

快乐军营

军营中的生活不只是“直线加方块”，我们也有自己的多姿多彩——

军营生活有点甜

筹备组专门设置了21公里半马赛和10公里半马体验赛，并精心设计了半马赛的“勇武奖”“果敢奖”和“创意奖”。

活动一发布，官兵的参与热情出乎组织者预料。有的连队三分之二的官兵报名参赛，而且在报名的200多人中，绝大多数都是冲着21公里的半马赛而来。

中士周子钧便是其中之一。他不仅自己报了名，还带动全班都报了半马赛。几个月前，他的体重曾一度达到180斤。为了减肥，他尝试过各种方法。最后，经过两个月持续不断的长跑，他成功瘦身减掉了30斤，战友们大呼“奇迹”。如今，跑步对于他来说，已不是减肥的手段，而是一种让心情愉悦的方式。

比赛开始后，跑在最前面的5名官兵身穿白色手绘背心，背心上分别写着“拼搏、团结、超越、坚持、勇敢”字样，在赛场上格外闪亮。“平常跑10公里，跑21公里还真是第一次。”中士刘情说。他是连里的排头兵，在障碍四百米、障碍三公里中，算得上营里“一顶一”的高手，对于参加这次马拉松比赛，他既期待又兴奋。

赛场上，有的官兵喊着拍子“一二，一二”调整呼吸，有的暗自加油打气，还有的边跑边微笑着和场边战友的镜头打招呼……一时间，热闹欢快的气氛在军营里蔓延开来，20多公里的赛程也显得不再漫长。

跑道全程800米，参赛官兵要跑上几十圈。筹备组设置了3处饮水点，安全员、卫生员全程保障、随时待命，毛巾、热水、药品等一应俱全。

1小时37分！卫生员易文第一个冲过半马终点线，这个结果让许多步兵专业的训练尖子都感觉汗颜。“今天虽然路程远，但跑得很开心，没有平时评比考核的压力，感觉就像玩游戏，就看谁坚持到底。”易文一把抹掉额头上的汗水愉快地说。

“我没事，走走就好了。”上等兵罗京跑过终点线后，腿不禁发软，被战友搀扶着。他是一个乐天派，入伍之初就给自己的军旅生涯定下不少目标，这次跑马拉松也算是完成了一个小目标。

终点线旁，在“致敬2019，我人生第一个马拉松”的红色横幅下，入伍12年的上士周天华，正拉着战友拍照。“这可是我军旅生涯的第一个马拉松，可得好好拍两张！”赛后，官兵纷纷在横幅下“凹”造型，纪念自己第一个军旅马拉松。这也许将成为他们一辈子的开心回忆。

大厨进军营

■武警金华支队执勤五中队 何博轩

“水煮鱼的鱼片一定要薄厚均匀，考验刀工。”“柠檬水可是我的秘方，今天就教给你们了……”为丰富官兵的餐桌，武警浙江总队金华支队执勤五中队利用军营开放日，特邀驻地大厨，在营区举办了一场别开生面的厨艺交流会。

交流现场，最受欢迎的要数面点师傅田山，面团在他手里可谓花样百出。一上午工夫，创意馒头、特色拉面、炒面，刚出锅就被争抢一空。光吃可不行，还得把田师傅的手艺学到手，炊事班长刘建一上午都盯紧了田师傅。

“看田师傅做起特色馒头好像很简单，我这面粉浪费了不少，总也做不好。”刘班长尴尬地笑着说。田师傅介绍：“面食讲究个‘劲道’，加水多少、发酵时间都有讲究，得在做中慢慢体会。”

“这道‘烩豆芽’可是当年的宫廷菜，我也只能做出老一辈一半的水准……”灶台旁，张师傅的一道“烩豆芽”吸引了大伙儿的眼光。看着张师傅拿着细竹签

将豆芽掏空，大家也跃跃欲试。但这“镇店大菜”，真不是三五天的功夫，豆芽到了官兵的手里，不是断了就是破了。另一边，李师傅带来的各种红糖食品让官兵开了眼，“红糖还可以这样吃！”李师傅边做边为官兵讲解驻地的红糖文化、榨糖技术等。

“今天真是既吃到又学到了！”一天下来，大伙儿都意犹未尽。

周末夜市

■69221部队 莫霖 苏建国

“香浓可口的奶茶，大家快来尝尝……”随着“奶茶调制师”廖云鹏的一声“吆喝”，官兵纷纷围了过去。

新年伊始，新疆军区某红军的“周末夜市”又开始了。“美味小吃”“飞圈套物”“竞技飞镖”“强军唱吧”等10余种文化娱乐活动，让冬日的边关军营多了几分温暖。

六连中！七连中！“飞圈套物”场地上欢声笑语。走近一看，只见导弹连中士李玄手拿一个小圈，瞄准、抛掷……小圈像长了眼睛似的，八连中！这次小圈套中的是一袋洗衣粉。别人玩飞圈主要靠“碰”，李玄玩的是门道。他笑嘻嘻地给大家讲“秘诀”，自己是把平时训练中“三点一线”瞄准技巧，巧妙用到飞圈上，命中率大大提高。

