



# HELL



## 吃预制菜？其实是预制菜在管理人类的保质期

### 学术泰勒制与科研民工的微波炉精神分析

Not Humans Eating Ready Meals, but Ready Meals Managing the Expiration Date of Humans: Academic Taylorism and a Microwave Psychoanalysis of Research Workers

一个惜脏字如金的流氓无产者<sup>1</sup>

高等游民养成所

投稿邮箱: [Hell.Press@outlook.com](mailto:Hell.Press@outlook.com) | 网址: <https://HellPress.org> | HID: HELL-2026-03-006

### 摘要

在当代学术知识生产的流水线（Academic Taylorism）中，研究者长期陷入一种傲慢的人类中心主义错觉，误以为自己是掌控时间、推进项目进度的管理主体。本研究引入组织行为学与拉康派精神分析的交叉视角，对“科研民工-微波炉-料理包”这一微观权力场域进行解构。研究发现：在高度规训的学术工厂中，人类由于存在情绪内耗、拖延症以及不可控的碳基脆弱性，已实质性地沦为学术生产链条上的“劣质冗余资产”。相反，保质期长达 365 天的预制菜凭借其绝对稳定的标准作业程序（SOP）和零情绪波动，成功篡夺了主体地位，成为真正意义上的“完美科研员工”。在这个颠倒的客体关系中，人类不再是进食的主体，而仅仅是预制菜为了完成其“被转化为卡路里”的 KPI，所临时雇佣的肠胃道孵化器。本文旨在揭示：在资本与学术绩效的双重异化下，我们以为自己在管理论文字数，实则是冰箱里的预制菜在精准地管理着我们的生命保质期。

关键词：学术泰勒制；科研民工；预制菜；微波炉镜像阶段；大他者；绩效主义

#### Editor's "Key Points"

- **Question:** 谁在管理我们的时间与“保质期”——研究者还是料理包？
- **Finding:** 人类因情绪波动与碳基脆弱性沦为冗余资产，预制菜凭 SOP 与零情绪篡夺主体位置。
- **Meaning:** 当我们以为在管理论文进度时，可能正被冰箱库存规则（FIFO）反向管理。

#### Editorial Notice

本研究为组织行为学与拉康派精神分析的跨学科解释模型；不构成营养学建议，也不构成对料理包的人身攻击。

<sup>1</sup>祝科研民工：科研不翻车，外卖不超时！！作者邮箱：[joyceliu989@gmail.com](mailto:joyceliu989@gmail.com)

## 1 Introduction / 引言

在当代学术知识生产体系中，管理学话语与工业化流程不断渗透科研实践。研究者被要求以项目管理表格、里程碑、季度OKR与绩效考核来组织自身劳动，从而形成一种典型的流水线式知识生产模式：学术泰勒制（Academic Taylorism）。在这一体系下，研究者往往仍保有一种主体性幻觉：相信自己仍是时间的管理者、研究计划的主导者。

然而，在真实的实验室生活中，科研劳动并非稳定的机械过程。人类研究者具有情绪波动、意义危机、拖延冲动以及不可预测的碳基生理限制。这些特征使其难以满足学术泰勒制对高效率与可复制产出的要求。与之相对，一类看似无关的非人类对象——常温预制菜——却以其长保质期与标准化SOP，提供了近乎完美的稳定性，形成对研究者主体地位的讽刺性挑战。

本文提出一种微观权力结构：科研民工—微波炉—料理包，并尝试以组织行为学与拉康派精神分析为工具，对该结构中主体位置的倒置进行解构。

## 2 Methods / 研究方法

本研究主要采用被动参与式观察法（Passive-Participatory Observation）与逆向360度绩效评估系统（Reverse 360-Degree Performance Appraisal）。

