

# 世界各国精锐部队秘闻

精 锐 部 队 作 战 与 训 练 内 幕

## 美国海军陆战队精神耐力训练



明天出版社

## 图书在版编目 ( C I P ) 数据

美国海军陆战队精神耐力训练 / [英] 麦克纳布著,  
王岩松, 李凯译. — 济南: 明天出版社, 2005.6  
(世界各国精锐部队秘闻 精锐部队作战与训练内幕)  
ISBN 7-5332-4857-0

I. 美... II. ①麦... ②王... ③李... III. 海军陆战队—军事训练—美国 IV. E712.53

中国版本图书馆CIP数据核字 (2005) 第016331号

责任编辑: 刘凡文

美术编辑: 刘金鹏

世界各国精锐部队秘闻  
精锐部队作战与训练内幕

### 美国海军陆战队精神耐力训练

[英] 克里斯·麦克纳布 著

王岩松/李凯 译

\*

明天出版社出版发行

(济南经九路胜利大街39号)

<http://www.sdpress.com.cn>

<http://www.tomorrowpub.com>

各地新华书店经销 山东新华印刷厂德州厂印刷

\*

165 × 235毫米 16开 4印张

2005年6月第1版 2005年6月第1次印刷

ISBN 7-5332-4857-0

Z · 172 定价: 12.80元

山东省著作权合同登记号: 图字15-2004-003

如有印装质量问题, 请与出版社联系调换。

Copyright © 2003 Amber Books Ltd, London

Copyright of the Chinese translation (Simplified Chinese Character Rights) © 2005  
Tomorrow Publishing House

This translation of ELITE FORCES SURVIVAL GUIDES first published in 2005 is  
published by arrangement with Amber Books Ltd

世界各国精锐部队秘闻

精锐部队作战与训练内幕

# 美国海军陆战队精神耐力训练



# 世界各国精锐部队秘闻

## 精锐部队野外生存技巧

- 《法国外籍军团沙漠生存》
- 《英国皇家海军陆战队北极生存》
- 《美国别动队、陆军山地师山地生存》
- 《美国“绿色贝雷帽”特种部队热带丛林生存》
- 《加拿大、澳大利亚特种部队荒野生存》
- 《美国海军海豹突击队海上生存》
- 《城市生存技巧》

## 精锐部队作战与训练内幕

- 《美国空军战俘生存》
- 《美国海军陆战队精神耐力训练》
- 《英国特别空勤团解救人质》
- 《逃脱与规避》
- 《伞兵团作战训练》
- 《世界各国精锐特种部队》
- 《如何参加特种部队》

## 特种部队野外生存手册

- 《野外生存装备》
- 《确定方位与信号传输》
- 《绳索与绳结》
- 《野外急救》
- 《动物陷阱、捕鱼与可食用植物》
- 《自然灾害生存》

世界各国精锐部队秘闻

精锐部队作战与训练内幕

# 美国海军陆战队精神耐力训练



[英] 克里斯·麦克纳布 著  
王岩松/李凯 译



明天出版社

试读结束：需要全本请在线购买：[www.ertongbook.com](http://www.ertongbook.com)

### **重要启示**

本书中介绍的有关野外生存的知识与技巧仅供用于个人安全受到威胁的严重时刻。为此，对于那些使用或者误用这些知识与技巧而造成的人身伤害并且就此引起的各种诉讼，本出版社一概不予承担责任。

# 目 录

前言·····	7
美国海军陆战队·····	9
美国海军陆战队员应具备的精神品质···	13
应对压力·····	21
生存训练·····	29
运用头脑·····	37
班组成员·····	45
充当领导·····	51
英汉术语表·····	58
美国海军陆战队大事年表·····	60
参阅书目·····	62
作者简介·····	62





# 前 言

特种部队是一支执行特殊任务的利箭。无论是深入敌后为后续大部队执行侦察任务，还是直接参加战斗，完成“外科手术”式打击、突然袭击、报复行动、解救人质等一系列极其艰难的作战任务，小规模特种部队总是能够发挥出人意料的特殊作用。如今，在反恐作战、缉毒行动、平息动乱、人道主义行动以及捍卫国家政权等诸多方面，特种部队也逐步表现出无可替代的特殊作用。每逢大规模战争爆发时，特种部队还能够以多种特殊方式进行非常规作战，其最终结果往往会超乎人们的想像。

如今，许多国家都建立了自己的特种部队，它们非常熟悉本地区的文化传统与风俗习惯。除此之外，由于定期换防并且与友军进行联合军事演习，欧美国家的一些特种部队在和平时期还可以执行“全球侦察”任务与“外交使团”任务。

特种部队是由具有多种战术技能的军人组成的，其座右铭为：“事实胜于雄辩。”它们的基本特点是富有责任感、自信、多面手、全天候，反对个人英雄主义，提倡团队精神。然而，特种部队的名称本身就蕴藏着这样的含义：执行艰巨而又危险的作战任务。例如，在1980年的“沙漠1号”行动中，为了解救美国驻德黑兰大使馆被扣压的人质，美国特种部队付出了极其沉重的代价，其伤亡人数几乎相当于常规作战部队的15倍。残酷的实战经验表明：特种部队必须进行艰苦卓绝的军事训练才能够赢得未来的战争。

