

英国皇家特种部队
权威教程



2003新版

SAS

生存手册

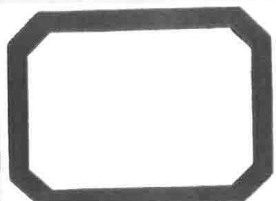
SURVIVAL HANDBOOK



[英]约翰·怀斯曼 著
张万伟 于靖蓉 译

如何在荒郊野外、任何气候条件、陆地或海上的求生

海南出版社 出版
三环出版社



英国皇家特种部队

权威教程

生存手册

2003 新版

(英) 约翰·怀斯曼 / 著
张万伟 于靖蓉 / 译

THE SAS
SURVIVAL
HANDBOOK



海南出版社 出版
三环出版社



图书在版编目(CIP)数据

生存手册 / (英) 约翰·怀斯曼著; 张万伟, 于靖蓉译.

- 海口: 海南出版社; 三环出版社, 2003.12

ISBN 7-80700-014-7

I. 生… II. ①约… ②张… ③于… III. 野外生存-手册

IV. ① G895-62 ② C913.9

中国版本图书馆CIP数据核字(2003)第100369号

原书名: The SAS Survival Handbook

SAS Survival Handbook

Text © John Wiseman, 1986, 2003

Illustrations © HarperCollins 1986, 2003

著作权合同登记号 图字:30-2003-134号

版权所有 不得翻印

生存手册

著 者	约翰·怀斯曼
译 者	张万伟 于靖蓉
责任编辑	严 平
特约编辑	尹响林
出 版	海南出版社 三环出版社
发 行	海南出版社 三环出版社
地 址	海口市金盘开发区建设三横路2号
经 销	全国新华书店
印 刷	北京管庄永胜印刷厂
开 本	880毫米×1230毫米 1/32
字 数	230千字
印 张	16.875
版 次	2003年12月北京第1版第1次印刷
ISBN	7-80700-014-7/R·2
定 价	28.00元

前 言

26年的职业军人生涯，使我有机会为特种航空队（SAS）服务。作为英国皇家军队的精英之一，她的训练目标是使战斗人员能在全球任一地点完成各种异常艰巨的作战任务——通常都是在与主力隔绝的敌占区域进行小组作战，因此，他们必须成为自己的医生、牙医、领航员及炊事员。行动的特殊性决定了不大可能获取补加给养，他们必须在远离本土的地方生存下去，必须能从容应对各种人为或自然造成的意外和问题，并且安全返回，因此，他们必须掌握能在任何环境下生存的各项技能。

经过长期全球服役的磨炼，我成了SAS的生存教员，确保团队的每个成员都能娴熟地运用这些求生技能成为了我的职责。训练及执行作战任务时必须掌握的各项技能，就构成了本书的主要内容。

对于生存训练的需要从来没有像现在这样迫切。不仅因为我们纵情享受具有异国情调的假期、探险考察和在外国开设企业的需要，更因为在过去的十二年中，世界局势动荡不安。柏林墙在1989年被推倒了，紧接着又发生了海湾战争、波斯尼亚内战、科索沃问题、塞拉利昂内乱和阿富汗战争。不过更为可怕的是2001年的“9·11”恐怖袭击，这一事件影响了每一个人，我们的生活再也不像以前那样平静了。

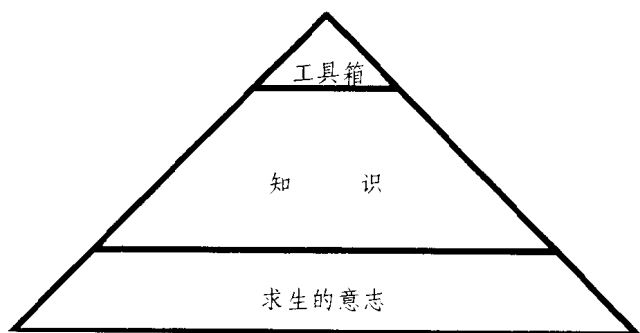
因此做好准备以防万一就极其重要了，生存训练就是你应当参与的最佳保险。只要遵循这些基本的技能，在危急时刻知道如何去应对，那么你就会化险为夷、平安无事。

