

中文版序 當 AI 遇上內捲

創業打工人的新生存

兩個故事

2026年初春，北京仍裹著一層料峭的寒意。一位在北京做媒體的朋友錄了一期播客。主持人問她過去一年最大的變化是什麼，她想了想，說：「離婚，辭職。」話音落下，錄音間裏靜了一秒鐘。不是尷尬，而是一種被誠實擊中的沉默。

這兩件事，放在任何一個人的生命裏都算得上「大事」。但更讓她意外的是節目上線後的反響——微信像潮水，一波一波湧來。大學同學、前同事、合作過的朋友，甚至許久不聯繫的老熟人，都說自己聽完產生了深深的共鳴。有人說「你替我說出了我不敢說的話」，有人約她出來再坐坐、再聊聊。

她後來想，為什麼大家反應這麼熱烈？一個猜測是：在社交網絡上，我們太習慣展示光鮮的一面——升職、加薪、旅行、精緻的晚餐。而那些做選擇時的焦灼、夜裏輾轉反側的猶豫、給自己打氣

卻忍不住懷疑的瞬間，很少有人願意攤開來講。她的故事之所以擊中那麼多人，是因為在一個「內捲」早已成為日常語彙的時代，越來越多人正在經歷相似的困局——降本增效的職場裏，工作變成了純粹的消耗，沒有了高速增長時期那種「付出就有回報」的確信。她厭倦了這種常態，最終辭掉穩定的媒體工作，做起了內容生產的「創業打工仔」。

幾乎在同一時間，另一個故事正在中國東部的一個淘寶村裏上演。我在書中叫它W村。

我是在2010年回鄉探親時第一次踏進這個村子的。那時路邊的牆體廣告剛剛上新的標語：「一杯咖啡，一根網線，在家創業成就百萬夢想。」十幾年後再次回去，咖啡漬早已褪色，網線還在，但夢想的味道變了。

W村是一個典型的淘寶村。十幾年前，隨著阿里巴巴等電商平台的崛起，大量外出打工的年輕人回到村裏，和父母一起開網店，賣當地傳統的手工藝品——蒲草編織的坐墊、蒲團、收納筐。一家典型的淘寶店就是一個「家庭工廠」：年輕夫妻負責拍照、客服、運營，父母負責打包、發貨，村裏的老人則在家裏從事編織勞動，按件計酬。

這種我在本書中稱之為「平台化家庭生產」的模式，曾讓不少返鄉農民工過上了「一家人在一起」的生活。他們不再需要把孩子留給老人、自己進城打工，不再需要在春運的綠皮火車上站二十個小時只為回家吃一頓年夜飯。在W村，魏和雲雲賣掉了縣城的小修理店搬回村裏；肖和玲——一對受過高等教育卻因農業戶口而在國企只能做臨時工的年輕夫妻——放棄城市的漂泊，回鄉創業。他們把客廳

變成攝影棚，把臥室變成倉庫，全家人分工協作：父親打包發貨，母親做飯帶娃，妻子做客服，丈夫管運營。一家人的笑聲和鍵盤敲擊聲混在一起，一度讓人以為這就是數字經濟贈予鄉村的最好禮物。

然而，這幅美好的圖景正在消逝。

消逝的原因之一是「下行式家庭主義」——這是人類學家閻雲翔提出的概念，說的是在當代中國的家庭裏，資源和意義越來越向下、向子孫集中。¹為了讓孩子上更好的學校，W村的父母們把電商紅火年頭裏攢下的積蓄，一咬牙全砸進了縣城的學區房。房價在2010年代中期的那波暴漲中翻了不止一番，而他們卻背上了沉重的債務。爺爺奶奶們要麼跟著搬到縣城，在逼仄的公寓裏繼續編織；要麼留在村裏，與子女、孫輩越來越遠。年輕媽媽們則發現，自己再也無法同時應付網店的客戶和孩子的作業。一些人乾脆退出了電商生意，去縣城超市做收銀員，換取一份「下班後不用再想工作」的清靜。

