

## Выживание в естественных условиях. Полезные советы.

**Человек может оказаться один на один с природой по следующим причинам :**

- транспортная катастрофа;
- бегство;
- поиски чего-нибудь, например, клада;
- путешествие ради впечатлений;
- стремление совершить какой-нибудь подвиг ради самоутверждения.

**Все возможные ситуации делятся на две группы :**

- ситуации, в которых надо оставаться на месте;
- ситуации, в которых надо двигаться.

### **Оружие.**

Имейте при себе несколько ножей, хранимых в разных местах. Оставшись с природой один на один, прежде всего, вооружитесь. Сделайте палицу - дубинку, утолщенную на ударном конце; лучше с сучками, которые будут впиваться в тело жертвы. Сделайте копье - ровный заточенный кол длиной метра два.

Таким образом, у Вас будут три эшелона обороны: копье - палица - нож.



## **Запас питания.**

Когда готовите запас пищи, имейте в виду следующее. Если с водой трудностей не будет, запасайте только сухие калорийные и долго хранящиеся продукты: сахар, сало, сухари, мясные и рыбные консервы, сухофрукты, сушеные ягоды, сушеное мясо. Не берите полуфабрикаты, обходитесь без кухонных забот. На сутки для нормального питания требуется в среднем 0,5 кг сухих продуктов и 2-8 л воды. В качестве аварийного запаса пищи лучше держать кусковой сахар.

## **Добывание растительной пищи.**

Съедобны многие растения, обычно не употребляемые в пищу.

### **Съедобные листья и молодые побеги :**

☐ ежевика, цикорий, кипрей, щавель, тмин, яснотка белая

### **Съедобные молодые листья :**

☐ подорожник, смородина черная, шиповник, липа мелколистная, лопух большой, одуванчик, клевер луговой, сныть обыкновенная, мать-и-мачеха, борщевик рассеченный, первоцвет весенний, ярутка полевая, ревень

## **Съедобные корни, употребляемые сырыми :**

□ иван-чай, камыш озерный, аир, кровохлебка лекарственная, лабазник шестилепестный, лопух большой, пырей ползучий, медуница.



## **Съедобные корни, употребляемые в виде муки :**

одуванчик, камыш озерный, горец змеиный, горец живородящий, зопник клубненосный, калужница болотная, клубнекамыш морской, кубышка желтая, кувшинка белая, лапчатка гусиная, пырей ползучий, рогоз широколистный, сусак зонтичный, кровохлебка лекарственная.

Рецепт употребления муки из съедобных корней : нарезать, высушить, смолоть, сделать тесто, испечь.

Можно добавлять муку из корней в зерновую муку.

Можно заквасить муку: добавить обычного хлеба или сухарей, размочить и поставить в теплое место до появления пузырьков и кислого запаха.

Муку из кувшинки надо несколько часов вымачивать, меняя воду. Из размолотого корневища камыша озерного варится хорошая каша.

## **Способы хранения съедобных листьев :**

- высушить;
- заквасить, как капусту (например, молодые листья одуванчика);
- сделать кисло-соленое пюре (добавить уксуса и соли) и хранить на холоде;

Кофе можно приготовить из прожаренных и размолотых корней лопуха (первого года жизни), одуванчика, цикория.

Много щавля есть вредно: щавелевая кислота переводит кальций крови в нерастворимое соединение.

Чай из трав - источник витаминов и других полезных веществ.

## **На чай годятся :**

- цветы и листья : зверобой, земляника, малина; манжетка; лабазник вязолистный; тмин; яснотка белая;
- листья : крапива, подорожник, смородина; кипрей, мать-и-мачеха, медуница, первоцвет;
- плоды : брусника, рябина, бузина черная;
- цветы, листья, плоды : шиповник, боярышник.

У съедобного растения могут быть несъедобные похожие родственники. Если одуванчик знаком всякому, то "ярутку полевую" не распознать без толстого справочника. А чем "лопух большой" отличается от "лопуха малого"?

