

职场倦怠

忙碌阶层的夜之愁

ワーキンググッバイ

いじめる働き手は誰か……

「疲弊・忙殺」拒絶「夜之愁」の出現状態

「疲弊・忙殺」拒絶「夜之愁」の出現状態

「疲弊・忙殺」拒絶「夜之愁」の出現状態

「疲弊・忙殺」拒絶「夜之愁」の出現状態

[日] 仁倉野史◎著



中信出版社 · CHINA CITIC PRESS



穷忙族

忙碌阶层的哀与愁

ワーキングプア

いくら働いても報われない時代が来る

「目」 门仓贵史◎著 袁祿译

中信出版社
CHINA CITIC PRESS

图书在版编目 (CIP) 数据

穷忙族/ (日) 门仓贵史著; 袁森译. —北京: 中信出版社, 2009. 6

ISBN 978-7-5086-1511-0

I. 穷… II. ①门…②袁… III. 人生哲学—通俗读物 IV. B821-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 051708 号

Working poor ikura hataraitemo mukuwarenai jidaiga kuru © 2006 by Takashi Kadokura

Original Japanese edition published by Takarajimasha. Inc.

Simplified Chinese Character translation rights arranged with Takarajimasha. Inc.

through Beijing SMSQ Culture Communications Co., Ltd., China.

Simplified Chinese Character translation rights © 2009 by CHINA CITIC PRESS

穷忙族

QIONG MANG ZU

著 者: [日] 门仓贵史

译 者: 袁 森

策划推广: 中信出版社 (China CITIC Press)

出版发行: 中信出版集团股份有限公司 (北京市朝阳区和平街十三区 35 号煤炭大厦 邮编 100013)

(CITIC Publishing Group)

承 印 者: 北京诚信伟业印刷有限公司

开 本: 880mm × 1230mm 1/32 印 张: 6.75 字 数: 10 千字

版 次: 2009 年 6 月第 1 版 印 次: 2009 年 6 月第 1 次印刷

京权图字: 01-2008-5931

书 号: ISBN 978-7-5086-1511-0/F·1600

定 价: 22.00 元

版权所有·侵权必究

凡购本社图书, 如有缺页、倒页、脱页, 由发行公司负责退换。服务热线: 010-84264000

<http://www.publish.citic.com>

服务传真: 010-84264033

E-mail: sales@citicpub.com

author@citicpub.com

人有病，天知否

若干年前，我曾经蹲在北京海淀的某个书店的展架下边，翻看一本名叫《人有病，天知否》的书，书里写的是1949年之后的中国文坛，算是一家之言。那时候，我还没有工作，但是不愁吃喝，父母每个月给的生活费足够打发读书、生活之需。一个有闲情了解中国文坛陈年旧事的穷学生，对未来，除了憧憬，一无所有。

今天，当我撰写这篇编辑手记的时候，我的收入已经大体可以应付自己的生活所需了。不再是父母的负担，对年轻人来说是迈上社会的第一步。但是，这小小的一步却并没有带来更多的快乐，长时间的收支勉强平衡带来的，仅仅是对没有积蓄的担



ワーキングプア

编辑手记

忧，和日复一日缺乏安全感的心理状态。所以，当我第一次听说“穷忙族”这个词的时候，似乎是找到了对自己生活十分贴切的一种描述，仿佛真的“找到组织”了。

让我意外的是，在讨论书稿的时候，我的领导也认定了自己是“铁杆”的“穷忙族”。孩子还小，未来的开支无法预估；老人身体欠佳，如何照顾成为了重要的家庭任务；工作更是五味杂陈，难以尽数。这样看来，她的人生也并不比我好到哪里。当然，是否真的贫困或许不是我们关注的话题，但是忙碌和疲惫却是大家共有的体验。与此相对应的是，我们既不用担心一餐一饭，却仍然需要算计着工资过日子，而为工资奔忙的过程占据了我们生命的绝大部分时间和精力。我们有各自的生活要面对，有各自的麻烦要解决，用一句老话说“家家有本难念的经”。

