

# 一剑霜寒扬眉笑

■郑蜀炎

## ★ 场边杂弹

“回顾所来径，苍苍横翠微。”回顾历史，一个个“之最”往往是所来之径的一种标记。就像提及体育，我们总要从人类最早出现的有规则的游戏说起——朝背后抛石头，以远而准者为胜，回头偷看则为犯规。

当然，这毕竟还只是游戏。真正意义上的体育运动也留下了许多“之最”。譬如，世界上最早开设的体育课程，当属击剑运动；由此，伴随而生最早的职业运动教练员——在公元前11世纪（约我国的西周时期）的古希腊，就有专业的剑师开课传授剑术，并以此谋生。

“满堂花醉三千客，一剑霜寒十四州。”由军事与战争衍生出来的体育项目之多也算得上“之最”。可细究起来，其中最具有典型军事色彩的运动，最似同持杀兵器的器械，非“杀气腾腾”的击剑及其佩剑护具莫属。

任何事情一旦发生，都会产生后果。因果律是这个世界上最基本的规律之一，击剑运动的产生与演变便是如此。公元前3世纪，罗马帝国以连绵不断的战争来扩张领土。为鼓励城邦居民从军打仗，元老院制定了一个规矩——普通百姓若要跻身“公务员”行列，最基本的条件就是拥有10年以上的服役资历。须知，这10年军粮可不是好吃的。在冷兵器时代，要想在白刃喋血的战争中侥幸存活下来，前提就是练就一身御敌杀敌的好身手。古罗马军队向来以“擅剑”著称，兵士皆佩长短两柄剑。刀剑之下那些血腥的杀戮暂且不说，倒是战场上的真

刀真枪逼着练出了许多剑术精湛、身手了得的剑客。

随着罗马帝国的衰亡，这些纵横剑术者自然丢掉了军事集团提供的饭碗。为了生存，他们风流云散，凭借一身娴熟剑技谋生。不论黑道白道、难言福兮祸兮，反正剑术由此开始盛行于中世纪欧洲，并与骑马、游泳、打猎、投枪、下棋等，一起被列为7种高雅的贵族运动，成为骑士阶层四处炫耀的奢侈之术。

正如波德莱尔诗中的“恶之花”，当击剑成为一种时尚，拔剑相向的决斗便病态般地流行开来。据说，仅1588到1608年间，欧洲就有约8000人因决斗而丧身剑下。

欧洲有句谚语：“散兵坑里没有无神论者”，意思是面对战争的残酷，人人都会祈求神明的庇护。而庇护击剑爱好者的神明，一是依仗自身的剑术护身，二是依靠游戏规则的准备。西班牙以拥有众多骑士著称（堂吉珂德堪称代表人物），那些血淋淋的场面让他们不敢再无所顾忌地一剑定生死了。他们首先推出了将剑尖包扎起来的比武专用剑，并设有专门的武厅和裁判，保障剑手在不危及生命的前提下交锋搏击。因此，西班牙被认为是现代击剑运动的摇篮。

有些今天看似简单的发明，在当时都具有决定性的意义。比如，意大利人在剑柄上装配上护手盘；特别是1776年，法国击剑大师拉布瓦西埃发明了面罩……这一系列改变，使得这一运动真正走上高雅之路，逐步成为国际性的体育竞技项目。

剑及履及，由这个源自《左传》的成语可以推想，在春秋时代，剑和鞋子一样，已属于平常使用之物。所以，击剑同样成为中国

最古老的运动之一，也就在情理之中了。三国时，魏文帝曹丕就写下这样的《自叙》：“予又学击剑，闻师多矣。”可见当时的击剑之术已然普及，同时还有诸多名师传授。虽然缺少面具等护具，但他却知道用甘蔗代剑，与友人交锋。这在2千年前也算得上文明比赛了。

“抑而藏之，不敢用也。”虽说许多古代文人只是把剑作为一种诗中的意象，藏而不用、咏而不击，但李白不仅诗写得极好，同时还使得一手好剑。他在古风《侠客行》中有一潇洒之句：“十步杀一人，千里不留行”。这不同于其它诗中极尽夸张的随意之笔——在一幅16世纪留下的欧洲版画中，两个西人用西洋剑决斗的距离，估算也在10步左右；据说日本剑道两人对阵，最佳的格杀位置，也在10步之间。跨步一步，借剑与臂之长度，便能轻取对方。可见，李白不仅是诗仙，保不齐还有可能是一位剑侠呢。