你可能被隔绝在世界的任何地方——从北极冰山到浩瀚沙漠、从热带密林到辽阔大洋，在危急时刻，无论是战士还是平民，都会面临生存问题。惟一差异在于战士需要隐蔽，平民则渴望引起他人的注意以获取营救。每一种情境下都要求特殊的求生技能。高山、丛林、平原和沼泽，对于生存者来说似乎十分危险，但是每一种环境又都可以提供某种形式的支持，只要知道如何获取就可以从中得到食物、燃料、水和避难所。气候的影响十分重要。你必须知道如何面对严寒，如何在灼热中幸存——它们都以不同的形式考验着生存者。他们只有依靠基本的生存原则，并且因地制宜地实施运用。

这些必须掌握的基本的生存原则形成了一个金字塔结构。

尽管在开始时，脱离危险需要很大的体力，但是最终存活下去更需要依

赖坚强的意志。在事故刚刚发生时，人的情绪会极度活跃，但是在激动过后，就需要仔细思考应对方法了。驱使我们不断行动的是人的本能，最好称之为“求生的意志”。这是我们所有训练的基石，要不断培养和增强。判断身体状况是否健康往往比较容易，但是对于精神状况如何却很难知晓。



随着人类的不断进化，这种本能越来越薄弱，因此，训练这些技能，为任何不测事件做好准备就更加重要了。

求生的意志

求生的意志（WLT），是指无论在何种情况下都决不放弃。要知道，世上无难事，只怕有心人，没有地方是我们不能生存的。只要遵循基本原则、做好充分准备、坚定意志，我们就可以经受考验幸存下来。人的意志坚强程度各不相同，不过每个人都可以在这一方面得到增强。

有些人在危急时刻祈祷上帝的帮助，有些人则祈求亲人的祝福。害怕失败或者不愿意使同伴失望都可以增强我们求生的意志。回顾过去幸存的经历也很有帮助。

你可以获取所有的知识，拥有一切的工具，但是没有坚强的意志，你仍然难逃劫难。

知识

具备了坚强的意志，我们就需要知识了。知识越丰富，就越容易存活。知识可以驱赶恐惧和害怕，希望本书提供的信息都是我们所必须了解的，并且我们还应该超越这些，做得更好。比如：不断练习这些技能直到熟练掌握为止；观察当地人，学习他们是如何生存的；向那些曾经历磨难的人请教，从他们的经历中学习有益的东西。

工具箱

金字塔结构的顶端就是工具箱。对于它，我们要精挑细选，最大限度地减少负担，但是要完全熟练地运用，并且了解其性能。这些东西，如救生箱、刀、指南针和无线电或者手机，都是最基本的必需品，千万不要落在家中。

在运用本书提供的方法技能时，读者必须运用自己的判断力。例如，植物类食品检验是确定未知野果或树叶是否安全可食的惟一方法。只要严格遵照书中方法依次进行，几乎不会造成什么危害，但是要记住，危险依然存在。不同人的中毒反应会有差异——对于某些人来说，稍微中毒也可能意味着极大的危险。书中介绍的某些陷阱是相当危险的，设置者必须负起责任，千万不要置之不理，否则可能会伤害他人。同时，在设置陷阱时如果不小心，也极有可能伤着自己。

在学习本书所述技能时，读者应该有所克制，注意保护环境，避免残害动物。在某些地区，有些技能可能与法律相违背。记住：这是一本在危急的求生环境下使用的手册，只有当自我保护超越一切，甚至考虑去寻求正常生活已变得愚蠢，而必须去冒险时，才应该求助于它。生存策略的首要原则在于——在实施冒险前应仔细权衡。最终选择权属于你自己，如果错了，没有人能替你承担过失。

尽管这本书不是官方出版物，不过通过分享这些我与同伴们多年历险获得的生存经验、知识和技能，我希望它在危急时刻会帮助你作出正确决定。这些方法与技能已经多次挽救了我们的生命——它们也会帮助你成功地度过劫难。

最后，真诚地感谢英国特种航空队对我的磨炼以及所提供的经验，这些都是本书的依据。同时，感谢霍华德·洛克顿和托尼·斯贝尔丁为本书出版所付出的努力，没有他们的辛勤工作与奉献，本书就很难呈现在读者面前。

约翰·怀斯曼
于赫勒福德生存学校
1986年

目 录

前 言 1

第一章 生存必需 1

- 1 / 幸存之道
- 13 / 救生宝盒
- 17 / 急救箱
- 21 / 刀具
- 24 / 正视灾难
- 25 / 基本需要



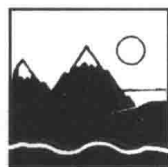
第二章 求生策略 35

- 36 / 求生策略
- 36 / 车祸求生
- 38 / 空难求生



第三章 气候与地形 45

- 46 / 气候带
- 49 / 极地地区
- 57 / 高山地区
- 64 / 海滨
- 72 / 岛屿
- 74 / 不毛之地
- 79 / 热带地区
- 84 / 车辆



