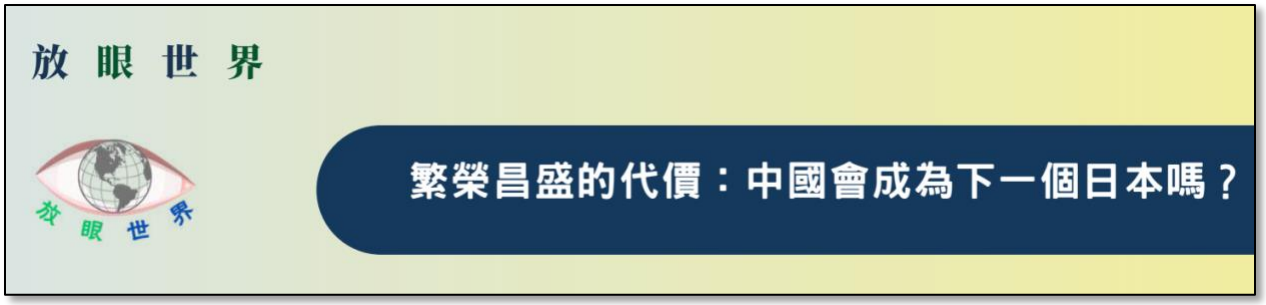


- **余創豪** chonghoyu@gmail.com

中美生活的差別

有不少到過中國大陸的人都讚美中國的基礎建設非常先進，生活很方便，例如電子支付很普遍，服務業亦很好，想吃什麼東西，只要打電話，任何時候都會有快遞員送食物來。相對之下，美國的生活便比較不理想。筆者從前在香港生活，在香港，即使是深夜，只需要花幾分鐘走到樓下，我會見到在街上什麼類型的餐廳和店舖都應有盡有，在美國並沒有這種方便，所以我明白為什麼很多人會在心中產生這種強烈的落差感。

一方面，我當然明白人們會喜愛舒適和方便的生活，這包括我自己在內。但另一方面，我也會從易地而處角度去思考，如果我是那個快遞員，一天到晚送外賣或者送貨只是賺得些微金錢，我的感覺是怎麼樣呢？再想深一層，我真的需要這種方便嗎？的而且確，有時候我在凌晨兩點想吃東西，但我會預先買好食品放在家中，根本無需要勞煩外賣員。

中國的外賣系統（如美團、餓了麼）被認為是全球最先進的，但這種先進對騎手來說是一場「數字奴役」。平台利用大數據不斷縮短配送時間。如果去年系統認為送這單需要二十 分鐘，今年可能要縮短到十五分鐘。騎手為了不被罰款，必須逆行、闖紅燈，這導致外賣騎手成為城市中交通事故的高危群體。大量騎手與平台之間沒有正式的勞動合同，而是被定義為「個體工商戶」，這意味著他們沒有社保、沒有醫療保險、沒有失業救助。隨著越來越多的失業人口湧入外賣行業（由於地產和教培行業萎縮），單價不斷被壓低。部分騎手甚至需要每天工作十天二至十四小時，才能維持與幾年前相同的收入水平。

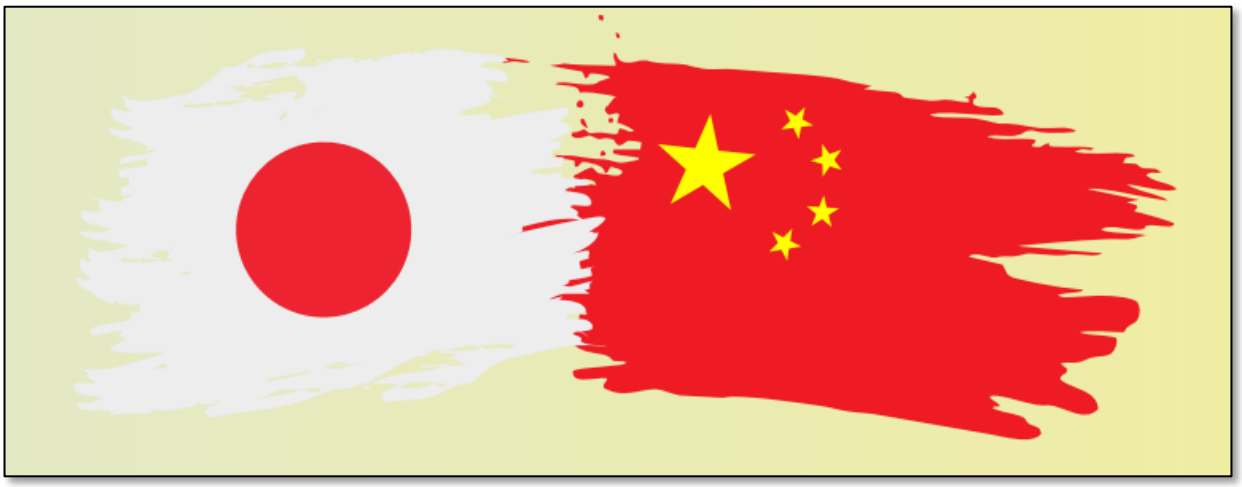
「996」的哀歌

有些中國朋友對我提出「996」這個名詞，意思是很多人每天由上午九時工作到晚上九時，一周六天。如果我就是那些「996」的工人，我會有甚麼感受呢？「996」最初是指互聯網大廠的常態，但現在已擴散到許多服務業和製造業。不消說，長期的「996」導致了嚴重的健康問題，包括過勞死、頸椎病、嚴重的脫髮以及心理焦慮。雖然大廠的「996」工人薪水較高，但如果計算時薪，其實這並不比歐美甚至東南亞的高端職位優厚，更不

