

纪念红军长征胜利90周年专论

从长征行军生活看红军官兵一致的优良传统

□ 刘宗灵 何佳琳

红军长征是一部漫长的行军史。毛泽东曾如此概括这场史无前例的远征：“十二个月光阴中间，天上每日几十架飞机侦察轰炸，地下几十万大军围追堵截，路上遇着了说不尽的艰难险阻，我们却开动了每人的两只脚，长驱二万余里，纵横十一个省。”二万五千里征途，全凭步行完成。曾任红二军团第六师政治委员的廖汉生回忆称：“走路是长征的基本形式，除了一些不可避免的战斗和难得的短暂休整外，部队都是处在行军状态中。”双脚之于长征的意义，红一方面军干部曾三有过十分精准的概括：“在长征路上，我深深感到脚的重要。道理很简单：长征是要走路的，没有脚就不能行军，没有脚就不能战斗。”考察长征时期红军对战士脚力的顾护，既可管窥人民军队对普通战士身体感受与生命价值的切实关怀，也可呈现极端行军环境下红军官兵一致的优良传统和战友之间的深厚情谊。

●“大家走得脚肿皮破，掉队的很多”

长征途中，人脚部一旦受伤，便可能掉队；一旦掉队，便有性命之虞。正如女红军危秀英所言：“长征中，从某种程度上说，脚比肚子更重要。因为一旦掉了队，落到敌人手里，不就没命了吗？”对此，红军战士们也有着十分清晰而普遍的认知。老红军杨秀山回忆，当时大家不怕流血负伤，“怕的是打掉腿和脚，因为当时的形势是天天要行军、要走路，失去了腿和脚就再也没法跟上队伍，再也没法干革命了”。

红军长征中脚力消耗巨大的原因，主要可归为两方面：

一是超越人体生理极限的行军强度，各路红军常日夜兼程，日行百里以上。1934年12月8日，时任红一军团一师三团总支书记萧锋在日记中记载，该团担任先遣队急进，“行程一百十里”，因连续渡河翻山，大家“走得脚肿皮破，掉队的很多”。据曾任红九军团七团卫生生长的刘良栋回忆：“红军长征全靠两条腿走路，每天少至50—60公里，多至120公里，因此必须有一双铁脚板。”诚如曾任少共国际师师长的彭绍辉在日记中所总结的，“这次长途行军是从未有过的，部队掉队也是空前的”。

二是鞋袜物资的极度匮乏，使战士们脚部直接暴露于恶劣的行军环境。老红军罗章曾回忆道：“西征途中最困难的是没有鞋子穿。”他曾只穿一只鞋走路，沿途多方寻找也未找到鞋子，只得宿营后连夜自打草鞋，第二天才能继续行军。每逢攻占城镇，部队首先设法购买鞋子，“当时把鞋子看成宝贝一样”。过草地时，鞋子损耗更快，战士的足部磨损也更为严重。1935年8月，红一方面军进入草地后，战士们仅有一两双草鞋很快就陷入稀泥或被草兜扎得“鞋底分家”。亲历者陈国辉回忆，有

人只得赤脚行军，双脚被扎伤、被稀泥污水浸泡后，肿得“像两个大萝卜似的，掉队的一天比一天多起来”。

正是基于这种残酷现实，红军将洗脚从个人卫生习惯提升到了保存有生力量、维系革命队伍的政治高度。

●“无论如何要争取用热水泡脚”

面对困境，红军采取了多种措施保护双脚，其中洗脚问题尤其值得关注。曾随红五军团长征的张力雄回忆，行军中“最忧虑的是战士没有草鞋穿、没有热水烫脚”，因为这“不仅会影响行军速度，而且会造成非战斗减员”。因此，解决草鞋和热水问题成为“当时各级干部和党支部工作的中心”。

洗脚被纳入长征时期红军行军卫生管理，有着苏区时期的制度渊源。1932年9月，周恩来、毛泽东等就鄂豫皖红军战略战术问题向前线发出意见电报，指出：“烂脚病都由拂晓行军，在战场不洗脚以及蚊虫传染而生，勤洗擦干可以减少传染。”1933年，红四方面军总指挥徐向前主持编写《简略卫生常识》，将“天天要洗脚、擦澡”列为预防常见疾病的办法。