Лучший выход -- составить в спокойное время гербарий съедобных растений -- на черный день. Как знать, может, когда-нибудь придется съесть и этот гербарий.

### **Добывание животной пищи.**

Обычно не употребляются в пищу, но тем не менее съедобны следующие животные :

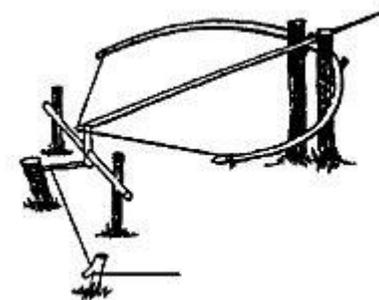
- лягушки, жабы (но их слизь может быть ядовита);
- змеи;
- улитки, ракушки (т.е. моллюски; устрицы -- это ведь тоже моллюски!).



### **Охота.**

Возможна охота без ружья - с помощью приспособлений, называемых самоловами. Вы должны знать устройство самоловов - чтобы использовать их для добывания пищи, а также чтобы не пострадать от самоловов, установленных другими охотниками.

Если Вы идете по звериной тропе, есть риск наткнуться на приспособление, установленное другим охотником. Опасность может быть с любой стороны, в том числе сверху и сзади.



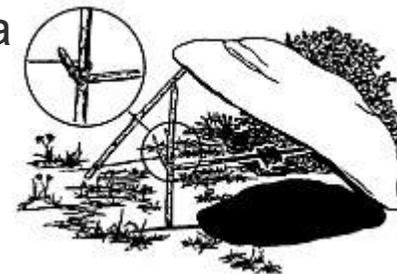
### **Известны следующие типы самоловов :**

- замаскированная яма с вбитыми в дно острыми кольями;
- сеть, поднимающаяся вверх, или падающая сверху, или преграждающая путь;
- самозатягивающаяся петля;
- падающий груз;
- качающийся груз;
- капкан со сходящимися створками;
- клетка с захлопывающейся дверцей;
- стрела, выпускаемая из лука.

Для изготовления самоловов из подручных материалов нужны лопатка, топор, нож, много веревки. В некоторых случаях можно использовать веревку, скрученную из сухой травы, стебли вьющихся растений, полоски тонкой древесной коры.

Энергия, требуемая для срабатывания самолова, может быть запасена с помощью следующих средств :

- поднятый груз;
- пригнутая к земле ветвь или верхушка дерева;
- согнутая ветвь (лук);
- скрученный жгут.



**Возможные способы воздействия самолова на жертву :**

- протыкание острием;
- перелом костей от падения груза;
- перелом костей от сильного сжатия;
- удушение (петлей);
- лишение возможности двигаться.

## **Рыбная ловля.**

Имейте в аварийном запасе рыболовные крючки (большие и малые), леску (толстую и тонкую), свинцовые грузила. Поплавок всегда можно сделать из подручных средств.

### **Вот азы рыболовной тактики :**

- Рыба плохо клюет в жаркий день. Лучшее время клева - раннее утро.
- Больше рыбы там, где слабее течение, илистое дно, коряги, тень от деревьев.
- Не разговаривайте громко: рыба не любит шума. Рыба может видеть рыболова и уплывать от него.
- При пересечении "водной преграды" вплавь можно запутаться в чужих сетях. В такой ситуации от ножа мало толку.

## **Голод.**

Не бойтесь голода. Если Вы не будете много двигаться, можно запросто продержаться без пищи дней двадцать. Если Вы будете просто идти, можно выдержать дней шесть. Некоторые асы путешествий устраивают "голодные походы", чтобы не таскать с собой лишний груз и не тратить время на возню с посудой и пищей.

Гигиена голодания такова. Полное голодание переносится легче частичного. Чувство голода присутствует только первые три дня. Надо глушить его обильным потреблением теплой воды. Потом организм подстраивается к ситуации. После примерно 20 дней голодовки чувство голода появляется вновь. Это уже сигнал, что начинается дистрофия. Не набрасывайтесь на пищу сразу.

