

雄关漫道真如铁，七旬港人“从头越”

历时250多天重走长征路一年后，“香港大爷”郑镇炎出书、演讲、带团重访故地

文/羊城晚报记者 张晗 图/受访者提供



郑镇炎在香港培侨中学讲座中回顾自己“重走长征路”的经历

10月14日下午，记者在深圳书城再次见到郑镇炎。去年10月，74岁的他历时250多天、徒步6000多公里，完成“重走长征路”的行程。如今再见这位“香港大爷”，他带来一本新书《雄关漫道——一个香港人的长征》，并向记者讲述这一年来他走进学校办讲座、带香港朋友走访革命旧址、重返长征沿线的经历。

一年前，他刚从延安回到香港，在结束徒步后的第一次受访中，他带来了陪他走完全程的红军八角帽和“香港大爷重走长征路”红旗。难掩完成心愿的欣喜，他一再对记者说：“走完长征路，我此生无憾。”

一年后，在中国工农红军长征胜利90周年到来之际，他再次带着香港朋友出发，走访甘肃会宁、宁夏将台堡和陕西延安等地，并将于10月19日抵达吴起。

起初，他把这场徒步视作个人心愿，不愿多作宣传。如今，他越来越觉得，铭记先辈的牺牲、传承长征精神，是自己必须承担的责任。

“走完长征路，还有很多事情要做”

郑镇炎把新书摊开在桌上。记者请他从中挑出一张印象最深的照片，他翻了几页，一时没有作答。

“每一张我都记得很清楚。”他指向其中一页。照片中的男子，是他途经湖南时在路上遇到的。得知郑镇炎正在“重走长征路”，对方骑着摩托车，带他到附近一处红军墓地祭拜，又把他送回两人相遇的地方。第二天早上，两人再次见面，一起吃了早餐。那人邀请郑镇炎到家中留宿，只因行程已经安排好，郑未能前往。

一条公路、一个村庄、一张陌生人的面孔，都能从郑镇炎口中牵出一段往事。“我走过每一个地方，也知道每张照片是在什么情景下拍的，背后有什么故事。”

徒步期间，每天结束行程后，郑镇炎都会写下“长征日记”。250多天走下来，积累了30多万字。整理成书时，他从中选取约四分之一，配上沿途拍摄

的照片。今年7月，《雄关漫道——一个香港人的长征》由香港中华书局出版。

书名取自毛泽东《忆秦娥·娄山关》中的“雄关漫道真如铁，而今迈步从头越”。1935年2月，中央红军二渡赤水后回师黔北，奇袭娄山关，再占遵义城，取得中央红军长征以来最大的一次胜利。

书中，一条线索梳理红军长征的历史，另一条线索记录郑镇炎一路的见闻，介绍今天西南、西北地区的乡村面貌。“我是从一个香港人的角度写这本书的。”他说，“也希望香港读者通过这本书，多了解内地的发展。”

他尤其希望书能够被更多香港学生读到。为此，郑镇炎托朋友邀请香港特区政府教育局局长作序。

“我发觉这一年，香港人也很关心长征历史。”学校、社团和书店陆续邀请他分享。在香港培侨中学演讲时，他从“红军为什么要长征”讲起，也讲自己为何出发、怎样克服路上的困难，希望启发学生继续查阅资料了解，有机会再到内地长征旧址走一走。

除了各处演讲，他还带着香港朋友走进革命旧址。郑镇炎与香港旅行社合作，参与设计红色旅游线路。今年4月，他带团走访井冈山、瑞金、于都等地，8月又前往贵州。每到一处，先由当地讲解员介绍历史；遇到自己熟悉的路段，他再补充之前徒步经过时的见闻。

今年7月，他还受邀与红军后代一同前往陕北。郑镇炎觉得，这些革命圣地值得一次次重访，“这片土地有很厚重的精神力量”。

过去一年，从整理出版日记、走进学校分享，到重访长征旧址，他越来越感到：“还有很多事情要做。能够影响更多人主动关注长征的历史，总是好事。”

