

真实的长征，
真实的红军，远没有
影视作品中表现得那么
浪漫轻松。在这场纵横万里的
远征中，单单了解一下红军
指战员的“衣、食、住、
行、娱”，就足以让后人
心怀崇敬。



■ 红军过草地时穿过的蓑衣



■ 在陕北会师的红军留下宝贵的影像

长征以前，红军被服供应还能得到保障。1931 年底，中华苏维埃共和国临时中央政府成立，随后启动统一红军装束的工作。当时，红军战士有的穿工农装，有的穿缴获的敌军服装，也有人受苏联影响，头戴列宁帽，身穿灰布军服。

时任中央红军学校俱乐部主任赵品三接受任务，开始设计新军装。他一开始参考苏联红军军服样式设计，上衣紧口套头，但这种设计很不适合南方苏区的



■ 红军过草地时用过的皮带，当时不少战士曾吃皮带充饥

由于行军途中战事不断，红军难以携带大批辎重，在敌占区等地筹粮就成了大问题。

长征之初，中央红军每到一处驻地，便派出两路人马去筹粮，一路打土豪，另一路则发动群众，帮助提供粮食。对于贫苦农民，红军坚持花钱买粮，绝不允许无偿索取。这一过程中，即便部队上下都在忍饥挨饿，所有人仍然严守纪律。

1935 年 1 月，红军第一次渡过赤水河，进入川南。2 月 3 日（大年三十），红军行至叙永城外营盘山时，发现山上有一片橘林，一派黄澄澄的丰收景象，有人大喊：“同志们，加油啊，到山上吃橘子去！”但干部们立刻制止了，在重申群众纪律后，红军开进营盘山。

山并不高，却充满诱惑，饱满的橘子压得树枝都快弯到地上了，那些落到地面的熟橘子铺了满满一层，有些都开始腐烂……穿行其间的红军战士实在太想剥一个解解馋，有个小战士忍不住从地上捡起一个，周围战友都来劝阻，小战士无奈地掂了掂说：“嘿，不简单呐，肯定有六两多重。”说完，又把橘子放回地上。

守纪律的部队注定能赢得民心。起初，守林人



■ 红军在贵州买东西时留下的货币

人人穿着“花衣服” 只有红星帽最整齐

气候，于是改成开襟敞口，缀上红领章。至于军帽，最早设计成大八角式列宁帽，后来发现帽角太大，不适合中国人的脸型，就改为“小八角”，帽前中央缀一颗红五角星。考虑到红军经常在山地作战，就选用了不容易暴露目标的灰布衣服。

至 1934 年红军长征前，各根据地的军需工厂发展到 63 家，基本能保证各主力红军的军服供应。但由于根据地的生产主要靠民众手工制衣，服装样式和颜色无法彻底规范统一。

红军从中央苏区出征前，每人发了一套新军装，据参加长征的老红军回忆：“除了高级指挥员，战斗员有不少是带着四颗或六颗手榴弹、一支步枪、一把刺刀。这些（除枪外）都是我们兵工厂造的，我们的帽子、衣服、布（草）鞋、绑腿、皮带，从头到脚，都是崭新的东西。”

尽管有些准备，但经过近三个月转战，红军的衣服多已磨损。1935 年占领遵义后，红军休整了半个月，被服厂日夜开工，又为每人补充了一两套新军服，此后九个月的行军中再未更换过，因此到达陕北时，多数人身上都“打满补丁”。

继中央红军之后，红四方面军也开始长征，他们在荒凉的川康边藏区行军

一年多，战士们几乎见不到布匹，只能用羊毛和牦牛皮自制毛衣、皮衣御寒。老战士回忆，在翻雪山，过草地时，“能暖身的都穿，能裹脚的都裹”。

起初，大家用被子、毯子来取暖，后来变成用野草编披肩，拿麻袋粗布做裤子，身体被扎得疼痛难忍。红军曾想买一部分蒙自布（藏民织的一种土布），但弄到的很少，因为那里不产棉花。

