追寻红色体育足迹

必须创造的纪录

■郑蜀炎

体　谈

1935年5月28日晨，红一军团第2师第4团在团长黄开湘、政治委员杨成武的率领下，从安顺场出发，不顾饥饿、不怕疲劳，踏着泥泞的道路，冒着暴风雨，多次击溃敌人的阻拦。他们昼夜兼程，和敌人抢时间，要在敌援军到达之前夺取泸定桥。

此时，增援之敌已在路上，而我军距泸定桥还有约120公里。更何况，路有伏兵、山有险道、天降大雨……加之部队一路奔杀，早已人疲马乏。

然而，在长征史上最为惊心动魄的时刻，红军官兵创造了不可思议的奇迹——经过一昼夜的急行军，他们终于在次日（5月29日）晨赶到泸定桥附近，并袭占泸定桥西桥头。红军趁敌惊魂未定之时发起进攻，22名勇士冒着如泼的弹雨，攀越高悬于汹涌大渡河上的13根铁索，一举夺下泸定桥。

70多年后，有一些越野运动爱好者试图复制这一速度，他们穿戴着全套运动装具，携带充足的水和食物。可拼尽全力，还是慢了整整一天。

显然，对想着创造体育纪录的人来说，这是一个不可能完成的任务；而对于红军战士而言，这是一个必须完成的任务、必须创造的纪录。在中国革命生死攸关的路上，“他们千百个人心中，什么都抛弃了，只有一座泸定桥”。亲历此役的红一军团宣传科科长彭加伦，用“飞”记述了红军奔袭的速度。

是的，速度的纪录并不足以表述战场的态势、战斗的残酷。然而，历史的细节却从另一个视角，展示了长征的另一种真实，演绎了征途的另一幕传奇。

康德在《判断力的批判》中说：“每一种英勇的激情都是审美上的崇高。因为这种激情激发起我们克服任何阻挡的意识。”

长征中这种“英勇的激情”，熔铸在那些以命搏命、血溅白刃的拼杀鏖战中。但是，长征中的体育运动，却让我们从那种处乱不惊的乐观和昂扬中，感悟到在战火中生长出来的英雄气概；从那些鲜活、豁达、从容的心态中，懂得了什么是精神的年轻、青春的激情。

“积健为雄”。长征所锻造的乐观主义并非抽象的口号，而是根植于集体中的一种精神，既体现在险境中的心理调适，亦凝结为一种群体性的轻松自信。

编草为（足）球、削竹为（标）枪、画圈为（篮）框、架木为（单）杠……这是长征亲历者们所记下的各式各样的、必须加括号说明的“手搓”体育器材。每读回忆录看着这些，我定然会心一笑，然后轻吟起李贺的诗句：“想君白马悬雕弓，世间何处无春风。”

事实上，红军在长征中的体育活动，恰恰是发现长征、理解长征、思考长征的一个透视点。

李富春同志在《夜行军》中回忆到，几位老同志结队而行，笑称“徒步行走团”，但凡远离敌情，他们便纵横捭阖、谈天说地，不亦乐乎。

外国传教士薄复礼在《一个西方传教士的长征亲历记》写道，红军只要在某地驻扎时间稍长，就会砍竹子搭个简易的“列宁室”（开展文体活动之处）。印象最深的是傍晚的摔跤比赛，无论你输我赢，总有热烈的掌声和喝彩。

斯诺在《红星照耀中国》中讲述了自己参加吴起镇篮球赛的经历：“兵工厂篮球队接受了我们的挑战，把我们打得稀烂”……

须知，这可是在千难万险、生死存亡的万里长征中啊，你看咱们的红军官兵，不仅没有被艰难吞噬，反倒是直面危途、笑谈生死。这边是体育竞技中龙啸虎吟的气势，那边只待枪炮一响，便直接转化为战斗意志和战场胜势。

“薪火长征、奋进青春。”90年后的今天，人们将二万五千里的漫漫征途转化为各种可参与、可体验、可缅怀的红色体育活动，体育为讲述长征、记忆岁月提供了一种不一样的美学方式。

