快乐军营

新科技 新体验 新欢乐

“训练Vlog”助成长

■何思聪

“黄毅，400米障碍上高板分腿怎么那么慢！”“我刚学爬绳时动作咋这么别扭？”Vlog视频前，武警云南总队执勤支队十六中队的新战士围在一块儿，看着一个多月前，自己刚下队时频频“出糗”的镜头，不时哈哈大笑。

新兵下队伊始，十六中队的班长们就用“00后”最喜欢的Vlog短视频形式，记录下他们成长的点滴。400米障碍、爬绳、单兵综合演练……每个课目Vlog里都有着新兵成长的印记。

“光看视频不行，重点是把错误动作纠正过来。”训练场上，班长们忙得不亦乐乎。

“班长，过独木桥时我绝对是跑了4步。”“来，眼见为实。”班长巴子流把视频递到黄毅面前，“看到了吧，上独木桥你就用了2步。”

黄毅不好意思地挠挠头，接着投入到训练中。他盯着独木桥加速冲刺，左脚猛地一踩斜坡中段，跃上了独木桥。“完美，这次过独木桥只用了4步！”听到班长的肯定，跳下独木桥的黄毅开心地笑了。

爬绳训练场，Vlog视频也帮助新兵程金光解决了“困扰”。“班长，这7米的绳子我才爬到一半就没力了，3趟及格咋爬啊？”“你看看，你每次收腿都不到位，得把腿使劲收到胸前，你才能省力……”班长巴子流对着视频，仔细地给程金光拆解分析动作。

训练Vlog记录战友们的训练动作。 邓祺耀摄

“明白了，我再试试！”程金光纵身一跳，左手抓住大绳，迅速将双腿收到胸前，左脚用力向下猛地一踩。

“好，保持这种状态！”巴子流鼓励道。

“不行班长，又没力了。”还没触到终点就滑下来的程金光有些失落。“别气馁，你看你已经可以爬过一半了，这就是进步！”

“我要把这些视频都保留下来，做成合集给妈妈看，让她也感受我成长中的快乐……”程金光在那天的日记里写道。

“战地眼镜”添活力

■叶津华

“前方遇到小股敌人，当心！”带上VR设备的下士徐鹏小心翼翼向前踱步、出枪，战术动作十分标准。周末的暖阳照进文化活动中心，一场“VR虚拟”对抗赛正在火热进行中……

近年来，虚拟现实技术快速发展，军事领域也尝试利用VR设备模拟实战环境进行训练。新训伊始，为丰富课余生活，激发训练热情，第74集团军某旅采购了10余部VR设备，用于实战模拟体验和娱乐观影。

“1号，迅速前出占领右侧高地，注意观察警戒！”“报告！发现左侧三名敌人袭扰！”现场大屏幕投影出的交战画面异常激烈，双方实力不相上下，观战的战友们都屏息凝视。

“发现敌军指挥员，看我的！”王发通做着攀爬动作，三两下就爬上一处“隐蔽制高点”，出枪、瞄准、击发！蓝军指挥员的设备瞬间黑屏，被判战败！战友们报以热烈掌声。

“VR体验”解压力

■喻楚雯

“走，一起去滑雪！”

“咱们连队的VR体验机真棒，足不出户就能体验滑雪乐趣！”

西部战区某团话务连VR体验机活动室，是官兵业余时间特别喜欢的地方。女兵们坐进VR体验机，双手持手柄，头戴VR眼镜，就可以踏上惊险刺激的急速滑雪之旅。随着双手操作的加快，体验机模拟出翻转、震动等动作，精致的3D画面美轮美奂，人仿佛在雪道上飞驰。

