



传奇

女性救护宝典

NV XING JIU HU BAO DIAN 传奇翰墨编委会

不要和陌生人搭讪!

取材美国安全教育
纪录片

"What should you do?"

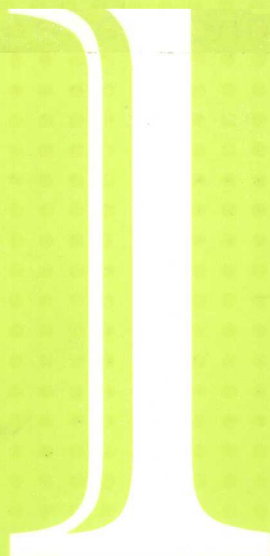
美国Lifetime TV热播

百家电视台热播

《传奇》之精华

中国女性安全

教育用书



江西教育出版社



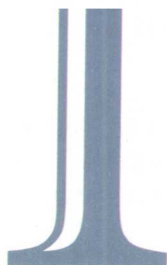
Source: *Author's calculations*.



NV XING JIU HU BAO DIAN

女性救护宝典

不要和陌生人搭讪!



 江西教育出版社

图书在版编目 (CIP) 数据

不要和陌生人搭讪! / 贺鹏飞主编. —南昌: 江西教育出版社,
2009.12

(传奇翰墨·女性救护宝典)

ISBN 978-7-5392-5525-5

I. 不… II. 贺… III. 女性—安全教育—通俗读物
IV. X956-49

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2009) 第 227990 号

书名: 不要和陌生人搭讪!

BU YAO HE MO SHENG REN DA SHAN!

出 品 人: 傅伟中

责任编辑: 洪晓梅

装帧设计:  灵动视线
010-85983452

出 版 江西教育出版社

发 行 江西教育出版社

社 址 南昌市抚河北路 291 号

邮 编 330008

开 本 700×1000 1/16

印 张 13

字 数 160 千字

版 次 2010 年 2 月第 1 版 2010 年 2 月第 1 次印刷

印 刷 北京凯达印务有限公司

书 号 ISBN 978-7-5392-5525-5

定 价 24.80 元

序 言 / 1

1. 偏执狂同事的大屠杀 / 2

(遇到公司极端偏执的同事暴力袭击,你该如何应对?)

附:你知道吗——歹徒常开什么样的车? / 15

2. 一路尾随你的“热心人” / 16

(荒凉路段你被奇怪的人尾随而不得不停车时,对方露出凶相要杀你,你该如何应对?)

3. 白马王子的约会陷阱 / 30

(一名大学新生与心目中的白马王子共进晚餐,结果却遭遇了强奸,你该如何应对?)

附:你知道吗——如何应对电话骚扰? / 44

4. 夜半魔爪 / 45

(深夜,你孤身一人在办公室工作,一只黑手扼住了你的喉咙,你该如何应对?)

5. 夺命丈夫 / 58

(丈夫打了你,你决定和他离婚,但你的丈夫想杀了你还有你的全家,你该如何应对?)

附:你知道吗——背后遭袭,你该如何自卫? / 71

6. 不想被杀死就跳楼吧 / 72

(凶犯正企图淹死你的室友,你唯一的办法就是跳楼求援,你该如何应对?)

7. 赤裸裸的隐私 / 87

(一名男子在偷拍你的“裙下风光”,你该如何应对?)