不过，藏区盛产羊毛，由于交通闭塞，大批羊毛存货积压在藏民家里和喇嘛寺里，于是红军就买来羊毛，发动战士自己加工。羊毛比较硬，又没有加工工具，战士们就把羊毛摊在地上，用红柳条抽打，软了以后再纺成毛绳（由于加工粗糙，只能说它是绳，而不能称为线），再织成毛衣、毛裤、毛袜和毛手套。有些战士别出心裁，把牛羊皮剪成两块板，搞些羊毛厚厚地铺一层，再用柳条或羊毛绳固定，胸前一块，后背一块，变成御寒的背心。行军时间久了，这些“背心”都破了，但大家却舍不得扔掉，后来过草地断粮时，把它们拿出来煮烂，成了救命粮，真正做到“物尽其用”。

各路红军到达陕北时，战士的服装颜色杂乱，几乎人人身上都是补丁摞补丁，而且补丁的颜色、质地各不相同，有的是布头，有的是皮革，有的是麻袋片，有的甚至是棉絮。虽然穿的衣服很“花”，但会师时，绝大多数人头上却戴着一顶红五星八角帽，表达对革命的无比忠诚。

对方的顾虑，最终成交牦牛 100 头、羊 3 万只、青稞麦和炒面 45 万斤。

中央红军过草地前，周恩来曾致电红一、三军团领导人，要求努力筹粮，保证供应。可是，纵横几百千米的草地遍布沼泽，没有人烟，红军走了两三天，粮食就出现紧缺，每人每顿饭的定量逐渐减少，直到面充无余，不得不采野菜充饥。

据记载，红军吃过的野菜有几十种。为了在吃野菜时增加食欲，战士们用小刀把因雨水打湿而粘在粮袋上的一层薄薄的粮食剔下来，然后放到水里泡开，使野菜汤里有点粮食的味道。然而，能食用的野菜毕竟数量有限，特别是先头部队过后，后面的部队要靠采集野菜充饥就收对象，红军找来木板，写上：“这橘子是土豪的，现没收。各部队路过这里时，应有组织地在指定地点采摘。”接着，橘林被划分成若干块，并专门留出一块给当地群众。这份意外收获，可算是红军在当年三十置办的一宗“大年货”。

长征中最缺粮的阶段，是红军进入人烟稀少的川康少数民族地区后。为了执行党的民族宗教政策，红军不再打土豪，而是通过谈判从少数民族头人或宗教界人士那里买粮，阿坝地区藏、羌等族人民曾为途经的数万红军提供过大笔军粮，毛泽东到延安后曾说：“长征在川西北，我们是欠了藏、羌人民的债的。”

筹粮过程中，女红军发挥了特殊作用。1935 年 5 月，在藏族聚居的杂谷脑，红四方面军派女干部张琴秋与喇嘛寺谈判购粮。针对喇嘛们的疑虑和敌意，张琴秋力陈我党、我军的民族政策和宗教政策，以诚恳的态度与灵活的策略，打消了



■ 红军长征用过的茶缸与饭盒

您可曾知道，红军是这样走完漫漫征途的 长征中的“衣、食、住、行、娱”

◆ 罗小柔



住 搭起草棚“依偎取暖” “坐觉”之后长眠不醒

长征路上，红军宿营都是因陋就简。途经有老百姓居住的地区时，红军会通过群众工作来借住民房，但规定官兵必须严格遵守纪律，帮助老百姓干些挑水、打扫院落等家务活。红军还会开展模范评比，例如，在群众家借宿后，“上门板、捆木草，把地上打扫干净；保持厕所清洁，不随便屙屎，宿营时掘厕所”成了评判标准，用实际行动塑造“文明之师”形象。