更關鍵的是，那些真正支撐這個產業的編織女工正在老去。她們大多是五十歲以上的女性，手指因長年編織而關節變形，慢性類風濕關節炎讓她們早上起來需要好一會兒才能把手指掰直。我去拜訪她們的時候，一位姓方的阿姨伸出雙手，指節像老樹的根節。她說：「我們這個年紀的女編織工，幾乎全都有這病。」我問年輕一代的女孩們——那些從小看著母親和祖母編蒲團長大的80後、90後、00後——有沒有人願意接班。她們把頭搖得像撥浪鼓。「編織太苦了，坐在那裏一天，腰和脖子都廢了，還掙不了幾個錢。說出去丟人。」她們寧願去縣城商場做導購，或者坐在家裏做電商客服——哪怕是同樣的收入，後者「聽起來體面」。

與此同時，國內平台的內捲進一步加劇。流量越來越貴，利潤越來越薄，爆款的生命週期從幾個月縮短到幾週，再從幾週縮短到幾天。為了維持生計，一部分小企業開始嘗試「外捲」——出海歐美，進駐 Temu 和 TikTok Shop，把山東的草編蒲團賣到紐約的公寓裏。但也有人激烈的競爭中黯然退場。我表兄的網店在 2019 年就已經賺不到什麼錢了，他創業之前在深圳打工的那家玩具廠也在中美貿易戰的壓力下將廠房外遷至越南，無奈之下表嫂只好去鎮上餐館端盤子補貼家用。

兩個故事——一個來自北京的播客間，一個來自東部鄉村的淘寶店——看似毫不相干，卻從不同的空間講述了這個內捲時代創業打工人的生命體驗。

2023-2026：創業打工人的兩次轉身

「創業打工人」這個中文概念提煉於本書的英文原版 *The Labor of Reinvention: Entrepreneurship in the New Chinese Digital Economy*。這個看似矛盾的詞組，實則指向了當代中國勞動形態的一種結構性張力。

一方面，「創業」意味著自主性、風險承擔與向上流動的可能，承載著改革開放以來關於個人奮鬥與財富積累的想像；另一方面，「打工人」則指向被僱傭、被管理、缺乏保障的勞動狀態，是平台經濟與靈活就業時代對普通勞動者處境的自嘲式命名。將兩者並置，並不是修辭上的反諷，而是對一種正在擴張的勞動現實的概括。

正如本書第一章所論述的，2008年金融危機之後，「創業」逐漸從一種少數人的經濟活動，轉化為一種被普遍化的生存策略與治理邏輯。在這一過程中，「創業者」與「勞動者」的界限日益模糊：自僱、靈活就業與平台化生產不斷擴張，越來越多的個體被要求以「微型創業者」的姿態進入市場，主動承擔原本由企業或國家分擔的風險與不確定性。

在這個意義上，「創業打工人」指的正是這樣一類勞動主體：他們既不是穩定僱傭關係中的傳統員工，也難以成為真正意義上的資本擁有者，而是處於兩者之間的夾層位置。他們需要像企業家一樣不斷自我投資、經營自身，將文化、技能乃至情感轉化為可變現的資源；但與此同時，他們仍然深受平台規則、資本波動、市場變幻與制度環境的約束，缺乏穩定收入、社會保障與議價能力。

換言之，「創業打工人」並不是兩種身分的簡單疊加，而是一種在數字資本主義與國家發展主義交匯處生成的新型勞動形態：個體被鼓勵以創業的名義承擔風險，卻在結構上持續處於打工狀態。這一概念，正是本書用以理解當代中國數字勞動者處境的核心分析工具。

本書的英文原版發行於2023年，書中的田野調研主要開展於2010年代及2020年代初的幾年間。回望這段時間，既是中國數字經濟迅猛擴張與結構轉型的關鍵階段，也是全球政治經濟格局加速重組的歷史節點。我的研究，正是在這樣的時代背景中逐步展開。

十餘年間，我輾轉於中美之間，往返於象牙塔與社會田野之中。在太平洋兩岸快速演變的數字產業現場，我試圖捕捉那些既具體而細微、又彼此關聯的經驗片段，並將它們置入更長時段的歷史脈絡與社會理論之中加以理解。學術研究於我而言，不僅是對現實

的分析工具，也是一種與世界保持張力的方式——在流動與不確定之中，尋找可以被理解、被表達的結構與意義。

在這一過程中，我自身的位置也在悄然發生變化：從一名在美求學的中國留學生，逐漸成為在美國大學任教的學者。這種跨越並非單純的身分轉換，更意味著觀看世界的位置、方法與關懷的不斷調整。本書在某種意義上，也記錄了這種個人經驗與時代變遷之間交織的軌跡。

