

Феномен дауншифтинга в современной китайской культуре

Даолигээр

Аспирант,

Восточно-Сибирский государственный институт культуры,
670031, Российская Федерация, Улан-Удэ, ул. Терешковой, 1;
e-mail: dserennimyn@mail.ru

Аннотация

В статье рассматриваются ключевые особенности китайского мировоззрения, а также изменения, произошедшие в установках китайцев в связи с изменениями внешней среды. Подробно рассмотрен феномен дауншифтинга. Раскрыты специфические черты дауншифтинга «по-китайски» (танпин). Выявлены предпосылки и причины возникновения этого явления в стране. Обозначены его последствия и перспективы. Проведен опрос среди китайских респондентов, направленный на выявление осведомленности о феномене «танпин», отношения к нему, восприятия давления со стороны общества и экономики, а также оценку значения этого явления в контексте социальной динамики современного китайского общества.

Для цитирования в научных исследованиях

Даолигээр. Феномен дауншифтинга в современной китайской культуре // Культура и цивилизация. 2025. Том 15. № 12А. С. 166-173. DOI: 10.34670/AR.2025.97.59.016

Ключевые слова

Дауншифтинг, Китай, танпин, молодежь, аксиология, духовность, социальная динамика, мировоззрение.

Введение

Актуальность исследования феномена дауншифтинга в Китае определяется его значимостью для понимания современных трансформаций ценностей китайской молодежи. Изучение этого явления важно для выявления влияния социальных, экономико-политических и религиозно-культурных факторов на формирование жизненных стратегий молодежи, а также для понимания механизмов адаптации, которые сочетают индивидуальные ценности и коллективные культурные практики в современном китайском обществе. Цель исследования: проанализировать влияние дауншифтинга на китайскую молодежь. Методология: историко-социологический анализ, социологические исследования, интервью с молодежью, изучение культурных и религиозных источников.

Основная часть

Многие западные философы и ученые, обращавшиеся к восточной философии, рассматривали человека Востока в качестве *homocordis* – человека сердечного [Шелковая, 2017, с. 147]. Как справедливо отмечает Н. В. Шелковая, мировоззрение западного человека основано на рациональном познании мира, тогда как «Восток пытается почувствовать и понять его с помощью сердца» [Шелковая, 2017, с. 146]. Акцент на духовность, гармонию, чувственность, отказ от материализма, вешизма, индивидуализма и эгоизма – все эти ценности на протяжении долгого времени формировали мировоззрение китайцев. В результате жители Китая обладают уникальным осознанием и представлением о вселенной, являясь носителем особых убеждений и верований. Проблема духовности, пишет Н. С. Кондакова, всегда была краеугольным камнем китайского мировоззрения. Предназначение человека заключается, прежде всего, в глубинном постижении духа природной жизненной силы, его полноты и бесконечности, в реализации личностного и коллективного идеала единства истины, добра и красоты [Кондакова и др., 2023, с. 158].

Мировоззрение китайцев стало результатом эволюции и синтеза нескольких религиозно-философских традиций. Конфуцианство сыграло ключевую роль в формировании морального и этического идеала человека, ориентированного на гармонию в обществе и совершенствование личных и общественных отношений через соблюдение ритуалов и норм. Даосизм внедрил в китайское сознание идею единства человека с природой и Вселенной, акцентируя внутреннюю гармонию, духовную свободу и естественность. Буддизм, проникший в Китай из Индии, привнес концепции кармы, перерождения и духовного освобождения, а также медитативные практики, способствующие внутреннему развитию и самопознанию. Наряду с этим, народные верования и анимистические практики поддерживали кульп предков, поклонение духам природы и магические ритуалы, формируя повседневное восприятие мира и поддерживая духовную связь человека с окружающей средой. В совокупности эти традиции создали уникальный китайский подход к духовности, где целью жизни человека выступает гармоничное единство с природой, обществом и внутренним «духом жизни».

Со временем духовная традиция Китая претерпела заметные изменения под воздействием социальных и экономических трансформаций. Представления о гармонии с природой, коллективном единстве и отказе от материализма начали уступать место ценностям, обусловленным развитием индустриального общества. Усиление урбанизации, рост рыночной экономики и ускоренная индустриализация способствовали формированию ориентиров на

индивидуализм, конкуренцию и материальное благополучие, что во многом изменило мировоззрение китайцев. Духовные практики и моральные идеалы постепенно стали уступать pragматическим установкам, а акцент на внутреннюю гармонию и коллективное благо оказался частично подчинён экономическим и социальным интересам.

