桐昆报
2021年8月08日 ◆ 星期日
TONGKUN NEWSPAPER
内部资料、免费交流

年轻人早已面临着重重压力…… 我确实……而是因为我想超越别人。我曾陷入深"卷"与他人角力的痛苦。

从人侵朋友圈开始，不动声色地 "别让佛系毁了你的一生。" 深的自我怀疑和反思……

得躺平。真正的躺平，是对生活充满无意义和无价值的 卷于我而言，是一场不可逆的内耗。 择或某条道路一开始就注定是"内卷"或"躺平"。

关于"内卷"

失落感，将自己裹挟在狭窄的洪流里 ……或许是这段近乎"疯卷"的内卷时光让我元气大伤…… 缘与彼此都在所难免……

困境困境"。

现代社会大部分的"卷"，正如盲目考研…… 下了学习的苦，可能要吃工作的苦，若工作的苦也吃不了，那老来苦可能才是真的苦。窒息生活中偶尔出现一条缝隙，你可以借机透透气，但若只顾着透气而不去努力打破铜墙铁壁，终有一天会将氧气耗尽。 便让我的精神日渐衰弱，内心深处泛起的颓靡侵入身体每个细胞，从精神到肉体，个人斗志的彻底丧失和面对生活的丢弃再甲令我再度陷入无比糟糕的境地。 活动中心，有位长者对我说："年轻时，总想争个长短，论个对错。几十年后，还不是这群人一起搓麻将。我们也不会因为你曾经官高半级而更喜欢和你玩，归根结底还是因为你这人好。小区里谁高谁低，最终不还是

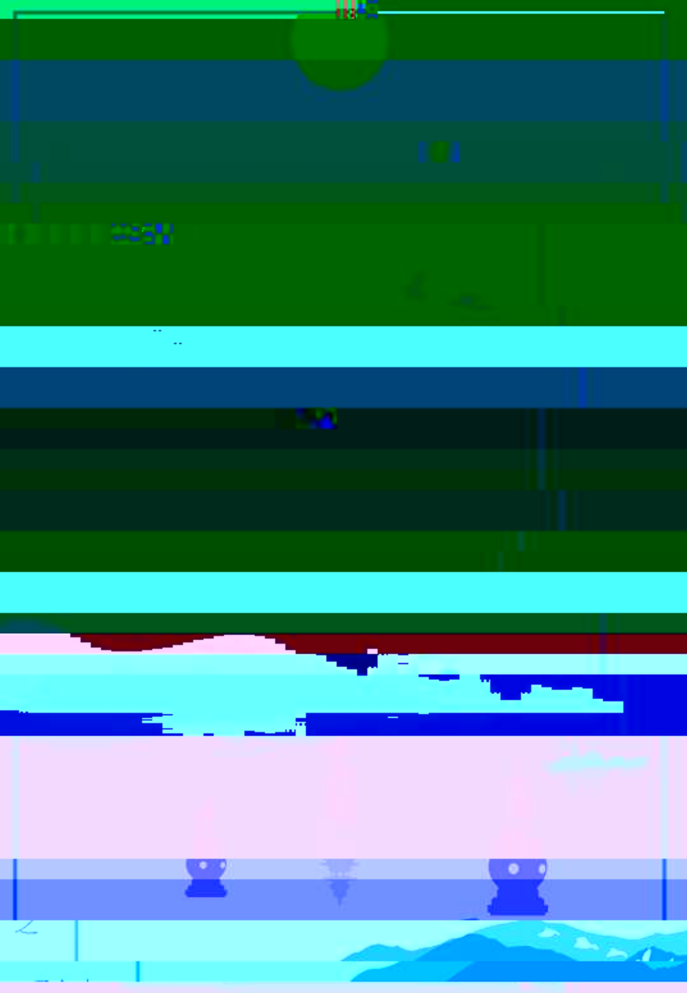
费一般，源于多数人缺乏清晰的自我认知和个人定位。……若非最终目标，或许就能避免90%的"卷"。