“不是为了赛胜负，乃是锻炼铁的筋骨”的红色体育精神，和伟大长征精神一样，属于所有人。

行军战斗间隙不忘强身健体

——从体育活动看红军

■余海玉



斯诺拍摄的张爱萍（左二）等5人手持网球拍、球网合影。

一张合照

在长征途中，红军在极端困难的条件下，依然在战斗间隙开展形式多样、内容丰富的体育活动，但遗憾的是很少留下照片。

1936年夏，美国记者埃德加·斯诺携带相机突破重重封锁，到达陕北保安（今延安市志丹县）、宁夏同心等地采访拍摄，为红军留下了一批宝贵的历史照片。虽然红军生活条件简陋，但他们的体育活动给斯诺留下深刻印象。

斯诺拍下了许多红军的生活照，其中有两张与打网球有关，一张是红军正在山脚下一片草地上打网球，另一张是红军大学5名学员拿着网球拍和球网站成一排的合影。在偏远的陕北山区，红军怎么会打上网球呢？球拍又是如何得来的？当时的斯诺也发出了这样的疑问。

斯诺来到了位于保安的红军大学参观，据张爱萍回忆，斯诺曾到红大讲演，“又一天的傍晚，我们几个同学正在城边的一块空地上打网球，斯诺先生散步走过来，用惊奇的目光注视着我们，他十分兴奋，过来打招呼，说：‘这真是奇迹！我万万没想到，经过万里长征的浴血奋战之后，在这样荒僻的山沟里，会看见红军的高级指挥员竟矫健活泼地进行着这种不寻常的运动。’”

这一幕让斯诺十分意外，他迅速决定要当导演，“摆拍”一张珍贵的照片。“他就叫这个握球拍，又叫那个拿球网，排成一行，拍下了这张照片。”随后，斯诺意味深长地跟张爱萍他们说：“听说你们每个人的头值五万大洋，这是国民党悬赏的价格。我不明白，他们付出了这样高昂的代价；可是你们呢，却是这般神态自若，个个又是球艺高超的网球健将，这叫人如何理解呢？”引得张爱萍等人大笑起来。

张爱萍的回忆在斯诺的书中得到了印证，《红星照耀中国》“在保安”一章中斯诺这样回忆去红军大学看到的场景：“我们到达那里时正值娱乐时间，学员们有的在两个球场上打篮球，有的在黄河支流保安河边的草地上打网球，有的在打乒乓球……”

他在“回到保安”一章中还提到了自己在保安打网球的球友：“每天早晨太阳一出山，我就在这里和红军大学的三个教官打网球：德国人李德、政委蔡树藩和伍修权。院场满是石子，去追飞快的球时很要命，但比赛仍是激烈的。”

事实上，红军中的网球运动并不奇怪，许多红军干部来自南方，长征前就曾在城市和学校中接触过网球。位于江西瑞金的中央革命根据地历史博物馆就珍藏着一件国家二级文物，那是一把红军指战员在中央苏区时期使用过的网球球拍。虽然球网斑驳泛黄，木质拍柄也饱经沧桑，却是那段历史的鲜活见证。在历次反“围剿”战斗和长征途中，一些缴获的体育器材被有意识地保留下来，包括网球拍，这才有了斯诺见到的红大学员打网球的一幕。

值得一提的是，斯诺拍摄张爱萍等5人合影后不久，连同其他红军照片一同发往了美国。美国《生活》杂志在1937年1月25日用了7个版面刊登中国工农红军的图片报道，其中就有这张张爱萍等5人手持网球拍、球网的合影。后来，这张照片又登上斯诺的著作《红星照耀中国》，让越来越多外国读者看到了中国工农红军的鲜活形象。

此前，红军体育活动主要记录在国内的报刊上，斯诺的镜头第一次把红色体育呈现在国外读者面前，通过这样的传播，那些喜欢打球的红军官兵，不再是抽象的政治符号，而是一个个有血有肉、充满生命力的个体。他们身处贫瘠的黄土高原和艰难的战争环境下，却拥有强健自信的身体姿态和精神气质，传递出一种强大的革命乐观主义精神。

一个排球

在中国人民革命军事博物馆“伟大的远征——纪念中国工农红军长征胜利90周年主题展览”中，相比作战电报、枪弹等战味十足的文物，一个手工缝制的排球显得十分特别。和我们今天使用的排球不同，它的外层用十几片棕黄色牛皮拼接而成，有明显的使用痕迹，破损处用粗线多次缝补。

