

基层热点话题·时间都去哪儿了

这个世界上,最廉价又最无价、最容易得到也最难得到、对每个人还最公平的东西是什么?
许多人给出了相同的答案:时间。
时间,对所有人都是一个神奇的存在。你珍惜了,它会给予丰厚回报,你却很难想到有它的功劳;你挥霍了,它会让你离成功越来越远,反思教训时还往往对此毫无察觉。

它像空气一样,许多人因此不知不觉得让美好时光匆匆溜走,甚为可惜。
“一寸光阴一寸金,寸金难买寸光阴”“少年不知勤学早,白首方悔读书迟”……自古以来,时间都是人们心中珍贵的财富。
奋进新征程,建功新时代。时间,就是那条闪着光彩的赛道。广大青年官兵如何支配自己的时间,在这条赛道上为

时间:一条闪光的赛道

■ 公 曰

伟大的时代添彩?请来自一线官兵的回答——
有的官兵说,练兵备战强度越来越大、频度越来越高,时间大部分要花在提

高战斗力上;有的官兵说,业余时间想放松放松,常常在玩游戏、刷视频中就过去了;有的官兵说,得抽出一定时间来陪陪正在变老的父母、正在长大的孩子;也有

的官兵吐槽:还有一些形式主义、官僚主义空转虚耗了大家的宝贵时间……
奔跑在强军征程上的官兵,应该怎样认识时间的珍贵,珍惜属于我们的光阴?



飞行间隙,东部战区空军航空兵某旅飞行员展开讨论。 王紫箫摄

“把握生命里的每一分钟”