在长征开始前的准备阶段，1934年10月11日，红军总政治部代主任李富春发布训令，要求在战士中“进行行军的卫生运动，使之成为习惯”，并列出“每天洗脚”等具体事项。长征后，中国工农红军总政治部机关报《红星》亦以战时宣传的形式反复强化这一要求：1934年第六期刊发《消灭掉队落伍的现象！》一文，强调“特别要注意洗脚，穿草鞋”；同年第七期刊发《在行军中克服部队的疲劳》一文，要求“注意卫生工作。有病的及时医治，并督促洗脚等”；1935年5月11日，第十六期刊发《预防目前正在发生的疾病》一文，将“每

天要烧水洗脚”列为预防烂疮子（即脚部溃疡）的首要措施。

这些制度在行军生活中落实为一套自上而下的督查体系。红军高级指挥员会深入连队查看战士是否洗脚。据曾为红四方面军总部警卫连战士的张显扬回忆，朱德到宿营地后，就“东走走西瞧瞧”，检查“脚洗了没有”。贺龙的检查也同样细致，据贺龙的警卫员周龙回忆，每到宿营地，贺龙“总是先到各连队查问房子是不是安排好了，伙食是不是准备好了，有没有热水洗脚”，睡觉前还要问战士：“脚洗了没有？泡挑了没有？”督促洗脚也是连队指导员的一项职责。廖汉生回忆起部队宿营以后，指导员“要1个班1个班地督促烫脚，处理脚泡”。在红二十五军，主动为他人烧洗脚水，也是党团员发挥模范带头作用的一项具体内容。2001年，开国上将张爱萍追述长征情形时亦称，“上级规定，只要条件许可，每到宿营地，我们指战员都要烧水泡脚”“各级领导对此都很重视。营、连领导还要亲自进行检查”。

曾任总后勤部卫生部副部长的涂通今在追忆长征卫生工作时指出：“部队到达宿营地后，无论如何要争取用热水泡脚，睡觉时做‘倒脚运动’，以改善足部的血液循环，预防脚痛和脚泡的发生。”“争取”一词可见红军卫生制度与物质条件之间存在的差距：在长征窘迫的物质条件下，寻常的热水泡脚也须经组织安排和集体协作方能实现。围绕洗脚展开的革命日常由此成为观察红军内部关系的一个切口。

●“我们都是阶级兄弟，给你挑挑水泡有什么关系”

在红军的军事文化中，洗脚折射出一种独特的官兵关系。从最高统帅到基层班

长，各级指挥员不仅将洗脚作为行军纪律来督促，更以身体力行的方式亲自参与到这一日常行为之中，这从一个侧面呈现了红军有别于旧式军队的官兵一致传统。据周恩来身边的警卫员丁振愈回忆，每次行军到达宿营地，时任中央军委副主席周恩来“总要问我们累不累，脚上打泡没有，督促我们烧水烫脚，早点休息”。有一次周恩来得知丁振愈脚打了泡，“硬要给我挑泡”。丁振愈听了，真不好意思！，周恩来却说：“我们都是阶级兄弟，给你挑挑水泡有什么关系？”随即为丁振愈挑了水泡。这种关怀渗透于红军各级指挥体系之中，成为一种普遍风气。亲历长征的无线电通信干部黄良成，当时在红五军团无线电分队，李白则任该分队政委。一次长途急行军后，黄良成疲惫得倒头便睡，李白将他叫醒：“洗了脚再睡！”黄良成“睁开了惺忪的睡眠，看见李政委笑嘻嘻地站在我面前，床前放了一盆热腾腾的洗脚水”。李白不仅督促洗脚，还亲自为熟睡的运输员老王脱下草鞋，并体谅地说：“他也太疲倦了，难怪他不醒。”直到看见每个同志都开始洗脚了，他才高兴地走开了。

