



走出大山，走上高原



张欢(左)在海拔4500多米的高原边防一线执勤。

王述东/摄

西藏边防一线去。

这是我人生中的两次重大转折，现在回想起来，我一点都不后悔。如今已在西藏生活5年的张欢笑着说。他已习惯这里的缺氧与日晒，能够在海拔近4000米的高原地区跑步、攀登，完成一系列高难度课目训练。然而初来西藏时，这些都让初出茅庐的张欢感到不适应。

一级军士长陈源至今记得第一次见到张欢时的情景。那天他负责去机场接站，看到这个年轻的小伙子戴着一副眼镜，有些腼腆，居然还背了一书包的书本。白白净净的，书生气太重。陈源说，当时也曾心里犯嘀咕，这么文质彬彬的，训练打仗能行吗？

但后来，陈源很快从这位文质彬彬的排长身上看到了那种熟悉的精气神。初来不久，连队组织楼房滑降训练，那是张欢第一次滑降。作为新任排长，不少战士都等着看张欢的成绩，这让张欢感到压力山大。

第一次跳，说不紧张害怕是不可能的。张欢笑着承认，第一次站在4层楼楼顶向下看去，也曾腿软。但看到战

友们一个个干脆落地飞身跃下，破窗快速突入，张欢知道，必须逼自己一把了。他向连长和一些老班长请教，学习模拟训练技术要领。在轮到自己小队时，张欢第一个迈上平台，咬紧牙关一跃而下，带头顺利完成滑降突入。在他双脚落地的瞬间，现场爆发出热烈的掌声，战友们纷纷鼓掌称赞，这个戴眼镜的新排长还不错。

往后的日子里，张欢成了训练场上的常客。为了尽快赶上连队训练进度，达到特战队员的标准，在短暂的适应期过后，张欢开始自行加练。午休和晚饭过后的休息时间，在训练场遇到他是常有的事。他太拼了，不怕苦，就是为把成绩提上去。陈源说。他不止一次看到张欢独自在操场上跑步，或利用休息时间找连队老兵请教训练要领。让他印象最深刻的一次，张欢在午休时向他请教攀登技巧，练到掌心都被磨破流血，却只是匆匆贴了个创可贴，便又握紧了攀登绳。

在张欢看来，要成为一名合格的特战队员，就必须对自己狠一点。将来要是领兵上战场，自己技能不过关怎么办？

张欢说，当兵就是要吃苦的，训练时苦点没什么，打仗时能赢最重要。2020年，上级单位组织编写高海拔地区远距离狙击课目训练教案，张欢凭借出色的训练成绩被选为主教员，带领课题小组研究高原条件下的远距离狙击。他们的目标是在远距离射程下，确保狙击手运用教案所教方法快速找到合适的角度和射击方式，通过一块A4纸大小的铁框，射中隐于其后的靶标。

一个半月时间里，张欢带领小组成员在进行了射击场上，反复测算数据。他充分发挥学历优势，利用大学期间所学知识，结合气压、风速等因素综合考虑，设计出一条条射击路径。随后，他又组织人员反复验证，有数据偏差就立即推倒重来，单是教案大改就修改了五次。

不怕麻烦，但一定要找出最合适的训练方法，重要的是要找到在战场上能一击制胜的射击本领。张欢说。最终，经过一遍遍调整，他们编写出一套适应高原环境、便于快速掌握的远距离狙击训练教案。不久后，上级单位组织射击比武，旅里一名狙击手采用他们的训练方法，在比武中拿到优异成绩，荣立二等功。

这是张欢的骄傲，一个人的出色不算什么，带领大家都能打赢才是本事。但他也承认，除了比武场，更希望能到一线去，到真正的实战环境里去。

二

去年年初，张欢终于实现了自己的愿望。春节过后，连队受领高原驻训任务，张欢与战友们一起，走上了海拔超过4500米的边防一线。

张欢至今记得在奔赴驻训区域时，要经过一段高山路段。那里被称为25道拐，以曲折的山路和陡峭悬崖著称。当时担任排长的张欢带队前进，坐在车里蜿蜒而上，车门外就是悬崖峭壁。张欢一边提醒着驾驶员小心前进，一边指挥后续车辆，等到走过那段路，才发现手心里湿漉漉的都是汗水。

但当时真没觉得害怕，反而挺激动的，真有一种奔赴前线的感觉。如今回忆起来，张欢仍觉得兴奋。

随后的4个月里，在海拔4700多米的雪域高原上，张欢带领战友们训练、巡逻，走上边防线上。原始森林里寸步难行，张欢就带头砍断荆棘为战友开路。他们手拉手在边防线上留下脚印，宣告我站立的地方是中国。

只有站在这里，你才会知道什么是军人的使命和光荣。张欢说。每天晚上，他们轮流站岗放哨。一次凌晨5点，张欢站在营区前，望着绵延的雪山和静谧的星空，禁不住热血沸腾。那一晚，他在日记本上郑重地写道，祖国的边防线上是一代代边防军人用双脚丈量出来的。这样的大好河山，我一定要誓死守护她。