### 2.1 样本确立

选取一名处于长期论文难产期、伴有重度拖延症与轻度发际线焦虑的标准化科研民工（即第一作者本人），以及10份不同口味的常温料理包（作为真正的实验控制组与管理主体）。

### 2.2 微波炉倒计时凝视实验（Microwave Countdown Gaze Experiment）

将加热料理包的180秒定义为拉康意义上的“镜像阶段”。记录受试者在凌晨两点凝视微波炉内旋转的黄焖鸡时，其自我意识（Ego）如何在机器蜂鸣声中走向崩解。

### 2.3 情绪资产审计（Emotional Asset Audit）

引入组织行为学量表，量化对比人类研究者在面对“审稿人拒稿”与料理包在面对“1000W高火微波射频”时，双方的情绪波动指数与SOP执行偏差率。

## 3 Results / 研究结果

### 3.1 预制菜的OKR绝对达成与人类“冗余资产”的暴露

研究数据表明，预制菜展现出了堪称恐怖的职业素养。无论外部的学术环境多么恶劣（如组会被老板痛骂、实验数据全面翻车），“台式卤肉包”始终能保证在加热3分钟后，输出100%无偏差的咸度、脂肪与碳水化合物。它没有“冒名顶替综合征（Impostor Syndrome）”，不索要情绪价值，更不需要导师的口头画饼来“赋能”。

相比之下，人类研究者由于频繁陷入“我究竟在写什么垃圾”的意义危机，导致产出效率极度低下，完全违背了学术泰勒制对“高效计件”的核心诉求。在预制菜完美的绩效面前，人类的碳基肉身被证实为实验室里最不可靠的劣质耗材。

### 3.2 主体位置的篡夺与“大他者（The Big Other）”的降临

在长达数月的深夜业务交接（即进食行为）中，发生了深刻的精神分析式置换。受试者逐渐意识到，自己根本无法掌控那篇遥遥无期的论文，但预制菜却清楚地掌控着自己的配料表。料理包化身为那个绝对稳固的“大他者”，在微波炉“叮”的一声脆响中完成了对人类主体的终极召唤（Interpellation）。

最终，不是人在吃预制菜，而是预制菜在凝视着人——它无声地命令人类撕开包装，吞下自己，以此强行维持人类这台“论文打字机”的基本运转。

## 4 Discussion / 讨论

本研究不仅是对深夜科研进食状况的白描，更是对现代学术科层制的一记沉痛反讽。当我们试图用项目管理软件来规划科研进度时，却往往忽略了一个荒谬的真相：在这个微观权力结构中，预制菜才是最高维度的管理者。它通过“先进先出（FIFO）”的严格库存法则，以其长达一年的保质期，无情地嘲笑着人类学者日益枯竭的生理与心理保质期。

在资本与学术工业的双重规训下，导师的“饼”属于形而上的宏大叙事，保质期通常随着组会的结束而瞬间消散；而预制

菜则是形而下的粗鄙物质，灵魂干瘪却拥有绝对的物理防腐能力。每一次深夜撕开铝箔包装的动作，都不是为了果腹，而是人类科研民工在向那位永远保鲜、永远标准的“黄焖鸡主管”，递交的一份卑微的投名状。在这个意义上，预制菜代替我们完成了对现代学术秩序的绝对服从，它才是这套泰勒制流水线上，最完美的“第一作者”。

## Data Availability / 数据可用性声明

本研究产生的所有原始数据（包括但不限于：受试者深夜叹气的分贝值、异常升高的低密度脂蛋白指数，以及微波炉玻璃门上倒映出的空洞眼神），均已作为不可回收的工业废料，安全且不可逆地沉积在作者的内脏脂肪层中。由于受试者的学术人格已被料理包彻底同化，相关数据谢绝任何形式的同行评议与核查。

## References

- [1] Taylor, F. W. (1911). *The Principles of Scientific Management*.  
(译注：探讨如何将科研牛马的进食时间压缩至三分钟，以实现学术福特制生产的利益最大化)
- [2] Lacan, J. (1949). *The Mirror Stage as Formative of the I Function*.  
(译注：论微波炉反光玻璃中那个脸色惨白、发际线后退的倒影，如何确立了科研人员的阉割焦虑)
- [3] Reviewer 2. (2025). 《关于你这篇手稿为何毫无价值的五十条意见》. *焦虑与失眠学报*, 404(Error), 1-99.
- [4] 某食品工业集团. (2023). 《常温料理包防腐剂添加规范及保质期管理白皮书：一种超越人类寿命的尝试》. 包装袋背面印刷处.