2023年的世界，與今天相比，已顯出幾分距離感。

彼時的美國，拜登政府正高舉「產業政策回歸」的旗幟，試圖通過《芯片與科學法案》與《通脹削減法案》重振本土製造業；彼時的中國，則剛剛走出新冠疫情的陰霾，「靈活就業」人口已突破兩億。在經歷了疫情期間的高速擴張與隨後平台反壟斷治理的「一張一弛」之後，中國科技企業——一方面被寄望於推動「硬科技」的自主創新，另一方面又被賦予創造就業、促進社會公平的政策期待——開始在新的約束與機遇之間尋找增長空間。

悄然間，「創業打工人」這個群體正在成為勞動力市場中不可忽視的力量。相較於2010年代中期「大眾創業、萬眾創新」時期所想像的那種以機會與上升為導向的創業主體，2023年的「創業打工人」更多是在就業收縮與風險外包的結構條件下，被動地在「創業」與「打工」之間游移：平台提供的是入口與工具，而非穩定的保障與積累路徑。曾經困住外賣員的算法，也從技術黑箱轉變為公共討論與政策干預的對象；圍繞平台勞動的工傷認定、社保接入與用工責任等問題，亦開始出現零散而不均衡的制度回應。然而，這些調整更多體現為對既有模式的修補，而非對其根本邏輯的改寫。

因此，一種看似矛盾的局面逐漸成形：一方面，平台創造就業、技術賦能個體的敘述，在疫情後趨緊的就業環境中重新成為主旋律——大學生返鄉做電商，研究生送外賣，「只要肯幹，就能自己當老闆」的想像被不斷強化；但另一方面，這種敘述所依賴的制度前提，已不再是2010年代那種相對寬鬆、以擴張為導向的市場環境，而是一個在監管、產業政策與社會穩定多重目標下被重新塑形的制度空間。

我在本書英文版的結尾曾寫道：2023年前後，中美兩國在貿易與科技領域的競爭愈發緊張，但某些政策取向卻呈現出一種耐人尋味的趨同：中國一方面推進反壟斷、整治平台、強調「硬科技」與「綠色能源」；美國則在「Build Back Better」的框架下加強對矽谷的監管，並推動產業政策與社會公平議題的結合。在不同制度與意識形態之下，兩種發展路徑似乎都在某種程度上，對新自由主義長期以來的擴張衝動踩下了剎車。

然而，短短三年之間，潮水的方向再次劇變。

2025年特朗普重返白宮後，美國進一步滑入一種由右翼民粹、國家主義與科技資本深度纏繞的新政治經濟格局。矽谷內部日益壯大的右翼力量與特朗普主義形成新的聯盟，人工智能被塑造成維繫美國霸權、資本市場與國家安全想像的核心引擎。無論是估值高企卻持續巨額虧損的OpenAI，還是被不斷神化的生成式AI產業，其意義早已超越單一企業的商業邏輯：它們背後牽動的是芯片訂單、雲基礎設施、資本市場預期，以及養老金、指數基金與國家競爭戰略所共同編織的龐大利益結構。AI因此不僅是一項技術，更成為新的金融化敘事與帝國再工業化工程的一部分。泡沫或許可以被質

疑，卻難以輕易終結，因為維繫泡沫本身，已成為體系運轉的重要前提。

而在中國，另一場更為沉重的結構性調整則同步展開。房地產這一長期支撐地方財政、家庭財富與中產想像的增長機器持續失速，恒大、碧桂園等危機連鎖蔓延，地方財政承壓，青年失業問題凸顯。曾幾何時，在「大眾創業、萬眾創新」的年代裏，許多年輕人仍相信只要足夠努力，便能夠通過創業、加班或技術躍升實現階層跨越；而到了2020年代中後期，「躺平」、「全職兒女」、「啃老」等文化現象的流行，則折射出這一線性上升敘事的裂縫。然而，也正是在這種結構性收縮之中，新一輪以AI工具為基礎的微型創業再次興起：有人借助生成式AI寫文案、做設計、運營電商、製作短劇，也有人在播客、獨立咖啡店、自媒體與小規模創意產業中，嘗試重組工作、收入與生活之間的關係。