根据介绍，它是红九军团途经四川宁南华弹乡时留下的，与它一同展出的还有红九军团途经四川宁南华弹乡与民团作战时缴获的毛瑟步枪弹，这两件文物的背后是一段红九军团孤军转战的峥嵘岁月。

红九军团是中央红军中一支以机动作战见长的部队，被周恩来誉为“战略骑兵”。1935年5月，为掩护中央红军主力顺利渡过金沙江，红九军团在军团长罗炳辉、政委何长工的率领下，在四川宁南县的华弹乡一带执行了一场关键的战略佯动。

他们利用金沙江沿岸的工事，摆出攻打金沙江东岸巧家县城的架势，成功牵制了国民党追兵。自始至终，国民党军都不知道他们有多少人，这场金沙阻击战持续了两天三夜，为中央红军主力渡江的行动赢得了宝贵时间。

就是在这样的背景下，红九军团竟然还携带着一个排球，可以想象他们对于运动的热爱。根据当地居民的回忆，红军官兵在四川宁南华弹乡驻扎期间，除了帮助群众打土豪、分田地，在休息时还和群众一起打球。离开时，他们将这个排球送给了当地居民，这个历经岁月洗礼的排球才得以在博物馆和我们见面。

在生死攸关的征途中，红军不仅行军打仗，也有着融入日常的体育运动。

事实上，早在中央苏区时期，排球、篮球、足球等体育项目就已经经常性开展。1933年中央苏区少共中央局的机关报《青年实话》曾生动记载：“在苏区内，体育运动是一天天地向前开展着……红色的体育健儿，一天天的多起来了。各地一一在江西，在福建，在前方，在后方，到处都在举行体育比赛，发展红色体育运动。”

1933年5月底至6月初，中华苏维埃共和国在瑞金叶坪红军广场举办了第一届“五卅”赤色体育运动会。排球是18个正式比赛项目之一，与篮球、足球、网球、乒乓球等一同亮相。

长征开始后，虽然红军将士一路转战，条件艰苦，但体育活动并未完全中断，而是以更因地制宜的方式融入了行军生活，成为红军将士强健体魄、提振士气、联络民众的重要方式。

在缺衣少食、生死未卜的万里征途中，为什么红军依然坚持体育运动？体育，不只是强身健体的训练手段，更是精神的熔炉：军民同台竞技，打破隔阂，播撒革命理想；奔跑与拼抢，锤炼着战士的强健体魄；赛场之上团结协作，赛场之外，让队伍拧成一股绳继续前进。

再回看展柜中这个粗糙的排球，它很可能是红九军团长征出发时带的“稀罕物”。军团将士中不乏青年学生和知识分子，他们喜欢排球，而这个排球相对轻便，很容易随身携带，长征休整时可以通过打球放松身心、鼓舞士气。

无论来源如何，这个排球都展现了红军将士在极端艰苦的环境下，依然葆有对体育活动的向往。如今的我们更能懂得：长征的胜利，不仅靠枪林弹雨下的无畏牺牲，也靠这种在苦难中依然要热爱、要奔跑的蓬勃力量。



下图：红九军团途经四川宁南华弹乡时留下的排球。

学术支持：褚　银

军体讲堂

在军体训练中锤炼血性胆气

■王航东

军事体育训练，从来不只是强身健体的途径，更是战斗精神生成与培塑的重要载体。战斗精神作为军队战斗力的重要因素，攸关战争胜负。面对复杂多变的国际安全形势和多样化军事任务，锻造一支“召之即来、来之能战、战之必胜”的现代化军队，必须重视军事体育在铸魂育人中的深层价值。

战斗精神并非与生俱来，而是通过严酷环境与高强度训练不断淬炼出来的。军事体育训练，是夯实军人身体素质、锤炼战斗素养的重要手段，也是磨砺战斗精神的实践载体。回望战争年代，我军在极端艰苦条件下仍能屡战屡胜，靠的不仅是战术智慧，更是“一不怕苦、二不怕死”的战斗精神。这种精神，正是在日复一日的体能磨砺、实战化训练中锻造而成。长征途中，红军战士背负数十斤装备，翻雪山、过草地，其惊人的耐力与意志力，本质上是在体能与精神的双重考验中磨炼出来的。抗日战争时期，八路军开展“大练兵”，通过刺杀、投弹、跑障碍等军事体育训练提升战斗力，不仅增强了官兵体质，更锤炼了战斗血性。由此可见，军事体育训练从来不是孤立的体能训练，而是战斗精神孕育的“土壤”和“孵化器”。它通过高强度、实战化的训练，激发军人内在的顽强意志、无畏勇气和使命担当，使精神力量在突破身体极限的过程中得以升华。