“香港人同样关心长征”

从“此生无憾”到“还有很多事情要

做”，郑镇炎先说起了一组数字。

“中央红军从8.6万余人出发，到达陕北时只剩7000余人，很多红军战士牺牲时还很年轻。”在他看来，长征保存下来的力量，后来成为抗日战争、解放战争和新中国建设时期的重要力量。“没有红军长征中的牺牲，也就没有后来的一切，我们国家今天能够发展得这么好，与先辈们打下的基础是分不开的。”

走完全程，他不再把这趟徒步只当成个人的事。“不能只是享受前人留下的成果，自己能够做一点事情，就尽量去做。既然亲自走过，对沿途的地理环境和历史有了切身体会，就有责任把这些见闻和感受讲出来。”

他盼着这本书也能在内地出版，“让内地读者看到，香港人同样关心长征，增进香港与内地同胞之间的了解。”

让更多年轻人走近长征

“重走长征路”之前，郑镇炎已经通过资料，对红军长征历史有过长期的了解。真正踏上6000多公里的行程后，对史料中的行军路线，他有了更加具体的尺度。一路上，他常把自己眼前的道路与红军当年的处境放在一起比较。

再谈长征之难，郑镇炎概括为三个方面：“第一个困难是大自然的磨难；第二个困难是打仗，红军不是像我这样走路，而是时刻面对敌人，要想办法突围；第三个困难，是长征过程中关于路线和方向的争论与选择。”

郑镇炎说，正是在这样的处境下，“红军在绝境当中闯出一条生路”。

“古今中外，很难找到可以和长征相提并论的事件。”郑镇炎提到，《红星照耀中国》的作者埃德加·斯诺曾把长征誉为“当今时代无与伦比的一次史诗般的远征”。在他看来，路程之远、条件之残酷、付出牺牲之大，以及最终对中国革命进程产生的影响，共同构成长征难以替代的历史分量。说到这里，郑镇炎的语速明显快了起来：“长征的生命

力是永远的，永远不会过时。”

这种“不会过时”，不仅在于长征历史依然具有感染力，也在于它对今天的人仍有现实启示。郑镇炎说，生活和工作中遇到困难时，回头看看红军走过的路，许多原本以为难以克服的事情，也就有了继续面对的勇气。“我们今天遇到的困难，怎么能跟那个时候相比？”

在中国工农红军长征胜利90周年之际，怎样让更多香港年轻人认识长征，是郑镇炎反复谈到的话题。在他看来，传播方式可以变化，关键是让年轻人愿意主动了解。

今年8月，《羊城晚报》曾报道一名20岁的香港女大学生受长征题材影视作品触动，从四川石棉县安顺场一带出发，沿红军飞夺泸定桥的大致方向，累计徒步约26小时、129公里的经历。半个多世纪前，青年郑镇炎从一本书中认识长征；今天的年轻人拥有更多接近历史的方式，也可以用自己的脚步，把屏幕和书页上的内容变成亲身感受。

这种从书本走向现场的学习方式，也正在香港青年交流活动中得到更多运用。据媒体报道，香港特区政府今年5月公布，已经批出超过40个“长征胜利90周年”相关主题交流项目，提供超过2000个名额，让香港青年走进相关省份，学习历史，传承长征精神。

在一次次重访中，郑镇炎注意到，不少纪念馆增加了数字展陈、场景复原和沉浸式演出。在他看来，真正能够打动人的，仍是长征中具体的人物和历史细节。因此，除了推动新书出版简体版、英文版，郑镇炎也在考虑将自己的部分经历制作成动漫或短片。他还希望，下次行走长征路时，能够沿途拍摄视频，在介绍长征历史的同时，记录今天沿线地区的发展变化。

为此，年逾七旬的郑镇炎仍坚持每周抽出两天登山锻炼，每次走到四个小时。对他而言，传承长征精神并不只是在纪念日回望历史，也落实在日复一日的行动之中。“一定要从现在开始。”他说。

万水千山只等闲，十年接力“新长征”