用說他們失去了建立家庭、陪伴孩子和自我成長的「高質素時間」。而企業之間的「內卷」（惡性競爭）更令員工百上加斤，員工加班往往不是為了創造更多價值，而是為了「顯得努力」，當所有人都在加班時，準時下班就成了一種罪過。

中國產品價廉物美，在某些領域處於全球領先地位，例如比亞迪電動車、大疆無人機。然而，在這光環和繁華的背後，卻是無數人無聲的哭泣，吊詭的是，「996」工人自己沒有經濟能力去享受自己製造的繁榮。對於有錢、有地位的人來說，這確實是「人間天堂」；但對於那些支撐這個系統運轉的外賣員和「996」一族來說，這更像是一個密不透風的壓力鍋。「996文化」加劇了年輕人的挫敗感，並與房價、教育成本等因素共同推動了「躺平文化」的興起，他們意識到，既然無論自己多麼努力也買不起房子、無法翻身，於是索性選擇維持最低生存標準，不結婚、不生子、不消費、不社交。

當一個社會的繁榮建立在長期高度壓力與犧牲之上，人們往往開始反思這種繁華是否真能帶來幸福。這種矛盾感，正好讓我聯想起彭健新的名曲《借來的美夢》：「繁榮鬧市，人近個心不接近；人常在笑，誰又笑得真？人又似天天去等，夢想總不會近，人漸老，那希望變作遺憾。繁榮暫借，難望遠景只看近；浮華暫借，難望會生根。誰願意想得太深？但這心早烙下印，毋問我，每分力是為誰贈？」



日本的教訓

一個社會的進步如果不以縮短勞動時間、提高勞工尊嚴為目標，而僅僅是為了追求華麗包裝、大國崛起，那麼這種進步可能是不可持續的。當勞動力不再廉價（老齡化），或勞動者不再願意配合（躺平）時，這個漂亮的硬體外殼就可能停擺。

這種情況在日本也出現過，1980年代日本經濟如日中天，但日本人付出了沉重的代價，不少人長時間工作，為了提高現存產品質素和創作新產品，過勞死（Karoshi）這個詞正

是起源於 70 年代末至 80 年代的日本。根據日本厚生勞動省的紀錄，當時正值經濟泡沫巔峰，大量壯年男子因心血管疾病在辦公桌前猝死。1988 年，一群律師和醫生甚至成立了「過勞死 110 熱線」，這證明了當時問題的嚴重性。當時的日本男性被視為公司的「士兵」，他們對公司的忠誠度高於家庭。根據 1980 年代的統計，日本勞工的年平均工時高達 2,100 小時以上（相比之下，當時的法國、德國約為 1,600 小時）。

但亦有很多日本人是因為群眾壓力而假裝勤力，如果一個日本男性按正常時間下班，回到家中便好像沒有面子，因為這代表了他在公司「不被器重」或「沒有社交（應酬）」。為了維持這種虛假的成功形象，許多男性在居酒屋、帕青哥（小鋼珠店）或車站徘徊，直至深夜才回家。

當時日本在許多領域上已經超越了美國，許多人認為東升西降是必然的趨勢。我不是事後諸葛，在1980年代末期我已經認為這種違反人性的經濟模式是難以持續的。這種勞役導致了日本著名的「喪偶式育兒」（即父親在家庭教育中完全缺席），進而導致了嚴重的低生育率。當下一代看到父親如此痛苦且疏離時，他們對這種生活模式產生了強烈的幻滅感。長期的高壓工作並沒有換來持續的繁榮，而當日本泡沫經濟破裂後，其社會成本開始全面浮現，社會心理的集體疲勞令日本失去活力，那就是所謂「失去的幾十年」。

結論：以人為本還是視人為耗材？

中國會否步向日本的後塵呢？這仍然存在很多變數，例如人工智能提升生產效率，以及制度調整都可能改變結果。不過，未來變數難以捉摸，當下我只能夠觀察現存資料。一方面，這兩個國家存在着驚人的相處地方，例如兩者都發生在人口結構從年輕轉向老齡化拐點的人口紅利消失，兩個社會都是高強度的壓力鍋，兩者都出現了結婚率與生育率的斷崖式下跌。

但另一方面，兩者也存在着巨大的差異。首先，日本在20世紀 80 年代進入高壓模式時，人均 GDP 已經達到發達國家水平。以1988年前後為例，日本人均 GDP 已超過兩萬美元，接近甚至一度超越同期美國水平。相反，中國目前的人均 GDP 約為 1.3 萬美元，仍屬世界銀行定義的中高收入經濟體，而非高收入國家，這意味著大眾的「抗風險能力」遠低於當年的日本。還有，日本當年的企業普遍有終身僱傭制，勞工雖然累，但有安全感。中國現在的「996 」往往伴隨著隨時被裁員（優化）的風險，這是一種「極度勞累加上極度不安」的雙重打擊。

日本在付出沉重的代價後，現在開始推動「工作與生活平衡」；而中國目前的趨勢，似乎還在試圖通過發展巨型項目（人工智能、晶片、電動車、電池……）去成為可以與美國一較長短的超級強國，但這講求集中資源的舉國體制卻無助於公平分配和保障勞工。如

果不修正這種視人為耗材的邏輯，中國未來的反彈力度，可能會比日本當年的「迷失時代」更加劇烈和痛苦。

2026年5月28日
〈繁榮昌盛的代價：中國會成為下一個日本嗎？〉
原載於澳洲《同路人》雜誌

更多資訊