血性不是天生的，胆气不是喊出来的，而是在高强度的军事体育训练中，通过不断突破生理和心理极限、克服艰难困苦、超越自我，逐步培养出来的。武装越野，练的是奔袭过程中战胜“极点”——不减速、不退出，坚持到底；攀登，训的是肌肉僵硬乏力时的坚持与克服高空恐惧的心理素质；泅渡，磨的是水中耐力与抗压能力；格斗，比的是高强度身体负荷下冷静沉着的搏斗意志；400米障碍，考验的是速度、耐力、爆发力以及在极度疲劳状态下的坚持。每一项军事体育训练课目，练的不只是身体与技能，更是强大的精神意志。

“怕苦、怕累、怕受伤”，曾是制约部分官兵战斗精神生成的隐形“拦路虎”。如今，部队打破传统组训模式，将基础体能训练作为锤炼意志的“地基工程”。“以前练耐力跑，到了极点就慢下来调整，现在知道，战场上没有‘调整’的机会，只有‘坚持’。”不少官兵在训练中发出这样的感慨。在训练实践过程中，教练员摒弃以往“见好就收”的保守做法，依靠科学组训循序渐进加压，让官兵深刻体会到“再坚持一秒就是胜利”的信念力量。每一次成绩的提升，都是对惰性的战胜；每一滴汗水的流淌，都是对意志的淬炼。这种日积月累淬炼出的坚韧，让官兵明白：只有平时“挺得住”极限考验，战时才能“扛得住”战场高压。

在《军事体育训练大纲》中，战斗体能练的是官兵在作战行动和战场环境中必须要具备的身体专项能力。在训练时，很多单位将战斗体能与实战环境相结合，官兵以班为单位，进行长距离武装奔袭进入作战区，在作战区完成搏击、投掷等高强度对抗任务，最后完成战术搬运和伤员救治后撤离战场。面对高强度的训练负荷，官兵感到浑身疲惫，每一次抬腿都好似在煎熬。“当双腿发抖、视线模糊时，脑子里想的不再是好累，而是怎么把‘伤员’带回去。”通过构设逼真训练情境，让官兵在复杂条件下经受考验，不断提升直面恐惧、处置不确定情况的能力。这种“战场预演”，打破了舒适区，让血性胆气成为融入血脉的条件反射，让官兵在每一次跃起与冲锋中迸发出敢打必胜的豪情。

在千锤百炼中锻造胜战本领。在400米障碍场上，协调性、爆发力与战术意识的考验无处不在。在泅渡训练中，冰冷的河水与漫长的距离磨炼着官兵的水中耐力与抗压能力；在格斗对抗中，高强度的身体考验与冷静沉着的搏斗意志持续较量。在千锤百炼中，官兵不仅掌握了过硬的技术，更磨炼出“遇事不慌、临危不乱、精准果断”的战斗素养。

军事体育训练绝非单纯的体能锻炼，其深层价值在于磨砺意志、淬炼战斗精神。它以身体训练为基础，将意志磨砺、作风养成、精神淬炼贯彻始终，通过基础体能、战斗体能、实用技能与体育活动的多维发力，全方位锻造官兵敢打必胜的血性。新时代强军事业向前推进，战争形态不断演变，装备技术迭代更新，但战斗精神始终是我军官兵克敌制胜的强大精神力量。军事体育训练作为锻造战斗精神的“磨刀石”与“试金石”，既是锤炼强健体魄的训练场，更是砥砺顽强作风、凝聚必胜信念的主阵地，必须紧紧抓实守牢。



近日，武警天津总队执勤第四支队军事体育运动会开赛，数百名官兵齐聚赛场，展开激烈比拼。图为一名战士在通用400米障碍比赛中。

赵　岩摄

社址：北京市西城区阜外大街34号　邮政编码：100832　查询电话：(010)66720114　发行电话：(010)68586350　定价每月20.80元　零售每份0.80元　承印单位：解放军报社印刷厂