广附国防班为传统国防教育做“科技加法”

文/羊城晚报记者 何宁 侯梦菲 蒋隽 图/受访者提供

“红军不怕远征难，万水千山只等闲……”

10月14日下午，广州大学附属中学（以下简称“广附”）的国防教育活动室里，高一国防班的学生饱含深情地朗诵着毛泽东的《七律·长征》。朗诵者中，有毕业八年、如今已担任教师的第四期国防班学生，也有刚在今年暑假重走长征路归来的第十四期国防班学生。第四期与第十四期，中间隔着整整十年。

这场名为“青春对话青春”的活动，是广附“重走长征路”十周年的一个生动注脚。2016年，中国工农红军长征胜利80周年，广附第四期国防班150余名学生奔赴贵州，成为全国首个成建制重走长征路的中学生队伍；2026年，中国工农红军长征胜利90周年，第十四期国防班学生走进延安、走进军校。

做一年容易，坚持十年不易。一所中学，为什么把一条路走了十年？这条路，又走出了什么？

给孩子补精神的“钙”

广附的前身是东北民主联军南岗干部子弟学校，创办这所学校的老前辈中，不少人就是走完全程的老红军。“红色基因是刻在广附人血脉中的，天然要传承和发扬。”广附党委书记欧卫国说。

2008年广附60周年校庆前夕，学校专程派人赴北京看望老一辈校友，他们当中有毛泽东主席的女儿李敏、罗荣桓元帅之子罗东进等“红二代”校友。那次聚会中，毕业多年的他们仍然能齐声唱起当年的广附校歌。“正是这份震撼，推动广附在2012年10月创办全国首个高中国防班，又在2016年中国工农红军长征胜利80周年之际，把课堂搬到了长征路上。”欧卫国说，现在有些孩子缺精神的“钙”，“重走长征路，就是给孩子们‘补钙’。精神的钙补上了，这孩子首先是一个健康的人、善良的人，将来做什么工作都能为社会作贡献。”

广附国防教育发展研究中心主任雷鹏俊手里有一本《红色地标中的故

事》，收录了全国59个最有红色底蕴的地方，“过去十年，我们走了其中的20个；未来十年，我们争取把剩下的39个走完”。

从“打卡心态”到三鞠躬

广附第四期国防班毕业生丁欣然记得，2016年在开往贵阳的高铁上，同学们朗诵起红色诗歌，“从那一刻起，我才真正进入状态；这不是游玩，而是重走先辈的路”。

同为第四期毕业生的黄艳琳，印象最深刻的是抵达后的第一天。在赤水红军烈士陵园，150多名高中生整齐列队，深深三鞠躬，默哀三分钟。“出发前，我们更多抱着研学打卡的心态。但真正站在那里，才知道脚下是革命烈士流过血的地方。”

此后的娄山关拉练，十公里山路，没有一个人提出放弃。“累了，国防班的伙伴们就互相支撑着，一路唱着军歌走到了最后。”黄艳琳说。

这正是广附设计这门“行走的思政课”的初衷：一是精神信念的传承，二是意志品质的锻炼，三是人生路的体验。

十年后，广附长征路换了“赛道”

十年前，广附国防班去的是赤水、娄山关、遵义会议会址，用十公里山路拉练，体验红军当年的艰辛；十年后，他们去的是延安革命纪念馆、杨家岭，更走进了西北工业大学、空军工程大学、火箭军工程大学等国防特色高校和军校。

广附高二学生柳长悦今年暑假也重走了长征路，让他念念不忘的是军校之行。在火箭军工程大学和空军工程大学，高年级学长学姐带着他们参观先进战机和校史馆。“我能从他们的眼睛里看到闪烁的光——那是对国防事业的信念和激情。”他说，“我意识到，国防观念在心里扎根，是在先辈带后辈的传

承中形成的。”

在杨家岭的窑洞前，高二学生丘雅钰盯着一盏煤油灯看了很久。“我想起了‘星星之火，可以燎原’。”她说，“要走好我们这一代人的长征路，国防科技素养太重要了。”