迷茫、无望、疲惫……几乎所有类似的词语，都比美好、希望、充实这类积极向上的词汇更能唤起时下都市人的共鸣。或许正因如此，我和我的领导才能在不同的年龄阶段感受到类似的情绪和心境。

在编辑《穷忙族》的过程中，我渐渐发现，自己

已经和心理上的“穷忙”进行了旷日持久的斗争。随着叙述的深入，本书作者深刻揭示了“穷忙族”产生的背景和原因。这不是某个人的私人问题，甚至不是某一群人的问题。有悖于我们一直以来受到的教育，“穷忙族”似乎无力抗争他们面对的现实。置身其中，无论是曾经的企业高管，还是如今的高技术人才，无论是对未来失去信心的年轻人，还是一路奋斗而来的中年人，没有谁该为自己的不幸受到指责。我们或许会意外地发现，“点儿背”有时候真的要怨一下社会。

我的一些朋友看过了书稿都告诉我，这本书不符合中国的实际，更让人失望的是，它并没有告诉读者，怎样才能摆脱“穷忙族”的境遇。我不禁哑然，这真的不是我能从容面对的问题。如果说“它山之石，可以攻玉”用在这里有些牵强的话，那么真的要急于断定，别人的故事与我们全然无关吗？且不说阅读本身是在帮助我们反思自我和身边的环境，仅就彼此关系而言，也没有几个国家比一衣带水的日本，与我们的联系更直接了，更不要说当今的世界早已是“寰球同此凉热”。

写到这里，我想告诉那些急于改善自身境遇的“穷忙族”读者，专心攻读一个学位，或者努力开拓一

份事业之前，少不了对现实的反思和对未来的规划，而这正是《穷忙族》能带给你的帮助。尽管书中没有职业规划，没有热点专业推荐，但是它试图告诉我们一些影响更深远、意义更重大的事情，从而帮助我们更清楚地反思各自的生活和境遇——

反思它为何成为今天这个样子。

反思我们为何忙碌而不快乐。

反思我们究竟“穷”在哪里，为何而“忙”。

反思我们的无奈，也反思未来真正可以努力的方向。

中国人是敬天的，无论是否信鬼神，但凡有所感慨，总免不了有一句“天啊”的惊叹。当忙碌已经成为我们的生活主旋律时，当迷茫、疲惫、烦躁不时袭来的时候，我忽然想到了那个慵懒的下午，在书店看到的那句话——人有病，天知否？

袁博

2009年5月于北京

“穷忙族”的问题

曾经有个青年诗人名叫石川啄木，在他的诗歌集《一捧沙》中有这样的句子：“工作啊工作，生活依旧无乐，两手常见空空。”这首诗发表于1910年，明治时代行将终结。

当时23岁的啄木已经成家，在东京朝日新闻社担任校对，每天从早到晚辛苦工作，但每月到手的工资马上就花光了，因此总是陷于手头拮据的尴尬境地。

他当时还撰写一些小说和评论，收入却依然无法补足亏空，债务累累，朋友也因此离他而去。在贫病交加之中，啄木26岁就走完了自己短暂的一生。据说他临死前最大的愿望竟然只是希望吃到一颗草莓。

明治时代的日本，已经废除了士



ワーキングプア

序言

农工商身份等级制，在理论上百姓已经得到了平等，但是国民的贫富差距依然很大。很多人因为贫穷而过早地死去。关于当时贫富差距的数据，已经找不到准确的统计数字，但从各种其他的渠道，我们依然可以推测出当时贫苦阶层的生活。

随着时代的变更，日本经济进入高度成长期（20世纪50~70年代），人们的收入所得急速上升，贫富差距也在逐步缩小。低收入人群的整体力量大幅攀升，成为具有购买能力的中产阶级。在这样的时代潮流中，诞生出“一亿总中流”^①这样的词语。石川啄木吟诵的那首诗也变为古老时代的记号，逐渐在富裕人们的记忆中远去了。