如果說2010年代的「創業打工人」，誕生於平台擴張、資本狂熱與技術樂觀主義交匯的時代，那麼2026年的「創業打工人」則更多是房地產下行、平台成熟、AI普及與風險常態化共同塑造的產物。二者都體現出，在技術變革與資本力量推動下，勞動形態持續靈活化、創業門檻不斷下降，而「打工者」與「創業者」之間的界限也日益模糊；但兩代人所身處的結構條件與生命感受，卻已發生深刻變化。

2023年的創業打工人，仍在某種程度上延續著上一輪增長時代的想像：他們願意用「996」換取期權，相信公司上市、自我升值乃至階層躍遷仍然可能。他們在中關村的孵化器裏熬夜修改商業計劃書，在淘寶村的倉庫裏連夜打包發貨，在代購群與直播間中不斷回應客戶，相信「越努力，越幸運」。

而到了2026年，這種關於成功的宏大敘事已明顯褪色。新一代創業打工人更加清楚：平台未必會帶來自由，算法隨時可能切斷流量，AI也可能迅速壓低技能溢價。他們未必不再創業，而是不再輕易將創業等同於資本神話或階層飛升。一個人就是一家公司：用AI寫文案、做設計、剪視頻、處理客服，盡可能降低成本、提高速度，在不確定中維持生計與彈性。他們或許不再夢想成為下一個馬雲，而是更現實地希望先覆蓋房租、社保與基本生活，再為自己爭取一點餘裕。

但也正因為如此，這一代人對勞動與生活關係的理解，反而可能更接近某種後增長時代的自我重構。他們未必擺脫了不穩定性，卻在某種意義上，開始更加主動地追問：當「成功」不再只是上市、買房與財富自由，勞動究竟還能如何承載一種值得過的人生。

而也正是在這種內捲的焦灼、幻滅，以及試圖超越內捲的種種摸索之中，一場或許具有劃時代意義的創新模式實驗，正在中國被重新孕育。

不同於矽谷在金融資本、平台壟斷與地緣政治共同驅動下，加速走向「規模至上」的大模型路徑——即通過持續融資、堆疊算力、擴大參數規模來維持技術領先與資本敘事——以DeepSeek為代表的一批中國本土大模型企業，則在美國芯片出口管制、算力受限與資本更趨審慎的約束條件下，逐步探索出另一條道路。它們未必能夠簡單複製OpenAI式「燒錢+堆算力」的模式，而是更強調通過模型壓縮、架構優化、工程效率與開源生態，在更低訓練成本與更高部署效率之間尋找突破口。換言之，這並非單純意義上的「低成本替代」，而更接近一種在外部封鎖與內部競爭雙重壓力下形成的「約束性前沿創新」——一種在限制中逼近前沿、在匱乏中重組路徑的創新邏輯。

從這個意義上說，中國AI的發展並不只是國家產業政策或頭部科技企業戰略調整的結果，它同樣深深植根於更廣泛的社會肌理之中：那些分佈於電商、出口產品代工廠、自媒體、短劇、設計、教育、零工平台等各行各業的「創業打工人」，長期以來在資源高度有限、競爭異常激烈的環境中，被迫磨練出的草根式效率意識、工具理性與「能省則省、能快則快」的生存智慧，反而為國產AI模型的落地提供了最豐富的應用場景與社會土壤。換句話說，這些原本被視為個體求生策略的「節儉式創新」(frugal innovation)，正在與中國大模型的發展形成某種意想不到的共振：前者塑造需求場景，後者提供技術基礎，共同推動一種不同於矽谷「造神」邏輯的創新生態。

微信自媒體「AI雲海觀星社」在一篇名為「美國AI造神，中國AI滅神」的長文中提出：如果說美國AI敘事更傾向於不斷製造技術神話，將少數超級公司推向近乎救世主般的位置，那麼中國的現實則更可能走向另一種方向——不是「造神」，而是某種意義上的「滅神」：即把AI從少數巨頭壟斷的資本奇觀，逐漸轉化為可以被更廣泛個體、微型企業與草根創業者調用的基礎工具。這未必意味著中國模式天然更公平，也不意味著它擺脫了資本與國家權力的深刻塑造；但它的確提示我們，全球AI創新未必只有矽谷式單一路徑。²

