

關於愛國主義教育 向香港政府提出的幾點建議

中國心文化促進會繼7月1日舉辦香港首個長征圖片展覽後，接着於8月底組織香港首個文化界代表團前往江西贛州、瑞金、于都開啟紅色文化之旅，參觀東江水源頭、「方特東方欲曉」愛國主義樂園，並帶領香港首批年輕人重走長征路，體驗長征精神。團員反映熱烈，年輕人都表示要發揚長征精神，以實際行動把長征精神推向香港中小學。這次紅色之旅更受到香港和內地傳媒的高度重視，包括香港文匯報、紫荊雜誌、中通社、央廣網、人民網江西等十多家媒體作了報道。

作為香港文化界走進贛州的第一團，我們希望兩地加強加深文化旅遊教育培訓的全方位交流，全力開拓紅色文化，讓年輕人隨着歷史的長河親身體驗，了解人民共和國是從哪裡走過來的，聽聽中國的故事，再喝一口東江水，感念祖國恩情，為香港的愛國主義教育探索出一種新的模式。我們希望推動有效的愛國主義教育，為「一國兩制」的行穩致遠，為走好新時代中國特色社會主義新征程，為中華民族的偉大復興竭盡綿力！

一、參考內地在文化公園舉辦長征圖片展覽、設立長征紀念館

本會在舉辦香港首個「長征圖片展覽」之時，已向特區政府建議香港應該設立一個長征紀念館，這次到了瑞金、于都之後，更堅定了建立長征紀念館的必要性，再次建議香港參考內地各地文化公園舉辦長征圖片展覽的方式，在港島、九龍、新界的大型公園設立長征紀念館或圖片展覽走廊。

香港正走進由治及興的新階段，要人心回歸，就必須做好愛國主義教育，由此香港進入了紅色教育的黃金時代，本會也建議贛州應把握這黃金時機，加大力度開展與香港的文化教育旅遊的全方位交往交流。

二、北部都會的規劃中應建立像贛州「東方欲曉」般的愛國教育樂園

贛州的「方特東方欲曉」，是內地首個以高科技和愛國主義教育為主題的樂園，親身體驗，大開眼界，熱血沸騰，愛國情自然噴發而出。香港恰恰沒有這種愛國意識和愛國教育的樂園，所以，特向政府提出建議，政府團隊應到贛州市取經，在北部都會的規劃中，建設一個像「方特東方欲曉」這樣的愛國主義教育樂園。

三、港人要到東江水源頭飲水思源

贛州安遠縣是東江水的源頭，港人要感恩，不要忘本。剛看到安遠縣書記談到為何要到安遠的第一個原因：安遠是祖國的東江源—喝東江水長大的人一定要到安遠來。安遠是粵港地區飲用水東江的源頭，清清東江水，滋潤大灣區，也結束了香港缺水的歷史。安遠人民做的最大的貢獻和犧牲，就是一直讓粵港人民喝一類水，而我們自己只喝二類水。喝東江水長大的人，一定要到安遠來，飲水思源，暢飲甘甜。

四、贛州瑞金于都列愛國教育和培訓交流基地，推向中小學和公務員。

另外，香港教育局應把贛州、瑞金、于都列入中小學的愛國教育旅遊線，三天、五天都可，把東江水源頭、方特東方欲曉、長征作為愛國主義教育的重點。同時，公務員事務局應率先前往考察，定期組織公務員進行培訓學習交流，剛建成不久的于都長征學院可作為培訓交流的新基地。

很多港人還以為到江西很遠，卻不知道香港高鐵已直達贛州西，即是說，香港至贛州只需2.5小時，贛州還是大灣區的後花園，所以，香港贛州3天的愛國主義教育之旅，無論是時間還是金錢都是很不錯的選擇！

香港中國心 重走長征路

贛州 瑞金 于都

紅色之旅 開啟愛國主義教育



贛州市文旅局書記李俊銳局長等領導與代表團合影

中國心文化促進會於2023年8月26日至28日組織「江西贛州于都瑞金—紅色文化之旅」，帶領一班熱愛中華文化歷史包括大學生、中學生的年輕會員前赴贛州進行愛國主義教育，到安遠縣三百山東江水的源頭飲水思源，並到瑞金緬懷先烈、了解新中國誕生的進程，走進于都重走長征路，弘揚長征精神，一場又一場別開生面的參觀學習，受益匪淺，滿載而歸！此團得到中聯辦的支持，宣文部幹部劉軼、港島工作部幹部莊曉榆隨團指導。特別感謝香港中華文化總會會長高敬德、港區人大代表凌友詩、國際專業管理學會主席張玉天分別擔任本團的榮譽顧問和名譽顧問。

此行獲得贛州文化廣播新聞出版旅遊局書記、局長李俊銳的高度重視，並為我們精心策劃行程，親自到高鐵站迎接、送行，每到一個參觀景點都有相關領導接待；文旅局張偉副局長全程陪同，令極度緊湊的三天兩晚行程順利圓滿完成。



李俊銳局長歡迎香港文化界朋友常來贛州

西九高鐵站



李俊銳局長親自到贛州歡迎香港文化界代表團





代表團在三百山東江水源頭的石碑前合影

喝一口東江水感恩祖國

贛州是大灣區的後花園，更是「東江水」源頭，在中國紅色革命的歷史長河中留下濃墨重彩的一筆，舉世聞名、偉大壯舉的兩萬五千里長征的集結出發地就是始於贛州于都，與香港近在咫尺。「東江水」源頭，是香港生活之源泉，當時國家面對不少困難的情況下，仍排除萬難，以最短的時間，最快的速度修建了東江水供港系統，解決了香港數百萬人的飲用水問題。現在當地政府又為了保障香港生命之源不受污染，嚴格實行「三禁、三停、三轉」的維護生態環境的措施，老區人民不惜犧牲當地工業發展保護東江水源的大格局，令我們動容。眼望三百山中「飲水思源」的石碑，深深感受到東江水哺育了港人，我們要飲水思源，祖國的恩情應永銘於心。



東江第一大瀑布



三百山 紅色文化之旅 放眼神州

三百山简介

Introduction to Sanbai Mountain

三百山の概要 삼백산 소개

三百山，是安远县东南边境诸山峰的合称，是东江的源头，粤港居民饮用水的发源地，也是全国唯一对香港同胞具有饮水思源意义的旅游胜地。三百山现为国家级风景名胜、国家森林公园、国家AAAAA级旅游景区、饮水思源·香港青少年国民教育基地、全国首批保护母亲河生态教育示范基地。

景区总面积197平方公里，核心区36平方公里，拥有福整塘、九曲溪、东风湖、仰天湖、尖峰笔等5大游览区域。三百山森林覆盖率98%，动植物资源十分丰富，其中高等植物有271科1702种，珍稀植物有300余种；有野生动物1361种，属于国家重点保护的高等动物38种，是我国南方的重要生物基因库。三百山年均气温15.1℃，空气中负氧离子最高值达10万个/cm³，被誉为“避暑胜地”“天然氧吧”。

三百山森林覆盖率高達98%



三百山纜車上有香港景觀



荣获“中国天然氧吧”称号
申报创建国家5A级景区通过景观质量评审
被评为“江西避暑旅游目的地”
获批“江西省第二批中小学研学实践教育基地”
被评为“江西省科普教育基地”



體驗在三百山的3D玻璃棧道，令人心曠神怡。

東方欲曉 紅色文化之旅 放眼神州

東方欲曉 高科技的紅色體驗

走進贛州「方特東方欲曉」主題公園，大家都興致勃勃投入到紅色的新體驗中。這是一個以高科技融合中國歷史文化並寓愛國教育於娛樂的主題公園，通過最新科技的互動性、模擬性讓大家飛翔在祖國的壯美山河中，大美中國盡收眼底。再乘坐遊船真實地感受甲午戰爭「致遠號」的悲壯場面，到如今航母艦隊巡航祖國海疆的威武壯觀，使我們揚眉吐氣。緊接着在「遊擊隊之歌」背景音樂襯托下，我們登上道具火車，很逼真地化身抗日戰士浴血奮戰在抗日戰場，仿如身入其境經歷槍林彈雨的洗禮。在5D《東方欲曉》電影中，突出了在中國共產黨領導下，國家從半殖民狀態下到新中國誕生的艱辛征程。從大家發自內心的驚嘆震撼和感動中，一股愛國情感油然而生。



代表團參觀方特東方欲曉主題公園



方特東方欲曉主題公園全貌



遊客深刻領悟到「不忘過去，方能展未來」
大型室內有軌漂流項目《致遠 致遠》



遊客可乘船見證「致遠」號從英國船廠誕生
到甲午海戰沉沒的傳奇一生



致遠號在甲午戰爭中不幸沉沒

致良知講座感悟人生

結合「方特東方欲曉」的愛國教育，贛州文旅局書記、局長李俊銳特為我們舉辦了一次生動深刻的「致良知+愛國主義教育」講座。李局長首先介紹了贛州的人文風光，然後以短視頻和解說的方式，通過幾位身殘志堅的勵志實例啟迪人生，讓大家懂得要有正確的價值觀和人生觀，致良知存本心，揚善除惡，積極向上，迎戰困難，好好生活。最後，講到何為愛國，李局長寄語年輕人不忘初心，牢記自己是中國人，做個堂堂正正的中國人。