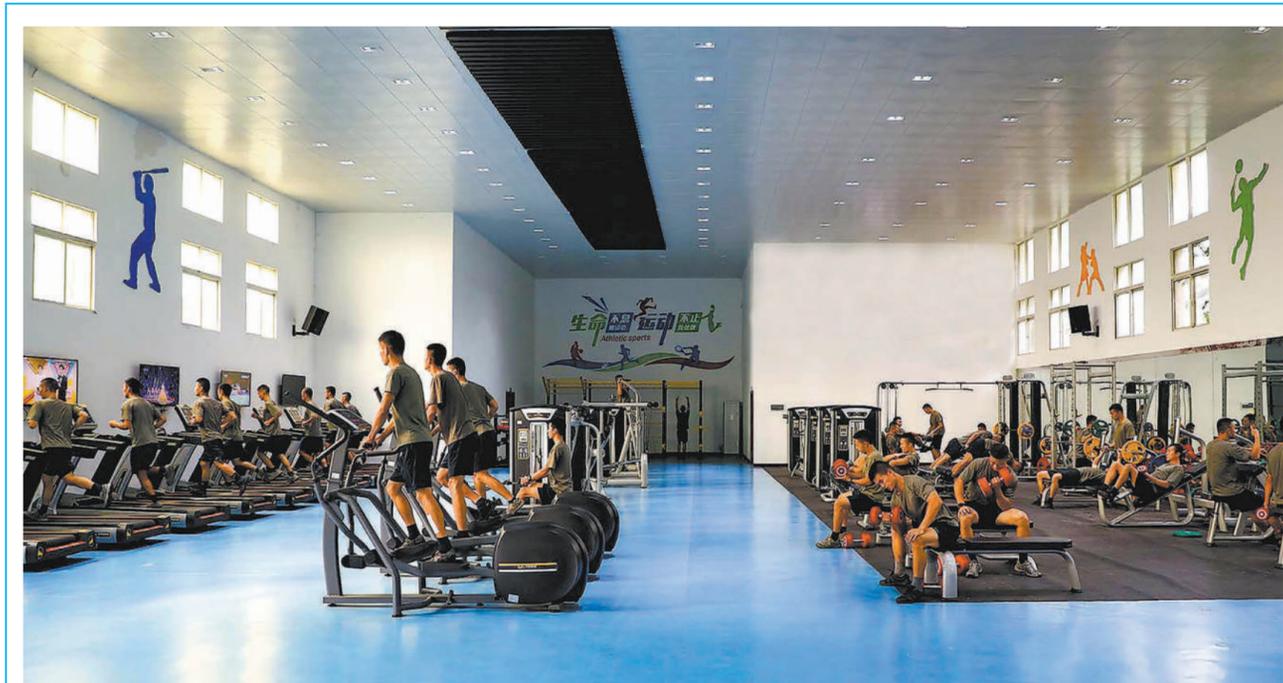
■空军报记者 朱章虎 高碧霖



特别关注

最公平的“看不见”最珍贵也最易被无视

宿舍楼内,静悄悄的,时间仿佛停止了。楼下偶尔传来兴奋的喊叫声,格外响亮。
每个周六下午,是东部战区空军某地导旅某连官兵的自由活动时间。他们有的整理个人物品,有的捧起书本阅读,有的去球场打球……不过,一级上士万里总能听见几名年轻战友玩手机游戏的欢呼声。
“适当玩一下无可厚非。”让万里忧虑的是,有的战友一连几个小时都当“低头族”,大好的时光就这么白白浪费了。
万里的担忧,西部战区空军某部通信连指导员苏延强也有同感。到连队任主官之初,战友们的时间观是让他操心的问题之一。在苏延强看来,如今节假日和周末越来越有保证,官兵的自由活动时间增多,如果利用得当,在这些时间完全可以有所作为。
“很可惜,这些时间并没有被用来读书学习或真正休息,反而被部分官兵在长时间玩手机以及无所事事中,‘碎片化’‘娱乐化’‘无聊化’了。”苏延强说。
时间都去哪儿了?
不久前,空军航空兵某旅宣传科组织了一次调查。其中“周末平均使用手机的时长是多久”的调查数据显示:2小时以下的为5.6%,2~4小时的为33.3%,4~6小时的为31.5%,6小时以上的为29.6%;“每年阅读多少本纸质书”的调查数据显示:不看书的为3.7%,1~5本的为77.8%,5~15本的为13%,15本以上的为5.5%;同时,65.3%的官兵平均每天加班时间在2小时以下,22%的官兵平均在2~4小时,12.7%的官兵平均在4小时以上。



业余时间,空降兵某旅官兵进行体能训练。

何育涛摄

锐视点

让每一分钟都过得有意义有价值

■朱章虎

一分钟,对于两夺“金头盔”的空军某部飞行员张凯来说,是潜心学习研究、积蓄打赢能力的基本要素。
一分钟,对于改装新型战机的空军某旅飞行员周超而言,是规划自己“八小时以外”时间的颗粒度,每一分钟皆大有可为。
一分钟,在空军某部通信连指导员苏延强看来,是可以“挤”出来用于读书的宝贵时光……
与此同时,对于有的官兵来说,一分钟不过是玩手机时指尖的数十次滑动,是沉浸在追剧中的白驹过隙……
新时代的军营,全面建成世界一流军队的步伐空前加速,新知识、新装备、新技术、新战法层出不穷,我们必须争分夺秒学习、熟知、运用。
有官兵感慨:这种紧迫感、挤压感从未有过!然而也有官兵没有感受到时间的珍贵,有意无意中,让一个个一

分钟悄悄溜走。
一分钟,是一个人一生中的几千万分之一,可谓沧海之一粟。但在军事领域,哪怕是一秒之差,也可能意味着双方输赢之差,一分钟又是何等重要!
“赢得时间,就是赢得胜利。”面对世界新军事革命加速推进,我们要有“时不我待、只争朝夕”的使命感责任感和时间紧迫感。军事领域从来都是竞争最为激烈的领域,不进则退,进步慢了也是落后。
珍惜时间,不仅意味着“八小时以

内”兢兢业业、勤勤恳恳,也意味着“八小时以外”需要抓紧时间,把主要精力用在做有价值、有意义的事情上,不负韶华,不负使命。
善于利用一切时间学习,是我们这支军队的光荣传统。长征行军途中,红军战士背上挂着识字板,边行军边识字。有战士牺牲了,后面的人把他的识字板挂到自己的背上,接力传递为革命胜利而学习的坚定信念。
毛泽东主席曾指出:“让读书学习占领工作以外的时间”。时代在变,抓紧时间读书学习的使命追求不能变。我们要以强烈的使命忧患来一场新时代的学习革命,把学习作为一种生活方式,坚决走出“舒适区”,培养分秒必争

的学习习惯,每天坚持挤出一点时间来读书学习,积少成多、聚沙成塔,实现视野的开阔、能力的提升。
“时间不等人!历史不等人!时间属于奋进者!历史属于奋进者!为了实现中华民族伟大复兴的中国梦,我们必须同时间赛跑、同历史并进。”强化时间观念,以勇挑重担、舍我其谁的担当精神,踔厉奋发、笃行不怠,紧张快干、加力冲刺,我们就能够跑出新时代奋斗强军的加速度,在新的长征路上交出优异答卷。
一万年太久,只争朝夕。让我们以坚定的意志,科学规划和利用时间,使时间增效增值,让每一分钟都过得有意义有价值。