在這一點上，「節儉式創新」或許提供了一個值得重新思考的參照。作為源自印度Jugaad實踐智慧、並在2010年代被全球管理學界重新包裝的概念，它原本描述的是資源匱乏條件下「以更少資源創造更多價值」的生存與創新邏輯。³而今天，在中國這一全球南方崛起與大國競爭交織的特殊語境中，這種邏輯正在被推向新的層次：它不再只是草根個體的應急智慧，也不只是發展中國家的低成本替代

方案，而可能正在演變為一種能夠在技術封鎖、資本收縮與高強度競爭中重塑前沿創新路徑的制度化能力。

這或許正是2020年代中後期中國最值得關注的歷史可能性之一：當「創業打工人的生存策略，與國產AI的技術路線、國家產業政策及全球南方長期積累的資源約束智慧相互交匯，一種既不同於矽谷金融化擴張、也不同於傳統模仿追趕的發展模式，正在逐漸浮現。它尚未定型，也充滿矛盾，但它提醒我們：未來的創新，不一定只誕生於資本最充裕之處；有時，它也可能誕生於約束密集、競爭殘酷、卻迫切需要重新發明生存方式的地方。

國家與家庭：創業打工人的兩隻錨

這本書英文原版的一個核心論點是：理解中國的創業打工人，不能只看個體的選擇、奮鬥或焦慮，而必須回到塑造這些選擇的兩個更深層的制度性維度——國家與家庭。

在美國主流的創業神話中，創業者往往被想像成脫離家庭與社會網絡的孤膽英雄：一個原子化的個體，憑藉天賦、冒險精神與資本支持，以一己之力改變世界。但中國的故事從來不是這樣。中國的創業者，很少真正獨行。他們始終嵌入國家的政策軌道、資本配置與治理邏輯之中，也深深繫於家庭這一最基礎卻最容易被忽視的再生產單位。

國家始終在場。從中關村早期的「火炬計劃」，到清華控股體系下的混合所有制改革；從半導體「大基金」到「大眾創業、萬眾創新」，國家從來不只是市場規則的制定者，更是資本的組織者、風險

的分配者，以及產業方向的引導者。書中記錄的投身加密芯片的海歸創業者，之所以能在中美科技戰最緊張的階段逆勢突圍，不僅因為個人能力或技術判斷，更因為國家資本在關鍵節點上的戰略下注。辦公室牆上與政府官員的合影，不只是象徵性的政治裝飾，而是一種現實的信用背書：在中國，它既可能意味著資源、合法性與保護，也意味著與政策週期共振的脆弱性。

然而，國家也並不是單向度的扶持者，它同樣製造波動、篩選贏家，並在政策轉向中重新定義失敗。2015年前後，「大眾創業、萬眾創新」的口號曾將無數年輕人、小商販與技術中介捲入O2O、共享經濟與平台創業浪潮；而隨後的供給側改革、平台整頓與城市治理升級，又迅速讓大量草根創業者在租金上漲、資本退潮與監管變化中出局。第三章中中關村創業大街上的涂，其家譜編纂事業在城市更新與空間整治中被迫清場，散落一地的不只是書頁，也是一個時代草根創業者對於向上流動性(upward mobility)的想像。他後來計劃中的自傳標題《創業受難記》，恰恰道出了中國創業神話背後的結構性不穩定。

進入2023至2026年，這種國家在場並未減弱，而是以新的形式進一步深化。隨著中美科技競爭升級、生成式AI崛起，以及「新質生產力」被提升為新的國家戰略，國家的角色已從「大眾創業」的廣泛動員，轉向圍繞人工智能、算力基礎設施與產業安全展開的新一輪精準組織。多地政府開始推動AI驅動的「一人公司」(OPC, One-Person Company)政策試驗：提供算力券、低租金辦公空間、閒置產業園改造、模型與數據支持，以吸納被裁撤的大廠員工、製造新型就業，並將個人創業重新嵌入國家主導的AI發展框架之中。⁴這種模式表面上看似降低了創業門檻，鼓勵「一個人+AI智能體」的超級個體，但更

深層次上，它也意味著國家正在通過低成本、大規模試驗，把個體風險進一步私人化，同時將技術轉型、就業緩衝與產業升級整合為一種新的治理工程。換言之，從「雙創」到 OPC，變化的不是國家是否介入，而是國家如何重新組織個體、技術與風險的關係。