但是，到了21世纪的今天，石川啄木的这首诗，又成为反映现实的镜子重新受到了社会的关注。随着贫富差距一点一点拉开，在低收入人群中形成了叫做“穷忙族”的崭新社会阶层。

^① 在社会学中，庞大的中产阶级一直被作为现代民主、富裕、发达社会的人群结构特征。日本的学界和政府都非常重视对中产阶级的研究。总共1.26亿人口的日本，当年却号称“一亿总中流”，日本人都为此而感到自豪。——译者注

现在，我想给读者朋友出几个关于“穷忙族”的小问题。

这几道题中出现的数字，都是反映“穷忙族”生存实态的重要数据，请大家都来做一做，看看你对“穷忙族”了解多少。

第一问：在世界上最富足的美国，被称为“穷忙族”的人究竟有多少？

- ① 约 570 万人
- ② 约 1 700 万人
- ③ 约 2 700 万人
- ④ 约 3 700 万人

答案是④，约 3 700 万人。在很多人的心中，美国是一个“成功的国家、富足的国家”。这样的国家却有 3 700 万人处于贫困之中。其实“穷忙族”这个词语也是 1990 年最先出现在美国的。

第二问：在日本，年收入多少的人会被归入“穷忙族”？

- ① 年收入 500 万日元
- ② 年收入 300 万日元

③ 年收入 250 万日元

④ 年收入 200 万日元

答案是④，年收入 200 万日元。在东京，一个三口之家（丈夫 33 岁、妻子 29 岁、孩子 4 岁）维持基本生活的家庭年收入是 200 万日元。如果妻子是家庭主妇、丈夫是上班族的话，年收入即使达到 300 万日元，生活也会非常艰难。你可以想象年收入未满 200 万日元是多么的艰苦。但是根据最近的统计，年收入还不到 100 万日元的人正在逐年增加。

第三问：现在的日本“穷忙族”究竟有多少？

① 约 150 万人

② 约 250 万人

③ 约 350 万人

④ 约 550 万人

答案是④，约 550 万人。即使在富裕的日本，现在依然有这么多人生活在贫困之中。而且，“穷忙族”的数字还有逐年增加的倾向。

第四问：日本的最低时薪是多少？

① 时薪 610 日元

② 时薪 710 日元

③ 时薪 810 日元

④ 时薪 910 日元

答案是①，时薪 610 日元。最低时薪根据都道府县的不同每年都有一定的变更。2006 年最低时薪出现在青森县、岩手县、秋田县和冲绳县，时薪都是 610 日元。有一个团体，以“最低时薪标准生活一个月”为主题搞了一个试验，几乎所有参与者都感到“根本不可能以这样的时薪过下去”。

第五问：15 岁到 34 岁的非正社员（即非正式职员）有多少？

① 约 200 万人

② 约 400 万人

③ 约 600 万人

④ 约 800 万人

答案是③，约 600 万人。非正社员的数字在不断增加，过去的 4 年中已经增加了约 100 万人。

第六问：在日本，有多少派遣社员^①？

- ① 约 80 万人
- ② 约 130 万人
- ③ 约 170 万人
- ④ 约 230 万人

答案是④，约 230 万人。派遣社员中的大多数都对不稳定的职业状态和较低的收入心存不满。另外还有不少派遣社员被违法企业二次派遣，榨取劳动和尊严。

问题全部结束，您答对了几道呢？

六道全部答对的读者，可以说是对“穷忙族”问题进行了深入了解和思考的，读这本书就会很顺利。

另外，一道也没有答对的读者，可能是完全不了解“穷忙族”世界的、生活优裕的人士吧。不管怎样，都希望这本书能够唤起读者对“穷忙族”生存状态的认识、加深对“穷忙族”问题的理解。因为每一个人都有可能加入“穷忙族”的行列。