С переходом к политике реформ и открытости Китай вступил в период интенсивной интеграции в глобальное экономическое, финансовое, культурное пространство. Данный процесс стимулировал экономическое развитие, но, при этом, оказал влияние на формирование не свойственных китайцам индивидуалистических ценностей, поскольку успех всё чаще стал измеряться материальными достижениями и социальным статусом. Влияние внешнего мира также привнесло новые модели потребления, профессиональные и образовательные ориентиры, что ещё больше смешало акценты с традиционных идеалов гармонии, духовного самосовершенствования и коллективного блага в сторону pragматической аксиологии. В результате духовная сфера начала адаптироваться к требованиям глобализированного общества.

С 1980-х годов Китай начал активное освоение сетевых компьютерных технологий, а с 1993 г. Интернет стал доступен широкой публике. К 2008 г. число пользователей сети превысило 210 миллионов, а число подключённых компьютеров превысило 90 миллионов. Появление Интернета создало новый, четвёртый канал массовой информации, который постепенно вытеснил традиционные СМИ – печать, радио и телевидение. Как отмечает Лю Пэн, СМИ и цифровые технологии стали ключевыми инструментами формирования ценностных ориентаций молодёжи, активно влияя на её мировоззрение и социальные установки. Влияние современных медиа усилило ориентацию на индивидуализм, конкуренцию и материальные достижения, что отчасти вступает в противоречие с традиционными китайскими идеалами гармонии, коллективного блага и духовного самосовершенствования [Лю, 2010, с. 173]. СМИ становятся механизмом трансформации аксиологии, способствуя постепенному смещению акцентов с духовной и моральной сферы на pragматизм и материальное благополучие.

Молодежь как в Китае, так и в любой другой стране достаточно легко поддается различным социальным влияниям – конструктивным и деструктивным. С одной стороны, современное поколение китайской молодежи испытывает на себе ощущимое влияние западной культуры, «внося в социальную реальность идеи pragmatизма и rationalности» [Лян, 2003, с. 185]. С другой стороны, многие представители молодежи сознательно отказываются от pragматических ценностей, актуализированных со времен политики реформ и открытости, и фактически возвращаются к исконным мировоззренческим установкам на духовность и «антиматериализм». Одной из тенденций, которая наблюдается в современном китайском обществе и отражает данные процессы, является дауншифтинг.

Терминологическая категория *downshifting* ‘дауншифтинг’ происходит от английских слов «*down*» и «*shift*» и дословно переводится как «перемещение вниз», «спуск». Как пишет Н. Л. Смакотина с соавторами, термин «дауншифтинг» начал активно использоваться в западном медиадискурсе в 1990-е гг. [Смакотина, Семко, 2012, с. 116]. Тем не менее, примеры дауншифティングа наблюдались в разных странах еще до появления данного термина. В качестве примера можно привести образ Обломова из романа И. Гончарова, описывающего стремление молодых людей к бездействию и декадансу. По сущности, дауншифтерами являются представители т.н. «потерянного поколения», экзистенциалисты и сторонники любого иного философского течения, акцентирующими устаревание существующих ценностей и моральных стандартов [«Лёжа плашмя» – это новое движение..., 2021].

В современных исследованиях данное понятие интерпретируется как «добровольный отказ от перемещения вверх по карьерной лестнице ради иных жизненных ценностей, прежде всего семьи, хобби, психологического комфорта и заботы о собственном здоровье» [Смакотина, Семко, 2012, с. 116]. Дауншифтинг может принимать различные формы: ощущение снижение рабочих часов, полное прекращение работы, смена карьерной траектории на менее трудоемкую, уход в религиозные движения и прочее.

Ранее было принято считать, что дауншифтинг как социально-психологический феномен в большей мере характерен для западной парадигмы цивилизационного развития. Тем не менее, сегодня дауншифтеры встречаются в большинстве культур. Дауншифтинг, можно сказать, выступает результатом личностной перестройки мировоззрения, основанной на рефлексии и пересмотре системы ценностей. Следует согласиться с Н. Л. Смакотиной в том, что дауншифтинг представляет собой очевидный протест против идеалов общества потребления, и появление его обусловлено именно недостатками современного социума [Смакотина, Семко, 2012, с. 117].