李俊銳局長演講



中國心文化促進會負責人向李俊銳局長(右三)致送紀念品



座談會後代表團的小團員即場表演古箏合奏《井崗山上太陽紅》



廖群老師和兩位學生



代表團在瑞金紀念館鑲嵌「共和國從這裡走過來」大字の雕像前合影

瑞金 人民共和國從這裡走來

我們來到紅色瑞金革命舊址金沙洲壩，在旅遊車上已遠遠看到鑲嵌在瑞金中央革命根據地紀念館上「人民共和國從這裡走來」剛勁有力的大字。1931年11月7日，成立了中華蘇維埃共和國臨時中央政府，是中國共產黨建立的第一個國家政體，宣布了中華民族的完全自主與獨立。當年的紅軍戰士從中央蘇區出發，前赴後繼，革命烈士以熱血和生命取得了輝耀中外史冊的兩萬五千里長征的偉大勝利。1949年，中華人民共和國誕生了！瑞金的參觀學習，讓年輕人深刻了解了新中國來之不易，生活在和平年代的人們不能忘本，應該倍加珍愛今天的幸福生活。



參觀瑞金中央革命根據地博物館

前 言

PREFACE

1927年大革命失敗後，中國共產黨獨立高舉革命旗幟，領導工農大眾開展武裝鬥爭，實行土地革命。以毛澤東為代表的中國共產黨人，把馬克思主義基本原理同中國具體實際相結合，逐步開創了農村包圍城市、武裝奪取政權的中國革命道路，工農紅軍和農村革命根據地蓬勃發展。1931年11月7日，在中央蘇區的中心江西瑞金，召開第一次全國蘇維埃代表大會，成立中華蘇維埃共和國。這是中國歷史上第一個全國性的工農民主政權，是中國共產黨在局部地區執政的重要嘗試，治國理政的偉大開端。

中國共產黨創建中央蘇區和中華蘇維埃共和國的光輝業績，在中共黨史、近代中國革命歷史上寫下不朽篇章。在創建、鞏固、保衛中央蘇區和中華蘇維埃共和國的偉大鬥爭中，中國共產黨的思想路線、群眾路線和軍事路線初步形成；大批治黨、治國、治軍骨幹人才得到錘煉；在治國理政實踐中獲得的政治、經濟、軍事、文化、社會等各方面建設、管理經驗，成為黨和人民的寶貴財富；形成的蘇區精神，承載着中國共產黨人的初心使命，跨越時空，永不過時，是中華民族實現偉大復興的強大精神動力。



《共產黨宣言》
1934年2月

第五單元 Section Five

從中華蘇維埃共和國 到中華人民共和國

中央紅軍長征到達陝北後，中共中央領導成立了中華蘇維埃共和國中央政府西北辦事處。1935年12月，中華蘇維埃共和國改為中華蘇維埃人民共和國。1937年9月，為推動第二次國共合作，團結抗戰，中華蘇維埃人民共和國西北辦事處更名中華民國陝甘寧邊區政府。之後，中國共產黨領導中國人民和人民軍隊取得抗日戰爭、解放戰爭的偉大勝利。1949年10月1日，中華人民共和國成立，中國人民站起來了！



結 束 語

中國共產黨領導紅軍，以非凡的智慧和無畏的英雄氣概，戰勝千難萬險，付出巨大犧牲，勝利完成震撼世界、彪炳史冊的長征，用生命和熱血鑄就了偉大的長征精神，實現了中國共產黨和中國革命事業從挫折走向勝利的偉大轉折，開啟了中國共產黨為實現民族獨立、人民解放而鬥爭的新的偉大進軍。長征是一次理想信念的偉大遠征，是一次開創新局的偉大遠征，是一次喚醒民眾的偉大遠征，是一次開創真理的偉大遠征。不忘初心，牢記使命。在實現中華民族偉大復興中國夢的新長征中，我們要大力弘揚長征精神，傳承紅色基因，深刻領悟“兩個確立”的決定性意義，增強“四個自信”，堅決做到“兩個維護”，在以习近平同志為核心的黨中央堅強領導下，砥礪前進、攻堅克難，在新的時代續寫新的篇章，創造新的輝煌！



參觀毛主席舊居



700年古樹

毛主席親手挖井，令沙洲壩的鄉親喝上了井水，結束了祖祖輩輩挑塘水喝的歷史。所以鄉親們給這井起了個名字叫「紅井」。





代表團在于都中央紅軍出發紀念碑前合影



于都 體驗學習長征精神

重走長征路，感悟長征精神。我們來到於都，穿著統一服裝在於都紀念碑前向拋頭顱灑熱血打下紅色江山的革命先烈鞠躬致敬，並莊嚴宣誓要繼承革命遺志，不忘初心使命，做先進文化的傳播者，時代精神的弘揚者。接著，在長征出發地渡口高歌一曲《我的中國心》，當年紅軍長征的情景激發了大家的鬥志，以澎湃的激情重走了當年紅軍走過雜草叢生、狹窄的羊腸小道，體驗紅軍長征時穿草鞋爬雪山過草地的艱辛歷程，這對

年輕人來說意義重大。

武漢大學考古和博物館系副教授宋海超專門為團員做了講座，他說弘揚偉大的長征精神，就是學習革命先烈憑著信仰和革命理念，戰勝艱難困苦、勇於犧牲的大無畏精神，迎戰新時代的各種挑戰。



代表團在紀念碑前宣誓



宋海超教授為代表團做弘揚長征精神講座

參觀中央紅軍出發紀念館



1934年10月，紅軍主力8.6萬人跨過于都河，從這裡踏上二萬五千里長征的第一步，開啟了人類歷史上前所未有的壯舉。



中央紅軍出發長征序列表
[1934.10]

第一軍團	第二軍團	第三軍團	第四軍團	第五軍團	第六軍團	第七軍團	第八軍團	第九軍團	第十軍團	第十一軍團	第十二軍團	第十三軍團	第十四軍團	第十五軍團	第十六軍團	第十七軍團	第十八軍團	第十九軍團	第二十軍團
第一師	第二師	第三師	第四師	第五師	第六師	第七師	第八師	第九師	第十師	第十一師	第十二師	第十三師	第十四師	第十五師	第十六師	第十七師	第十八師	第十九師	第二十師

中央紅軍主力部隊圍攻轉移人員及于都補充兵源情況

紅一軍團原有17280人，于都補充2600人
 紅三軍團原有15205人，于都補充2800人
 紅五軍團原有10868人，于都補充1300人
 紅八軍團原有9022人，于都補充1800人
 紅九軍團原有10238人，于都補充1300人
 軍委第一野戰縱隊（紅安縱隊）4693人
 軍委第二野戰縱隊（紅章縱隊）9853人

中央紅軍各師團正式發給各兵團團營排班次發給的證明書
（第一、三、五、八、九軍團，中革軍委，共計）
1934年10月12日



中国共产党领导红军，以非凡的智慧和伟大的英雄气概，战胜千难万险，付出巨大牺牲，胜利完成震撼世界、彪炳史册的长征，用生命和热血铸就了伟大的长征精神，实现了中国共产党和中国革命事业从挫折走向胜利的伟大转折，开启了中国共产党为实现民族独立、人民解放而斗争的新的伟大进军。长征是一次理想信念的伟大远征，是一次检验真理的伟大远征，是一次唤醒民众的伟大远征，是一次开创新局的伟大远征。

不忘初心，牢记使命。在实现中华民族伟大复兴中国梦的新长征中，我们要大力弘扬长征精神，传承红色基因，深刻领悟“两个确立”的决定性意义，增强“四个意识”，坚定“四个自信”，坚决做到“两个维护”，在以习近平同志为核心的党中央坚强领导下，砥砺奋进、攻坚克难，在新的时代续写新的篇章，创造新的辉煌！



代表團在于都長征出發渡口旁
高歌《我的中國心》



多位年輕團員
接受電視台訪問



代表團在長征出發地的黨旗石碑前合影



代表團重走長征小道，體驗紅軍長征時的難辛環境。

代表團到當年紅軍的另一出發地祁祿鎮參觀，品嚐當地特色小吃。



長征學院 紅色文化之旅 放 眼 神 州

孕育青少年愛國情的搖籃

同飲一江水，港贛一江親。香港高鐵直達贛州，兩個多小時的車程拉近了兩地的距離，也拉近了兩地人民的情感。會員們都是第一次到贛州，已被贛州的魅力所吸引，大家異口同聲表示，贛州的紅色文化之旅，讓大家進一步了解了新中國成立的歷史，感受了中國共產黨帶領全國人民排除萬難，艱苦奮鬥的偉大革命歷程，香港應以贛州的紅色文化開展國情教育，作為孕育香港青少年愛國情懷的搖籃。

我們的骨幹、教師已在行動，準備把會員、學生、家人、朋友帶來贛州。畫家團友立即在贛州市舉辦展覽，兩地的文化交流已開花。

作為香港文化界走進贛州的第一團，我們希望兩地加強加深文化旅遊全方位的交流，全力開拓紅色文化遊學，讓年輕人隨着歷史的長河親身體驗，聽聽中國的故事，再喝一口東江水，感念祖國恩情，為香港的愛國主義教育探索出一種新的模式。我們希望推動有效的愛國主義教育，為「一國兩制」的行穩致遠，為走好新時代中國特色社會主義新征程，為中華民族的偉大復興竭盡綿力！

代表團入住新開張的于都長征學院



代表團離開贛州時在高鐵站合影

代表團參觀了福壽溝博物館，驚歎古人的智慧。福壽溝是中國江西省贛州市老城的一座大型地下水利工程，始建於北宋時期，由時任虔州知軍劉彝主持修建，令三面環水的贛州免受洪水侵襲。

古人智慧 WISDOM OF THE ANCIENTS

贛州古城因福壽溝巧妙的水系設計，成為中國古代城市地下排水系統的樣板。也正因为福壽溝，贛州這座古城雖三面環水，洪水肆虐，城內却安然無恙，至今煥發着勃勃生機。

By virtue of elaborate water system design, the ancient Ganzhou city became the sample of underdrainage system in ancient cities of China. Just because Fushougou, the ancient Ganzhou city is safe and sound despite of being surrounded by water on three sides and facing raging floods, and shows great vitality to this day.