第四章 食物

88

90 / 食物及其价值

92 / 植物类食物

96 / 动物类食物

116 / 可食用植物

124 / 根与块根

128 / 水果

132 / 坚果

134 / 有毒植物

137 / 树木类

139 / 真菌

141 / 可食用真菌

145 / 有毒真菌

147 / 北半球及极地植物

149 / 沙漠植物

151 / 热带植物

161 / 有毒热带植物

163 / 海滨植物

165 / 海草和海藻类

167 / 陷阱及其布置

185 / 狩猎

195 / 捆绑猎物

203 / 鱼类及捕鱼方法



第五章 有关扎营的技术

219

221 / 避身场所与扎营

245 / 取火

261 / 烹饪

276 / 营地的组建

280 / 工具



287 / 营地的设备

291 / 动物制品

293 / 衣服和装饰

295 / 绳索和线

302 / 打结

第六章 信号的阅读 323

324 / 信号的阅读

337 / 天气的有关信号



第七章 回归之旅 345

346 / 在旅途中

354 / 走水路



第八章 健康 362

363 / 首要救助

419 / 天然的药物

427 / 药用植物

433 / 危险的动物

435 / 毒蛇

441 / 危险的海洋生物



第九章 海上求生 445

447 / 落水者

449 / 漂流求生



第十章 营救

465

- 466 / 发送信号
- 468 / 信号与代码
- 479 / 搜索
- 482 / 直升飞机营救



第十一章 灾害

487

- 488 / 旱灾
- 490 / 火灾
- 497 / 化学战和生物战
- 498 / 气体和化学物质事故
- 500 / 水灾
- 502 / 海啸
- 503 / 飓风
- 504 / 龙卷风
- 505 / 雷电
- 506 / 地震
- 509 / 火山
- 511 / 核爆炸
- 515 / 原地生存



后记

525



第一章

生存必需



要想成功生存，就意味着需要考虑到各个方面。本章将告诉你如何确保自己拥有任何一项探险活动所必备的各种装备。建议随身携带一个宝盒，里面装上几种精心挑选的工具和物品，它们对于野外生存至关重要——你一定要随身携带。

最重要的求生工具就是刀，必须仔细挑选、精心呵护。

同样，个人的心理状态也十分重要。必须保证拥有良好的身心状态，在各种压力和危险面前能够从容应对。必须深切地理解求生的需要，尤其是必须知道如何获取——淡水和食盐。

1 / 幸存之道

做好准备 - 研究 - 计划 - 装备 - 意外事故

13 / 救生宝盒

火柴 - 蜡烛 - 打火石 - 放大镜 - 针线 - 鱼钩和鱼线 - 指南针 - β灯 - 圈套索线 - 弹性锯条 - 小药瓶 - 外科手术刀片 - 蝴蝶结 - 避孕套

17 / 急救箱

饭盒 - 燃料 - 手电筒 - 闪光信号灯 - 标记板 - 火柴 - 饮料袋 - 食品 - 救生袋 - 幸存日记



21 / 刀具

刀的选择 - 折叠刀 - 帕兰砍刀 - 磨刀

24 / 正视灾难

25 / 基本需要

水 - 盐

1 幸存之道

几乎在地球上的每个角落人类都能立足。甚至在一些不毛之地，人类也能设法利用那里的资源——狩猎或者开矿。同时，人类也不断地在失败中积累着征服自然的能力。大自然几乎处处都能为人类提供生存的必需品，只是在某些地区很充沛，某些地区则很贫瘠。要想获取那些潜在的资源，需要个人的直感、知识和足智多谋，更为重要的是要有坚定的求生意志。无论男人还是女人都曾证明了他们在恶劣的环境下也可以生存，他们能够活下来的主要原因就是有活下去的勇气——没有了这种勇气，本书中所介绍的各种技巧和知识都将毫无价值。

生存是一种维持生命的艺术。危急时刻，你所拥有的一切装备都应看作上天的恩赐。如果被营救的希望遥遥无期，在既无地图又无指南针的漫长旅程中，你必须知道如何从大自然中获取尽可能多的必需东西，并充分利用它们，如何引起营救者的注意力以便及早获救，如何在穿越未知地区时选择正确的路线以便能够重新回到人类世界。还必须知道如何保持健康，如果生病或受伤了，要知道如何设法治疗自己和他人。同时，还必须有能力使自己以及共患难的同伴都拥有乐观的精神、昂扬的士气。