应该说,广大官兵在长期令行禁止的作风养成中,在行动准、完成任务守时等方面是优秀的,但在没有任务的“八小时以外”时段里,部分官兵虚度时间、利用时间的意识和能力则有所欠缺。这其中,既有基层部队教育引导不够的客观原因,也有这些官兵没有树立正确时间观、不愿下苦功夫、没有掌握科学方法等主观原因。
“人和人的差距,是在八小时以外拉开的。”用好“八小时以外”,既关乎官兵成长成才,更关系部队战斗力提升。部分官兵,尤其是带兵人,需要补上“时间利用和管理”这一课。

时间观体现奋斗观 不负时间,才能不负使命

一个人的时间观,体现其奋斗状态、精神面貌,更映照其对使命责任的理解和担当。
2021年8月,中部战区空军某基地飞行员张凯,再次以大比分获胜,第二次夺得“金头盔”。对此,身边战友既钦佩不已又感觉在意料之中。因为业余时间,张凯除了学习研究、体能锻炼,几乎没有其他爱好和安排。张凯曾经的搭档、某飞行大队教导员吕道成粗略算过,

仅“八小时以外”,张凯每年比不学习的人多投入至少1000个小时。
有人曾总结出“一万小时定律”,指出“一万小时的锤炼是任何人从平凡变成行业专家的必要条件”。
张凯遵循的恰是“一万小时定律”。正因为胸怀使命、瞄准打赢,始终保持强烈本领恐慌和时间恐慌,孜孜不倦地苦练深研,所以他两夺“金头盔”成了水到渠成的事。
在军营,张凯这样的例子还有很多。无论是“金头盔”“金飞镖”获得者,还是“蓝盾尖兵”“强军工匠”“岗位尖兵”等,他们无不忠于使命职责,专心致志于本职岗位和专业,就连业余时间也钻研不辍,最终脱颖而出。
但是,并非所有人都拥有像“张凯们”一样的时间观。在多个营连开展的调查中,有部分官兵表示:平时工作这么累,休息时为什么不能多玩会儿手机?好不容易有了点个人时间,我的时间不能我做主?
显然,这些官兵还没有很好地理解休息与学习工作的辩证法。
一位诗人说过:“休息与工作的关系,正如眼睛与眼睛的关系。”在记者看来,除了处理个人和家庭事务外,我们应该珍惜和利用业余时间调整身心,恢复体力和精力,以“八小时以外”的积极作

为,形成对“八小时以内”的有益补充和促进。
作为普通人,业余时间“我的时间我做主”无可厚非。对于军人而言,肩负使命的重要性,身份的特殊性,决定了我们“八小时以外”的主旋律,应是奋斗进取,而不是虚度浪费。无论是加班加点钻研业务、读书学习,还是发展兴趣爱好、锻炼身体、谈心交流等,只要是有益于身心健康、成长成才、部队建设的,都是正确的“打开方式”。适当的娱乐休闲调整一下身心是必要的,但应当有所节制,绝不可消极萎靡,任何时候都要做有意义的事情。
不负时间,只为更好地不负使命。
“为了新战机早日形成战斗力,我们拼了!”东部战区空军航空兵某旅机务大队特设师余翊记忆犹新,一年多前,作为首批机务理论换装人员,强烈的使命感荣誉感让他和战友们夜以继日。
在工厂学习期间,他们每天上完理论课已近晚上11点。回到宿舍之后,大家还会自觉到学习室里继续钻研,学到第二天凌晨是常态。在全体官兵的共同努力下,该旅新型战机换装工作顺利推进。
身心可以调整休息,但备战的状态、打赢的追求永不“停歇”。这是我们应有的时间观。

对抗惰性走出“舒适区” 用时间成就更好的自己

凌晨一点半,闹钟准时响起,空降兵某旅干事杜广安强迫自己睁开双眼,用冷水洗把脸后继续学习,直到所有疑难点都搞懂,才心满意足地休息。清晨五点半,闹钟再次响起,他又开始新一天的冲锋……
前不久,杜广安全力备战空降部队政治机关比武考核。一开始,杜广安的成绩处于中下游。他抓紧一切时间学习,最终夺得比武冠军。杜广安的经历告诉我们:珍惜时间、把握时间,方能成就更好的自己。
现实中,这样的现象比较普遍——越是追求目标的官兵,越是珍惜时间、加倍努力;越是满足于现状的官兵,越是无事生非、得过且过。
空降兵某营教导员李继伟注意到了这一现象,并对营里几名平时不太用功的战友进行引导。刚开始,李继伟和他们聊学习,他们总是抱怨说没时间。对此,李继伟分析认为:“一边抱怨没有时间,一边却又将宝贵的时间用在玩手机上,究其原因首先是懒,不愿下功夫,总想让自己过得舒服点;其次是没有