洗脚所映照的红军内部关系，同样深刻地体现在战友间的互助之中。红军大学政治科七班班长李大清讨草地时因患关节炎逐渐掉队，同班战友詹洪海、王海山留下照顾他。李大清回忆，到达宿营地后，詹洪海“顾不上休息，就忙着点篝火，烧热水，帮我脱下草鞋，用热水给我烫脚，轻轻地把我脚上的水泡挑开”。当李大清担心拖累大家、劝他们先走时，詹洪海回答：“班长，你放心，我们绝不会丢下你不管，就是抬，也要把你抬出草地。”红四方面军妇女独立团的女兵叶冰回忆自己因脚裂流脓掉队时，“姐姐们总是烧好水等着我。我一到，大家就帮我洗脚洗腿，班长

还把她那仅有的一件单衣的大襟撕成了条条替我包脚”。红军女战士马忆湘也曾回忆道：“有时候，我甚至不知道自己睡着的时候是谁帮我洗了脚。”

这种不计回报甚至不留姓名的相互关照，成为红军战友间的日常，其中，红军炊事员这一群体的付出尤其值得一提。热水是洗脚的基本条件，而在长征的艰苦行军条件下，热水的保障有赖于炊事班的坚持。据时任红三军团某连司务长谢方祠回忆，连队只有九名炊事员。他们担心前方缺粮，常把粮食装在铜锅里，每人实际挑着六七十斤的重担；到达宿营地后还要安锅灶、劈柴、洗菜、煮饭，每夜只能睡两三个小时。进入草地第二天，炊事班长看到战士的双脚被烂泥泡坏，提出：“战士们走烂泥地，脚都泡坏了，不烧点热水烫烫脚怎么行呢？”谢方祠顾虑他们负担太重，没有同意，“可是一到宿营地，他们就把洗脚水烧好了”。此后，炊事员接连倒在行军途中，那口铜锅便一次次从牺牲者肩上转到另一名炊事员肩上。班长老钱发着高烧，仍在后半夜偷偷起身烧水，最终倒在烧开的锅灶前。第二天，又有人挑起铜锅继续前进，“每天宿营，部队还是照常有开水和洗脚水”。

习近平总书记指出：“长征的胜利，靠的是红军将士压倒一切敌人而不被任何敌人所压倒、征服一切困难而不被任何困难所征服的英雄气概和革命精神。”洗脚虽是日常生活的细部，却既关乎普通战士的身体感受与生命安危，也折射出红军官兵一致的优良传统以及战友之间的深厚情谊，有助于我们从微观层面认识这支队伍如何凝聚集体力量，如何完成长征这一人类历史上的伟大壮举。

（作者为分校系电子科技大学马克思主义学院副院长、教授、博士生导师，马克思主义学院硕士研究生）



用活红色资源 拓宽育人路径 讲好长征故事 传承红色基因

□ 范 蓉

习近平总书记在庆祝中国共产党成立105周年大会上深情寄语青年：“新时代中国青年要坚定不移听党话、跟党走，树立远大志向，勇担时代重任，把个人追求融入党和国家事业，只争朝夕、不负韶华，在新征程上跑好历史接力赛，用青春铺路、让理想闪光！”这一重要论述为新时代青年思政教育指明了根本方向。“十五五”规划纲要明确提出：“弘扬中国共产党人精神谱系，深化爱国主义、集体主义、社会主义教育。加强和改进思想政治工作，推进校园文化建设，用好红色资源，加强青少年理想信念教育。”江西红色文化底蕴深厚，应当用好红色资源，将红色文化、身边榜样故事、实践场景贯通起来，让思政教育由“入耳”走向“入心”，引导青年坚定理想信念、厚植家国情怀，自觉将个人成长深度融入国家发展大局。