——美国空军退役上校、  
特种作战士兵基金会主席小约翰·T·卡尼

1名美国海军陆战队队员正在往脸上涂伪装油彩。他穿的作战服是1980年开始生产的M81型丛林作战服。





# 美国海军陆战队

美国海军陆战队是世界上战斗力最强的武装部队之一。它拥有舰艇、坦克、装甲、车辆、飞机等各种装备。美国海军陆战队最引以为豪的并不是它的先进装备，而是其士兵所具有的坚韧毅力。

美国海军陆战队组建于1775年，它是世界上最优秀的部队之一。在实战中，美国海军陆战队士兵多次向世人展示了他们坚韧的毅力。第一次世界大战中，有13,000多名美国海军陆战队士兵在战场上阵亡或负伤。在和平时期，美国海军陆战队驻守在太平洋的各个群岛上。1941年12月7日，日本向珍珠港的美国太平洋舰队发起攻击时，只有很少的美国海军陆战队士兵在这些群岛上。

在西南太平洋上，日军随后又占领了新几内亚和所罗门群岛。美国在遭受突然袭击后，对日本正式宣战。美国海军陆战队执行了

美国海军陆战队新兵正在南卡罗莱纳州的帕里斯岛基地进行翻越障碍物的训练。美国海军陆战队现役士兵约165,000人。

从日本人手中夺回被占领的太平洋群岛的任务。陆战队与日军进行了多次残酷的战斗，仅在1945年2月到5月的硫磺岛一役中，为从日军手中夺取该岛，就有6800名陆战队员和900名水手阵亡，20,000多人负伤。

美国海军陆战队参加了越南战争。在整个越南战争中，最残酷的几场战斗中都有陆战队员的身影。队员们有一个特点是非常明显的，那就是勇敢作战。在许多情况下，他们宁可战死也不愿意战败。

1975年，越南战争结束后，陆战队没过多久又投入了战斗。1983年10月，陆战队参与了营救被困在加勒比海的格林纳达群岛上1000多名美国公民的行动。1990年，陆战队作为多国部队的一部分参加了海湾战争，并将科威特从伊拉克手中解放出来。2001年9月，作为对纽约和华盛顿特区的恐怖袭击的回应，陆战队进入了自1962年古巴导弹危机以来的最高戒备状态。

目前，陆战队在世界上许多饱受战乱之苦的国家执行维和任务。陆战队员不但执行作战任务，有时还要从事人道主义的救援行动，他们为饥饿的人群分发食品并保护平民不受暴力的侵扰。陆战队员不是一般意义上的普通士兵。所以，要成为一名陆战队员是非

常困难的。他们前一分钟可能手持武器在与敌人进行激烈战斗，后一分钟就可能在对伤员进行紧急救治或者照看军事区里失去父母的儿童，并且负责维持那里的秩序。

陆战队员在身体和心理上都必须过硬。本书将告诉你陆战队员必须有怎样的心理素质，才能继续保持这支部队100多年间形成的传统。读者从陆战队员身上也将学习到如何面对自己生活中遇到的困难。



陆战队员正在格林纳达巡逻。1983年，他们被派往这个小岛执行营救美国公民的任务。





# 美国海军陆战队员应具备的精神品质

不是每个人都能加入陆战队，应征者必须展示他们具备非凡的品质和聪明的头脑，才能不辱没陆战队的名誉。

美国海军陆战队是世界上训练得最好的部队之一。陆战队员必须勇敢、聪明，能迅速作出反应，擅长交流、书写和计算，还必须能够熟练使用各种武器。对应征者的要求是如此之高，因此参加陆战队是极为困难的。在下一章里，我们将介绍陆战队的征兵过程。接下来我们先看一看应征者必须具备什么样的精神品质。

## 智力

所有的士兵都应具备良好的智力，而美国海军陆战队士兵的智力更应超过普通的士兵。在172,000名现役的陆战队官兵中，高中毕业生占90%。这使得陆战队在处理问题和做出决策等方面都有

自从二战结束以来，陆战队已经执行了230多次作战、维和和营救任务。

杰出的表现。军事心理学家一直在研究智力是如何影响人的作战表现的。他们发现那些战斗水平高的人智商也较高，这些人也能想出赢得战斗的策略。在美国海军陆战队这样的部队中，具有较高的智商是一个必备因素。



违反纪律者将受到“激励体能训练”，这不是为了惩罚新兵，而是使他们的意志更加坚定。



## 自制力

应征者应有控制自己情感的能力。这就意味着要勇于承担危险、漫长、枯燥、困难的任务而不能有任何怨言。特种部队经常需要分成小组甚至个人单独完成任务。士兵必须有能力完成任务，因为这涉及到另一些人的生死。士兵的自制力是胜利的关键。特种部队花在观察和等待上面的时间通常会比实际作战长。士兵必须能承受在高度戒备状态下漫长而枯燥的等待。

## 勇气

纵观陆战队的历史，它经常在极端艰苦的条件下作战。在近乎绝望的情况下，士兵也不能被压力摧垮。勇气是可以学习的。征兵官也注意征召那些在日常

军士或更高军衔的人才能穿蓝色B型军服。