代表團成員感言

參加贛州行的會員們激情滿懷，紛紛以文字記錄了紅色之旅的點點滴滴，飲水思源，體驗感受，一切都定格在贛州的紅與綠之大美中。



國家強大 人民生活安穩

黃逸倫

世界那麼大，我想去看看。由香港中聯辦推薦，香港中國心文化促進會組織的為期三天兩夜的贛州紅色文化之旅，讓我深受啟發。

參觀的第一站是贛州的方特東方欲曉，一開始以為這只是一個普通的樂園，後來慢慢發覺這是一個很有特色和教育意義的樂園。它通過遊客的體驗，透過動態的畫面，讓參訪者從中學習歷史知識。讓我印象最深的是在坐船體驗致遠號的場景，深深體會到國家強大，人民才能安穩地生活，落後就要挨打的硬道理。

參觀的第二站是安遠三百山，我們來到東江的源頭，了解東江的歷史來源。周恩來總理說：「一定要保護好東江源頭水」，從中了解到中央一直是十分關心香港，關心香港居民的生活，我們也要飲水思源，報效祖國。

之後去參觀了瑞金共和國搖籃旅遊區，於都中央紅軍長征集結出發地紀念園，深切感受到贛州的深厚紅色文化底蘊。我們今天的幸福生活來之不易，是老一輩軍人經過頑強抵抗外來侵略，用血汗換來的，我們一定要珍惜現在的生活，維護自己的國家。

作為香港的年輕人，我們應該珍惜當下的幸福生活，不忘初心，朝目標前進，發揮愛國愛港的強大正能量，為實現自己的夢想而努力奮鬥。



魅力贛州應多渠道推廣

黃作勝

非常感謝各位領導安排了這次旅行，贛州的美景讓我心曠神怡，特別是贛州的古建筑，讓我彷彿穿越到了古代。方特公園結合了文化、科技和娛樂，特別是看致遠號電影先軍們那種為了國家而同歸一盡的戰鬥精神，和體驗飛翔這種 5D 的視覺盛宴，給我多層次的體驗。還有參加了歷史博物館，讓我對中國共產黨在艱苦環境中的堅持和奉獻精神有了更加深刻的理解。

贛州要向港澳推廣愛國文化旅遊，首先，我們可以通過舉辦文化交流活動來增加不同地區人們對贛州的了解。可以邀請港澳的學生和教育機構與贛州的學生開展文化交流專案，例如互訪、文化展覽和工藝品製作等活動。

其次，我們可以利用社交媒體平臺和網路渠道來宣傳贛州的文化特色和旅遊資源。通過製作精美的宣傳視頻、推出獨特的文化教育旅遊產品，吸引更多的人前來體驗贛州的魅力。

此外，我們還可以與旅遊機構和媒體合作，推出專題報導、專題節目等形式，向港澳地區的廣大觀眾介紹贛州豐富多樣的文化遺產和旅遊景點。

最後，我們可以加強對贛州愛國文化教育旅遊的培訓和推廣，提高導遊和相關從業人員的專業素質和服務水準，為遊客提供更好的旅遊體驗。

十八區社團多組織紅色文化團

林炳添 關淑儀

感謝中國心文化促進會舉辦江西紅色文化之旅，令我及青年的團友可以遊覽贛州著名的革命老區，共和國搖籃及中央兩萬五千里紅軍長征出發地及紀念館，感受到紅軍英勇不怕犧牲，為中國人民及共產黨付出生命壯烈犧牲的事蹟等，使香港青年深入認識國家的奮鬥發展、自強不息走向世界前列，讓香港青年感受革命歲月的激情，向毛澤東、朱德、周恩來、鄧小平等老一輩的無產階級革命家學習。

大家可通過香港十八區廣泛聯絡各團體或愛國愛港人士組織多些紅色文化之旅，讓香港青年認同和接受國民教育。

贛州紅色文化之旅，安排很好，內容豐富。我有小小建議，可以組織親子文化交流之旅，可讓青少年認識國家文化及歷史，還可以在小朋友不明白的時候，即時作出講解。小朋友可以在 10 歲以上，因為這個年齡有吸收能力，可留下深刻的印象。

認識國家 另有體會

鄧巧宜

我是一個在香港土生土長的 80 後，在這旅程之前，我從沒有聽聞過贛州這個地方，江西對於我來說也只是一地方名字，沒有多大的認識。

今次的贛州之行，令我眼界大開，不但認識了很多紅色歷史，更認識到贛州與香港的淵源。當我看到東江源頭瀑布，心裡有種莫名的興奮，原來我們每日所使用的食水，就是由這裡而來。

在我讀書的年代，所讀的中史科，對民國時期及至新中國成立的涉足是很少很少，對於國家的認識都是由網上、或師長而來，難免被錯誤的訊息誤導。我身邊大部分的兒時玩伴、同輩朋友，對於中國共產黨都是反感的。

以我的認知，現時很多中學也沒有教授中史科，中文科對於詩詞文言文的教授也減少了很多。我認為這是對愛國情懷的致命傷。我對國家、對中華民族的認識和感情，就是從中國歷史、唐宋詩詞、文言文而來，所以我認為這些都是必須的。

方特東方欲曉是最好的攻破地

對於年青人對紅色的抗拒，方特東方欲曉絕對是一個非常好的攻破地。我在致遠當中，想起八國聯軍侵略、抗日戰爭，國家被多國聯手攻陷，被迫簽下那些喪權辱國的條約，心中萬分激動，但當想到現今祖國的進步，卻又萬分敬佩。所以，以娛樂的方式去讓年青人了解歷史，他們應該會感受良多，這個絕對是走對了方向。

今次走過的幾個紅色歷史行程，令我眼前一亮，對於新中國成立的歷史，有了一個新的體會，也想起了一句說話「保民而王，莫之能禦也」。若然中國共產黨不是以民為本，也不能帶領國家走到現在。

中國共產黨以民為本

作為一個香港 80 後，我的普通話真的很普通，在參觀紅色景點的時候，講解員所講的，我只聽懂了七成。若能有一些廣東話的講解員，相信更能幫助我們這一批普通話很普通的香港人更深刻去了解這些歷史經過。

總括而言，這次贛州之行確實令我眼界大開，對於國家的認識，有了另一番體會，真的很感謝主辦方的安排。謝謝你們。

感受了中國革命的艱辛與偉大

梁樂敏

《江西紅色之旅》是一次令人難忘的旅程。我有幸親身體驗了江西這片紅色熱土的歷史魅力。在遊覽中，我深深感受到了中國革命的艱辛與偉大。

最深刻的是瑞金，我來到了瑞金，中央革命根據地的發源地。在瑞金革命博物館裡，我看到了許多珍貴的歷史文物和照片，了解了中國共產黨的艱苦奮鬥和人民群眾的支持。這讓我更加敬佩那些為了革命事業而犧牲的英雄們。這次紅色之旅不僅使我深刻認識到中國革命的偉大歷程，也讓我更加珍惜今天的幸福生活。

我希望再參加這樣有歷史文化的體驗。我將永遠銘記革命先軍們的奉獻精神，秉承他們的遺志，為實現中華民族偉大復興的中國夢而努力奮鬥！

贛州呈現中國傳統文化魅力

梁奕謙

我最近有幸去了贛州旅遊，這是一個位於中國江西省的歷史悠久的城市。在這次旅行中，我深深地被這個地方的美麗景色、豐富的歷史文化和獨特的風土人情所吸引。

首先，贛州的自然風光令我驚歎不已。這座城市地處於江南水鄉，四周環繞著蜿蜒的江河和綠色的山脈。我參觀了贛江風景區，順著江邊漫步，欣賞著江水的清澈和周圍山巒的壯麗景色，讓我感受到了大自然的鬼斧神工。其次，贛州擁有悠久的歷史和文化底蘊。我參觀了贛州博物館，了解了贛州的歷史沿革和文化傳承。贛州是中國革命的搖籃之一，這裡有許多紅色革命遺址和紀念館，令我對中國的革命歷史有了更深刻的了解。此外，贛州還有許多古老的寺廟和古建筑，讓我感受到了中國傳統文化的魅力。最後，贛州的風土人情給我留下了深刻的印象。贛州人民熱情好客，樂於助人。我在當地的一個村落品嚐了當地的特色美食，口感美味，同時感受到了濃厚的民間文化氛圍。

總的來說，贛州是一個令人難忘的旅遊目的地。這裡有壯麗的自然景觀、深厚的歷史文化和獨特的人文風情，讓我對江西的魅力有了更深入的了解。我會將這次美好的旅行經歷銘記在心，並推薦給身邊的朋友們，期待有機會再次參加這種類型的活動，去中國其他的地方探索更多的美景和故事！

