [1]. [躺平 - 维基百科，自由的百科全书 \(wikipedia.org\)](https://zh.wikipedia.org/zh-cn/%E5%B8%B6%E5%B9%B3)
- [2]. [\(3\) 五岳散人 在 Twitter: "听说淘宝把“躺平”字样的商品都下架了，我去搜了一下，连“躺平T恤”都没了。我在油管节目里说过，“佛系”可以，但“躺平”不行，因为躺平是一种反抗，哪怕是消极的反抗也是反抗。看来是没说错的。" / Twitter](#)
- [3]. 林诗雅. [貧富懸殊和勞工惡劣待遇下，大陸青年推「躺平即正義」，是逃避現實還是解決問題? . 端傳媒](#). 2021-05-31 [2021-06-03]. (原始内容存档于 2021-06-04) (中文(香港)) .
- [4]. [大卡车因“北斗定位掉线”被罚款 2000 元，司机气不过服毒自杀 哔哩哔哩 bilibili](#)
- [5]. [不会吧白岩松，咱可是读书人 哔哩哔哩 bilibili](#)
- [6]. [网民五问货车司机被罚后自杀事件 - 知乎 \(zhihu.com\)](#)
- [7]. [货车司机自杀的背后是科技神话的破灭|金师傅|打工人 网易订阅 \(163.com\)](#)
- [8]. [躺平主義 | 不想跪着也不能躺着 豆瓣封殺討論惹網民反感](#)
- [9]. [2021 年度十大网络用语发布 中国经济网——国家经济门户 \(ce.cn\)](#)
- [10]. [《咬文嚼字》发布 2021 十大流行语：赶考、破防、鸡娃等入选 文化课 澎湃新闻-The Paper](#)
- [11]. [Tired of Running in Place, Young Chinese 'Lie Down' \(sixthtone.com\)](#)



- [12]. [“躺平”：回应姿态、社会心态与生存样态. 探索与争鸣. 2021, \(12\): 4-27 \[2022-07-12\]. ISSN 1004-2229](#)
- [13]. [专栏 | 中国最钱线：钱线爱吐槽 - 躺平不是问题，想躺平而不得才是 — 普通话主页 \(rfa.org\)](#)
- [14]. [“躺平”T恤、手机壳及车贴等全线下架 — 普通话主页 \(rfa.org\)](#)
- [15]. [货车司机金德强之死：问题是什么？. 马各庄青年. 2021 年 4 月 24 日 \[2021 年 6 月 13 日\]. \(原始内容存档于 2021 年 6 月 13 日\) .](#)
- [16]. [Jack Ma endorses China's controversial '996' work culture | CNN Business](#)
- [17]. [默认 996 工作制背后：被撕掉的焦虑遮羞布 \(yicai.com\)](#)
- [18]. [中国经济的三个泡沫，哪一个最先破？ 中国经济目前有三个巨大的泡沫：股市、楼市和债市，这三大泡沫究竟哪个先破，将关系到中国未来的发展问题，也关系到每一个人的切... - 雪球 \(xueqiu.com\)](#)
- [19]. [二次元作品创作动机的转变 \(bgm.tv\)](#)
- [20]. [日本的低欲望社会是中国的未来吗？年轻人还有没有机会？【阿 Test 正经比比】\\_哔哩哔哩\\_bilibili](#)
- [21]. [躺平：城市新贫困階級的非暴力不合作運動. 端传媒. \[2021-06-11\]. \(原始内容存档于 2021-06-12\) .](#)
- [22]. [“躺平”可耻，哪来的正义感？\\_第 A04 版：评论\\_2021-05-20\\_南方日报数字报\\_南方网 \(archive.org\)](#)
- [23]. [森本隼裕. 中国の若者に広がる“寝そべり主義”とは. NTV NEWS24. \[2021-06-12\]. \(原始内容存档于 2021-06-13\) .](#)
- [24]. [Tang ping trend: What is 'lying flat' protest in China | The Independent](#)
- [25]. [“躺平”也不行：“躺平 T 恤”下架是为何？ | 德国之声 来自德国 介绍德国 | DW | 21.06.2021](#)
- [26]. [扎实推动共同富裕 - 求是网 \(qstheory.cn\)](#)
- [27]. [躺平 - 萌娘百科\\_万物皆可萌的百科全书 \(moegirl.org.cn\)](#)
- [28]. [《咬文嚼字》编辑部发... - @咬文嚼字的微博 - 微博 \(weibo.com\)](#)
- [29]. [中华人民共和国劳动法 \(samr.gov.cn\)](#)
- [30]. [光明时评：拒绝“内卷”，年轻人开始信奉“躺平学”了？](#)
- [31]. [中国没有“垮掉的一代”-新华网 \(xinhuanet.com\)](#)
- [32]. [996.ICU/README\\_CN.md at master · 996icu/996.ICU \(github.com\)](#)
- [33]. [如何看待白岩松的“不会吧”言论？ - 知乎 \(zhihu.com\)](#)
- [34]. [拒绝“躺平”，奋斗的人生最精彩--教育--人民网 \(people.com.cn\)](#)
- [35]. [忧国忧民白岩松，因一句“不会吧”被骂上热搜，22 岁儿子现状引热议 \(qq.com\)](#)