附:你知道吗——如何妥善处置自己的个人信息和金融资料? / 100



8. 后备箱自助逃生记 / 101

（深夜遭遇劫车匪徒，你被劫匪锁在后备箱，然后把车推进湖中，你该如何应对？）



9. 危机四伏的取款机 / 116

（你正从自动取款机上取钱，隐蔽处跳出一名男子打劫，你该如何应对？）

附：你知道吗——身份盗用会转移你的邮件？ / 129



10. 危险追踪 / 130

（你目睹了一起绑架案，绑匪知道你在跟踪他，而且他还可能带着枪，你该如何应对？）



11. 恐怖如影随形 / 144

（你被人监视、跟踪、骚扰，并不断收到恐吓信件，你该如何应对？）

附：你知道吗——旅馆的哪些房间最危险？ / 158



12. 购物也惊险 / 159

（你正带着孩子在家附近的商场购物，一个男子掏出了一把匕首……你该如何应对？）



13. 疯狂公交车 / 172

（举止癫狂的男人突然开始袭击公交司机，随后他又将目标转向你，你该如何应对？）

附：你知道吗——汽车在寒夜抛锚了怎么办？ / 185



14. 不要和陌生人搭讪 / 186

（娱乐场所的偶然搭讪使你陷入暴力奸杀的境地，你该如何应对？）

附：“你知道吗”完全解答 / 199

序言

生命中没有预演，一切发生的事情都不可逆转。当你面对生活中的突发事件，如暴力抢劫、野外迷路、跟踪偷拍、意外受伤或者是洪水地震等情形时，你该如何应对？

《传奇·女性救护宝典》丛书取材于美国 Lifetime Television（美国第一家女性 24 小时有线电视频道，在美国有线电视网收视排名中，黄金时间和全天收视率位列前十名，18 岁以上女性的收视率稳居第一）中“*What should you do?*”（《如何应对？》）栏目的经典案例。该节目通过讲述生活中真实发生的危险故事，总结应对这些危险的措施办法，因此赢得了很高的收视率和社会美誉度，被称为“女性自我保护教科书”、“女性救护宝典”。

你不可能把电视带在身上进行阅读，因此“传奇翰墨编委会”提取“*What should you do?*”的精华内容，从面对凶犯、自然灾害、野外生存和医疗救护等 4 个角度推出了《不要和陌生人搭讪！》《地震来了！》《你跑得过蜜蜂吗？》《别把铅笔拔出来！》4 本救护宝典。

这本书所讲述的故事也许一辈子也不会发生在你的身上，但是，仅仅微乎其微的危险概率不幸降临到一个人的身上时，她面对的就是灭顶之灾；这本书中所讲述的应对技巧也许你一辈子都不会使用，但是只要使用一次，则会挽救一个人的生命！

谨作为奉献给女性的礼物。

偏执狂同事的大屠杀

引言

早已离职的一名员工忽然在公司露面，疯狂地对着原来的同事开枪扫射！此时，你该如何自救？

星期二上午9点钟，美国得克萨斯州圣安东尼奥女商人卡萝拉走进了自己的办公室，这天的办公室与往常一样平静。谁也不会料到，随后的几分钟里，一名丧心病狂的持枪歹徒即将在这里大开杀戒，而这里，曾经是他工作过的地方……

▶▶▶ 报 复

查尔斯·怀特又回来了，带着一支口径为5.55毫米的步枪，在整个办公室里开枪扫射。

早晨的办公室大楼和往日一样平静。天气晴好，气温也很宜人，卡萝拉今天比平时早去了大约5分钟，她的心情轻松而愉快。身边的同事陆续到了，大家互相打了招呼，卡萝拉走进了自己的

办公室，拿起办公桌上的电话，给自己的男友拨了过去，想和他一起分享上班前的一点闲适。

“嗨，你在哪里呢？”她闲散而甜蜜地问。

他听出了她的声音，“我出城了，大概下午回去，好吗？”

“没有什么不好。只是我有

▼隔壁的办公室传来女人的尖叫声



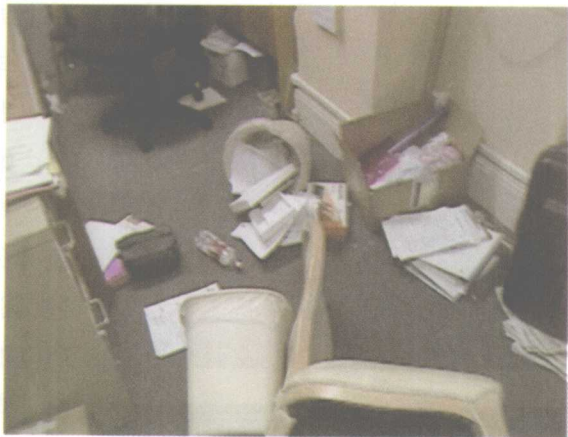
些想你。”

“我也是的，宝贝，自己注意。”