没有装备并不意味着只能束手无策，坐以待毙。读过本书后你将获得一些生存的技巧和经验，但这些不应随着时间的推移而将它们荒废了，更不能作为呆板的教条去遵循，必须随时扩充知识，不断提高。

在家乡的土地上生活，我们一直都习以为常——尽管自己还没有觉察——但是真正的生存者必须学会在远离熟悉的环境下，或者这些环境在自然或人为的破坏下急剧发生变化时，如何生存下来。无论是老年人还是青年人，不管处在生命的哪一阶段，你都会发现只要掌握了这些生存技能和知识，就一定能生存下去。现在，越来越多的人在地球上飞来飞去，在江河湖海泛舟或远航，跋涉山川或登临峰巅，或者到遥远的热带地区度假，因而，人类所涉足的空间以及环境都变得更加多元化了。

但是，生存技巧并不仅仅涉及如何应对诸如飞机失事、轮船沉没或沙漠深处车辆抛锚之类的极端情况。其实在乘车时紧一紧安全带，你就已经为自己提供了更多的幸存机会。过马路前左右看看，临睡前检查一下有无火灾隐患，实质上也都是生存技能的本能运用。同生存技能一样，这些习惯是逐渐养成的。

生存的必需品包括：食物、火、避难所、水、导航和药物。在下面的各

要素中，按生存的重要性排序，取各自的英文首字母就形成了PLAN。无论你在世上的任何地方，北极、沙漠、丛林、大海或者海岸，这都是最基本的必需品。

P —— 保护

你必须确保不会受到进一步危险的威胁，例如：迫在眉睫的雪崩、森林火灾或者燃料爆炸等。只要发生意外的地方比较安全，就一直呆在那里，然后确保能够获取各种必需品。这就意味着需要搭建避难所，常常还需要生火。之所以要停留在事故现场，原因如下：

1. 可以用残骸作为避难所、发信号等。
2. 这是地面上比较大的信号物，更容易为人所发现。
3. 可能有些伤员无法移动。
4. 停留在原地可以节约能量。
5. 由于有人了解你的行踪和计划，并且一直与你保持联系，一旦联系中断，很快就会有人前来营救。

L —— 定位

搭建好避难所后，下一步就是发送求救信号，必须尽可能吸引救援人员注意到你所在的位置，尽可能做到这一点，可以帮助救援人员搜寻事故地点。

A —— 搜寻

在等待救援时，搜寻饮水和食物，补充急救物品。

N —— 导航

精确的导航可以确保你不会迷路，常常能避免危急情况发生。不过，如果发现自己迷失了方向，最好呆在那里不要乱走。

药物

你必须做自己的医生，随时仔细监测身体状况。一旦出现了水泡，必须及时治疗，不要让它们成为障碍。注意你的同伴，一旦他们出现异常问题上处理。如果他们走起路来一瘸一拐、落在了后面或者行为反常，立即停下来，看看是怎么回事。

1.1 做好准备

童子军的座右铭非常正确。任何人只要开始动身旅行或者计划行程，都

必须尽可能想象到将要出现的各种情况，以便准备相应的技能和装备。一切都是为了生存，必须把这作为最基本的认识。要携带适当的装备并尽可能仔细地做好计划。

成功还是失败可能取决于如何装备自己。在打包时许多人一开始总是装得过多，最终还是自己受罪，这类令人讨厌的经历可以教会他们应该怎么做，但事实上这种情况完全可以事先避免的。当你艰难地背负着巨大且充斥着无用物品的背包时，却懊悔地想着如果带上手电筒或开罐器有多好啊，这时一切就不那么好笑了。要合理选择物品，这并不十分容易。

装备清单

在动身旅行或探险前开列装备清单，同时问问：

- 我要离开多久？需要多少食物？还要带水吗？
- 带的衣服适合那里的气候吗？一双靴子够吗？考虑到路况恶劣和长途跋涉，是否带双备用靴子？
- 针对那里的地形需要携带什么特殊装备呢？
- 携带哪些药品最合适呢？

