

# 習近平帶領百年大黨奮進新征程

——詳刊A4、A13版——

# 上位無門 上樓無望 上進無力 港青躺平 心難平

「躺平」近年成為內地網絡潮語，意指有部分內地青年鼓吹以「不買樓、不結婚、不生子、不消費」的生活態度，面對過度激烈競爭且低回報的社會環境。「上位難」同樣是香港青年面對的問題，愈來愈多港青出現消極的躺平心態，但不知是幸運還是不幸，在高壓的香港環境下完全躺平是無法生活的，故多數躺平港青仍會工作，但只hea做。有港青接受香港文匯報訪問剖析躺平的心路歷程，直指收入難以追上物價及樓價升幅，努力與回報不成正比下，低慾生活是唯一出路，「我知自己嘅生活模式喺某啲人眼中係不思進取，但在香港，『進取』不代表有回報，不如安穩地過好自己的日子。」不過，亦有港青就短暫休息後，確定了奮鬥的意義，充實自己、作好準備，走更長遠的路。

●香港樓價高企，生活成本高昂，部分港青無奈選擇「躺平」，走上「低慾生活」之路。



資料圖片

●香港文匯報記者 邵昕

「不買樓、不結婚、不生子、不消費」是所謂「躺平」青年對抗社會無止境壓力的方式之一，通過降低慾望與需求，來達到維持基本生活，以免捲入高壓的生活工作環境。自稱是「躺平港青」的王先生30歲出頭，從事月薪萬多元的貨櫃碼頭物流工作，平日過着朝九晚六的生活，一周六天工作，規律而又安逸，「盡到自己本分，有需要時就加吓班，但更多時候是夠鐘放工，回家休息。我不追求名牌和精緻的生活，衫褲、電話等往往用到爛才換，無慾無求，非常『躺平』。」

## 獲分配公屋打消買樓念頭

他年屆18歲時已開始申請單身人士公屋，預料畢業後搬離原生家庭在外租屋。他曾是別人眼中的奮鬥青年，為交租會加班搵錢，「香港的社會壓力大但機會少，工資漲幅永遠跟不上樓價和物價，雖然努力確實能帶來一定回報，但若永遠追不上房價，那努力就喪失意義。」王先生直言，高房價壓垮不少港青，「十幾年前租房居住，花費兩三千元已經可以租到一套附帶廁所的企理套房，這在如今完全不能想像，差不多條件，十年來價格翻番不止，但收入的漲幅完全達不到這個數字，有種越努力，差距越大的感覺。」

收入與物價及樓價愈追，距離就愈遠，最後他放棄向上爬，不久便成功獲編配單身人士公屋單位，沒有加租壓力的鞭策，他變得更頹廢。萬餘元月薪在扣除租金開支後，剩餘幾千元

便花費在吃喝玩樂及賭馬上，疫情前他將花剩的收入儲起，一次旅行花光花淨，從沒規劃人生。

「就算當初沒有抽中公屋，買房亦從來不在我的人生計劃中，對一個出身普通的青年來講，因為供樓每月收入可能甚至不夠日常花銷，做不吃不用幾十年才能成功上樓的『房奴』，到底是否值得？以一個人25歲開始工作，初期要養活自己，後面慢慢積蓄買樓，可能到65歲時先有自己嘅物業，你還住得幾年？」他說。

## 最差65歲後靠生果金度日

對婚姻，王先生比較隨緣，「暫時未遇到一個人，讓我能放棄現在安逸嘅生活，也擔心另一半會箍住自己，對未來沒有太詳細的規劃，最壞打算就是65歲以後靠生果金度日。各人有各人的活法，我知自己嘅生活模式喺某啲人眼中係不思進取，但在香港，『進取』不代表有回報，不如安穩地過好自己的日子。」

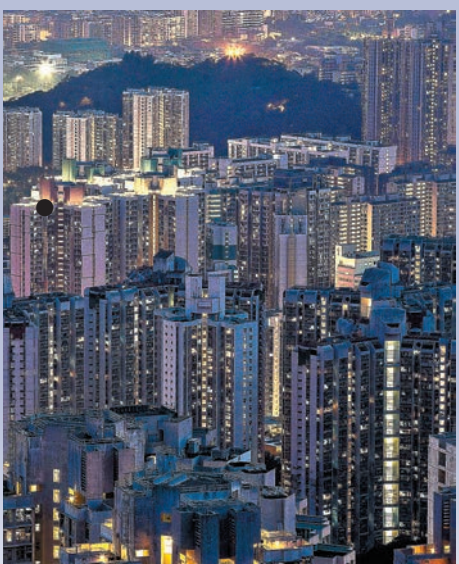
他直言，對生活感到悲觀，認為香港高強度的工作壓力和高企的房價讓香港青年難以喘息，為生存被迫淪為工作的「奴隸」是「傻事」，「我身邊有許多已婚已育的工友，為了養家糊口，每日工作18小時，白天上完班，夜晚或休息日還需兼職另一份工作，但改變到嘅乜？」