“太刺激了，我腿都软了。刚才有一个跳崖的场景我都不敢看！”刚刚体验完VR滑雪的女兵王光润兴奋地说。

话务女兵的日常工作不分白天和黑夜，工作压力大。“每天上班都要时刻绷紧弦，如不能及时找到被叫用户，将延误各种指令的传达。”一号台话务员刘玉玺说。为了给话务女兵们缓解工作压力，该团给话务连配备了两台VR体验机。极速滑雪、翻滚过山车、世界景观游览等VR游戏丰富精彩。

VR技术打破时空限制，女兵们身在连队也能虚拟游遍世界，身临其境的感受有效地缓解了工作的压力，深受官兵的喜爱。

兄弟，我给你化个妆！

近日，武警广西总队机动支队组织特战队员在野外进行伪装潜行、秘密渗透、红蓝对抗等实战化训练，全面提高特战队员在陌生环境下的综合作战能力。演练前，特战队员们互相涂抹迷彩油。 余海洋摄

射手“秘籍”

■宫 铭

乐天派

在周星驰的电影《喜剧之王》中，《演员的自我修养》一书作为表现主角精神追求的“秘籍”，可谓是整部影片的“点睛之笔”。在军营，一群“身怀绝技”的射手们也有着自己的“修炼秘籍”。

从一名枪都拿不稳的新兵到被战友们称赞的“神射手”，回顾自己27年的射手生涯，一级军士长胡建设说：“一名精锐的射手是‘磨’出来的，除了射击技巧上的打磨，更关键的是心理上的磨练，要不断提高‘射手的自我修养’。”

新兵连结束后，胡建设被分到射手班。“一闻到枪油味就兴奋”的他，因为表现优秀，经常跟在班长身后去射击场。看着班长熟练的射击动作，胡建设心里痒痒。

“小胡，你来！”“是！”班长一声令下，胡建设心里乐开了花，以为自己终于有资格学习射击动作了。

“你去把枪擦一下，按照上次告诉你的要领，把每个零部件都好好处理……”虽有些失望，但胡建设想，“擦枪不过是一两天的事。”然而，一天、两天、一周过去了……胡建设仍被安排在狭小的枪库里擦枪。“当时我特别不理解班长，想着要是以后我只负责擦枪可就‘完蛋’了！”

于是，为了应对班长每天让他擦枪这件事，胡建设想出了一个“妙招”。在一次擦枪的时候，胡建设往枪上涂了比规范用量多出两倍的枪油。当班长休息间隙来到枪库，看到如同浸泡在油里的枪时，差点没气得“休克”：“胡建设，你干啥呢？要‘造反’啊！”

“班长，我想油涂多一点，就可以不用每天擦枪，就能早日和班长一样打枪了……”看着满手枪油的胡建设，班长又气又爱。“擦枪是一名射手的必备技能。擦枪需要耐心，打枪也一样，擦枪才几天你就耐不住性子，如何能打好枪？”从那以后，胡建设对擦枪再也没有了抵触心理。

入伍2年后，胡建设终于开始接受严格正规的射击训练。从装弹、验枪、射击，每一步都要练习上百遍。重复的练习枯燥乏味，胡建设逐渐对简单基础的动作失去兴趣，他想着钻研点“盖世绝技”。没想到，在一次射击考核中却栽了跟头。

考核中，第一轮射击结束后开始验枪，胡建设将卸弹匣和拉枪栓的顺序搞反了，上手就开始拉枪栓。这样一来，假如弹匣里还有子弹，那就相当于二次上膛，很容易误射，后果不堪设想。庆幸的是，排长及时发现，马上制止了他的错误操作。“胡建设！你没睡醒么？到现在连验枪顺序都不知道？”

由于错误操作，胡建设被暂停考核。他陷入深深的自责和反思。“报告！”晚上，胡建设来到排长的宿舍。“排长，我以前觉得基础动作简单，自己绝对不会出现问题，平日训练不够认真，通过这次犯错我知道了基础的重要，‘感觉没问题时’往往会出大问题！”