确保能够胜任计划中安排的一切。个人状态越好，就会越容易完成计划，也更能使自己更加愉快。比如要去爬山，那么在出发之前就应该多做一些有规律的训练，此外，别忘了穿上登山靴。平时要多锻炼步行，背上装满沙子的背包训练，使肌肉充分适应。精神健康状况是另一决定性因素。自己的体能状况肯定适合这项任务吗？是否完全准备好了？完成任务所必需的装备都准备齐全了吗？出发前应消除所有烦人的包袱轻装上阵。

为了预防不测，要准备一份应急行动计划。因为实际情况很少会完全像计划好的那样。在目标受阻时该怎么办呢？如果车辆抛锚了该怎么办呢？如果天气或路面状况比预想的更恶劣又该怎么办？一场晚会即将不欢而散如何使它重新活跃起来呢？有人突然病了又该怎么办？事先都应当准备好应对方法。

1.1.1 体检

临行前进行一次彻底检查，确保你已经接种了所有必需的疫苗，以保证能够按计划顺利穿越途经地区。接种疫苗可预防以下疾病：黄热病、霍乱、伤寒、肝炎、天花、脊髓灰质炎、白喉和肺结核，同时还应注射抗破伤风的疫苗。接种疫苗需要充足的时间——完整的抗伤寒疫苗需要在6个月内连续注



射3次。如果途经疟疾流行区，还要携带充足的抗疟疾药片，在旅行前两周就必须开始服用，这样在到达疟疾流行区前就已具备免疫能力了；在回来后仍需继续服用一个月。

临行前进行一次彻底的牙科检查。在严寒地区，即便健康的牙齿在遭遇寒冷时也会出现疼痛。在出发前至少要保证拥有健康完好的牙齿。

带上急救箱，它应该能满足你所有可能的需要。随团队一起旅行时，它还要能够满足每个成员的需要。如果团队中某人不再适合随队行动，是否应该将他驱逐出去呢？在朋友之间是很难作出这样的决定，但是必须这样做，因为从长远考虑这是惟一的选择。还需考虑到，每个成员承受磨难的能力，面临挑战和危险时的反应各不相同，并且压力往往可以使个人暴露出不为人知的一面。因此，在策划任何团队性探险活动时，必须采取一些淘汰措施来确定队中成员。

1.2 研究

对于目的地，掌握和了解的信息越多越好。多向熟知此地的朋友询问，多查阅一些相关资料，详细研究地图——确保你所携带的地图十分可靠，并且是最新版本的。多研究当地人，他们对外来者持什么样的态度，是敌意还是非常友好呢？当地有什么风俗习惯和禁忌呢？

越了解途经地人们的生活细节，你在需要时拥有的生存技能和知识也就越多——尤其在极不发达的社会中，那里人们的生活方式被更牢固地束缚在自己生存的土地上。只有经过认真调查研究，才能对如何因地制宜地搭建帐篷、生火做饭、采药和取水有更深入的了解。

仔细研究地图，在到达那里之前先有一定的感性认识。尽最大可能对天时地理有更多了解：

河流的方向和流速，瀑布、急流以及险滩等；山有多高，坡度如何？有哪些动植物？

有哪些树木？都分布在哪里？温度如何，昼夜温差多少？何时天亮，何时天黑？月亮阴晴圆缺？何时潮起潮落？浪高多少？风力风向如何？天气状况可以预料吗？

1.3 计划

团队探险，成员们应经常聚会，讨论要实现什么目标。一定要安排专人负责下面的事情：医疗、翻译、烹饪、特殊装备、车辆维护、驾驶以及向导等等。确保每个成员都熟悉各自的装备和任务，并且携带了充足的各种备用

品，尤其是电池、燃料和灯泡等。

可将整个行动过程分成三个阶段：行动前的准备期、行动的执行期和恢复期。每一阶段的任务和目标都必须明确，同时要罗列时间表。另外，还需要做好应对意外事件的准备，例如车辆抛锚、生病和疏散伤亡人员等。

要估计出大致的进度，安排充裕的时间，尤其是在徒步跋涉时更需如此。谨慎一些没什么坏处，当然做得更好也值得高兴。计划过分野心勃勃，以致超越了能力将会带来各种压力，这不仅会造成心理上过分紧张，生理上精疲力竭，而且还会导致判断错误，以及冒不必要的风险，这往往是造成差错和麻烦的原因。你不可能带上全部需要的水，但在旅途中必须不断得到补充。在计划行动路线时，必须首先考虑水源问题。