加深對中國革命歷史的認知

甘家恩

很感謝蔡桂英小姐邀請我跟我先生一同參與由林煒會長安排的“香港中國心文化促進會贛州紅色文化之旅”。這是我第一次接觸紅色文化旅遊，出發前也大概知道會參觀中央紅軍長征路線及認識中國共產黨革命的歷史。本以為會比較嚴肅的行程，出乎意料之外，每項參觀的行程都以新穎及緊貼潮流的方式來介紹長征歷史，令旅程倍添有趣，令我大開眼界。

由香港西九高鐵站坐了大概兩個多小時便到了贛州西站。第一個景點是距離該車站大概半小時的紅色文化樂園——方特東方欲曉。完全沒有想過歷史與機動遊戲的融合是一種令人煥然一新且震撼的體驗，當天體驗的遊戲都是以高科技及嶄新的角度讓觀眾親歷其境，刺激又好玩的遊戲融入了中國共產黨的歷史，讓人很容易便明白到當時的革命歷史及演練。我已打算計劃今年年底帶孩子們到這個樂園玩，亦能猜到他們肯定會無比享受。

在贛港文化交流會上，李俊銳局長透過最火的抖音短片給我們用有趣的方法介紹了贛州文化及名勝。李局長提到贛州是大灣區的後花園，當然不乏很多值得去的觀光景點，其中提到贛州的溫泉度假村絕對能媲美港人常去的日本溫泉，裏面有天幕溫泉，亦有很多關愛設施，為有一家大細的家庭提供最貼心的渡假經驗。看完之後我也心動不如行動，計劃在 11 月橘子盛產的月份帶上我的父母及公婆到此一遊。

我們更登上了三百山，看到東江第一瀑，以及了解到贛州政府為確保港人能喝到最乾淨及清純的東江水下了不少苦工做引流工程及保護水質。

走過一小段的長征歷史小道，及進入了中央紅軍長征出發紀念館聽講解後，讓我深深體會到當時共產黨為中國革命所付出和犧牲，才令今天的人民能繼續實現中華民族偉大復興的中國夢。

這次旅程讓我刷新了對共產黨的理解以及加深了對中國革命歷史的認知。我也會謹記初心使命，好好教育我摯愛的下一代來延續長征精神，做時代精神的弘揚者。

感謝祖國對港人的關懷

廖群

非常感謝組織籌辦是次活動，讓我們有機會踏上贛州那片紅土地，感受以現代科技及歷史融合的娛樂紅色教育，在愉悅心情的遊玩中接受愛國教育，跟著去了安源三百山，領略了青山綠水的好風景，也知道贛州政府為了保證供水水源的“清白”而放棄了好多開發專案，感謝祖國對港人的關懷，感謝各位領導為了籌辦是次活動，勞心勞力，非常感謝！

新中國成立來之不易 珍惜當前

劉運典

本次的江西歷程令人流連忘返，至今仍讓人回味。

方特東方欲曉方特東方欲曉主題公園的畫面精妙絕倫，設計新穎，巧妙地將紅色主題、遊玩、互動與科技結合，從而創造了「紅色新體驗」，令人讚為觀止。

當晚李局長的談話既親切又深刻，以短視頻為主的方式進行會議大大增加了會議的趣味性。既介紹了江西的特色景點，也提到正面的人生觀、價值觀應該是什麼樣子。我對此深受感動，並且反思了本人尚有的不足之處。

緊接著的三百山景色優美，延綿不絕的山峰與樹木組成了樹海，登上纜車後便頓時心曠神怡。更重要的是了解當地政府為了東江水的源頭作出了許多犧牲，也讓人對飲水思源的理解更為深入。

隨後的遊覽認識到了中國作為文明古國的歷史底蘊相當深厚，去水系統的建設在北宋時期已經相當發達。到了近代，新中國的成立也來之不易，有數不清的人付出了許多，更應當珍惜現在的好日子。

此次的行程雖然豐富，但仍留下了一絲遺憾。例如錯過了舞台劇《長征第一渡》、方特東方欲曉尚未體驗完畢、博物館的展品難以觀賞完畢等。然而，這也促使我有了動力再次前往江西。在此次行程前，我對江西的了解基本只停留在名字上，現在我看到江西二字便已經可以聯想到其歷史背景與旅遊特色，收穫頗豐。

東方欲曉 體驗紅色文化

張靜儀

是次「江西紅色文化之旅」是一次獨特且豐富的體驗。當中最令我印象深刻的是參觀方特東方欲曉。它以新穎的方式讓我體驗紅色文化，令我大開眼界。

我們一起走過當年紅軍長征時的路，也令我印象難忘。

最後感謝協會給予我機會參予是次交流活動，使我獲益匪淺。

新中國的起點，就在這裡

莊曼瑜

參加了由中國文化中心促進會主辦的香港青年和內地文化交流活動。第一次來到江西，印象中離香港挺遠的。以前沒有高鐵的時候需要十小時的火車程，隨著國家先進的鐵路發展，現在只需兩小時半的車程，因此也帶動了當地政府積極推動旅遊發展。以旅遊體驗與互動的形式，了解國家的由來、文化及核心精神。說起江西，是有名的「共和國搖籃」。我們現在新中國的起點，就在這裡。

到達贛州「方特東方欲曉」遊玩，這是首個以紅色文化為主題的大型遊樂園，以運用高科技AR、VR、高清巨幕、球幕等多種技術形式展示超高清逼真畫面及場景，恍如置身其中的沉浸式體驗：甲午戰爭拼死抗日的戰艦「致遠號」的誕生與覆沒、紅軍抗日、觀看中國五十年代到二十世紀近代史等多個主題，把中國由被瓜分成四分五裂、到團結一心抗敵、建立新中國，百餘年來中華民族的奮鬥征程，完完整整地呈現在觀眾眼前。除了目不暇給的張力畫面，和對中國近代史有了更深的了解外，深切體會到現在中國社會的繁榮穩定實在得來不易。所以我們理應飲水思源，不忘其本，「落其實者思其樹，飲其流者懷其源」。

第二天是思源之旅，來到了東江水的源頭：安遠三百山，那裡山明水秀，人傑地靈。來自周恩來總理說的一句「一定要保護好東江源頭水」。確保我們有乾淨、沒有污染的飲用水源頭。

此外，1963年香港遭遇50年一遇的大旱。想必在電視電影作品也看過不少香港制水的情景吧？當時香港向內地發出求援信號。周恩來總理作出指示，立刻動工東深供水工程，只用了短短一年的工期就快速建成！香港才有源源不絕的淡水供應，足以可見祖國對香港的關懷心切與深厚情誼。

另一個水源的故事，也就是「共和國搖籃」：瑞金。又稱「紅色故都」、中央紅軍長征出發地。瑞金是中國第一個紅色政權—中華蘇維埃共和國臨時中央政府的誕生地。1933年毛澤東主席為了解決當地軍民飲水困難，不顧迷信村民的反對挖了一口井。因此解放以後，當地鄉民為了紀念毛主席和紅軍的尊敬和懷念，特地在井旁敬立「吃水不忘挖井人，時刻想念毛主席」的石碑。沒有太多學識的鄉民也有此等飲水思源的高尚情懷，實在值得學習。反觀時下部份香港青年飽讀詩書，卻不但沒有感恩的心，還要破壞前人辛苦建立的安定繁榮。香港現時的教育著重競爭與名次，卻忽略了人最重要的品行與修養，與其他青年朋友交流討論如何推行愛國、立品的教育，也是此次旅程目的。

來到旅途的尾聲，相比第一天到遊樂園開心的遊玩，確切地踏上紅軍長征的起點：于都中央紅軍長征集結出發地紀念園。雖然遊樂園的科技很逼真，但畢竟是虛擬的。為什麼說這趟是「體驗」紅色文化之旅？

二萬五千里長征，教科書裡聽得多，但是實際上沒多大概念，終究是紙上談兵。現在有高鐵去哪都方便的年代，能想像當時只是用草鞋走過二萬五千里的長征嗎？真正正身體力行去體驗的感受果然不一樣。雖然我們只是在起點走了很少的一段長征路，也會得到渡河、登上陡峭山坡的艱難。其實為了體驗遊客已經比當時友善很多，建了渡河小橋，山坡也有路徑。而且紅軍當時不光是走路，還要預備隨時迎擊敵人、編排日程、每人負責的工作、預備糧食武器物資等周詳慎密的工作。實在佩服當時紅軍的組織能力，在極其艱難的物質條件下，紅軍靠什麼取得長征的勝利？靠的就是一種中華民族團結的不倒精神、堅定革命的理想和信念。

這趟旅程深深體會到，現在我們的生活繁榮穩定、生活豐盛，實在得來不易，是前人一步一腳印打拚出來的，感恩前人栽種，後人才能乘涼。每個年代，社會上都有不同的挑戰和機遇，作為香港青年，受到紅色文化的鼓舞啟發，在人生的道路上亦是需要這種不忘初心、牢記使命、不屈不撓的「長征精神」，踏上屬於自己的「長征路」。