枪枪命中靶心，是每名射手的追求。在入伍第16年时，胡建设已是射手班里的佼佼者，他对自己的训练要求也越来越高。可是上天好像有意要考验他似的，他的射击成绩陷入了一个怪圈：5发子弹射击，前4发都能命中靶心，最后一发却怎么也命中不了。

胡建设是倔性子，越是命中不了就越想着打中，可越心急越事与愿违。打最后一发子弹的时候，手甚至会因为过度用力而抽筋。“我该怎么办？我的射手生涯会不会断送在最后一发子弹上？”胡建设很苦恼，常常自问。

直到有一次在电视里，他看到北京奥运会男子50米步枪决赛中，埃蒙斯在最后一枪只打出4.4环而痛失金牌，他才领悟到，千钧一发的失误，即使是世界顶尖的射击手也有可能发生。从那之后，胡建设不再去纠结每一枪都必须命中靶心，而是专注全部精神在射击技巧上，反而取得了令自己满意的结果。在班里开射击经验交流会时，胡建设给大家分享射击心得：“拥有平常心，才能拥有不平常的结果。”几个兵龄稍长的战友咂摸着这句话，颇有同感，而不少新同志还不解何意。

这或许便是一名射手的“秘籍”吧，从碰壁失望、怀疑自己，到重拾信心、领悟道理，是一个用汗水与时间浇灌的过程，也是每一名射手的必经之路。如今，胡建设也成了老班长，带起了射手班。看着年轻的射手们，他仿佛看到了曾经的自己。

艺 境

走进交响音乐的世界

■林国宏

交响音乐是人类音乐文化宝库中的一颗璀璨明珠。它通常由大型管弦乐队演奏，有严谨的结构、丰富的表现手法，音乐内涵深刻、格调高雅。它包括：交响曲、协奏曲、交响序曲、交响组曲、交响诗、交响音画等。交响音乐富有表现力，可以表达复杂深刻的思想、描绘大自然的美景、概括时代的精神面貌等，激发人们对生活的热爱和对生命的思考。

交响音乐虽然复杂，但并非是无迹可寻的音乐密码。在交响音乐的世界里，音乐形象具有生动鲜明的情感色彩，能够唤起欣赏者的想象力，进而产生联想获得独特的美感。

春节前夕，在首都机场T3航站楼，就上演了这样温馨的一幕：一场“快闪”——新春唱响“我和我的祖国”活动从这里拉开序幕。当时，繁忙的航站楼里突然响起了交响乐团奏响的美妙音符。一个清雅的少女用单簧管吹奏出一条优美而温暖的旋律。那曲调亲切、质朴、动人。这旋律正是出自著名的交响音乐作品《春节序曲》。当动人的旋律缓缓流淌，顷刻间就吸引了机场大量的旅客驻足倾听。大家被这突如其来的一幕和那甜美又熟悉的旋律深深地震撼和感动。随后，音乐恰到好处地引到了另一首脍炙人口的作品《我和我的祖国》，辉煌又振奋的旋律响彻航站楼，也激荡在在场每个人的内心深处。那一刻，祖国离我们是这样的近，就镌刻在我们每个人的心中。

这次“快闪”活动，由中国爱乐乐团承办。他们对两部优秀交响音乐作品进行了重新编排，以精彩生动的方式呈现出来，让高雅艺术亲切地来到人们身边。

《春节组曲》由我国著名音乐家李焕之创作于20世纪50年代，作品基于音乐家在陕北延安深入的生活体验，生动展现了一幅千家万户辞旧迎新、欢天喜地过大年的景象。其中第一乐章《春节序曲》早已家喻户晓。作品开篇就以热情、奔放、明快的旋律，模仿锣鼓喧嚣的节奏，把聆听者一下带入到欢乐祥和的节日气氛中。乐曲的中间部分，抒情又甜美，描绘了除夕之夜家人团聚、倾诉亲情的温馨场景。“快闪”活动的开头部分就是引用的本段音乐素材。乐曲后部，乐团热烈辉煌的演奏，再次将欣赏者带入到过年的喜庆气氛中。无论何时何地，只要这热烈又温暖的旋律响起，都能使人从内心深处升起一份甜蜜温馨的气息。