假如某学生的目标是成绩中等、重在体验、完善人……与专业第一死拼成绩…… 网上盛传"承认自己是废物，这是一种自我和解。"我不以为然，真正的自我和解绝非丢盔弃甲，而是坦然面对自己并非无所不能的事实。被生活暴捶，不 万幸的是，在历经两种极端的状态后，我选择将自己从"卷"和"躺"的群体狂欢中抽离出来，让脑袋暂时空下来，让心态回归起点，将审视的目光真正聚焦在自己身上，渐渐对过去和现在的自己形成了更清晰的…… 待在一个院子里。"这段话对我影响很大，很多人、很多关系、很多缘分都是限时限量，大家曾经的互卷对……早已去了不再有交集的赛场。

……期待的我更近了"，当拼则拼，盲卷当避。 "卷"和"躺"选择上走过极端的人。 不需要的东西失掉。"内卷"和"竞争"两者截然不同。"物竞天择，适者生存"，"竞"的目的是 ……都是过客的朝夕。愿我们拼成独立思考、自我认知的能力，不被卷走或带偏。"淡定"与"珍惜"是真

相对应的就是"躺"了，目前大众对于……人知往往和逃避、放弃、不作为等消极词汇…… 能力是否进步，只在乎是不是……但凡看到他人努力，脑海中警报随拉响…… 能力，最终落脚点在了自己。世界之大，永远有比我们更优秀、更富有、更成功的人，人生的要义

当中"佛系"一词风靡，无数自媒体在深夜……



……和希望。日月交替，两年来大楼旁的那棵……生长纹，我也成长为一名合格桐昆人，添……与历练，多了责任与担当。 产量！抢时间就是抢效益！当时我的任务是看管切粒机，因为…… 在一处使的奋战之姿，体会了同事之间互帮互助的温……

……并未真正理解其背后广袤的规章制度…… 眼看又是一年大学生入职报到季，望着那一张张

空照发给远方的朋友：我的城市下雨了，你那里天气 难熬了。 超清摄像头，每秒钟拍摄190张照片，通过5G信号以

7月的太阳是那么刚烈，清晨上班时骄阳炙烤着我的手臂，走进车间，接受新的挑战……纺丝楼上，同事…… 生活工作会是怎样的？我沉入了想象世界…… 2027年6月29日。手上看一眼天气预报：晴，最高温度35℃，最低温度28℃，湿度37%…… ……情况，于是我解锁手机在APP上查询，智能温控系统显示：纺丝温度36℃，卷绕温度34℃，空气流通及风向稳定，各监视点温度都…… 过5G信号传送至数据库获取指令，生产技术员采集全年生产情况信息后，将模仿人为操作动作的指令录入系统，教这个"自动卷绕工"干活。我站在这个机器

生产情况：有些纺位断头了，但没看出来哪里有问题；巡检过程中发现有根丝跳出油嘴了；有位同事明天有事要……

……打赢台风"烟花"防御战

■记者 王翘楚 通讯员 陆鑫怡 金鑫 曹勇 陈叶

7月25日，今年第6号台风"烟花"正式登陆浙江，给我市防汛抗台工作带来了严峻考验。集团以高度责任感和使命感，坚决贯彻落实市委、市政府各项指令，一面稳生产，一面保安全，全力打好防汛抗台的主动战、攻坚战和保卫战。场场硬仗中，"为员工谋幸福、为社会创造价值"的初心历经风雨愈发坚定，"团结拼搏、务实创新"的桐昆精神得以持续焕发光彩。

一、立足于"早"，这是一场主动战！

……日，集团就下发了《关于要求做好防台抗台相关工作的通知》；7月22日，再次出台《关于认真做好…… 为救灾出力的同时也对防灾的必要性有了更深刻的认识，对于此次台风来袭更是加倍重视。 共计1600余人全部安全转移，仅用一个多小时就顺利完成，可见"桐昆速度"。 ……钟，充分体现了桐昆铁军面对突发事件时优秀的应急能力与组织能力。演练不止一场，7月22日，恒优……