認識祖國歷史 紅色文化 從教育做起

蔣白浪

這次江西之旅可謂是經過精心安排，行程非常緊湊，感受深刻。

1. 認識贛州

首先是認識大灣區的後花園「贛州」，雖然過往曾多次到達江西，但是如此深入了解認識贛州也是機會難得。贛州之行，讓我們認識到贛州與華南地區密不可分，其中之一就是「東江水」，「東江水」之源，與我們香港這麼近那麼遠。過去教科書中提到的東江水供港，只片言隻字，簡單筆就。當我們到達三百山，看到群山環抱，當時國家面對不少困難的情況下，仍排除萬難，以最短時間，修建了供港的東江水系統，解決了香港數百萬人的飲用水問題。看到三百山中的刻石「飲水思源」四字，道出了當年的歷史。我認為香港的中小學生，應該是必須到此參觀，親身體會領悟是「飲水思源」。

2. 了解祖國歷史

方特東方欲曉的主題公園，以高科技手法深入淺出的介紹了中國近代史的苦況。題材豐富，包含了國家山川地理、近代的重要歷史事件、新中國的誕生。主題的挑選是經過精心研究規劃，貫穿了整個近代史，並以「紅色文化」突出中國共產黨領導下，將中國從半殖民地狀態下走向獨立建國的艱辛歷史。

我認為第一個節目中，應該把每個省或特別行政區都挑選一個具有代表性的「點」作為介紹，這樣更能整體完滿呈現我國國土的遼闊、文化多樣性、歷史遺產的豐厚。而且，如果可以的話，香港也應該引入興建一個類似的放映院，以高科技手法介紹國情，以短時間內呈現祖國概況以及近代史，簡短的視訊更容易讓香港中小學生學習吸收。

3. 人生的意義再探

晚上李局長的講話，以及播放的視頻，深深的讓人反思自己的不足之處。香港是一個經濟型社會，大家都全力為口奔馳，手停口停。物質生活深深影響著廣大群眾，往往容易讓人迷失。李局長的講話，讓人深入反思，在人生中的意義究竟是什麼？我們在溫飽後，往往容易走錯方向，透過視頻的例子及李局長的解說，不其然出了一身冷汗，我們要緊記「使命」與「初心」，與眾同樂，才是大樂，我更應鞭策自己，積極回饋社會。

4. 體驗「紅色文化」

過去中學課本，對於近代史都是簡略而就，關於「長征」，更是數句而止。「長征」，影響了中國近代史的發展，也影響了國際關係，新中國的出現，大大地鼓舞了中國人，我們從百多年的半殖民地中走出來。

「長征」資料非常豐富，而江西贛州更是「長征」的重要源頭之一。透過參觀瑞金長征基地、于都長征博物館，讓我們社會大眾有機會對「長征」有一個簡單而概括的認識，從中感受到先人們，毛澤東、周恩來、朱德等人當時是在面對極為困難的情況下，作出極為艱難的決定，「戰略轉移」。

宋海超教授的進一步解說，讓我們知悉到當年紅軍在川西、川北的高原行軍的苦況，什麼是「長征精神」，不畏懼，為祖國人民而奮鬥，勇往直前。

總括而言，這次學習十分完滿，行程略為緊湊，過程中與長輩、前輩以及年青學生們的交流，令我獲益良多。我認為要讓更多香港人認識近代史，特別是紅色文化，首先是應該要從中小生做起，然後透過教育教學，以課本與實地考察相結合，讓我們後人能夠正確認識祖國的歷史。

注重國情教育 培養學生愛國情

廖智標

作為一名教師，本人很榮幸參加了中國心文化促進會組織的贛州紅色文化之旅。這次旅程充滿了豐富的內容和深刻的教育意義，讓我對中國革命歷史有了更深入的瞭解。以下是我在旅程中的感想和體驗。

贛州方特東方欲曉，這是一個集紅色文化、旅遊和娛樂為一體的景區。在參觀動畫與遊戲的過程中，我深深感受到了贛州人民對紅色文化的傳承和弘揚，其展覽和表演生動地再現了中國革命的歷史場景，讓我彷彿穿越到了那個激動人心的時代；安遠縣三百山景區，是東江水源頭，粵港居民的飲用水的發源地，讓我們忘記飲水思源；瑞金市參觀瑞金共和國搖籃景區，其中包括中華蘇維埃共和國歷史紀念館和紅井景區。在這裡，我親眼目睹了中國革命的發源地，感受到了紅軍戰士們的英勇和無私奉獻。

通過這次旅程，我對中國革命歷史有了更深入的瞭解，也更加明白了紅色文化對於培養青少年的愛國情和價值觀的重要性。我深深感受到了贛州人民對紅色文化的傳承和弘揚，他們通過景區、紀念館和文化活動等形式，將革命歷史生動地展現在我們面前，讓我們能夠親身感受到那段歷史的偉大和深遠影響。

作為一名教師，這次紅色文化之旅給我帶來了很多啓發和教育思考。我將以這次旅程為契機，更加注重國情教育的開展，通過多種形式和活動，讓學生了解和尊重中國的歷史和文化，培養他們的愛國情和社會責任感。

最後，本人希望將來能組織一次贛州紅色文化之旅的考察活動，帶領學生們親身體驗這段歷史。

中國是怎麼一步一腳印走來的

林海泉

今次旅程我非常開心，可以邊玩、邊吃、邊學習。玩方面，令我最印象深刻的就是三百山的「玻璃天橋」。三百山風景優美，但在玻璃天橋上進行邊欣賞的時候，都可以說是一步一驚心。吃方面就不用多說了，非常感謝主辦單位的悉心安排，行程中每一餐都非常豐富。

學習方面，最深刻的當然是「方特東方欲曉」，你萬萬沒有想到，裡面可以邊玩邊學習，例如「致遠號」，邊坐船，邊學習歷史，知道了「致遠號」沉沒的原因。還有參觀了其他博物館，令我們知道了以前的中國，知道了現在的中國是怎麼一步一腳印走來的！

感受紅色文化給予的力量

廖祖堤

作為中國革命的重要戰略後方，贛州擁有豐富的紅色文化遺產和景觀。在這次旅行中，我有幸參觀了贛州的一些紅色景點，深深感受到了革命歷史的偉大。

首先，讓我深刻印象最深刻的，是參觀中華蘇維埃共和國歷史紀念館。這個紀念館位於贛州起義的發生地，展館通過豐富的圖片、文物和實物展示，生動再現了蘇維埃時期的鬥爭場景和革命英雄們的壯舉事蹟。在館內，我看到了紅軍的裝備、革命文獻和英烈們留下的遺物，深深感受到了那個時代的艱辛和犧牲。這個紀念館不僅讓我了解到了蘇維埃共和國的歷史意義，同時也讓我對中國共產黨的奮鬥精神有了更深刻的認識。

其次，我還參觀了東方欲曉景區、三百山景區，也體驗了重走紅軍長征小道等等。通過參觀這些景點，我更加深入地了解了中國革命的歷史和贛州人民的英勇奮鬥。這些景點不僅是歷史的見證，更是紅色文化的瑰寶，讓人們能夠銘記過去、珍愛現在、展望未來。我希望通過我自身微薄之力，向更多的港人宣傳和展示贛州，讓更多的港人能夠前來贛州，親身感受這些紅色景點帶給我們的力量和鼓舞，傳承紅色基因，為實現中華民族偉大復興的中國夢貢獻自己的力量。

飲水思源 港人要感恩

呂玉玲

此次的贛州之行，別開生面的旅程，感觸頗深：重走長征路，讓我們體驗一下當年紅軍走著羊腸小道，背著裝備，糧食，後面還有敵人追打。人數從3萬多到完成兩萬五千里長征只剩了千餘人，場面多麼慘烈！今天，我們能夠在和平年代開心的生活，全靠前輩們的付出才有今天。讓我深深體會了我們誓言的第一句：繼承革命遺志，牢記初心使命的含意，我們要維護國家安全，讓我們的子子孫孫也能過上平穩的日子。

當年周總理為了讓香港人能喝上乾淨的水，從水源頭沿途至香港嘅水路線，周總不許發展工業，為了不污染水源，保證香港居民有乾淨的水喝，此舉給當地嘅政府，人民財政及就業問題是負面的，而且當時香港還是殖民地，這種情況令我好感動。這種情形估計沒有多少香港人知道，所以我們應該好好去推廣，讓更多的港人了解，也要讓下一代懂得飲水思源！

此次之行，非常感謝各位領導的安排，行程非常滿意非常圓滿，非常感動，非常感恩！！致以萬分謝意！

引導學生到「共和國的搖籃」看看

徐浩華

江西贛州被譽為「大灣區後花園」，擁有豐富的紅色文化資源，以及與港人關係密切的東江水源頭。近年，當地政府大力推廣紅色旅遊文化，將愛國教育與多媒體等新科技相結合，因此也成為年輕人「打卡」熱點。

日前，筆者同一批香港青年參與由中國心文化促進會主辦的交流活動，到訪贛州多個景點，親身體驗了「大灣區後花園」的特色文化。其中，大型主題公園「方特東方欲曉」用高科技打造一系列沉浸式、強互動的項目，演繹百餘年來中華民族的奮鬥歷程。遊客置身園內，可「化身」成戰鬥機飛行員，飛越壯麗山河；亦可登上漂流船，親歷「北洋艦隊」全軍覆沒的慘痛歷史；還可當一回游擊隊員，與抗戰英雄「並肩作戰」。通過這些遊戲，能夠直觀感知中國近現代史，明白如今國家的繁榮富強來之不易。