《扬眉剑出鞘》——这是前些年风靡一时的描写我国女子击剑运动员的报告文学。“十年磨一剑，霜刃未曾试。”今天，我们依然期待着扬眉、剑出！



# 多措并举 确保体能整体跃升

■杨和奎 赵熙然

春分时节，武警广西总队某中队的营盘里，一场新老兵之间的军事体育对抗激战正酣。经过3小时、5个项目的角逐，双方成绩依然在伯仲之间。最后一个项目400米障碍，成为决定胜负的关键之战。最终，老兵依靠丰富的经验和更加充沛的体能赢得了这场比拼。

连日来，武警广西总队防城港支队在做好疫情防控的基础上，组织官兵大力开展实战化训练。他们依托现有条件构造多种情况，将练体能、练技能相结合，全方位锤炼官兵能力素质，强化部队打赢能力。

“训练没有‘暂停键’。到了战场上，谁给你喊‘卡’？”支队领导的话回响在每一名官兵的耳旁。疫情期间，该支队及时调整训练计划，区分不同层次，采取小群体教学、小场地轮转的方式，为每名官兵量身打造强化体能训练套餐，既让训练内容更有针对性，也让部队训练整体水平得到保证。同时，他们创新方式方法，充分利用信息化设备，设立网上集训班、拍摄重难点课程、组织视频端会操，在疫情期间“错峰”开展军事训练，确保年度训练计划按时、按点、按量完成。

“实战需要什么就练什么，什么薄弱就补什么。”



作为组训者，排长卢明栋不仅在防疫工作上喜欢较真，在训练场上更爱较劲。从技战术课目到体能课目，他和参训官兵要在负重20斤的条件下，完成8小时的训练内容。

“冲刺、冲刺、冲刺……”指挥员的口令夹杂着作战靴敲击地面的声音。五公里武装越野、爬绳、体能组合，一系列高强度训练科目连续展开，但官兵热情不减反增。训练中，他们设立“龙虎榜”，开展“冲顶赛”，采取基层风气监督

员实地监考与视频录像全程备查的方式，充分调动官兵的积极性，激发他们的训练热情，用一张榜统住一盘棋，在“比、学、赶、帮、超”的浓厚氛围下，促进军事体能训练水平的提升。

训练没有“暂停键”，防疫期也是战备期。在一系列“组合拳”的作用下，官兵的训练热情越练越高，一项项成绩被不断刷新。

上图：官兵在400米障碍的训练中。徐世立摄

# 网上联赛 破解居家训练难题

■王杰 张博

疫情袭来，学员们推迟返校，毕业联考脚步临近，居家军事体能训练如何破解从“面对面”“手把手”，向“键对键”“屏对屏”高效切换这个教学难题？

陆军装甲兵学院军事体育教研室的教员们采取“互联网+”思路，探索“云上练体能、一线融多能”的组训模式，通过视频直播调动居家学员的训练积极性，实现标准不降、体能不降、军事训练不断线。这种组训模式试行不久就受到学员们的好评。

“这次直播联赛主要检验学员的训练成果，第一个出场的是‘东部赛区’初赛第三名张加威同志。”这天下午三点，随着“主播”教员一声令下，电脑和手机前分散在全国各地的百余名学员跃跃欲试。

学员姜继伟说，体育教研室创新组织开展的“宅家运动、同心战‘疫’”网上系列联赛活动，非常契合我们年轻学员的兴趣点，大家训练更加积极了。

拿这次俯卧撑联赛来说，学员按东西南北中分为5个赛区，全员参与、PK

晋级，主课教员直播指导，学员队干部担任评委，军体教员线上观摩，系督导专家全程“找茬”，线上统合教、学、管、督的育人功能，同向发力。

学员们表示，“云上体能联赛俯卧撑决赛”直播，方式新颖，达到了锻炼体能、增强集体荣誉感的功效，今后课外和寒暑假训练也可以云实现，真是一线多能。在系列联赛中，大家积极性都非常高，力争拿到最佳成绩，为集体增光。

# 坚定信仰信念 凝聚强军力量



设计制作：瀚风