В Китае дауншифтинг обретает специфические черты, обусловленные как социальной ситуацией, особенностями политического уклада, так и исконными мировоззренческими установками. Дауншифтинг в Китае принято именовать «танпин», что буквально означает «лежать плашмя» или «ничего не делать». Цзюй Чуанъя с соавторами определяет термин «танпин» как демонстрацию отказа «некоторых современных молодых людей от социальной конкуренции, которая обязывает купить свой дом или квартиру, зарабатывать деньги в поте лица, работать сверхурочно круглыми сутками»; как обратную реакцию на текущую социальную динамику [Цзюй и др., 2022, с. 170].

Ключевым культурным истоком «танпина» выступает даосский принцип «увэй» («недеяния»), утверждающий, что вселенская гармония достигается путем минимизации вмешательства в естественный порядок вещей и отказом от насилиственного установления искусственно заданных норм. Этот постулат, впервые изложенный в древнекитайских канонах «Даодэцзин» (IV—III века до н. э.) и «Чжуан-цзы», сформировался в эпоху Воюющих царств (Чжаньго, V—III века до н. э.) как реакция на социальный и политический кризис той эпохи. Даосизм изначально предлагал принципиально иной подход к организации человеческого сообщества, противопоставленный конфуцианской этической активности и строгому правовому регламентированию легиотов.

По мнению китайских исследователей Го Лицзюнь и Вана Цзыюй, ключевыми причинами «танпин» выступают следующие: высокая интенсивность развития страны и связанные с ней ожидания общества, в частности, трудовая нагрузка на поколение, выросшее при политике «одна семья – один ребёнок»; перенасыщенность рынка труда и жёсткая конкуренция; низкая готовность переносить чрезмерные нагрузки; формирование психологии минималистских потребностей; материальная поддержка семьи, снижающая необходимость зарабатывать. «Танпин» рассматривается как стратегия противостояния социальному давлению и стремлению к карьерному успеху, позволяющая молодежи дистанцироваться от общепринятых стандартов трудовой активности и сосредоточиться на личной автономии и минималистском образе жизни [Го, Ван, 2021, с. 70].

Поколение китайцев, родившихся в 1990–2000-х гг., испытало на себе последствия интенсивной социальной «инволюции»: начиная с детского сада и заканчивая вступительными экзаменами в колледж их жизнь была насыщена бесконечными учебными нагрузками,

внешкольными занятиями и тестами, что приводило к истощению физических и психологических ресурсов. Безусловно, в Китае конкуренция сопровождает человека с раннего возраста: от стремления к высоким результатам на вступительных экзаменах до соперничества на рынке труда. В стране распространена культура сверхурочной работы (9:00–21:00, шесть дней в неделю), которая приводит к переутомлению и депрессии. Высокие цены на жильё и кредитные обязательства стали препятствиями для достижения традиционных жизненных целей. Это давление побуждает людей искать стратегии самозащиты. В таких условиях и возник, собственно феномен «танпин» – сознательный отказ от карьерной гонки, минимизация трудовой активности и «пассивная стратегия» выживания [«Лёжа плашмя» – это новое движение..., 2021].

Интернет-среда функционирует как ключевая платформа для распространения и институционализации феномена «танпин», превращая индивидуальные стратегии адаптации к социальному и экономическому давлению в коллективное культурное явление, которое отражает изменяющиеся ценности и поведенческие ориентиры китайской молодежи.

Термин «танпининг» распространился за пределы Китая, несмотря на жесткую цензуру со стороны правительства [Омелаенко и др., 2023, с. 30]. А. Л. Семёнова и В. С. Морозова отмечают: идеи «танпин» вызвали негативную реакцию китайского правительства. Так, в 2021 г. первые посты на Baidu Tieba (百度贴吧), популяризирующие данную концепцию, были удалены. Генеральный секретарь Си Цзиньпин в данной связи подчеркнул, что молодежь должна укреплять идеалы, проявлять активность и работать на благо страны, что отражает стремление государства противодействовать пессимизму и пассивности [Омелаенко и др., 2023, с. 30].

В рамках данного исследования был проведен эмпирический опрос среди молодежи Китая с использованием платформы WeChat. Всего в опросе приняли участие 62 респондентов в возрасте от 20 до 30 лет. Исследование включало четыре основных вопроса, направленных на выявление осведомленности о феномене «танпин», отношения к нему, восприятия давления со стороны общества и экономики, а также оценку значения этого явления в контексте социальной динамики современного китайского общества. В опросный лист были включены следующие вопросы:

- Слышали ли вы о феномене «танпин»? – проверка осведомленности респондентов.
- Как вы относитесь к идеи «танпин»? – выяснение личного отношения к феномену.
- Испытываете ли вы давление со стороны общества и экономики? – оценка уровня стресса и перегрузки.
- Как, по вашему мнению, феномен «танпин» отражает социальную динамику современного китайского общества? – восприятие культурного и социального контекста.