Первые дозы должны быть мизерные, иначе Вы умрете. За 6 голодных дней Вы в состоянии преодолеть километров 200. Мало на Земле мест, где этого не достаточно, чтобы выйти к жилью. К голодовке надо себя приучать заранее путем "разгрузочных дней" раз в неделю.

### **Снаряжение.**

Приемлемый вес рюкзака - такой, который Вы можете без перенапряжения носить целый день. Для большинства людей это всего лишь килограммов шесть.



Минимум снаряжения - нож и спички. Иногда к этому комплекту прибавляются фляга и компас.

Спички должны быть пропитаны расплавленным парафином (кроме серных головок) и помещены герметично закупоривающийся флакон вместе с боковой (серной) стенкой спичечного коробка.

Фляга должна быть металлическая сваренная -- чтобы в ней можно было кипятить воду. В крайнем случае можно заменить флягу пакетом из толстого полиэтилена. Завязывайте наполненный пакет шнурком.

Имейте в аварийном запасе шнурок, годный на тетиву для лука. Гвозди из аварийного запаса пойдут на наконечники для стрел.

Небольшая лопатка (меньше "малой" саперной) -- жизненно важный инструмент. Она нужна для рытья землянки и колодца. Ее можно использовать как весло и как рубящее оружие. Заточите лопатку.

Небольшая спринцовка (примерно на 50 мл) -- полезная вещь в аварийном снаряжении.

#### **Применения спринцовки :**

- Сбор воды из мелких луж.
- Промывание прямой кишки при вынужденном голодании. Если не промывать кишку, то можно отравиться гниющими остатками.

- Питье через прямую кишку. Организм экономит воду, всасывая ее в прямой кишке из фекальных масс. Этим процессом можно воспользоваться для потребления грязной воды небольшими порциями.
- Ликвидация запора. Запор может наступить при психических перегрузках.

Я зарекался воздержаться от описания самоделок, но тут случай особый. Трость из толстостенной алюминиевой трубки - универсальна и очень полезна. Длина трубки -- около 90 см (длиннее - не поместится в автоматическую камеру хранения), диаметр -- около 3 см.

### **Функции трости :**

- опора для палатки;
- основа для лопаты, весла, багра;
- дыхательная трубка для плавания под водой;
- футляр для пилки, веревки;
- рапира: в конец вставляется пробка с гвоздем;
- дымоход маленькой печки, которой можно отапливать палатку;
- вертел.

Оформите трубку как настоящую трость, иначе Вас с ней не пустят в самолет. Можно оборачивать вокруг трости спальный мешок и носить его на лямке через плечо. При необходимости можно легко вытащить трость из мешка.

## **Технологии.**

- Веревку можно свить из сухой травы. Но если брать свежую траву, то после высыхания веревка расползется.
- Если вокруг костра сделать бортик из камней или земли, то потребность в дровах существенно уменьшится.
- Землянка защищает от холода и жары. Чтобы сделать крышу непроницаемой для воды, поверх слоя земли положите полиэтилен и засыпьте его сверху землей.
- Кусок тонкого полиэтилена размером метр на два метра складывается в очень компактный сверток и годится для многих применений : накидка от дождя, крыша для землянки, подстилка, поплавки для переправы через реку, и т.д.
- Если Вы зажгли сухой спирт в палатке или другом помещении - не тушите его, иначе будет много вонючего дыма. Дайте спирту догореть или прикройте его, например, кружкой.

Эффективность использования сухого спирта для кипячения воды возрастает раза в три, если применять плитку, направляющую горячий воздух к стенкам сосуда. Плитку можно сделать из консервной банки.

□ Если Ваш основной рабочий инструмент - шариковая ручка, то когда Вам придется вдруг много копать или грести, у Вас будут проблемы с волдырями на руках. Растите мозоли заранее и поддерживайте их. Если нет возможности регулярно заниматься копанием, купите гирю и регулярно поднимайте ее.

□ Ас выживания еще должен много ходить босиком и голышом. Не защищенная одеждой кожа толстеет, и потому лучше противостоит острым предметам и альфа-излучению.