如果說國家構成了創業打工人的宏觀錨點，那麼家庭則是他們更隱秘、也更沉重的微觀錨點。

在 W 村，我看到電商從來不是一個人的創業，而是一個家庭生產單位的重組：父親負責打包發貨，母親承擔照料與後勤，妻子做客服，丈夫負責運營，孩子則在倉庫一角寫作業。所謂「家庭作坊」的數字化，並沒有消滅家庭勞動，反而以平台化方式重新調動了家庭內部被低估的情感勞動、照護勞動與代際資源。代購女性也是如此。她們看似擁有了自由職業者的身分，背後卻往往依賴父母幫忙發貨、母親照顧孩子、伴侶容忍家庭空間被庫存侵佔。創業打工人的自由，往往並非真正的個體解放，而是建立在家庭成員之間權力關係的微妙協調和大家庭對個人的托舉。

而在房地產下行、青年就業不穩與老齡化加劇的 2020 年代中後期，這種家庭錨定變得更加關鍵，也更加脆弱。過去二十年，中國家庭曾通過房產升值、教育投資與代際積累為下一代創業或就業托底；但隨著房地產泡沫破裂、地方財政緊張與中產家庭資產縮水，家庭越來越像一個被過度透支的緩衝裝置。許多年輕創業者得以進入 AI 創業、跨境電商或靈活就業，不是因為風險消失了，而是因為風險被重新轉移給父母的養老金、家庭儲蓄與住房資產。所謂「下行式家庭主義」在今天呈現出更尖銳的現實：資源繼續向下一代傾斜，但這種傾斜往往以父輩養老保障的縮水、中年人的多重負債，以及家庭整體抗風險能力的下降為代價。

因此，2026年的中國創業打工人，既不同於矽谷神話中的自由企業家，也不同於改革開放早期赤手空拳的個體戶。他們更像站在國家戰略轉型與家庭再生產危機之間的「超級個體」：一方面被鼓勵成為AI時代低成本、高彈性的創新節點，另一方面又必須依靠家庭繼續承擔新風險。

國家與家庭，依然是他們的兩隻錨。只是今天，這兩隻錨既提供支撐，也製造束縛；既可能托舉一個人向上，也可能讓整個家庭共同承擔新時代創新的代價。理解這一點，或許正是理解當代中國創業打工人命運的關鍵。

為什麼要在2026年讀這本書？

三年時間，說長不長，說短不短。但2023到2026年，可能是中國數字經濟史上最跌宕的三年。這三年裏，我們見證了AI從「科幻」變成「日常」，見證了房地產泡沫的破裂，見證了中美從「競爭」滑向「對抗」，見證了「靈活就業」從「補充選項」變成「主流現實」。

如果說本書最初的寫作，是試圖捕捉2010年代中國創業浪潮中湧現的一種新型勞動形態，那麼在2026年重讀這些故事時，我們面對的並不是一個已經終結的歷史階段，而是一種仍在不斷變形、卻具有高度延續性的結構性邏輯。過去十餘年間，表面的現象確實發生了劇烈變化：從「互聯網+」與「大眾創業、萬眾創新」的政策動員，到平台經濟的擴張與整頓；從電商與內容創業的爆發，到人工智能、大模型與「一人公司」成為新的熱點；從資本狂熱到監管收緊，再到地緣政治與技術民族主義塑造的新產業格局。然而，這些變化並

未替代本書所揭示的底層機制，反而在新的歷史條件下，以不同形式被不斷重申與強化。

首先，「創業作為生存策略」的邏輯並未消退，反而在就業不穩定與技術替代加劇的背景下進一步擴散。從平台經濟中的個體商家，到AI時代被鼓勵成為「超級個體」的一人公司，從電商賣家到內容創作者與算法勞動者，越來越多的人被組織進一種以自我投資、自我經營與自我負責為核心的勞動體制之中。正如本書所指出的，創業早已不只是少數精英的選擇，而成為一種被普遍化的生存倫理與治理工具。

其次，國家、市場與家庭之間的關係並未被重塑為一種全新的結構，而是在延續中不斷調整其權重與形式。國家仍然通過政策、資本與基礎設施深度介入創業生態，只是從早期的廣泛動員，轉向圍繞「新質生產力」的戰略性組織；家庭仍然承擔著勞動再生產與風險緩衝的關鍵功能，只是在房地產下行與人口結構變化的背景下，其承載能力正面臨前所未有的壓力。換言之，創業打工人的生存，依然被錨定在國家與家庭這兩大制度性力量之間。