“嗯，再见。”

“再见。”

放下电话，卡罗拉准备开始进行一天的工作。一切都和往常一样，直到办公大厅里传来尖锐的破碎声、女人的尖叫声、纷乱的嘈杂声。



▲顷刻间，有条不紊的办公室里便一片狼藉

“出什么事了？”卡罗拉感到有些意外，此时，一声沉闷的响声在隔壁的办公室里传出，那种声音，就像鞭炮的声音。

卡罗拉以为那不过是普通的噪音而已，三天前也发生过同样的状况，制造噪声的罪魁祸首不过是一只不小心从角落里钻出来的老鼠。一群市场部的女同事被吓得大声尖叫，男同胞们则为了显示男子气概抄起手边的东西就是一阵乱打，混乱中打掉了 many 原本不相干的东西，场面非常热闹。

“是不是监视器被弄掉下来了？或者，他们又一次被招摇过市的老鼠吓着了？”身为经理的卡罗拉，显然对这种小事情不屑一顾，她不想浪费时间，于是便随手拿起桌上的对讲机，拨了一个号码给自己的同事贾尼斯。

“贾尼斯？有老鼠是吗？”她轻松的声音略带嘲弄。

“……”非常奇怪，没有人回答她的问题，只有一些杂乱的声音从对讲机里传出来。卡罗拉隐隐感到了一丝不安，“出什么事了？”她对自己自言自语，“也许我应该出去看看。”

一边说着，卡罗拉一边拉开了办公室的门。这时候，



一个男子正好从走廊的另一头向她走来，与她直直地打了个照面。

那一瞬间，卡萝拉忽然打了个冷战。她很快认出了这个走向自己的暴徒。他叫查尔斯·怀特，三个月前，他曾经在这座办公大楼里短暂就职过，因多次违反公司的各项规章制度，所以很快就被公司开除了。



查尔斯就职起初的表现还算正常，中间他还曾经跟卡萝拉的一位同事南茜约会过，后来两人分手了，查尔斯的脾气变得越来越坏，不断地和同事们发生各种争执和矛盾，渐渐地，大家都有些惧怕这位性格怪异的同事，觉得他非常偏执，不可理喻。他走之后，大家都不约而同地长出了一口气。



原本以为事情会就此结束。而此时，查尔斯又回来了，他的神情很不正常，情绪极端亢奋，整个人的感觉就是两个字：邪恶！当卡萝拉看到他的那一刻，就觉得自己死定了。

查尔斯握着一把冰冷的手枪，展开了一场关于仇恨的杀戮。他一路从办公大厅穿过，像一头暴躁的野兽，

毫无人性地对昔日同事开枪扫射。

这真是一场灾难，满地都是鲜血。恐惧和慌乱充满了办公大楼的每一个角落。

▲凶神恶煞的查尔斯找到昔日的女友南茜，并要开枪杀死她

▶▶▶ 中 枪

“都是我的错，对不对？对不对？”查尔斯声嘶力竭地冲着卡罗拉大吼。乌黑的枪口指在卡罗拉脑袋上……

查尔斯面孔乌青，脸上溅着几滴鲜血，看上去十分骇人。卡罗拉惊愕地看着查尔斯端着枪慢慢地朝她走了过来。

此时的卡罗拉双手空空，连一把水果刀都没有，而这个歇斯底里的恶魔与她的距离还不足5米远。走廊上只剩下他们两人，空气中都凝结着恐怖的气氛。卡罗拉脑子里一片空白，忽然之间，她想起了方才隔壁办公室的响声，难道那是枪响？“南茜呢？”她冲口而出。

“她去见上帝了。”查尔斯嘿嘿笑了起来，鲜血和狞笑混在同一张面孔上，让他的脸色看上去诡异极了，“他们都说，‘查尔斯，是你的错，是你不好’，哈哈哈，所以我让他们都去上帝那忏悔去了。”