进入川藏高原后，红军就很难找到民居了。为了执行民族宗教政策，部队不能住寺庙，只能在野外露营，通过搭草棚、生篝火等办法驱寒。只有极少数部队住过房子，这些房子基本是简陋的土坯楼房，下面一层放养牛羊，上面一层住人，上楼只能靠一根独木楼梯。红军住宿条件最差的阶段出现在过草地中，迂回曲折的河道在草地上留下大片沼泽，处处隐藏着险情。如果找到相对干燥的地方，大家会分工合作，有的选位置，有的砍树枝，有的挖坑，七手八脚地干起来，很快搭起草棚、草窝，三五个挤在一起休息，感觉比较暖和。而在水草交织的沼泽地行军，河沟纵横，积水漫地，根本没有树枝高草可用，也找不到架帐篷的地方，一名老战士回忆：“地是湿的，柴草是湿的，身上几乎没有干过。”实在找不到一块干燥地面，许多人只好坐在背包上，背靠背依偎着取暖，相坐而眠，这被称作“坐觉”。官兵们就这样坐着、睡着，熬过一个又一个夜晚。由于饥寒交迫，有时等到天亮时，一些战士怀抱枪支，已然长眠不醒。



■ 红军在草地宿营的情景素描

晚你就睡在这里吧。这是我们特意为你搭的。”“什么？”罗荣桓扶一扶眼镜，脸上的笑容消失了，“告诉我，是谁让你们给我搭的？”

战士们未曾想到罗荣桓会如此认真，面面相觑，不知如何是好。班长只好结结巴巴地说，是他们几个人商量着搞的。罗荣桓挨个瞧了瞧这些可爱的战士，叹了一口气说：“你们搭这么好的草窝，应该感谢你们。可这草窝我没有资格住，应该留给伤病员。”说完，他就离开大家，另找地方休息去了。

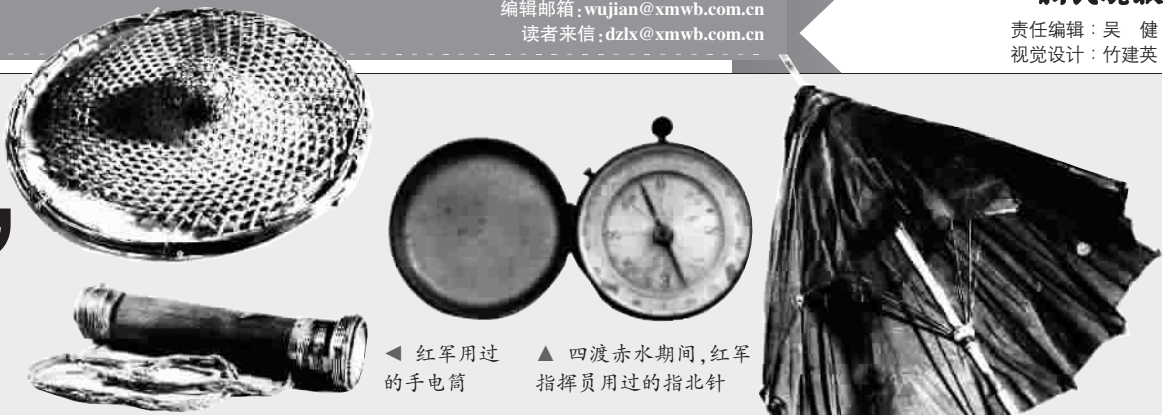
长征途中，红军领导人叶剑英能够住进“牛屎房子”，就已经非常满足了。当时，部队终于走出草地，来到班佑村，那里不过是二三十户游牧藏民的聚居地，只有用树棍拱起屋架、外面涂以牦牛粪的“牛屎房子”。叶剑英和战士们经过草地中的风餐露宿，能够住进这样的“房子”，已是相当满意，他们生起火来，烤烤湿衣服，非常知足。

让红军名将徐向前印象深刻的，是他在长征中住过的“绿色旅店”。据他的警卫员孙继争回忆，长征期间，徐向前率部沿着大渡河支流石扎河向西北挺进，由于战士们这个草窝时，以为是战士们自己用的，便高兴地说：“这个窝搭得好！如果一个班有两三个这样的草窝，夜间就好过了。”战士们听到表扬后很高兴，一位班长说：“首长，今