來到東江發源地安遠縣三百山，更令人撫今追昔。上世紀60年代，香港人口增長、氣候乾旱導致淡水短缺，一度「制水」。周恩來總理心繫「港九三百萬同胞」，指示建造輸送東江水到港的管道。廣東省和香港的愛國人士勳力同心、攻堅克難，短短一年就建成了「東深供水工程」，至今仍造福700多萬港人。這次親臨三百山，我們深深體會到國家「像保護眼睛一樣保護東江源」。據介紹，安遠縣把水源區域林場劃作重點保護區，建立了嚴格的森林保護制度；同時實行「三禁」——禁伐、禁漁、禁採，嚴厲打擊相關區域的非法伐木、捕魚行為，對潛在價值百億元人民幣的鎢、鉬等礦產資源也全面禁止開採。經濟利益的一時犧牲，換來的是東江碧水源源源南流。正所謂「落其實思其樹，飲其流懷其源」。

筆者在旅途中結識了幾位年輕教師，大家不約而同地認為，香港在推行愛國主義教育過程中，可引導學生到「共和國的搖籃」親眼看看，增進對國家發展歷程的了解；喝一口「源頭水」，感謝東江的哺育之恩，感受同胞間的血濃於水。只有「讀萬卷書+行萬里路」，廣大青少年才能更懂得飲水思源，厚植家國情懷，拓展更廣闊的成長成才空間。

江西紅色之旅點燃星星之火

敖淑婷

江南道西，長江正南，是江西省。江西省孕育了三百山、東江水源、廬山瀑布，更是紅色文化的發源地、長征旅程的始點。其風景優美，文化底蘊濃厚，卻鮮為香港人所知。

萬幸的是，我作為港人，有香港中國心文化促進會帶領，得以參與了別開生面又獨一無二的旅程。

方特自然是不必多說了，打破了一貫「紅色文化就是生硬灌輸！」的印象，無論是機動遊戲還是影片，都寓教於娛樂，甚至單從娛樂角度來說，也是滿分的！遊戲的每個細節，都讓人看得出園方的誠意，那娓娓道來的紅色歷史，深入淺出，令人久久不能釋懷。

另一個印象深刻的「旅遊點」是長征小路。走在雜草叢生、形成天然屏障的小路上，前方導遊唱起山歌。我震撼於當時人民對紅軍的信任，更立刻想到紅軍內部必定是嚴於律己，才能在不同地方文化的村落中得到民眾信任，甚至獲得他們大力支持。走過小路、再進博物館，我向那滿輪的草鞋默默致敬。

在江西東江水源的景區，徐組長為我買了一瓶水，是東江水。我扭開瓶蓋，入口是從小伴隨的熟悉味道。在我們成長的過程中，不知不覺地與700多公里外的江西同胞共飲一江水，這延綿的思念和關切，源起於1960年，並流淌至今。

自古有共飲水源的那肯定是同鄉，而香港的每杯水，都是同胞們在艱難的時候為港人竭力付出而得來的。因此，即使我從未來過江西，一如我以往沒有前往過東莞的東江水泵站，我始終認為：東江水流經的土地，都應該被香港人視為另一個家鄉。

希望香港也能回饋這份思念，譜出下一首延續數代的樂章，也希望這次江西紅色之旅，能點燃星星之火。

共同延續紅色文化精神

陳玥

很榮幸有機會參加這次三日的紅色文化之旅，非常感謝香港中國心文化促進會和贛州文旅局領導的安排，此次活動行程滿滿，收穫也滿滿。體驗了方特東方欲曉高科技與紅色文化融合的震撼，讓我們有機會更深入地了解中國歷史，增進了對國家發展歷程的認識；李俊銳局長為大家上的短視頻國情教育課，分享的每一個堅強奮鬥、人性感悟、勵志的故事，使我深受感動，受益匪淺；贛州的三百山、東江源、絢麗多彩的客家風情，讓我們看到“大灣區後花園”的秀麗風光；重走長征之路，學習長征精神，感受到當時紅軍先烈們克服重重困難，堅持不懈的英勇精神，更加覺得現在的幸福生活來之不易。行程雖結束，但這是我們的開始，我們要共同延續紅色文化精神，推廣中華優秀文化，讓更多的香港青年人走進贛州，增加對祖國的認識與認同感。

國情講座受益 感悟良知

鄭翠藝

8月26日上午，我懷著期待的心情，同「中國心文化促進會」一眾志同道合的會員由西九坐高鐵向江西贛州出發，踏上三天兩夜的紅色文化之旅。行程十分緊湊，但耳聞目睹的內容十分豐富，獲益良多。

首先，親身體驗了「方特東方欲曉」用現代科學技術與紅色文化相結合，以娛樂歡樂同國情教育融合一起，讓人耳目一新又受教於心。特別令我難忘的是贛州文旅局李局長的國情講座「致良知+愛國主義」，用一件件生動感人的例子講述了善惡之分，深入淺出、通俗易懂，讓我們感悟良知，深刻體會到無論是個人或整個社會要揚善除惡，關心社會、熱愛國家。講座雖短，受益匪淺。

其次，三天內我們馬不停蹄走訪了安遠三百山香港生命之源-東江源，深切感受飲水思源，走進共和國搖籃瑞金，緬懷革命先輩，站於于都中央紅軍長征集結出發渡口，彷彿看到紅軍戰士跨上渡船奔向前方，最後還參觀領略了千年古都宋城歷史文化客家風情及贛州城鄉日新月異的嶄新面貌。

時間過得很快，一瞬間三天的行程已結束，28日晚上，動車徐徐駛出贛州，我們眼望窗外萬家燈火，依依不捨與贛州告別，相信我們還會再來，發動更多的人踏上這令我們留連忘返的紅色之旅。

學長征精神 負傷走完長征小道

蔡桂英

當初參加中國心文化促進會的紅色之旅，抱著一顆平常心去參觀歷史文物及博物館，了解當時紅軍長征的據點。但第一天的「方特東方欲曉已把我的心牢牢地抓住，首先是模擬飛行看中國景點，配合高科技引領，我好像走完了全中國的美景，原本怕暈眩的我，也忍不了拿起手機錄像。接著參觀“致遠”，還以為是美國拉斯維加斯的表演項目，我這時才知道，我們歷史的軍人是如何勇猛，如何有犧牲精神去保衛我們祖國，配上高科技畫面及歷史旁述，實在震撼人心，令我感到最激動的是一聲令下，全船向敵軍衝去，與敵人同歸於盡。最後，我們去打仗了，感受到我們生於繁盛的社會，真的要感恩當年軍人付出的生命。

晚上由李俊銳局長為我們介紹贛州的好去處，看得津津有味，隨後李局長播放了幾道正能量的影片，弄得我偷偷哭了幾遍。最後，李局長作了總結發言，感人肺腑，但又不顯得沉悶，容易被人接納，非常感謝李局長的用心良苦。也令我感到意外的是，有一班充滿理想的年青人，說著流利的普通話去演繹他們的感受。

隨後的兩天，先參觀東江水的源頭，知道了事實，原來祖國是這麼眷顧著香港的同胞，享受這樣幸福的每個香港人，真的要“飲水思源”，懂得感恩。

因為有了前面的歷史認知，了解當年紅軍的犧牲及努力，成就了今日的新中國，所以，當時我就算是扭傷了腳，也要學紅軍一樣，堅毅不屈地完成任務，我們只是行過一小段路，已經感到危險及吃力，可想而知，軍人在歷史的路途上是多麼艱辛，他們如何渡過于都河，遮定橋，徒手攀越多個大雪山等等，真的值得我們敬佩。

回到香港，我已立即與我學會的主席商討，我們也嘗試舉辦一個歷史教育旅行團，往贛州再出發，主席也同意。

在此多謝中國心文化促進會林老師、蔡老師及蔣老師給我們這個機會，多謝贛州李局長用心良苦的演繹，衷心感謝。

長征精神永存 為社會發光發熱

徐時暉

這次紅色文化之旅是一場提高了我個人認知的一場旅程。在香港，我這一輩人所受的歷史教育主要集中在世界史及五千年的中國歷史，對於中國近代史的了解甚少。為了填補這段歷史認知，我踏上了前往贛州的旅程。

贛州是一個充滿歲月痕跡的地方，許多文物古蹟得以被保留。當我得知古蹟保留工作令贛州在經濟發展上作出了許多犧牲後，我十分欣賞這種對中國歷史尊敬的態度，這在如今重發展的社會是十分難得的。

「贛州除了古色，還有綠色和紅色。」這是贛州市文化廣電新聞出版旅遊局的李局長對贛州的形容。的確，贛州在環境保育方面的工作做得非常充足。當地的原生生態因綠化覆蓋率高而保持原貌，更成為了包括白鵝、麝香貓等多種國家保護野生動物的保護區和棲息地。因人類工業和資訊時代的來臨，地球正在經歷人類歷史上物種消失速度最快的時期。贛州則成為了地球上少數使人類和動植物得而返璞自然的福地。

至於贛州萬綠叢中的那一點紅，則要歸因於贛州的歷史——紅色革命。當年中國共產黨因人數和裝備上的劣勢，被國民黨圍剿數次後發起長征。紅軍從贛州于都出發，行軍二萬五千里遙途，攀山涉水，在付出巨大犧牲的情況下，仍然磨滅不熄，並最終贏得了戰鬥的勝利。這種必勝的意志，在經歷了重重難關，使人們仍保持希望，十分值得學習。現在我們雖然談不上生活在和平年代，但至少不需要受戰火所牽連。取而代之的卻是疫情爆發，經濟低迷，氣候變化，社會競爭激烈等各種新挑戰。長征時代雖過去了，但精神長存。我們也許會埋怨運氣及時代，但更應發揮出長征精神，為自己的目標奮鬥不息，為社會乃至人類文明發光發熱，這才是對自己的人生負責。