卡罗拉倒吸了一口凉气。她的面前站着的，已不是昔日那个性格偏执的同事，而是个杀人狂魔！

▼卡罗拉非常害怕，她苦苦祈求查尔斯不要开枪

查尔斯突然僵住了笑容，他神情狰狞地逼近卡罗拉，“都是我的错，是不是？”他声嘶力竭地冲她大吼，脸上的青筋暴突，好像一条毒蛇“嘶嘶”地吐出血红的信子。

卡罗拉被眼前的场景吓傻了。她对面站着一个恶魔，他的脸上沾着无辜受害者的鲜血，其中还包括他以前的女朋友的。她该怎么办呢？



查尔斯用枪指着卡萝拉，大吼道：“都是我的错，对不对？对不对？”

卡萝拉拼命地摇头，她已经被吓呆了，一遍遍地说：“我不知道，我不知道。别开枪，我不知道。”她听见自己的声音充满了无助，渐渐变成了哭腔。有种彻骨的寒意，从对面这个失去理智的禽兽身上散发出来，令卡萝拉不停地发抖，她怕极了！“别开枪，求你。”她央求他。

可查尔斯像是没有听见，他毫无怜悯地举起了手枪。

“砰”的一声，查尔斯冲卡萝拉开了一枪，也许是他太激动的缘故，这一枪没有打中。卡萝拉蓦然惊醒，她知道了向失去理智的查尔斯求情是毫无意义的，唯一逃生的机会就是躲起来。可查尔斯堵着出口，她只能逃往门里面。

卡萝拉霍然冲向办公室里面的盥洗室，迅速地锁上了门。查尔斯被面前的反叛者彻底地激怒了。他冲过来对着盥洗室的门就是一枪，脆弱的盥洗室门被子弹的冲击力轻而易举地打开了。

卡萝拉赤裸裸地暴露在查尔斯的视线中，再也无处可逃。

卡萝拉绝望了。强烈的恐惧令她寸步难移，她放弃了挣扎，死命地用双手捂住了自己的脸。她听到了查尔斯的脚步渐渐地逼近了，她不由自主地浑身颤抖。

坚硬的、冰凉的

▼未被击中的卡萝拉迅速逃进盥洗室





枪口抵住了卡罗拉的脑袋，她知道一切都要结束了。卡罗拉屏住了呼吸，默默地向上帝祷告。

周围很安静，然后是一声枪响。

温热的鲜血喷涌了出来，卡罗拉模模糊糊地觉得她的半边脸都被鲜血溶化了。

◀被激怒的查尔斯把枪口对准了卡罗拉

▶中枪后的卡罗拉半边脸血肉模糊

▶▶▶ 逃 生

卡罗拉很惊讶自己居然还活着，她感觉到四周好像没什么声音了，便艰难地爬回办公室去拨911。

头部中枪的卡罗拉慢慢地软倒在地上，她的双手垂了下去。鲜血像泉水一样汨汨地从她头上的破洞中涌出，整个盥洗室里都弥漫着一股浓烈的血腥气。卡罗拉的眼神开始涣散，两只眼睛就像两颗透明的玻璃珠子。她直直地看着查尔斯，那样的眼神令查尔斯厌恶地转过头去，他认为卡罗拉必死无疑，于是转身扬长而去。

卡罗拉昏昏沉沉地倒在地上，她感觉到温热的鲜血一直不断地从她头上淌下来，查尔斯看着她的时候，她一动也不敢动，连大气也不敢喘，直到查尔斯转过头去，一步步地离开了她。

卡罗拉默默地听着查尔斯的脚步渐渐远离，直到消失在办公大楼的廊道里。

“我居然没有死？”卡罗拉疑惑地思考着，虽然浑浑噩噩，但她的意识还很清晰，意志力坚强的卡罗拉在那个节骨眼上做出了一个惊人的决定——带着满头的鲜血去报警。尽管刚才那枚子弹，穿过了她的颧骨，将她的眼珠击落在她捂着脸的手掌上。这骇人的一幕，足以让那些见到老鼠就会尖叫的女士们昏倒好几次，而卡罗拉就那样从血泊中爬了起来，慢慢地往办公室里移去。