漫漫征途，红军官兵不仅勇于吃苦，还能以苦为乐。战斗间歇，红军的文艺骨干既是战斗员又是宣传员，他们几件乐器一台戏，因地制宜地开展文化娱乐活动。红军宣传队最常用的场合是宣传鼓动棚，即宣传队员在部队经过的路口搭起棚子，插上红旗，在棚里唱歌、说快板、呼口号，鼓舞同志们加速行军。1934 年，红军在突破敌人第四道封锁线时，湘江边上就出现宣传鼓动棚，宣传队员们打着快板，催促后面的部队赶快过江。

红三军团教导营政委李志民回忆，该营宣传队还有一台缴获的留声机，大家再苦再累，也舍不得丢掉它。宣传队常把它放在鼓动棚里，让它啦啦啦啦唱着，他们则在一旁搞宣传鼓动。留声机里只有十几张旧唱片，除了两三张民乐曲外，大多是京剧唱段，如梅兰芳的《贵妃醉酒》、谭富英的《空城计》、程砚秋的《苏三起解》、周信芳的《徐策跑城》等。虽然这些旧唱片的内容似乎与长征的艰苦环境不太协调，有的唱片因为反复使用而出现裂痕，唱起曲子来有不少杂音，但战士们却非常喜欢这个“戏盒子”，一听到远处传来留声机的声音，好



◀ 红军用过的铁脚板

▲ 四渡赤水期间，红军指挥员用过的指南针

▲ 红军用过的雨傘

▼ 女战士翻越雪山所穿的防滑鞋

烂草鞋成“追踪目标”
“倒脚运动”取得奇效

红军始终面临国民党中央军和各地军阀的围追堵截，如何摆脱险境？重要一点就是依靠自己的“铁脚板”快速行军。据统计，光中央红军头一年的长征，官兵们日平均行军 37 千米。

对于这些徒步行军的红军指战员来说，胶鞋、布鞋是难得一见的宝贝，多数人只能靠草鞋行军，草鞋往往不经磨，大家只得一路行军，一路打草鞋。在一些地方，国民党军追踪红军的“方法”便是寻找路边被丢弃的一双双烂草鞋。按照规定，红军团以上干部一般都骑马，但在行军途中，许多领导干部把马让给生病或受伤的战士。被称为“长征四老”之一的徐特立，当时年近花甲，却处处以“普通一兵”自律。每天，他扛着背包，带上八斤干粮，拿着一根竹杖，与大家一同行军。徐特立本来分配有一匹马，但他总是让给伤病员骑，自己跟着走。毕竟年纪不饶人，当红军翻越长征途中第一座高山老山界时，徐特立实在走不动了，怎么办？他突然想“能否揪住马尾巴，借助马的力量走过去”，但又担心马会恼羞踢人，筋疲力尽的徐特立顾不了那么多，伸出手紧紧抓住马尾巴。

这匹马很通人性，并没有乱踢，而是更加使劲地拉，很快就将徐特立拽了上来。于是，一项“伟大的发明”诞生了！拉着马尾巴行军，既可以省点力气，又可以减轻马的负担，一匹马还能驮两个人的物品。之后，年老体弱者或红军女战士纷纷效仿，过雪山草地时，“拉着马尾巴行军”成为一景。

除了抓马尾巴，长征中红军还采用不少辅助方法，“脚马子”便是其中之一。“脚马子”是红军爬雪山时用过的一种黑色防滑铁环，每个铁环上都铸有四颗倒三角形或方形的铁钉。1935 年 6 月，红军翻越川康边界的夹金山，山上终年积雪，空气稀薄。为了取得过雪山的经验，红军向当地猎户请教，得知“脚马子”很管用，但当地没有铁匠，红军只能从猎户手中买来不多的“脚马子”，供开路先锋使用。同时，红军就地取材，自制简易的竹棍或木棍，供大部队使用。