目标追求,觉得日常工作任务能基本完成,没必要再学习提高。”
李继伟试着用自己热爱阅读的爱好,以“月读一书”带动那几名战友读书,并通过“读书分享会”等活动,让他们真正读进去、有收获。经过一段时间尝试,营里“一人一机一世界”的现象明显减少。
懒惰是人的天性,也是成长路上的最大“绊脚石”。要想有所获、有所成,就必须和这一人性的弱点对抗,坚决走出“舒适区”,做只争朝夕的奋进者,不做“佛系躺平”的懈怠者。在这一方面,除了官兵的自觉意识和主动作为外,基层带兵人的教育引导非常重要。
临近5月,让苏延强十分着急的是,连里今年秋季面临选取军士的10余名上等兵中,还有一半对于“走和留”没有明确的想法,业余时间该怎么玩还怎么玩。针对这种情况,苏延强安排干部骨干结对帮助这些上等兵明确方向、设定目标。同时,通过跟踪问效、定期评比、营造氛围,激发他们的学习训练动力。一番努力后,这些上等兵成了学习室和体能训练场上的“常客”。
一名学者说过这样一句话:一个优秀的指挥员,指挥的不只是军队,更重要的是指挥时间。

说得多么形象!引导官兵用好每分每秒,人人积极向上、逐梦成材,就能汇聚部队建设的强大正能量。作为党委机关和一线带兵人,尤其要消除形式主义、官僚主义,保证官兵业余时间能够学习提高、充实自我。

善用科学方法 把“24小时”拉长

恩格斯说:“利用时间是一个极其高级的规律。”只有掌握这个极其高级的规律,我们才能抓住时间、跑赢时间。
每天早起半小时跑5公里,午休时少睡1小时健身房练力量,晚饭后20分钟拉单杠,晚点名后做俯卧撑、仰卧起坐、深蹲各100次……这是东部战区空军某场站警卫连班长万和,为自己打造的体能训练计划。
让身边战友佩服的是,无论平时还是周末、节假日,这份计划万和雷打不动地坚持了5年。刚下连时,他体能成绩并不突出。如今,他的体能成绩已持续稳居连队第一。
通过有规律的计划和有力地落实,万和让人无意中流逝的时间产生了巨大的价值。
“时间最不偏私,给任何人都是24小时;时间也最偏私,给任何人都是24小时。”只有科学管理、善于利用,才能帮助我们获得一天中“额外”的时间,最大限度延伸时间的长度、拓展时间的厚度,得到足够高的效率。
采访中记者发现,不少官兵有着自己管理业余时间的好招——
“将自己管理时间单位的颗粒度,设定为1分钟。”东部战区空军航空兵某旅飞行员周超正在改装新型战机,他的经验是充分利用每一分钟的碎片时间,“比如,1分钟的碎片时间,可以休息一下眼睛,或回顾一个航理知识点;5分钟的碎片时间,可以就某个问题进行深入思考;15分钟的碎片时间,可以阅读一篇精选的短文……如果没有这些安排,时间很可能就在玩手机或发呆中浪费掉了。”
中部战区空军雷达旅上等兵李晨阳刚刚结束军考,他的体会是,“把注意力最集中的时间段,分配给最需要专心的事情”。刚开始复习备考时,他发现自己每过几分钟,就忍不住拿起手机看看朋友圈。怎么办?“那就把手机放得离自己远远的,只要足够远,就不会去拿。如果某个时间段有学习的计划,我就把手机放在宿舍,直奔学习室,全身心投入,不给自己接受任何诱惑或干扰的机会。”后来,他就是通过这个方法,保持了精力的高度集中,收获了很好的效果。
苏延强两年“挤”出业余时间阅读了30多本书。他认为,执行力不强,导致很多时间被无聊的“黑洞”吸走。如今,他帮助战友掌握科学的时间管理方法时,会特别强调计划的执行,让大家把业余时间干什么、怎么干的计划,写在最常用的本子上,常常想常落实……
这些方法都值得借鉴。无论哪种方法,这些官兵最值得学习的地方,正在于他们对时间的珍视。因为时间无法重启,每一分每一秒都是无比珍惜、高效利用的奋斗“进行时”。
前不久的一个深夜,准备去查铺的苏延强路过连队学习室时发现,里面灯火通明,几名战友正埋头学习。
心里涌起一股暖流的同时,苏延强哼起了歌曲《真心英雄》的旋律:“把握生命里的每一分钟,全力以赴我们心中的梦……”
他相信,战友们的梦想,一定能实现!
(采访中得到赵仕林、苏延强、张夜飞、王紫箫、杨思聪等大力协助,特此致谢)