这变化的背后，是学校对“新长征”的理解。“中国发展到今天，社会富足、人民幸福，但要真正实现中华民族伟大复兴的目标，还要科技的强大，特别是国防科技的强大。”欧卫国说，“没有国防的强大，一切都无从谈起。所以今年我们国防班重走长征路，最不同的是突出了科技力。”

2012年国防班成立后，学校逐步打破“国防教育等于体能训练”的刻板认知，为传统国防教育做系统性的“科技加法”：凝练出“国防铸魂·科创赋能·立志立业”的育人方针，构建“打底色、融学科、探前沿”的进阶式课程群；国防科技大学在广东设立的唯一一个国防科技育英班，也落户广附。这项教学成果获得了2025年广东省学校优秀教学成果奖（基础教育类）特等奖。

截至目前，广附已累计向军事院校输送144名学子，其中2人曾以当年广东省军校录取最高分考入国防科技大学，后入选该校钱学森创新拓展班。国防班“天工哨”学生团队——一群平均年龄不到17岁的高中生——把课堂上的军事战略与工程知识同现代军事发展的核心需求结合起来，自主研发出“陆空全域智能侦察打击一体化装备”，实现地面机器人与无人机的协同作战，在全国青少年科创赛事中屡获大奖。

路走完了，人格立起了

十年长征路，最终要回答一个问题：它到底在学生身上留下了什么？丁欣然的答案是“坚持”。她坦言，高一时最好的成绩是班级倒数第四，“我总是怀疑自己，总是会觉得自己怎么这么笨！”高二时重走长征路，她站在山顶看蜿蜒的山脉，想到红军穿着草鞋和薄衣翻越雪山，“我突然就觉得，自己



2016年，国防班登顶娄山关

面临的困难和红军长征途中的困难相比，简直太渺小了”。回来后，她的成绩逐步上升，高三一年提升了70分。如今的她，是一所大专院校的辅导员，给学生们上思政课、讲长征精神，“我是真的走过长征路的，可以用切身故事去打动他们”。

黄艳琳的答案是“传承”。她现在是在广州一所小学的班主任。今年10月13日少先队建队日，她在班里给7岁的孩子们讲了自己重走长征路的经历。“我希望他们明白，长征精神不是遥远的历史。认真克服每一道难题、多帮助身边的同学，这就是属于他们的小长征。”

曾服役于中国人民解放军某部的广附国防班第四期毕业生黄浩文，则把答案归结为“耐性”。在部队时，每天的日常好比是反复做同一套题，“日复一日，年复一年，就算大脑睡着了，肌肉记忆还依旧准确”。支撑他熬下来的，正是国防班站军姿练出来的定力。他给五年后的自己留了一句话：“向前看，不要后悔。”

广附学生独有的这种气质，欧卫国称之为“使命感”。“我们培养人，就是要

培养有强烈的国家使命感、民族使命感的青年。有了使命感，在方向的选择上，目标感就会更强，也能排除万难做成事。”

一词之变与新的远征

采访临近结束时，欧卫国说起学校的“十五五”规划。“十四五”期间，广附的目标是“努力创建全国一流中学”，“十五五”广附只改了一个词——“努力建成全国一流中学”。

“放到国家，中华民族伟大复兴是这一代人的新长征；放到教育，办好人民满意的基础教育，是我们的新长征。”欧卫国说。

今年，广附携手国防类高等院校和全国多所知名中学，发起成立“国防科技后备人才培养联盟”；中学负责早期的兴趣启蒙与素养培育，高校提供前沿的科研资源与专业指导，让有国防理想的孩子从高中到大学、再到未来的科研与部队岗位，都能获得连贯的成长支持。从一所学校的特色实践，到一个全国性联盟的协同探索，广附的“新长征”正在出版。

羊城晚报

A5

漫读周末

· 人世间

2026年10月17日
星期六

责编 潘玮倩
美编 陈炜
校对 黄文波

有本版新闻线索
请扫码加群报料



二维码有效期
至10月22日