我先简单概述一下本书的内容。

① 指由人才中介公司与用人单位和个人签约，由中介公司直接向用人单位派遣的员工，其工资由中介公司支付。——译者注

第一章 为“穷忙族”下定义，再对什么样的人会成为“穷忙族”、“穷忙族”的增长速度、日本“穷忙族”的最新情况进行详细介绍。此外还将对为何“穷忙族”会增加，以及它的社会背景进行详细阐述。

第二章 详细介绍45~59岁中老年“穷忙族”的生活实态。在“穷忙族”中，最辛苦的莫过于中老年人群。他们可能之前还是光鲜的上班族，由于公司调整或是其他原因一夜之间变身“穷忙族”，这样的例子举不胜举。

第三章 终身雇佣制和“年功序列”^①制，被称做日本经济高速增长时代特有的雇佣体系。现在这个体系已经土崩瓦解，第三章中将对背景进行详细阐述。还将介绍随着终身雇佣制和年功序列制的瓦解所产生的非正社员，他们的生存实态和劳动环境。另外，保留在公司中的正社员也不能就此高枕无忧，他们日夜处于繁重的劳动中，属于“心灵上的穷忙族”。

第四章 阐述15~34岁的“穷忙族”问题。由于严苛的雇佣条件，越来越多的年轻人踏入社会之时，是

^① “年功序列”，就是根据各职员入职时间及每年的业绩贡献，逐一评价其能力及表现，以确定和排列其升迁、调动、加薪等的次序。——译者注

以非正社员作为起点的。这样就注定了他们与正社员之间的收入差距。本章也将对近年逐渐增加的“FREE族”^①和“NEET族”^②问题进行分析。“FREE族”和“NEET族”的出现也证明了救治环境的严苛。

第五章 最后一章，将就日益严重的“穷忙族”问题，提出解决建议。比如降低正社员的入门条件，改进社会分工政策、税制等，从具体的政策入手，进行分析阐述。

本书将用各种统计数字，为读者呈现出“穷忙族”的浮世绘，还将收录对处于“穷忙”境地、生活困苦人们的采访。

衷心希望读者朋友们能够透过统计数字，了解“穷忙族”的生活状态、直面“穷忙族”的社会问题，进一步加深对“穷忙族”的理解。

① 据说“FREE族”的“原产地”是日本。他们彻底抛弃“奋斗”观念，不愿再走“读好书，拿好文凭，进大公司”的道路，而是在拿了大学文凭后就去餐馆端盘子，每年只干6个月，剩下的半年去周游世界。他们热爱自然，追求内心的和谐。他们要认识世界，认识他人，而不是只盯着自己的肚脐！——译者注

② 据说“NEET”发源于20世纪80年代的英国，是“Not in Education, Employment or Training”的缩写，指既没有正式工作，又没有在学校里上学，也没有去接受职业技能培训，只能依靠家人生活的年轻人。在西方国家还有日本，“NEET族”已经成为一种社会现象。在中国，随着待业青年的增多，“NEET族”也越来越受到人们的关注。——译者注

编辑手记/V

序言/IX

■ 第一章 | 我们之中的“四分之一”

谁是真的“穷忙族” / 1

你相信每四个人中就有一个人是“穷忙族”吗？无论如何这是真的，而现实是，心灵上的“穷忙族”规模更加庞大。“穷忙族”在不断增加，无论如何你也不会相信，这是在世界经济持续二十多年高速发展的大背景下出现的现象……

■ 第二章 | “穷忙”的阴霾

中年危机下的“穷忙”阴影 / 39

如果一个中年人除了自杀，还有其他的选择，那么郁闷而难过地继续活着，几乎是可能性最大的选项。相比之下，那些到了退休年龄却仍然要继续工作的人，似乎更加无奈和凄凉……



ワーキングプア

目录