行动路线在制定并通过后，应通告给没有参与行动者或留守人员，这样一旦发生意外，你就很容易获得营救。如果徒步爬山，应该告知当地警方和山上营救中心有关的具体行动计划，包括出发和预期的抵达时间。如果是开车旅行，应将日程和路线通知相关的交通部门。如果出海远航，事先要接受海岸警卫队和港运部门的监督和检查。

切记：一定确保总是有人了解你的计划，以及什么时候开始行动。筹备前期就要同他们保持联系，这样一旦联系中断就意味着报警。轮船和飞机的日程安排十分严格，如果延误而原因不明，搜寻组就会立即行动，检查行进路线，以便进行有效的营救。要养成好习惯——告知人们你的目的地和返回时间以及下一目的地。

1.4 装 备

为不测事件做好准备是件十分困难的事情，如果你要步行，就不得不携带一切需要的东西。无论选择携带什么，都要确保它很适宜、用途广泛和结实。要仔细挑选你想带的和必须携带的东西。在准备任何冒险旅行之前，都必须考虑有何危险，如何应对。这也称为偶然事故预防规划。

气候、天气和季节都将决定你应当携带什么东西，不过一定要确保同行的伴侣知道如何使用和维护你所携带的专业装备。在你研究之后，就可以选择相应的装备了，要根据目的和环境来决定。

1.4.1 着装

正确地选择衣服十分重要。如果你开始时就选对了，那么成功的机会就很高。

在温带气候下以及极其寒冷的地区如极地，大风和雨水是最为危险的因素。如果聚集在衣服里层的热量不断被大风和雨水所驱散，你就会处在体温过低的危险中。因此，在寒冷的气候下，要多穿几件衣服，如果太冷了，就穿上羊毛衫，如果下雨了，就穿上雨衣。

在炎热的气候下，很难做到既舒服又实用。由于穿着深色的衣服从事体力活动，总会出现过热的危险。因此，在活动时，穿上尽可能少的衣服，如果太热了，一定不要穿防水的衣服行走，因为散发的热气会浸透衣服的里层。

衣服必须既能发挥防护作用，又非常合身，不会影响自由活动。它们应该既保暖和防水，又能保持通风换气，散发多余的热量。

随着近些年来在纺织工艺上的巨大突破，很值得考虑市场上不同材料的利弊。可防水透气材料就是一种很不错的纺织品，它的透气性很好，既可以保暖和防水，同时还能保持通风，不过它也有不足之处。透气性好的衣服只有在干净的环境下才能发挥作用，一旦沾上了泥土、积满了灰尘，就不太有效了。可防水透气材料做成的衣服不太结实或者耐穿，因此必须小心谨慎。在走路或者爬山时，最好穿着防风的外衣，在休息时换上可透气的。

合成材料如绒毛织物很受欢迎，在一些情况下，它们甚至优于天然材料，如羊毛、羽绒或棉花。绒毛织物前面有拉链，很容易穿上和脱下，并且走起路来很舒服。要选择防风的，因为在多数情况下常常都会面临大风的威胁。如果天气变冷，可以在外面再穿一身防水的外衣，起到绝缘的作用。也有些外衣类似动物的毛皮，作用就像水牛皮一样。它们具有防风的外层，在里面是人造纤维制成的绒毛。见水后，就好像湿式潜水服一样。在寒冷或者潮湿的气候下行走时穿着最好，也是划船、划独木舟和挖洞时的理想衣服。

至于天然织物，羊毛仍是制作短褂的最好材料，因为它可以很好地保暖，即使湿了也可以。不利一面是它会收缩，并且比较厚重，因此，不适合制作袜子。羽绒是所有天然绝缘材料中最保暖和最轻盈的，不过一旦见水，就会失去所有的特性。棉花就像灯芯一样，很容易吸收所有的潮气。

鞋袜也十分重要，在长途跋涉前要优先认真考虑保护脚。在动身前两周开始试穿新靴子直到合脚，用消毒酒精使皮肤变坚硬。

对于狂热的爱好者，在选择衣服时主要考虑的就是价格问题。对于年轻的冒险者，军用装备商店极受欢迎，因为他们喜欢穿着迷彩服行进。尽管淘汰的军用装备十分不错，并且很便宜，但是已经比较陈旧了。穿着迷彩服或者深色衣服最大的不利因素是，在迷失方向后，很难被别人发现。战士们穿这种衣服，以便不会被敌人发现，而你在陷入困境时，却正相反，要想办法吸引别人的注意力。多数的野外衣服都是蓝色或者橙色，有些是可以反穿的，