识、工作部署、责任落实、排险除患、值班值守、应急处置六个到位，各企业（厂区）迅速响应…… 能面临的风险，针对薄弱环节提前研究并采取措施，做好人员和力量的统筹调配。7月23日起…… "急时"的周密应对，更考验"平时"的长效机制。作为台风多发区之一，每年梅雨、台风季来临前，集团都会组织开展各项应急演练…… 公司开展的雨季"三防"专项应急演练就成果显…… 上段的防汛沙子、铁锹、落水管口及地沟、污水提升泵、雨水泵、风机等进行仔细排查，种种举措既……实战经验，又在演习中找出了不足和漏洞，为日后任务行动指明改进方向。

向，闻"风"而动，未雨绸缪。 用水、食物等生活必需品陆续送达各企业（厂……

固？供电用电安全隐患排查是否细致？抗台物资供应落实到相应人头了吗？每道"考题"都有易"失分"点，要想交出一份高分答卷，且看桐昆人如何做。 保了每个重要位置都有专人巡逻，针对重点区域和薄弱环节更是加大力度反复检查、反复治理，力争将风险隐患消灭在萌芽状态。 现场"帮倒忙"。"集团在防汛抗台工作上着眼于"实"，推进管控措施全面落实、防御责任全面压实，带领全体桐昆人逆风前行、奋战一线。 方显本色，什么是战风斗雨党旗飘红，"大考"面前，他们以实际行动诠释党性和担当。

风将至，多渠道宣传绷紧思想之弦。 雨未临，排查整改争分夺秒与天公赛跑。 集团上下凝合力，齐心上阵抗台袭。 党员冲锋在前……青春风采尽彰显。

……当 党员先锋在……

（厂区）及时发布防汛抗台资讯……

……"烟花"，同坚守、同担当。各企业……真正做到了预警预报信息"灵"、预案实施"准"、信息传达"通"、问题处置"快"，全体员工平安无险情，企业安全生产有保障，这份成果是全体桐……

中国工程院院士陈文兴莅临桐昆

■记者 陆旗方

7月30日下午，中国工程院院士、浙江理工大学…… 校长陈文兴莅临集团交流，集团董事长陈士良、副总裁李圣军及研究院、企业技术中心相关领导热情接待。 ……一步加强技术交流与合作，共同培养高层次人才，为行业的高质量发展贡献力量。

陈院士对桐昆建厂40周年表示祝贺，指出桐昆……

桐乡市长王……莅临集团恒云智联调研指导

■记者 陆旗方

……市委常委、常务副市长蔡立新一行在经济开发区(高桥街道)党工委书记屠建忠的陪同下莅临集团恒云智联调研，集团公司副总裁李圣军、恒云智联总经理许燕辉热情接待。 ……市长王…… 桐昆的关心支持表示感谢…… 能方面的建设蓝图，并表示恒云智联将致力于把数字化转型的能力辐射到产业链上下游更多企业，为产业数字化升级提供平台载体，从而构建智慧产业生态圈，形成可持续……

题专访：后浪奔涌，新桐昆人有话说

说，勤学好问是我不变的态度，期待接下来新项目的建设

从学校到车间，现在施展空间大了，我的实践能力也增强了，对自

力的方向就是在现有工艺上继续发展，争取实现铝加工

的帮助与指导，让我能快速成长，期待我实习结束真正踏上新征程的一天！

毕业于黄河科技学院 机械设计制造与自动化

毕业于天津商业大学 应用化学专业，目前在

顾学韬（毕业

态度面对工作中存在的不足并加以改进，以

委员、副总裁兼控股支部书记陈士南，佑丰公司董事长屠奇民、总经理沈华强等领导一同慰问一线员工，给在基层一线冒着高温酷

礼包的同时，反复叮嘱大家安排好工作时间，在工作中注意安全，做好防暑降温措施。

“天气这么热，要多喝水，身边备些药品。”

“大家都辛苦了，工作累不累啊？”

神。我们未来努的全能生产！

我们现在已经冷轧和箔轧的