我站在香港人角度來看，贛州是一個和香港截然不同的地方。她是樸實無華的，也是多姿多彩的，同時是人們所嚮往的。

飲水思源 探尋紅色足跡

蔡沿展

8月26日-28日，參加了中國心文化促進會3天2晚的江西紅色文化之旅。江西，作為中國革命的重要發源地之一，被譽為中國革命的搖籃，此次旅行的第一站便是江西省贛州市。

剛下高鐵，我們便前往贛州的方特東方欲曉主題公園，這是個以紅色文化為主題的大型公園。4D超大影院《飛翔》帶我們翱翔於神州大地，俯瞰祖國大好河山。而《致遠》誕生到沉沒的傳奇一生，讓我們身臨其境感受到我們現在所擁有的這一切是祖國的戰士們用生命捍衛來的。《鐵道游擊》則把我們化身成戰士，親臨硝煙瀰漫的戰場。最後的《東方欲曉》訴說著近現代史，曲折的歷程一一道來。而此刻我也明白，何為「東方欲曉」。當晚，文廣新旅局李俊銳局長為我們帶來「致良知·愛國主義教育」講座，騙走了我好多眼淚，也讓我收穫了許多。

第二日我們前往安遠縣的三百山景區，這是東江水的發源地，也是香港飲用水的源頭。「東深供水工程」終結了香港長期缺水的歷史，而為了保證水質安全，安遠縣打響「藍天、碧水、淨土」保衛戰，大力實施「三禁、三停、三轉」等措施。為了讓我們喝上放心水，放棄諸多的發展機會，全力以赴建設粵港澳大灣區的「後花園」。我們所享受的日常生活，全靠祖國的眷顧，我們應飲水思源，感恩祖國。

紅色，是瑞金的底色，目之所及，到處洋溢著革命老區的紅色氛圍。下午，我們來到瑞金市參觀瑞金中央革命根據地紀念館。因路途遙遠，抵達時已經閉館，但仍然帶領我們走過歷史的長河。我們聽紅色故事，看紅色文物，也走向了紅色舊址，在「紅井」邊宣讀「吃水不忘挖井人」。

第三日，我們在於都縣，這裡是中央紅軍長征集結出發地、長征精神發源地。我們參觀長征集結出發地紀念園，體驗紅軍長征小道。親身觸摸著一段段鮮活的歷史，特別是鐘子招的故事，將自己八個兒子送上長征路，給我的心靈來了一次暴擊。長征路漫漫，為了革命的勝利，有多少個家庭做出了英勇犧牲，多少個英雄遠離家鄉，倒在了革命路上。青山埋忠骨，史冊載功勳，我們永遠銘記英雄和他們親人的奉獻，他們將指引我們不斷前行。當天下午，我們來到了福壽溝的博物館，這「千年不朽」的偉大工程不得不讓我們驚歎古人智慧，瀏覽了江南宋城、蔣經國舊居，行程可謂非常充實！

十分感謝中聯辦的推薦以及中國心文化促進會的領導和老師們的安排。三天的旅行雖然結束了，但帶給我的收穫卻是一直存在的。同飲一江水，贛港一家親。這是我第一次來到江西，感受到濃濃的紅色文化。讓我對祖國的歷史文化有了進一步的了解。感謝東江的哺育，飲水思源，讓我們明白同胞間那血溶於水的親情。也感謝每一個人的付出，讓這次旅行變得如此難忘。希望大家都可以都到江西這個美麗的後花園走一走，將我們的故事延續下去。

「紅井」映初心

袁疆才

八月的香港，熱浪沸騰，暑氣逼人。香港中國心文化促進會組織的「贛州紅色文化之旅」順利啟程。高鐵歡著歡，一路狂進。兩個多小時便從國際大都市香港跨越500公里抵達革命老區江西贛州地界。

第二天下午，安排的行程是去參觀被稱為「共和國搖籃」——瑞金的中共蘇區中央局舊址。

我們一行數人走下巴士，天色矇矓有些黯淡，一排排橙紅色小屋，帶著深褐色的帽子，錯落有致地橫在眼前。隨著現場講解員的引導，我們進入門口有一棵參天大樹的小院，原來這就是毛主席當年工作和生活的處所。屋內一片漆黑。講解員說，由於當時物資極度匱乏，主席要求所有工作人員僅靠白天工作，晚上除非有特別重要的工作需要處理，一般是不允許點燈的。打開手機電筒，照射著簡陋的桌椅床鋪和幾乎「家徒四壁」的革命小屋，我對當時作為「中央革命根據地心臟」的工作生活環境，從之前的完全想象轉變為最為真切的感受。無數革命先烈在如此惡劣條件下，卻憑著明知不可為而為之的堅定信念和超乎想象的頑強鬥志，將革命堅持到底並最終取得全面勝利，當下的幸福生活真是來之不易。可惜有些人在酒足飯飽之後，卻並不懂得珍惜眼前幸福，感恩革命先輩拋頭顱灑熱血的英雄壯舉……

「跨過門檻，沿著小路往前大約30米便是家喻戶曉的——紅井。」講解員擴音器傳出的聲浪將我的思緒拉回現實。

順著水泥小道拐一個彎，便看見碧波蕩漾的稻田環抱著一口圓形水井。井邊立一石碑，上面篆刻兩列蒼勁有力的大字——吃水不忘挖井人，時刻想念毛主席。

講解員娓娓道來：一九三一年，瑞金成立了中華蘇維埃中央政府，毛澤東主席便居住在沙洲壩這個村子。毛主席看見當地鄉親都在非常不衛生的水塘挑水吃，就問他們為甚麼不挖井？鄉親們苦著臉說：「沙洲壩的地下是龍脈，打井動了龍脈，全村人都會遭殃。」不信鬼神的毛主席第二天便和警衛員扛著鋤頭找適合打井的位置。在毛主席帶動下，軍民齊心合力，不到一天功夫就挖出了一口清澈甘甜的水井。毛主席還風趣地說：「龍王如果秋後算賬，就找我」。

有了這樣的軍民魚水之情做底色，也就不難理解，1934年10月7日中央紅軍主力部隊從各防線戰場撤離，即將開赴于都河北岸，于都河附近的百姓聽說紅軍缺少架設浮橋的橋板，有的送來門板，有的拆了自家瓜棚，甚至有老者將自己的棺木也捐獻出來，紅軍戰士便從這裡踏上二萬五千里的漫漫征途。

紅井汨汨的清泉滋養著沙洲壩的代代鄉親，書寫著沙洲壩的天翻地覆，見證著一代又一代從沙洲壩走出的堅守初心，不改本色的優秀共產黨員。

深藍大幕悠悠升起，一彎新月倒懸半空。旅遊大巴緩緩駛出沙洲壩，「泉水清又清，領袖愛人民。泉水甜又甜，人民得救星……」，大巴車廂載著一曲清澈香甜的《紅井水》向著燈火璀璨的瑞金市中心駛去……

新的起步 新的長征

范景霖

感謝香港中國心文化促進會給予機會，讓我探訪江西贛州，跟一群愛國的香港青年一起，探索了這個紅色搖籃，感受了我們的歷史和文化。

這次旅行最讓我驚喜的是「方特東方欲晚」這首個以「紅色旅遊」為核心的主題樂園。這裡用新技術做了很多好玩的項目，讓我們親身體驗了中華民族百餘年來的奮鬥歷程。我覺得這是一種很新穎、有趣的形式，向年青人傳達了建國理念和愛國精神。

對比傳統的紅色文化教育上書本、博物館等方式，運用新科技的視角表現方式無疑更貼合近年來年青人吸收信息的習慣，更容易吸引興趣和引起觸動。故此我非常認同並欣賞市政府願意就向年青人傳播文化方面投入和調整，從而更能顯現出市政府對年輕人的重視。

在園裡，我參與了致遠號、鐵道游擊、飛翔和東方欲晚等幾個主題項目。每一個項目都讓我驚嘆不已，讓我感受到了不同時期中國人民的英勇抗爭和偉大創造。其中最讓我震撼的是致遠號這個項目。這是一個互動電影式導覽劇場，以多種技術打破虛擬同現實界限，再現了甲午戰爭中致遠號戰艦從誕生到最後船員們高呼口號撞向敵軍的壯烈犧牲過程。讓我們用一種別開生面的形式，見證了致遠號戰艦在黃海海戰中拼死抗日的慘痛歷史，用畫面把以往祇能在課本上的文字內容，更深刻地刻印在我們的腦海之中。

除了方特東方欲晚，我們還去了東江水源頭三百山、中央紅軍長征集結出發地紀念園、紅井、福壽溝博物館等地。這些地方都是香港和我國深厚情誼的見證，從中了解到祖國對香港的關懷和厚愛，以及紅軍當年的艱難困苦與智慧，與受人民擁戴的種種原因。

通過這次旅行，我對江西這個省份有了更深入的了解和認識，也對中國的歷史和文化有了更深刻的感受和欣賞。這為期三天的旅程是一次非常有意義和價值的交流活動，讓我收穫了知識和友誼，也增強了我的愛國情懷和家國情感。