以红色文化资源筑牢信仰根基。红色文化是中国共产党人带领中国人民在实现中华民族伟大复兴的实践中创造的，对于人们坚持真理、坚守理想，践行初心、担当使命，不怕牺牲、英勇斗争，对党忠诚、不负人民等，都起到了非常重要的凝心铸魂作用。江西是红色圣地，孕育了伟大的井冈山精神、苏区精神、长征精神，长眠在地下的大量革命先烈都是理想信念的丰碑。要让这些宝贵精神财富走进青年，须推动叙事从宏大转向细腻，从革命先辈的书信、日记等史料中寻找信仰的力量。比如，方志敏在狱中写下《可爱的中国》，字里行间流淌着对祖国的赤子深情，那份“敌人只能砍下我们的头颅，决不能动摇我们的信仰”的坚贞，穿越时空依然令人动容；面对敌人的威逼利诱与严刑拷打，伍若兰以“共产党人从来不怕死，为人民解放斗争而死最光荣”的铮铮誓言作答，将年仅23岁的生命永远定格在信仰的丰碑之上。革命先辈的青春抉择，

虽相隔近百年，却仍然回答着青春何为、人生何往的永恒命题。一代人有一代人的使命，但将个人命运融入国家前途和时代大势，始终是青春最炽热的底色。红色文化教育应当推动叙事方式从单纯的宏大铺陈转向与细节刻画相结合、从单纯的抽象说理转向与故事浸润相结合，让革命先辈从书本中“走”出来、在青年心中“活”起来，使红色历史成为照亮青春前路的精神灯塔。

以身边榜样故事深化理论认知。源自同一时空、映照一代人风貌的身边榜样故事，以天然的亲和力搭建起与青年群体同频共振的精神桥梁。思政教育的素材选择，应当兼具鲜明的时代特征与地域特色，要善于从青年身边的人和事中提炼出蕴含深刻理论意蕴的生活叙事，以小见大、具象说理、以情化人。比如，从四面八方汇聚到景德镇的“景漂”群体，以传承创新擦亮“千年瓷都”文化名片，既彰显新时代文化自信，又是推动中华优秀传统文化创造性转化、创新性发展的生动实践；鄱阳湖畔的“候鸟医生”李春如坚守四十余载，日复一日守护越冬候鸟，诠释了甘于奉献、实干笃行的担当精神。这些身边榜样故事，聚焦身边人的选择与坚守，天然具有可望可及的示范效应，让当代青年产生共情。思政教育要主动挖掘、采集、整理、传播贴近生活、扎根本土的榜样故事，让青年在倾听身边故事中自然而然地理解榜样的人生选择，实现从“旁观者”到“同路人”的心理转换，在情感共鸣中厚植价值认同。

以实景课堂赋能青年成长。依托红色旧址、虚拟场景、实践基地等育人载体，创设身临其境的学习场景，引导青年在实践或模拟情境中树立正确认知、掌握科学思维方法、锤炼实践能力。江西现有2960处红色遗址、4.36万件红色文物、1万余条

红色标语及65家革命博物馆、纪念馆，堪称一座没有围墙的红色博物馆，为思政实践教学提供了得天独厚的实景课堂资源。井冈山挑粮小道、瑞金沙洲坝红井等，每一处场景都是历史的见证，等待着青年去体验、去对话。一方面，组织青年走进红色旧址、革命场馆、乡村振兴示范点等，因地制宜开展现场教学、情景体验、志愿服务等多样化实践活动，引导青年在历史发生的现场中自觉运用马克思主义的立场观点方法观察时代、把握时代，在亲身实践、亲身感悟中深化思想认同、锤炼品行作风，真正做到内化于心、外化于行。另一方面，充分运用虚拟现实、增强现实、全息影像等数字技术，对红色旧址进行全景式、立体化的数字复现，建设“云端红色课堂”，使身处各地的青年学子足不出户便能身临其境地感受革命旧址的历史厚重感，实现红色教育资源从现场到“云端”的延伸。

习近平总书记指出：“红色江山来之不易，守好江山责任重大。要讲好党的故事、革命的故事、英雄的故事，把红色基因传承下去，确保红色江山后继有人、代代相传。”确保红色江山后继有人、代代相传，必须抓好青年学习教育。育人先育心，今天的青年思维活跃、眼界开阔，获取信息的方式、思考学习的习惯，都发生了深刻变化。只有根据青年的身心特点，不断推进内容、形式、方法的创新，不断增强红色教育的针对性和实效性，既注重知识传授，又加强情感培育，以红色教育启智润心、培根铸魂，才能更好地引导广大青年传承红色基因、赓续红色血脉，用党的奋斗历程鼓舞斗志，用党的光荣传统和优良作风坚定信念，用党的实践创造启迪智慧，在中国式现代化建设中挺膺担当。