在交响音乐中，交响曲是最重要的一种体裁，也是篇幅最大的一种形式。作曲家深邃的思想、内省的状态、对波澜壮阔大时代精神的刻画，都可以通过这一形式表现。作为一种大型套曲形式，交响曲由几个相对独立、同时又互有内在联系的乐章组合而成。古典交响曲通常由四个乐章组成：第一乐章，是整部交响曲中最重要的组成部分，多采用奏鸣曲式。它奠定了全曲的基调——或明暗，或理智，或重情感，或带有悲剧性，或崇尚英雄性；第二乐章，速度缓慢，抒情性强，音乐纯真而亲切；第三乐章，常为舞曲性的乐章，多采用小快板或更快的舞曲；第四乐章，终曲乐章容量较大，速度较第一乐章更快，音乐气氛乐观明朗，情绪高涨，通常是民间节庆的场面或胜利的颂歌。

作曲家创作乐曲，也像画家创作画作、文学家写作文学作品一样，自有一套表情达意的创作方法。音乐语言包括很多要素，其中最主要的是节奏、旋律、和声和音色。交响音乐的呈现是由管弦乐团来完成。通常交响乐队分为五个乐器组：弦乐组、木管组、铜管组、打击乐组和色彩乐器组。不同乐器组的音色有它们独特的气质：弦乐组优美抒情；木管组富有田园风；铜管组辉煌庄严。深刻感受具有调色盘般奇妙的乐器音色处理，是体会和走进交响音乐世界不可或缺的关键点。

音乐家的创作总是会深深地打下他所处时代的烙印，并努力表现他对现实生活的感受。肖斯塔科维奇的《第七交响曲》(《列宁格勒》)是一部伟大革命的辉煌战歌。它诞生在二战时期，作曲家心系祖国，不想离开深受苦难的列宁格勒，自觉留下来参加革命，同时创作了这部以音乐来反映卫国战争的作品。对于这部交响曲的创作，肖斯塔科维奇说：“我要创作一部歌颂我们人民的作品，他们正在为战胜敌人而斗争……在写作这部交响曲的时候，我想到人民的伟大，想到他们的英雄气概，想到人类美好的理想和人的优秀品质，想到人道主义，想到美……我把我的第七交响曲献给我们向法西斯进行的斗争，献给我们未来的胜利，献给我的故乡列宁格勒。”因此，唯有深刻了解了作品诞生的历史背景，才能够更接近作曲家的精神世界。

每一部伟大的音乐作品诞生的背后，都离不开深厚滋养着音乐家并给他源源不断创作素材和灵感的民族、民间音乐。每一首精品力作都有其鲜明的民族特征。俄国民族乐派作曲家格林卡曾说：“创造音乐的是人民，作曲家不过是把它编成曲子而已。”一切音乐作品都植根于民族、民间音乐，因此都有各自的民族特征。有些作品概括地体现了民族音乐语言的某些特点，另一些作品则和具体的民族、民间音调保持着密切联系。例如：捷克作曲家斯美塔那的《伏尔塔瓦河》采用波希米亚民族的民歌曲调；《春节序曲》中运用的陕北秧歌音乐，欢腾的锣鼓声极具民族气息；小提琴协奏曲《梁祝》则采用了越剧曲调等元素。

一部伟大的音乐艺术精品是有生命力的。音乐欣赏是一个从感性到理性的情感体验和审美体验过程，是一个聆听者运用自己综合的知识积累和对生活感知的情感积累，与不同时代的音乐家们，以音乐语言形式进行的心灵沟通。聆听交响音乐，感悟经典、感悟美好、感悟崇高，是人类精神生活的重要组成部分。

兵 漫

弹无“虚”发

■曾宇明绘