爬雪山时，“脚马子”起到了很好的防滑作用，大大提高了部队的前进速度，减少了因失足跌入深谷的危险。长征途中，红军相继翻过了梦笔山、长板山、仓德山、巴郎山等雪山。每逢过雪

娱 一路行军一路歌唱 革命也有欢声笑语



像前头就是戏园子似的，不由自主地加快脚步。到鼓动棚前，红军战士们总要忙脚休息片刻，听一会儿宣传，也听一会儿戏，有的还情不自禁地跟着哼起《空城计》：“我正在城楼观山景，耳听得城外乱纷纷……”有的还边唱边学着“青衣”或“老生”摇摇摆摆、拂袖踱步的姿态，逗得大家大笑不止。

除了给大家鼓劲儿，长征中的娱乐活动还能给作战带来实际意义。红军先头部队翻过雪山后，突遭敌骑兵袭击，许多战士不知道该先打马还是先射人，后续部队一听这种情况，也对骑兵产生恐惧心理。针对这种情况，宣传部门很快就编了一首《打骑兵歌》教大家唱：指挥员和战斗员，努力学习打骑兵。四个基本原则，一条一条记在心。第一基本原则，沉着冷静、勇敢坚定，确实相信手中武器，一分一秒，不要放松，准备战斗打骑兵。第二基本原则，如果发现骑兵，迅速警报大家，以便本队取得优势，一枪一个，落花流水，这些骑兵不顶打。

为了庆祝一些重要活动，红军还举行过联欢会。1935 年 6 月，红一方面军（即中央红军）与红四方面军胜利会师，随后在懋功举行盛大联欢会。当天，红军总政治部早布置好会场，接着代号“太阳”的红一方面军某部以主人身份，排着整齐的队

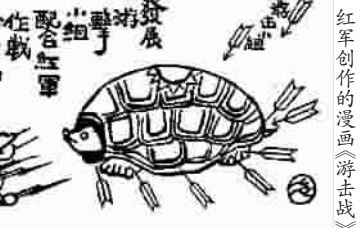
列，挥舞着小旗，齐聚在会场内外，热烈欢迎红四方面军代表入场。两军官兵席地而坐，全场洋溢着团结欢乐的气氛。

在热烈的掌声中，红军总司令朱德宣布：“两军‘同乐会’正式开始，先上五大碗，同志们放开肚量会餐。”五大碗是朱德老家四川民间筵席的上菜标准，通常指盛得“冒了尖”的五大碗荤菜。联欢会的五大碗很简单，全是热气腾腾的牛羊肉，主食则是青稞、玉米面疙瘩。每张桌子上，还摆着醇香四溢的青稞酒。

当会餐进入高潮时，有同志报告说，红四方面军的“猛进”剧社来了，会场顿时沸腾起来，大家掌声四起。会餐完毕，晚会开始，首先是红一方面军“火线”剧社的小队员们表演唱歌和跳舞，接着便由“火线”剧社与“太阳”纵队一起表演小戏剧《十七个》。演出是在土戏台上，台面坑坑洼洼，小队员们在表演滚翻动作时，沾得满身尘土，甚至有人擦破皮、流了血，但所有人认真表演每一个动作，令台下官兵们十分感动。

红四方面军“猛进”剧社表演的《破草鞋》则是一出小话剧，剧情是蒋介石处心积虑追剿红军，但都被红军一一粉碎，最终一无所获，仅仅捡到红军一双破草鞋。演员表演得活灵活现，尤其是剧中的蒋介石，拾到“破草鞋”后开始兴奋，继而又表现出沮丧、懊恼，手托着“破草鞋”闻之，又气急败坏地扔到台下，滑稽之态令大家笑得前仰后合。

这次意义非凡的“同乐会”成为两军会师和团结的一个重要标志。最后，中央领导还和战士们同声高唱了《两大主力会师歌》。



■ 红军创作的漫画《游击战》