在他眼中，上進投效的成本過高，回報卻十分有限，「香港的物價實在是太高，迫於家庭壓力，但嚟要好搏命先可以賺到足夠妻子女兒生活的錢，努力確實可以搵多啲，但付出是否抵得上回報呢？」



○王先生從事貨櫃碼頭物流工作。

受訪者供圖



●港青慨嘆，工薪增幅難追樓價漲幅。

資料圖片



資料來源：政府統計處、財經事務及庫務局  
整理：香港文匯報記者 文森

特稿

## 社工鼓勵：跳出舒適圈 放眼大灣區

香港的「躺平」現象或多或少與學歷貶值有關，通街大學生，但人工無法追上樓價與物價。香港文匯報根據政府統計處和財經事務及庫務局數據發現，自1994年以來，擁有大學學歷的青年，佔該年齡組的人口比例由16.2%升至45.8%，惟其間大學畢業生及研究院畢業生月薪不升反跌。香港青年協會業務總監鄧良順接受香港文匯報訪問時表示，近年來，港青「躺平」現象浮現，當青年面對工作和生活的無力感加重，或會選擇以放棄等消極態度應對，不利青年與社會發展。他建議青年開拓眼界，跳出舒適圈，嘗試前往大灣區內的其他內地城市發展，追求更多機遇，香港社會亦要建立欣賞文化，給青年正能量。

### 高學歷趨普及薪酬不升反跌

鄧良順表示，隨着香港的發展趨向穩定，社會流動性減少，企業中高層職位難有較大變動，原本身處高位的人未到退休年齡，高層崗位又難很快增加，就會造成「向上游塞車」，青年缺乏晉升機會。加上平均學歷的提升，大學學歷不再如二三十年前一樣鳳毛麟角，青年人口中大學畢業生的比例大幅提升，但不少人畢業後只能從基層做起，期望的落差加劇青年悲觀心態。本港樓價與物價之高時常為人詬病，努力拚搏追不上樓價漲幅，很多青年人對置業感到無望，就算是選擇租房，亦面臨每兩年加租的壓力。

壓力大、機會小，部分青年人喪失拚搏心態，逐漸產生「躺平」心態，但因本地物價高，需要工作以維持生活，因此就會出現「hea做」或頻繁轉工以求高薪的情況，鄧良順認為，這種做法不利青年和社會，「就算公司有晉升機會，這些青年也往往因為消極狀態難以爭取，造成惡性循環，若持有這種觀念的青年增加，社會發展亦有機會停滯不前。」

### 重新定義成功非僅有車有樓

但他認為，隨着近年移民人數增加，為青年騰出發展空間，加上國家大力發展粵港澳大灣區，港青發展迎來轉機，「除面向香港的求職機會外，港青應有長遠眼光，嘗試走出舒適圈，前往大灣區其他內地城市充實自我，年輕人創業的機會成本低，更應該勇於嘗試，開拓未來。」心理衛生會助理總幹事黃敏信透露，現時接觸的個案中，不少青年表現出對前景的擔憂與迷茫，不知道努力會帶來怎樣的預期成果。目前，香港社會常以「高學歷」、「高收入」、「有車有樓」等來定義成功，增加青年壓力。但事實上，成功的標準並不單一，有一技之長、獨特愛好、在烹飪等職業導向有出色表現等都是一種成功，他希望未來可在社會建立欣賞文化，向青年輸送正能量。

●香港文匯報記者 文森

## 失業青年「躺平」數月 重回職場兼考輔警

有人在高壓環境下選擇「躺平生活」，消極應對；有人雖具備「躺平」的條件，但最終重拾信心，繼續奮鬥實現自我。從事IT技術工作的黃先生出身富裕家庭，自小按部就班升學、工作，疫情期間公司業務受損而慘遭裁員。在「享受」數月「躺平生活」後，他選擇重回職場，更利用閒暇時間投考輔警。身為「躺平」的過來人，他勉勵其他青年不要將成功與金錢、物質或成就掛鉤，實現自我目標，逐步重拾自我價值，是自救的良方。

香港的教育自小教導黃先生要成為「成功」和「有上進心」的人，「整個社會都在告訴你，你要好努力，讀多啲書，賺多啲錢，成功就是有樓、有面子、有人欣賞，各種慾望不停谷你去奮鬥。」

### 頹廢有罪惡感 振作挑戰自我

在這種社會教育下長大的黃先生乖乖求學，選擇了被社會視為有前途的IT專業，畢業後順利入職科技公司，開始兢兢業業得工作，但漸漸他發現處處充滿競爭，不免有些挫敗，「晉升不是說得那麼簡單，你很難去提升自己。那段時間很累，漸漸

對加薪之類沒有了那麼大追求，繁忙時也會想要是不用工作就好。」疫情期間，黃先生任職的公司業務不利，加上人事鬥爭令他不幸被裁員，「嗰段時間真係有試過『躺平生活』，每日自然醒，日間做吓運動，約吓朋友，生活很舒適，但不知為何我反而無法適應。」漸漸地，他從內心湧起一種罪惡感，「總覺得自己沒有生產，最後都係想搵返工。」經此一役，他突破自我枷鎖，不再將成功與金錢、物質掛鉤，反而更重視挑戰自我。