

从低欲望到躺平，你真的了解当代青年吗？



低欲望不等于无欲望

早在2018年，日本著名学者大前研一在《低欲望社会：人口老龄化的经济危机和破解之道》一书中，就提出了“低欲望社会”这一概念，其特征是：人口减少、超高龄化、失去上进心和欲望的年轻人越来越多。

大家担心的是低欲望对社会进步以及经济发展的影响，但在在我看来：

首先，这一现象反映了价值观的多元化，大家不再一味地、无差别地追求物质上的享受，个体可以选择适合自己的路径和生活方式，人们的消费观念更趋理性，社会也变得更成熟。

其次，不同时代，幸福感的主要来源不同：在经济高速增长的时代，为目标而努力的确会给人带来充实感；而在低增长时代，人们更可能慢下来去享受生活本身的乐趣。

最后，低欲望不等于无欲望，而是欲望向精神层面转移，从而发生产业类别的调整，如文化产业发展。

“拔草”代替“种草”

我把产生低欲望的原因归为两大类，分别是“被动的紧缩”和“主动的觉醒”。

“被动的紧缩”指有人出于生活的压力或对未来的

担心，不得已选择了只满足个人的基本需求。

而对于“主动的觉醒”的个体来说，他们有能力有机会去追求更高层次的财富积累和物质享受，却自主地摒弃消费主义，追求物质简单、精神充实的生活。

单纯的“种草”早已不能满足现在的年轻消费者，“拔草”正在悄然兴起（编者注：“种草”是增加用户或粉丝对某项消费的欲望，“拔草”则是消除或叫停某项消费的欲望）。

在豆瓣上，有31万人参与了“极简生活”小组，23万人参与了“不要买 | 消费主义逆行者”小组，9万人参与了“低消费研究所”小组，还有16万人住在名为“如果我们可以通过不消费获得快乐”的小组。

通过“断舍离”找到人生“平衡点”

日本管理咨询师山下英子提倡“断舍离”的概念，意在把那些不必需、不合适、过时的东西统统断绝、舍弃，并切断对它们的眷恋。

从宏观层面来说，“断舍离”会减少过度生产和资源浪费，促进碳中和与环境的可持续性。

从微观层面来说，“断舍离”让人反思什么才是人生中更有价值的东西，从而减少盲目的物质消费和精神上的执念，找到人生的“平衡点”。

“低欲望不等于无欲望，而是欲望向精神层面转移，从而发生产业类别的调整，如文化产业的发展。”



何今宇 中欧国际工商学院战略学教授



此外，“断舍离”更深层的内核是审视我们内心的各种欲望，观照“需”和“要”的边界，从这一角度而言，“断舍离”在任何社会、任何年代都是需要的。

“躺平”其实是一种反思

很多人将“低欲望青年”这一概念与近期广受热议的“躺平”联系在一起，认为这些观念带着些许颓废主义色彩。首先，“躺平学”折射出当下年轻人内心的“无力感”，必须得到正视。同时，所谓的“躺平”其实也代表着一种反思。在我看来，如果说“断舍离”是在消费层面寻求平衡点，那么所谓的躺平，或是不要过度拼命，则是在寻找工作与生活之间的平衡（work-life balance）。

不同的社会形态下，人们获得满足感、幸福感的方式与来源或有不同，并没有优劣之分。而一个存在多元价值观，并能够给持不同价值观的人提供各自生存空间的社会，才是一个成熟的社会。