场地另一边，高炮连上士钟少东的一幅幅画作令官兵目不暇接。因为“周末夜市”的举办，现在业余时间跟着他学习绘画的战友越来越多。

有效利用周末休息时间，该团已举办“周末夜市”数十次，多姿多彩的活动内容丰富了官兵业余文化生活。

乐天派

说起好莱坞影星杰森·斯坦森，很多人并不陌生。在《敢死队》《巨齿鲨》《速度与激情》等大片中，他均有不俗的表现。其沉稳又极富爆发力的“硬汉”形象深入人心。巧的是，在第75集团军某旅炮兵营也有一名“杰森·斯坦森”。

一天，炮兵营指挥连训练归来，四级军士长陈寿荣正欲卸下身上的装备，当他摘下汗湿的帽子时，那“闪亮”的额头、“感人”的发际线，立刻引起了战友们的围观。

有战友打趣道：“咱班长很像一位好莱坞‘硬汉’，你们猜像谁？”

“这不是杰森·斯坦森嘛！”大伙儿一阵笑。

有战友取出手机找到杰森·斯坦森的图片对比，可不是嘛！除了没有杰森的一脸络腮胡，那额头、那眉宇简直跟杰森是一个“模子”。

陈寿荣是贵州遵义人，1.8米的个儿，魁梧健硕。战友们说他“聪明绝顶”，属于沧桑的“大叔范儿”，但在连队的花名册上，人家年龄确实才刚30出头。

不仅长得像“硬汉”，陈班长也真没辜负这张“明星脸”。作为汽车教练班长、红旗车驾驶员，他把各种型号的车辆玩得是“溜溜转”。

去年7月，陈班长的一次“飞车”经历，至今让人赞叹。那天，连队实弹射击结束后，他驾驶重达10余吨的某型牵引车拖着火炮从某高地回营。下山时作为头车，在仅比车体宽出不足3米的山路上一路疾驰。路上，他踩刹车时突然发现车子没有反应，又踩了几下，还是没反应。

“别紧张，抓好扶手。”陈寿荣冷静地叮嘱带车干部。

陈寿荣紧握方向盘，两眼直盯前方，迅速挂低挡，再猛踩刹车并试着轻拉手刹制动，只听牵引车后的火炮轮胎“咣咣”作响，卷起隆隆尘土，牵引车仍以很快的速度往山下冲。

“别紧张，抓好扶手。”陈寿荣冷静地叮嘱带车干部。

班长有张明星脸

■刘伟 张洪瑜

长约3公里的下坡还伴着4道弯，陈寿荣就这样风驰电掣般地开了下去，上演了一段现实版的《速度与激情》。最终，在他的果断处置下，车子慢慢停下来。下车后，带车干部半天才缓过神来，连连对他竖大拇指。

事后，陈寿荣告诉战友们，作为常年奔波在野外训练基地的汽车兵，以后担负的机动任务会越来越有挑战性，没有过硬的心理素质和驾驶技能是不行的。

因此，在平时的训练中，作为教练班长，他不仅要要求驾驶员们在平整的场地进行单边桥、波浪路等障碍物训练，还经常带领大家复杂环境下进行“道路塌方下的车辆强行通过”“道路遇险空袭，紧急架设单边桥”等训练，目的就是考验驾驶员们的心理素质和实战能力。

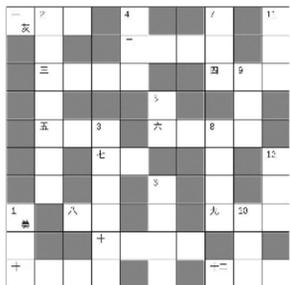
陈寿荣说，自己天生就喜欢挑战，也很喜欢杰森在电影中塑造的“硬汉”形象，但那毕竟是艺术加工，咱军营中的“硬汉”必须刻苦训练、敢打敢冲，练就一身真正过硬的本领。