Анализ результатов показал, что значительная часть респондентов (23 респондента, 60%) знакома с термином «танпин» и воспринимает его как способ выражения протesta против чрезмерной конкуренции, перегрузок на работе и высоких ожиданий общества. Многие участники опроса (32 респондент, 73%) отметили, что ощущают постоянное социальное и финансовое давление, что, по их мнению, делает движение «танпин» актуальным и оправданным с точки зрения психоэмоциональной защиты (7 респондентов, 29%). При этом респонденты подчеркнули, что феномен отражает актуальные тенденции социальной динамики Китая, включая рост индивидуалистических установок, переоценку материальных ценностей и стремление к минималистскому образу жизни.

Результаты опроса позволяют заключить, что «танпин» в сознании молодежи воспринимается не только как личная стратегия выживания в условиях экономического и социального давления, но и как коллективное культурное явление, отражающее изменения ценностных ориентиров и социальной структуры современного китайского общества (93 респондента, 45%). Полученные данные подтверждают предположение о том, что движение «танпин» связано с формированием новой идентичности молодежи, ориентированной на баланс между личной свободой и общественными требованиями, а также демонстрируют важность Интернет-среды как платформы для обсуждения и распространения подобных практик.

Заключение

Китайское мировоззрение формировалось с акцентом на духовность и традиционно было ориентировано на гармонию, коллективное благо и внутреннее самосовершенствование. Социально-экономические трансформации, урбанизация и глобализация сместили акценты в сторону прагматизма и индивидуализма. Тем не менее, часть поколения возвращается к традиционным духовным ценностям, следуя стратегии дауншифтинга.

Осведомленность о феномене «танпин» и положительное к нему отношение у значительной части респондентов может рассматриваться как реакция молодежи на чрезмерную материализацию общества Китая. В этом контексте «танпин» выражает отказ от гонки за материальными благами, стремление к минималистскому образу жизни и переоценку личного времени, что отчасти коррелирует с традиционными китайскими духовными ценностями: гармонией с собой и окружающим миром, умеренностью, поиском внутреннего покоя и баланса. Таким образом, на современном этапе «танпин» можно рассматривать как современную форму социального и культурного дауншифтинга, в которой молодежь рефлексирует над собственной жизненной философией и возвращается к духовным идеалам, которые во многом схожи с теми, что ранее доминировали в китайской культуре.

Библиография

1. Го, Л., Ван, Ц. Китайский концепт Танпинг / Лежать на месте ровно в восприятии россиян. Научный диалог, 2021, № 11, с. 63–81.
2. Кондакова, Н. С., Эмих, Н. А., Юйшин, М. А. Интерпретация духовности в китайской философии. Известия Иркутского государственного университета. Серия: Политология. Религиоведение, 2023, № 46, с. 154–163.
3. Лю, П. Воздействие средств массовой информации на формирование ценностных ориентаций молодежи Китая. Актуальные вопросы современной науки, 2010, № 15, с. 169–176.
4. Лян, Л. Ценностные ориентации молодежи КНР в условиях построения социалистической рыночной экономики. ЖССА, 2003, № 3, с. 184–192.
5. «Лёжа плашмя» – это новое движение сопротивления материализму в Китае. Новости Китая, 2021. URL: <https://prc.today/lyozha-plashmya-eto-novoe-dvizhenie-soprotivleniya-materializmu-v-kitae/> (дата обращения: 16.10.2025).
6. Омелаенко, Н. В., Яцевич, О. Е., Нурпеисова, Г. Г. ТэнгПинг как новое социально-культурное явление, отражающее ценности современной молодежи. Гуманитарные и социальные науки, 2023, № 6, с. 28–32.
7. Семёнова, А. Л., Морозова, В. С. Феномен 躺平 («Танпин») современной китайской молодежи: причины и последствия. Международный журнал гуманитарных и естественных наук, 2025, № 6-1, с. 255–259.
8. Смакотина, Н. Л., Семко, С. В. Протестные процессы общества потребления в фокусе социокультурного анализа. Ценности и смыслы, 2012, № 5 (21), с. 106–119.
9. Цзюй, Ч., Чжэнь, Ю., Чжун, Ю. Медиаобраз китайской молодежи: модные слова в микроблогах интернет-платформы Вэйбо. Научный диалог, 2022, № 10, с. 156–175.
10. Шелковая, Н. В. Восток и Запад: культура сердца и культура разума. Соловьевские исследования, 2017, № 2 (54), с. 143–151.