「紅色旅遊」對我來說除了一個新名詞之外，亦代表了我國在迎接新時代建設中的積極進步的態度和誠意，讓我對我國的未來發展更有信心，同時我亦深信這種信心也可以讓更多新一代的年青人更積極地投入其中，為我國未來付出努力！

東方欲晚有助教育下一代

何衍隆

很開心趁這次機會能參與贛州紅色文化之旅，旅程當中體會到祖國對於香港年輕人的重視，以及在玩與吃過程中能體現傳統的中國文化和國家對於歷史教育的重視。當中的玩，讓我們能親自到港人飲用水的源頭更登上三百山喝一口「源頭水」，感謝東江的哺育之恩！更有機會去到當地樂園與教育宣傳紅色文化於一身的贛州方特東方欲晚，能用玩樂方式的同時去教育下一代。

當中的吃能讓我們瞭解當地贛州客家文化的同時，更有機會品嚐到客家美食以及純天然蜂蜜，還有客家的傳統文化表演讓我最為驚喜。

在這次旅程中慶幸地可以成為交流團的一員，回港後能讓我以自己的親身體驗去更好地推廣給香港的年輕人講述贛州的風土人情，以及去飲一下港人的源頭水時刻提醒我們飲水思源。

踏上革命先烈足跡 長征精神不朽

關敬儀

小時候，就從爺爺奶奶茶餘飯後的閒談中知道了紅軍二萬五千里長征的故事，後來長大了又通過廣播、報紙和電視等媒介，對這個震驚世界的偉大壯舉有了更加詳細和深入了解。但說句真心話，所謂的認知也僅僅停留在文字上的「宣言書、宣傳隊、播種機」和電視劇所構建的波瀾壯闊畫面。

今年八月有幸成為「香港中國心文化促進會贛州紅色文化之旅」的一員，三天兩夜時間除了參訪中央革命根據地歷史博物館和中央紅軍長征出發紀念館，還走進瑞金沙洲壩毛澤東主席舊居和毛主席為徹底解決當地群眾飲水困難，破除迷信而帶頭開挖的「紅井」，以及登上紅軍長征第一渡口——于都河浮橋並親身體驗祁祿山段的長征歷史步道，從而對革命先烈的堅定信仰、不屈意志和對黨的無限忠誠，以及用鮮血和生命前仆後繼完成一次次的艱巨任務，並最終取得全面勝利有了全新認識和切身感受。

古人曰：「讀萬卷書，行萬里路」。同樣，對中國革命史中長征不朽史詩精神的真正理解，對革命先烈穿越冰川，走過草地，踏過激流險灘，克服萬難困苦，所表現出的堅韌不拔，不屈不撓英雄氣概的真正懂得，唯有實實在在踏上革命先烈的足跡，才能完成從「一知半解」到「入木三分」徹底涅槃。

中國人的堅毅及捨我精神必須牢記

李綺紅

懷著第一次坐高鐵未出發已興奮的心情到達贛州文化之旅。

踏進「方特東方欲晚」高科技寬闊畫面帶著我像一隻加了強力摩打的大鳥般飛越祖國江河山川，俯視壯觀的拉薩的布達拉宮，飛翔在新疆寬廣草原，攀越珠穆朗瑪頂峯打咕，進入北京故宮，頤和園，徽翔在萬里長城，飛過絢麗多彩的黃埔江畔，太刺激，太振奮，祖國江山如此多嬌，令人讚歎不已！觀看北洋軍艦致遠號悲壯的歷史場景，八國聯軍入侵中華，瓜割我土，甲午戰爭北洋水師致遠號戰至最後沉於海底壯烈犧牲。接著感受5D視覺坐在道具火車內向著入侵我國的日寇子彈百發洩心中仇恨。東方欲晚所展現清末及近代的戰爭歷史故事，其中國人堅毅，捨我精神是要我們這輩人須繼承牢記的。

李局長在會議上分享幾位殘疾青年，克服重重困難，雖身有缺陷，仍能勇敢堅毅地開創人生光輝一頁，正能量滿滿令人感動敬佩。而一班發言的學生傑青，懷著愛國心，勤奮，刻苦，堅毅，不怕犧牲，勇敢向前的情懷，為大家深感驕傲。

喝口東江水，就要懂思源，三百山上東江源頭川流不息，澎湃瀑布，清徹水源，群山森林覆蓋，生態環境優越，國家保護水源像媽媽保護著懷抱嬰兒般，我們是多麼幸福，何等恩惠啊！

瑞金紅都，共和國搖籃旅遊區，于都紅軍長征集結出發紀念園，充滿紅色特式文化，特別有紀念意義。

來到千年古都，感受到紅色的魅力，了解讀書時未能得到的歷史實錄，讓我們深深感受到長征堅韌不拔的頑強精神！

紅色文化之旅

放 眼 神 州

英烈不朽 鐵甲鏗鏘

周卓君

癸卯孟秋，暑氣漸退。筆者有幸隨香港中國文化中心促進會遊覽贛南，在一片秀麗的湖光山色中，體驗別開生面的高科技國情教育。

筆者在香港土生土長，對中國近代史的印象止步於「紙上得來」的層次，共情時難免多了一層隔膜。是次贛州之旅的首站——「方特東方欲曉」紅色主題樂園（方特）帶給筆者震撼的體驗，讓筆者深刻感受到，史冊上的每一個段落都是波瀾壯闊的傳奇，青史上的每一個名字都是有血有肉的人物。

方特的精彩之處眾多，難以盡錄，惟不得不提其中的室內有軌漂流項目——《致遠致遠》。在正式體驗項目前，我們先觀看了一段簡介相關歷史的短片，對接下來要面對的「命運」建立了初步的認知。登上漂流船，映入眼簾的是「北洋重地」四個大字，緊接着是北洋水師的簡介，以及購自英國的「致遠號」回國的歷程。伴隨着略帶悲壯的背景音樂，筆者也逐漸回到了那段屈辱與抗爭交織的烽火歲月：海浪拍打着礁石，英國艾爾斯維克船塢內正加緊建造一艘新型巡洋艦，她就是日後名滿天下的北洋水師致遠號。建成之後，這艘寄托着國人強國夢的巡洋艦穿越萬里波濤回到國內，等待着一場決定中日兩國命運的終極對決。

1894年9月17日，黃海大東溝海域。人類歷史上第一次大規模鐵甲艦對決以遭遇戰的方式展開。一方是蓄謀已久、野心勃勃的新生強權，一方是因循守舊、暮氣沉沉的老大帝國。在幾乎所有不利因素都在己方的情況下，北洋水師倉促應戰。儘管北洋水師官兵奮勇作戰，但偏偏趕上了一個海軍技術日新月異的時代，清朝為自己的保守付出了慘痛的代價。十年沒有添置新艦，綜合戰力已經被敵人甩在後面。

最後的結果不言而喻，時代總是會拋棄那些裹足不前的人們，在事關國運豪賭的這件事上，更是沒有一絲容錯的空間。激戰當日，全軍大敗，沒有僥倖獲勝的可能。致遠號管帶（鄧世昌）做出一個無奈又悲壯的決定——全速前進，與敵人旗艦吉野號同歸於盡。隨着被魚雷擊中引發爆炸的巨響和實景水花，致遠號行至半途即被擊沉，全員殉難，以一種極其悲壯的方式退出歷史舞台。

致遠號的命運其實是當時中國命運的一個縮影。一代中國青年的青春、激情與赤誠終究難敵封建王朝的委頓、麻木與懦弱，打敗中國的其實不是日本，而是清政府自己。雖然最終敗北，可這些青年的熱血不應該被遺忘。今日之世界各國大多已摒棄戰爭手段，以經濟競爭為主，中國亦非昔日之大清，但我輩仍應牢記這段歷史，承擔起當代中國青年的職責，實現中華民族偉大復興。

贛州遊

蔡林生

江西贛州，千年古都，歷史悠久，人傑地靈。
紅色文化，彪炳史冊，先烈英魂，可歌可泣。
東方欲曉，歷史重溫，銘記國耻，吾輩自強。
安遠山脉，東江源泉，贛港同飲，生命之源。
紅色瑞金，共和搖籃，偉人史迹，千秋永載。
長征足跡，始於于都，感悟長征，精神永垂。
江南宋城，魅力古都，福壽溝渠，造福萬代。
客家風情，千姿百態，城鄉建設，日新月異。
紅色之旅，受益匪淺，牢記使命，不忘初心。

這次紅色文化之旅開花了，團友潘麗連同兩位香港畫家在贛州舉辦展覽，開展了實質性的文化交流。

另外，在團友的宣傳推動下，有社團正籌組80人的交流團11月赴贛州。

傳承墨意

韶
美
展

袁志明 · 潘麗 · 謝建群 三人聯展



謹定于二零二三年十月二十二日（星期日）上午十時，
假座刘世群美术馆举行“传承墨意-袁志明·潘麗·謝建群
三人聯展”開幕典禮。

敬邀高軒
誠邀閣下蒞臨指導

香港韶美書畫會 敬約

開幕式時間：2023年10月22日 上午10時
開幕式地點：刘世群美术馆（贛州市章貢區紅環南路26號）
展覽地點：刘世群美术馆（贛州市章貢區紅環南路26號）
展覽日期：2023年10月22日-11月21日

主辦單位：
贛州市文化广电新聞出版旅遊局、
贛州市歸國華僑聯合會
承辦單位：
贛州市公共文化服務中心、贛州美術館、
刘世群美术馆



請
柬