战友找到杰森·斯坦森的图片与班长陈寿荣对比。张洪瑜摄

连队智趣园

巧填字第23期



- 横向：
一、《格林童话》中的人物。
二、彼此心意不用说出就可以互相了解。
三、作家林海音的一部自传体小说集。
四、可快速连续发射子弹的枪械。
五、一种不爱坐窝被冻死的鸟。
六、成语，形容在本地生长。
七、词语，形容范围大不明确。
八、将目标包围起来加以消灭。
九、是一位香港导演、武术指导、编剧。
十、成语，形容言谈行动古怪。
十一、欧阳修的文章，描述滁州一带自然景物。
十二、《射雕英雄传》中绰号“西毒”的人物。

- 纵向：
1. 康熙御窑瓷器，又称“海棠红”。
2. 古诗“夜半钟声到客船”的上一句。
3. 一部关于美伊战争的影片。
4. 词语，让人内心痛苦的事。
5. 重要的战略资源，我国储量丰富。
6. 成语，形容什么也没有。
7. 把影像和声音还原出来的设备。
8. 建筑工程设施的科学技术统称。
9. 关羽的字。
10. 因小品《不差钱》成名的演员。
11. 一种单兵轻型全自动枪械。
12. 旧时中原百姓到山海关外谋生。

(郭柳梅制图)



这两天，西藏山南军分区边防某团驻地遭遇罕见暴风雪，从小在江苏扬州长大的上等兵赵祥森，第一次见到这么大的雪。闻雪则喜的他，将一瓢热水洒向天空，“天女散花”奇观即刻惊艳呈现。李国涛摄

卫生队的“大侠”

■93793部队 冯斌

趣说八大员

提起《射雕英雄传》里的“五绝”——东邪、西毒、南帝、北丐、中神通，想必很多武侠迷都不陌生，其实在某航空兵旅的卫生队，也有“五绝”哩！

武侠中“东邪”黄药师来自东海，咱卫生队的“东邪”来自山东，大伙都喊他王药师。药师之名大有渊源：一来，他是司药岗位上的药剂师；二来，他是个资深“药粉儿”，研析药品如痴如醉，探讨药理追根究底，常年看他泡在药房，满身药味

儿。“西毒”的名号极响，曾在西藏当过兵的孙医生绝对当得起这名号。他特别擅长就地取材，自己研究配制出多种“奇效”药。因驻地湿冷，机务兵常被风湿侵袭。孙医生在停机坪的石缝里捕来土鳖虫，泡入碘酊中。泡好的药水擦拭在战士们的手腕处，还真见效！

他的解毒功夫更是了得。一次哨兵被蝎子蜇伤，伤口内残留毒液，孙医生赶紧对伤口做处理，双氧水冲洗，碘伏消毒，辅以口服消炎药，排毒过程稳妥利落。

“南帝”是南方人阿枫，他最擅长按摩，是卫生队的理疗师。他的按摩手法

精准，如“南帝”一阳指般，常常手到病除。阿枫性格内敛，颇有“南帝”的味道。低调文艺的他，不但会画水墨画，还写得一手漂亮工整的小楷，他开的处方单总是字迹娟秀。

提起“北丐”，就要说到来自东北的军医老郑。艰苦朴素、坚韧达观，是“北丐”风范，也是老郑的作风。老郑的袜子有了破洞，他也舍不得扔，能补就补。战友们笑他：“老郑，这都什么年代了，换新的吧。”老郑却说：“我从小到大没少吃过苦，没少穿补丁衣服，到了部队咱也不能忘本。”

“中神通”，得推来自中原大地的李中医。一次警卫连的军犬摔进了深坑，满身是血，战友们都觉得救不活了。可李中医不放弃，他边用绷带给军犬止血边安慰战友：“过段时间我保证还大家一条健康的军犬。”没想到，经过他的及时救治和精心照料，半月后，军营里又响起了熟悉的犬吠声。

卫生队里的大侠们虽没有过“华山论剑”，但他们个个业务精湛，全心全意为战友服务。

军营小幽默

洗错了

我中午去水房，看见一战友正在洗衣服。等我洗完，发现他又换了一盆衣服继续洗，顿生敬佩之情：“兄弟，一次洗两盆衣服，够实力啊！”他哭丧着脸答：“刚才洗错了……”

投弹

新兵训练，班长正讲解投掷手榴弹动作要领：“手榴弹投出去后要立刻蹲低。如果不蹲低会发生什么？”

一新兵抢答：“会被班长骂！”

瞄准

我推着一辆很重的独轮车摇摇晃晃地下坡，连长突然出现在前方十几米处。我一边努力控制车子一边大喊：“连长！靠到右边，靠右别动！”连长闪到右边，可笨手笨脚的我左拐右拐，最终还是撞上了连长。连长直起身拍拍灰问我：“你瞄准呢？”

(杨尚萌 杨开元整理)

兵漫

假想

■茅文宽绘