从镜子旁边路过的时候，卡罗拉镇定地垂下了头，小心翼翼地躲避掉镜子，因为她觉得一定会被自己吓晕的。

卡罗拉担心歹徒是否在办公室里等着干掉自己，但她决心已定。卡罗拉是一个性格坚毅的姑娘，一直都是。她决定的事情是不会更改的。她一定要报警，这样大家才能够获救。

►卡罗拉强忍着疼痛，艰难地往外爬





外面很安静，听不到半点呻吟的声音。“是不是他把所有人都杀死了？”她想。

卡萝拉感到一种寒意彻骨的恐惧，就好像自己正站在一片荒无人烟的草原上，她势单力薄，拖着重伤之下残破的身体，她时时刻刻都有被死亡吞噬的危险。卡萝拉感觉子弹停留在她的脖子里，那种终生难忘的异物感令她几乎想要呕吐。她浑身无力，感觉下一秒就会昏迷。但卡萝拉握紧了双拳，“不，我不能倒下，”她暗暗下定决心，鼓起勇气，一步一步地爬向了自己的办公室。鲜血不断地淌落下来，身后血迹模糊一地。

卡萝拉终于抓起了办公桌上的电话。

◀卡萝拉爬回自己的办公室报警求救

▶警察在楼下示意卡萝拉自己走出大楼

▶▶▶ 获 救

就差一步了！卡萝拉一遍又一遍地提醒自己，她顽强地移动着双腿，向办公楼外面走去。

特警部队赶到现场的时候，卡萝拉已经无力地瘫倒在自己的椅子上。鲜血顺着她的头部流下来，盖住了她的眼睛，令她看到的一切都是血红色的，太惨烈了。卡萝拉模模糊糊地看到特警部队对自己做着手势，示意她走出大楼。她示意他们进来，可她意识到自己不能等他



▲坚强的卡萝拉终于走出了办公大楼

们进来了，她得自己走出大楼，因为特警不能确定杀人凶手是否还在楼里。

“还差一步了，亲爱的，鼓起勇气来。我不能就这样死去。”卡萝拉对自己默默地说，“我不能服输，无论在任何情况下。如果我死了，就是输给了那个恶棍，我不会被他打败的。”卡萝拉深深地吸了一口气，用尽全身的力气站了起来。她的掌中还握着自己的眼珠，那种

柔软的感觉她一辈子也忘不了。

卡萝拉一步一步地朝着大门的方向走去。温热的血顺着她的鼻腔流进嘴里。她觉得坍塌的鼻子随时可能从脸上掉下来。她觉得自己的脸已经变得支离破碎。下一秒就有可能倒下来，再也站不起来，痛觉早已经变得模糊，所有的声音像从另一个世界里发出来的，那么飘渺，那么软弱……但卡萝拉就是不放弃，就算这个世界都崩塌了，她还是顽强地移动着自己的双腿。

▼现实中真正的卡萝拉手术后装了一只假眼，她在讲述当时子弹从脑部穿过喉部的惨烈经历



▶▶▶ 重生

尽管卡萝拉失去了一只眼睛，但她幸存了下来，开始她人生中崭新的生活。

警方在歹徒前女友的尸体旁发现了歹徒的尸体。他在死前还枪杀了两名公司职员。卡萝拉立即被空运到医院，接受了长达9小时的手术。手术结束时，卡萝拉的男友杰克已经闻讯赶到了医院。他无法相信在这短短的几小时之内发生了这样一场惨烈的劫难，但值得庆

幸的是，上帝眷顾着他的女友，没有从他身边夺走卡罗拉，因为卡罗拉有着惊人的坚强意志。

事后，当记者问起卡罗拉为什么会有那么大的勇气自己走出大楼时，她说：“如果我萎靡不振的话，那么查尔斯就胜利了，而我是绝不会让他战胜我的。”躺在病床上的卡罗拉面容十分镇定。

不久，卡罗拉幸运地康复了，尽管她失去了一只眼睛，但她幸存了下来。

现在，卡罗拉已经和杰克结了婚。她恢复得很好，但对过去那段记忆绝口不提。没有人知道她是怎样逃出死神的魔爪的，那段记忆一定充满了血腥、惊恐和无助。但是卡罗拉用惊人的毅力和勇气战胜了它们，顽强地活了下来。她是个很幸运的姑娘。

▼现实中的卡罗拉与丈夫幸福
甜蜜地生活