The Phenomenon of Downshifting in Modern Chinese Culture

Daoligeer

Postgraduate Student,
East Siberian State Institute of Culture,
670031, 1, Tereshkovoy str., Ulan-Ude, Russian Federation;
e-mail: dserennimyn@mail.ru

Abstract

The article examines the key features of the Chinese worldview, as well as changes that have occurred in the attitudes of Chinese people due to changes in the external environment. The phenomenon of downshifting is examined in detail. The specific characteristics of "Chinese-style" downshifting (tangping) are revealed. The preconditions and reasons for the emergence of this phenomenon in the country are identified. Its consequences and prospects are outlined. A survey was conducted among Chinese respondents aimed at identifying awareness of the tangping phenomenon, attitudes towards it, perception of pressure from society and the economy, as well as an assessment of the significance of this phenomenon in the context of the social dynamics of modern Chinese society.

For citation

Daoligeer (2025) Fenomen daunshiftinga v sovremennoy kitayskoy kul'ture [The Phenomenon of Downshifting in Modern Chinese Culture]. *Kul'tura i tsivilizatsiya* [Culture and Civilization], 15 (12A), pp. 166-173. DOI: 10.34670/AR.2025.97.59.016

Keywords

Downshifting, China, tangping, youth, axiology, spirituality, social dynamics, worldview.

References

1. Guo, L., & Wang, C. (2021). Kitaiskii kontsept Tangping / Lezhat' na meste rovno v vospriyatiu rossiyana [The Chinese concept of Tangping / Lying flat in the perception of Russians]. *Nauchnyi dialog*, 11, 63–81.
2. Ju, C., Zhen, Yu., & Zhong, Yu. (2022). Mediaobraz kitaiskoi molodezhi: modnye slova v mikroblogakh internet-platformy Weibo [Media image of Chinese youth: buzzwords in microblogs of the Weibo internet platform]. *Nauchnyi dialog*, 10, 156–175.
3. Kondakova, N. S., Emikh, N. A., & Iushin, M. A. (2023). Interpretatsiya dukhovnosti v kitaiskoi filosofii [Interpretation of spirituality in Chinese philosophy]. *Izvestiia Irkutskogo gosudarstvennogo universiteta. Seriia: Politologiya. Religiovedenie*, 46, 154–163.
4. "Lezhaplashmia" – eto novoe dvizhenie soproтивleniya materializmu v Kitae ["Lying flat" is a new movement of resistance to materialism in China]. (2021). *Novosti Kitaya*. <https://prc.today/lyozha-plashmya-eto-novoe-dvizhenie-soprotivleniya-materializmu-v-kitae/>
5. Liang, L. (2003). Tsennostnye orientatsii molodezhi KNR v usloviyakh postroeniya sotsialisticheskoi rynochnoi ekonomiki [Value orientations of PRC youth in the context of building a socialist market economy]. *ZhSSA*, 3, 184–192.
6. Liu, P. (2010). Vozdeistvie sredstv massovoi informatsii na formirovanie tsennostnykh orientatsii molodezhi Kitaya [The impact of mass media on the formation of value orientations of Chinese youth]. *Aktual'nye voprosy sovremennoi nauki*, 15, 169–176.
7. Omelaenko, N. V., Yatsevich, O. E., & Nurpeisova, G. G. (2023). TengPing kak novoe sotsial'no-kul'turnoe yavlenie, otrazhayushchee tsennosti sovremennoi molodezhi [TengPing as a new socio-cultural phenomenon reflecting the values of modern youth]. *Gumanitarnye i sotsial'nye nauki*, 6, 28–32.

8. Semënova, A. L., & Morozova, V. S. (2025) Fenomen 躺平 («Tangpin») sovremennoi kitaiskoi molodezhi: prichiny i posledstviya [The phenomenon of “Tangping” among modern Chinese youth: causes and consequences]. *Mezhdunarodnyi zhurnal gumanitarnykh i estestvennykh nauk*, 6-1, 255–259.
9. Smakotina, N. L., & Semko, S. V. (2012). Protestnye protsessy obshchestva potrebleniya v fokuse sotsiokul'turnogo analiza [Protest processes of consumer society in the focus of sociocultural analysis]. *Tsennosti i smysly*, 5(21), 106–119.
10. Shelkovaia, N. V. (2017). Vostok i Zapad: kul'tura serdtsa i kul'tura razuma [East and West: culture of the heart and culture of the mind]. *Solov'evskie issledovaniia*, 2(54), 143–151.