4个月后，旅里组织高原地区伞降全人员普跳训练，张欢再度打起背囊奔赴训练

张欢说，当兵就是要吃苦的，训练时苦点没什么，打仗时能赢最重要。

2020年，上级单位组织编写高海拔地区远距离狙击课目训练教案，张欢凭借出色的训练成绩被选为主教员，带领课题小组研究高原条件下的远距离狙击。他们的目标是在远距离射程下，确保狙击手运用教案所教方法快速找到合适的角度和射击方式，通过一块A4纸大小的铁框，射中隐于其后的靶标。

一个半月时间里，张欢带领小组成员在进行了射击场上，反复测算数据。他充分发挥学历优势，利用大学期间所学知识，结合气压、风速等因素综合考虑，设计出一条条射击路径。随后，他又组织人员反复验证，有数据偏差就立即推倒重来，单是教案大改就修改了五次。

不怕麻烦，但一定要找出最合适的训练方法，重要的是要找到在战场上能一击制胜的射击本领。张欢说。最终，经过一遍遍调整，他们编写出一套适应高原环境、便于快速掌握的远距离狙击训练教案。不久后，上级单位组织射击比武，旅里一名狙击手采用他们的训练方法，在比武中拿到优异成绩，荣立二等功。

这是张欢的骄傲，一个人的出色不算什么，带领大家都能打赢才是本事。但他也承认，除了比武场，更希望能到一线去，到真正的实战环境里去。

二

去年年初，张欢终于实现了自己的愿望。春节过后，连队受领高原驻训任务，张欢与战友们一起，走上了海拔超过4500米的边防一线。

张欢至今记得在奔赴驻训区域时，要经过一段高山路段。那里被称为25道拐，以曲折的山路和陡峭悬崖著称。当时担任排长的张欢带队前进，坐在车里蜿蜒而上，车门外就是悬崖峭壁。张欢一边提醒着驾驶员小心前进，一边指挥后续车辆，等到走过那段路，才发现手心里湿漉漉的都是汗水。

但当时真没觉得害怕，反而挺激动的，真有一种奔赴前线的感觉。如今回忆起来，张欢仍觉得兴奋。

随后的4个月里，在海拔4700多米的雪域高原上，张欢带领战友们训练、巡逻，走上边防线上。原始森林里寸步难行，张欢就带头砍断荆棘为战友开路。他们手拉手在边防线上留下脚印，宣告我站立的地方是中国。

只有站在这里，你才会知道什么是军人的使命和光荣。张欢说。每天晚上，他们轮流站岗放哨。一次凌晨5点，张欢站在营区前，望着绵延的雪山和静谧的星空，禁不住热血沸腾。那一晚，他在日记本上郑重地写道，祖国的边防线上是一代代边防军人用双脚丈量出来的。这样的大好河山，我一定要誓死守护她。

4个月后，旅里组织高原地区伞降全人员普跳训练，张欢再度打起背囊奔赴训练

陆军工程大学通信士官学校 红岩雪鹰 宣传队

争当新时代的活雷锋

杨涛叔叔，很高兴收到您给我写的信，还有寄来的学习辅导资料，太谢谢您了！见到杨涛，初二学生多吉迅速跑上前，将回信递到杨涛手中。新学期开始后，孩子们回到久违的校园，看到结对帮扶的金珠玛米，他们的脸上都洋溢着欢乐的笑容。

据悉，自1985年以来，该校便与重庆西藏中学建立了共建关系。38年来，宣传队与时俱进弘扬雷锋精神，在继承和发展雪鹰青年业余党校优良传统的基础上，组建成立红岩雪鹰宣传队，通过开展理论宣讲、热心帮困解难，持续对重庆西藏中学学生进行帮扶培育，让校对校、手拉手、一帮一的优良传统绵延不断。

学习雷锋好榜样，忠于革命忠于党。近日，在毛泽东等老一辈革命家为雷锋同志题词60周年来临之际，陆军工程大学通信士官学校红岩雪鹰宣传队队员杨涛和队友走进重庆西藏中学，来到藏族学生身边，为他们讲述雷锋故事，一起开展学雷锋活动。

宣传队创建以来，先后有500余名

（信息来源：苏州市吴中区区长桥街道） 广告

场，他希望这次能克服自己的恐高症。在他看来，只有完成最后一项伞降训练，才称得上是一名合格的特战队员。

7月的西藏清晨仍然寒冷，高原天气多变。跳伞那天，飞机升空途中受到气流影响不断颠簸起伏，张欢紧张得脸色煞白。但当飞机到达预定点位，舱门打开，作为排长的张欢深吸一口气，带头跃出了机舱。

怕什么，不能怂！真打仗起来还能犹豫吗？张欢说。跃出舱门的瞬间，失重感袭来，让张欢的心脏狂跳不止。几秒钟后，降落伞顺利打开，他看到脚下成片荒凉的雪山，忽然热泪盈眶。