（作者单位：江西师范大学马克思主义学院）

□ 李莹 李婉

习近平总书记强调，“要把红色资源利用好、把红色传统发扬好、把红色基因传承好”。江西是一片充满红色记忆的红土地。在伟大远征的历史进程中，江西是中央红军长征序曲唱响地、决策部署地、集结出发地、战略支援地和精神孕育地。红军将士用生命和热血铸就的伟大长征精神，是革命文化的重要组成部分，具有穿越时空的强大感召力。新时代新征程上，江西立足本土红色资源优势，大力弘扬长征精神、赓续红色血脉，把厚重的长征历史、鲜活的红色故事融入高校“大思政课”的实践，让红色教育接地气、有温度、入人心，是新时代传承红色基因、培育时代新人的重要路径。

从历史事件到精神资源的叙事逻辑转变。长征是“过去的历史”，但当其转化为一种精神资源时，就变成了“现在进行时”，长征精神成为能够回应当下问题的精神力量。将长征从历史事件转化为精神资源，关键在于转变叙事逻辑，让个人生命叙事成为宏大叙事的具身表达，在事件的结构性叙述中嵌入个人的生命轨迹，揭示普通人在极限状态下的坚定信念和无悔选择。比如，当讲到红军翻越雪山时，除讲述红军主力奋勇翻越雪山的故事之外，从普通战士的视角出发，讲述他们如何一步步挪过垭口，讲述背着干粮却饿死在雪山上的炊事员。如此，学生在记住时间、数字、地点、意义的同时，更能体会到蕴含其中的信仰信念和世界观、人生观、价值观。

从“他人的故事”到“我的参照”的教育范式转换。毛泽东同志在《实践论》中强调：“感觉到了的东西，我们不能立刻理解它，只有理解了的东西才更深刻地感觉它。”从“他人的故事”到“我的参照”的跨越，关键在于将观看转化为参与、将他者经验转化为自我理解。依托当前的增强现

实、虚拟现实等技术，可以让“四渡赤水的惊险”“过雪山的严寒”等历史“看得见”。当学生站在于都河渡口，不妨让他们思考：“告别家乡的那一刻，那些年轻人最放不下的是什么？今天的你，最放不下的又是什么？”通过这样的思辨方式，能使学生从“历史的旁观者”变成“历史的参与者”，将他者经验内化为自我理解，从而推动思政课从知识灌输走向价值建构，让长征精神从外在知识内化为个人参照，实现从“看见”到“理解”的跨越。

从“被给予的结论”到“自己长出的信仰”的价值形态转化。价值建构的深层目标，是使长征精神完成从外在知识到内在信仰的价值形态转化，实现从“我知道这件事”到“这件事与我有关”，再到“我愿意按它所启示的方向去行动”的状态改变。理想信念教育必须进入情感层面、触及灵魂深处，让学生在真实场景中感受信仰、感悟精神、实现认同。在新的时代条件下，要把伟大长征精神作为爱国主义教育的鲜活教材，讲清楚长征路上无数革命先烈“舍小家为大家”的感人故事，讲清楚为什么历史和人民选择了中国共产党，引导青年自觉把共产主义远大理想和中国特色社会主义共同理想作为矢志不渝的追求，不断增强做中国人的志气、骨气、底气，不负时代、不负韶华。

习近平总书记强调：“不论我们的事业发展到哪一步，不论我们取得了多大成就，我们都要大力弘扬伟大长征精神，在新的长征路上继续奋勇前进。”每一代人有每一代人的长征路，每一代人都要走好自己的长征路。当代青年肩负着跑好历史接力赛的时代重任，应当从伟大长征精神中汲取奋斗担当的勇气和力量，以逢山开路、遇水架桥的气魄奋勇前行。

（作者单位：南昌医学院马克思主义学院）