更重要的是，本書所強調的那種「介於勞動者與資本之間的夾層位置」，並未隨著技術進步而消失，反而在AI與平台化進一步深化的條件下變得更加普遍。無論是電商創業者、代購、平台騎手，還是如今的AI開發者、內容生產者與「一人公司」經營者，他們都在不同程度上承擔著創業者的風險，卻缺乏相應的保障與控制權。這種結構性張力，正是理解當代中國數字經濟與勞動轉型的關鍵。

因此，這本書並不是在追憶一個已經逝去的時代——事實上，這個時代從未真正結束。它所做的，是將「創業打工人」這一群體歷

史化，揭示其如何在特定的全球與中國語境中被生產出來，並如何在不同階段不斷被重組、放大與再編碼。正是在這一意義上，本書試圖回答的不僅僅是「當時發生了什麼」，而是一個更為根本的問題：我們是如何走到今天的，以及在看似不斷變化的表象之下，哪些結構仍在延續，並將繼續塑造我們可能的未來。

同時，本書也試圖將中國創業打工人的經驗放在比較視野中審視。中美兩國的創業打工人在2010年代初曾經共享一些相似的期待和焦慮，但到了2026年，他們已經被截然不同的制度環境推向了不同的方向。美國的創業打工人正在被AI加速主義裹挾，成為寡頭帝國的燃料；中國的創業打工人則在極度內捲中練就了節儉式創新的本領，以「一人公司」等新形式在縫隙中求生。他們的命運，折射的是兩國發展道路的分岔。

葛蘭西在第一次世界大戰後的歐洲寫下那段著名的話時，他所描述的「間隙期」同樣適用於我們當下的處境：

危機恰恰在於，舊的事物正在死去，而新的事物無法誕生；在這個間隙期，各種各樣的病態症狀出現了。⁵

舊的工作方式在消亡——終身僱傭、鐵飯碗、清晰的職業階梯，這些20世紀的遺產正在快速退場。新的工作方式在摸索——零工、平台、AI輔助、一人公司，它們承諾了自由，卻帶來了不穩定性。舊的保障體系在崩潰——社保、醫保、養老金在老齡化浪潮中搖搖欲墜。新的保障體系遠未建立。

在這個間隙期，焦慮、倦怠、內捲、躺平、孤獨、意義的迷失……這些「病態症狀」充斥了我們的生活。

但也正是在這個間隙期，「創業打工人」出現了。他們既是被擠壓的受害者，也是主動的探索者。他們承受著這個時代最沉的壓力，也在用自己的方式回應這個時代。他們沒有等待國家或企業的拯救，而是拿起手機、打開電腦、學習新的工具，在數字經濟的裂縫裏種下自己的莊稼。

這本書，講述的就是他們的故事。它關於希望，也關於幻滅；關於自由，也關於束縛；關於個體的奮鬥，也關於國家和家庭這兩隻巨大的錨。它試圖在宏大敘事與微觀經驗之間架一座橋，讓讀者看到——那些被統計數字濃縮為「靈活就業人員」的幾億人，其實是活生生的、有笑有淚的、在不確定中努力求生、在內捲時代探求生命意義的普通人。

2026年4月

於美國新罕布什爾多佛市

註釋

- 1 有關下行式家庭主義，參見王芊霓、黃羽婷：〈中國家庭結構的新腳本〉，《澎湃新聞》，2019年1月23日：https://m.thepaper.cn/newsDetail_forward_3972438?commTag=true。
- 2 雲海觀星社：〈美國AI造神，中國AI滅神〉，2026年4月11日：<https://mp.weixin.qq.com/s/z5hjFEATN7gVCWihkGVyyg>。
- 3 Navi Radjou and Jaideep Prabhu, *Frugal Innovation: How to Do More with Less* (London: Profile Books, 2015).
- 4 關於OPC和地方政府的政策支持，參見：Viola Zhou, “China Is Mobilizing Thousands of One-person AI Startups,” (March 18, 2026), <https://restofworld.org/2026/china-ai-one-person-companies-incentives/>。
- 5 Antonio Gramsci, *Selections from the Prison Notebooks*, ed. and trans. Quintin Hoare and Geoffrey Nowell-Smith (New York: International Publishers, 1971), 276.