那一刻，我知道，我终于成了一名真正的特战队员。张欢激动地说。

三

如今，来到特战旅5年的张欢身上已看不到书生的影子，他的脸颊被晒出了高原红，双手上布满老茧。他变得更适应高原的环境，反而在休假回家时会感到不适应。氧气太充足了。他开玩笑说，我已经是半个西藏人了。

但有些在学校的习惯，张欢至今保留着。他业余还会读很多书，喜欢研究问题，非常关注国际局势，每天还会将所思所想记录在册。不同的是，闲暇时会主动把这些感想见解分享给战友，和大家一起讨论钻研。张欢常说，要随时为打仗做好准备，守在边防，就要随时准备上前线，打胜仗，保家卫国。

入藏5年，张欢的春节都是在连队里度过的，婚期也因为任务一拖再拖。尽管高原上环境恶劣，但张欢没有想过离开这里，等到实在干不动、不能干了，再回去。不久前的春节，张欢又一次主动申请留守，在除夕的晚上值守营区门口的岗哨。

看着营区外的宽阔马路上车辆来来往往，远处万家灯火，张欢想起第一次离开家乡的那个夏天。得知自己当兵，村子里家家户户都来祝贺。开学前夕，全家人提着大包小包踏上开往长沙的火车。就是从那天起，走出大山的张欢暗下决心，一定要在部队好好干。

张欢说。除夕下了哨，他在日记本上誊写这几天送给连队战友们的几句话，万里山河壮丽，军人当为家国天下之坚盾，我愿如此，人人皆然。万家灯火辉映，军人当为执剑守卫之卫士，今夜如此，夜夜皆然。

宣传队创建以来，先后有500余名

宣传队创建以来，先后有500余名

宣传队创建以来，先后有500余名

宣传队创建以来，先后有500余名

宣传队创建以来，先后有500余名

宣传队创建以来，先后有500余名

宣传队创建以来，先后有500余名

宣传队创建以来，先后有500余名

宣传队创建以来，先后有500余名

宣传队创建以来，先后有500余名

宣传队创建以来，先后有500余名

苏州市吴中区区长桥街道建优“四网”

让冬训走新更走心

自冬训工作开展以来，苏州市吴中区区长桥街道坚持全面覆盖、分层施教、党群互动，不断建优冬训阵地网、互动网、实践网、服务网，切实推动冬训工作走新更走心，训出精气神，训出实效。

建优冬训阵地网，延伸触角促深度学习

苏州市吴中区区长桥街道始终坚持群众在哪里，宣讲阵地就延伸到哪里，统筹调配、联通共享，逐步构筑布局合理、便捷高效、出口可及的宣讲阵地网络。

街道充分调动新时代文明实践所（站、点）、龙桥精神馆、市民学校、苏州工匠园等阵地资源，结合阵地属性和受众特点，以听、看、谈、议、行等多种形式开展集中学习培训。

建优冬训实践网，主题活动促笃行

聚焦党员冬训与文明实践融入融合，街道突出策划发动，推出一批主题鲜明的实践活动，在沉浸与体验中，推进学、思、用贯通，知、信、行统一。

街道注重推行联建学习模式，设立集中学习站、流动互学点、线上学习群，打造冬训学习样板支部、样板社区，评选学习之星，营造比学赶超良好氛围，提升学习成效。

建优冬训互动网，创新形式促乐学

为切实提升冬训生动性、互动性，街道推行“乐学长桥”计划，引导工作人员争当理论宣讲员，将时代强音送出去，把群众感悟带回来。

在社区书吧推行“书屋宣讲”模式，街道开展“书吧理论小课堂”红色故事一刻钟活动，通过面对面互学、留言板互动、老少结对互学等多种互动形式，让冬训内容以具体化、通俗化的形式传出去、传开来。

邀请苏州十佳志愿者吴中时代新人作为主讲人开设道德讲座，推进核心价值观宣传潜移默化、浸润民心。

此外，街道巧用线上媒体，依托江苏有线数字电视客户端长桥街道电视栏目定制线上冬训专题学习版面，通过“主旋律电影推荐+理论专题学习专栏+我是冬训主讲人+基层党员线上答题”的形式，打造沉浸式线上冬训课堂。

微信公众号开设“冬训聚力”微信专栏，街道引导全体人员将“低头”的时间多留给学习，通过碎片化时间的有效运用，提升学习渗透力。

建优冬训实践网，主题活动促笃行

聚焦党员冬训与文明实践融入融合，街道突出策划发动，推出一批主题鲜明的实践活动，在沉浸与体验中，推进学、思、用贯通，知、信、行统一。

街道注重推行联建学习模式，设立集中学习站、流动互学点、线上学习群，打造冬训学习样板支部、样板社区，评选学习之星，营造比学赶超良好氛围，提升学习成效。