

柯 林 斯 百 科 图 鉴

特种部队求生指南

SAS SURVIVAL GUIDE

约翰·韦斯曼 著 邢锡范 贾 佶 王卿岩 译

 辽宁教育出版社

野外生存及绝处逢生
的实用指南

在装备、工具、饮食、行进、宿营、保健、救援、求生及灾害应对等方面提供了实用建议

内容以作者在英国皇家空军特种部队多年的亲身经历为基础



知 识 源 泉

信 息 宝 库

柯林斯百科图鉴

特种部队求生指南

约翰·韦斯曼 著

邢锡范 贾佶 王卿岩 译



辽宁教育出版社

版权合同登记：图字 06 - 2001- 70 号

图书在版编目 (CIP) 数据

特种部队求生指南 / (英) 韦斯曼 (Wiseman, J.) 著; 邢锡范等译.
— 沈阳: 辽宁教育出版社, 2003. 1

(柯林斯百科图鉴)

ISBN 7-5382-6433-7

I. 特… II. ①韦… ②邢… III. ①野外生存—指南②自救互救—指南
IV. X4-62

中国版本图书馆 CIP 数据核字 (2002) 第 070039 号

Collins Gem SAS Survival Guide

Copyright © text: John Wiseman 1986, 1993

© illustrations: HarperCollins Publishers 1986, 1993

Simplified Chinese Language Translation Copyright © 2003 By Liaoning Education Press.

Published by arrangement with HarperCollins Publishers Ltd.

All Rights Reserved.

版权所有 侵权必究

辽宁教育出版社出版、发行

(沈阳市和平区十一纬路 25 号 邮政编码 110003)

辽宁美术印刷厂印刷

开本: 850 毫米 × 1168 毫米 1/32 字数: 154 千字 印张: 7.5 插图: 367 幅

印数: 1-5 000 册

2003 年 1 月第 1 版

2003 年 1 月第 1 次印刷

责任编辑: 严中联

责任校对: 沈 剑

美术编辑: 吴光前

版式设计: 赵怡轩

定价: 22.50 元

简介

26年来，作为一名职业军人，我有幸服役于英国皇家空军特种部队（SAS）。这支英军精锐部队在世界各地完成艰难任务，因此，他们需要培养在任何地方都能生存的技能，以应付各种情况。作为SAS求生教官，我的主要任务是确保团队中的每一个人都会使用这些技能。所以这些技能的训练和实际应用构成了本书的基础。

在教授军人或平民如何应付困境时，确保他们的安全是我工作的重要部分。但对于本书的读者，我就很难做到这一点了。虽然我确信书中所写在过去拯救了很多生命，今后也会拯救更多的人。但在学习书中教授的技能时，读者必须出于保护环境和善待动物的原因而约束自己。同时，书中采用的一些技能有可能会与法律不符。切记，书中教授的技能是供生死攸关、自救成为第一需要的时刻使用的，带有一些危险，否则自救便不可能成功。使用这些求生技能时要小心谨慎，否则后果自负。

虽然本书并非官方出版，在与你共享我在SAS的服役经验时，望你也能成为一位生存专家。

约翰·韦斯曼
于赫里福生存学校

警 告

本书介绍的求生技能仅供个人安全受到威胁的时刻使用。因此，作者不接受由于使用或误用书中任何技能而造成的伤害或损失，以及任何控告或诉讼。在实践和完善这些技能时必须以土地拥有者的权益、保护某动植物物种的相关法律、抵制枪炮和其他武器的使用为前提。

致 谢

本书由 Anne O' Brien 和 Stephen Kirk 编辑设计。

鲨鱼图片由 Craig Austin 绘制。

彩色插图由 Norman Arlott 提供。

其他插图由 Steve Cross, Chris Lyon, Andrew Mawson, Tony Spalding 绘制。

同时作者要感谢为本书编写提供帮助的 Belinda Bouchard, Ronald Clark, Mark Crean, Johnny Pinfold, William Spalding, 美国佛罗里达州社区管理部门, 美国华盛顿州突发事件处理部, 美国华盛顿首府联邦突发事件处理部, 英国大伦敦政府消防部, 英国健康安全部, 及美国加利福尼亚州突发事件处理中心。

目 录

简介	3	热带植物	65
求生须知	7	海岸植物	68
做好准备	7	可食用的动物	69
装备	8	捕鱼	92
求生工具箱	10	宿营技巧	99
求生袋	11	搭建住处和营地	99
刀具	12	火	106
面对灾难	14	烹制食物	113
水	15	保存食物	117
盐	21	营地管理	119
求生日志	21	工具	121
气候与地形	22	装配营地	123
气候带	22	动物制品	124
极地地区	23	绳索	125
山区	28	打结	126
海岸	31	阅读标记	136
岛屿	35	地图	136
干旱地区	37	辨别方向	137
热带地区	40	天气标志	141
食物	44	行进	145
食物的营养价值	44	决定前进	145
可食用的植物	45	制定路线	146
树木	57	成队前进	147
蘑菇类	59	夜间行进	148
北极及北方植物	62	高地行进	148
沙漠植物	64	在丛林中前进	149

在河道中前进	149	天然药材	204
海上求生	155	灾难应对策略	223
弃船	155	预测灾难	223
在水中	155	干旱	223
上岸	164	火灾	224
救援	165	洪水	228
发信号	165	海啸	230
代码	167	雪崩	230
搜索	174	飓风	231
直升机救援	174	龙卷风	233
保健	177	雷电	233
急救	177	地震	234
		火山	236
		车辆	238

求生须知

求生是一种使自己活下来的技能，思想态度、身体耐力和知识同等重要。你要了解，如何最大可能地就地取材并充分利用；如何吸引营救员的注意力以让他们找到你；如何在无法实行营救时穿越未知的领域回归文明世界；如何在没有地图或指南针的情况下前行；如何保持身体健康；如何在伤病情况下救助他人和自救；如何保持自己及其他人的士气，等等。

你应将所携带的一切物品看做一种偏得。缺乏装备并不等于你没有装备，因为你将带着求生技能和经验前进。不能让这些经验和技能变得生疏，而要使其得到不断的充实。

想象求生技能是一座建在求生意念基础上的金字塔。它的第二层为知识，帮你建立信心，驱除恐惧；第三层为训练，让你学会并保持技能；借助于必要的工具，这座金字塔就建成了。将求生本能与知识、训练与装备结合起来，你将准备好面对一切挑战。

做好准备

童子军的座右铭是对的。出发前，你应确定在精神和体力上都已准备好，并带上了一切必要装备。

核对表

在旅行或探险前问自己：

我将出去多久，需要带多少食物和水？

我带适合天气的衣服鞋袜了吗，要不要带备用的？

我是否需要特殊设备来应付当地地形？

我该如何配置药箱？

体 检

做全面的体检和牙检，确认带有探险中可能需要的注射剂。装备一个医药箱，以备自己和其他成员应急的医疗需要。

团队前进

考虑每一个队员的能力以应付面临的挑战：有必要淘汰不合格的队员。经常开会讨论计划和职责问题，选出队医、炊事员、机械工、司机以及导航员等等。确认每一个人都熟悉设备并带有备品。

研究地形

对冒险地和居民了解得越详细，成功的机会就越大。仔细研究地图，尽可能多地了解当地地形：气候、天气情况、河流的流向及流速、山丘高度以及将要遭遇的动植物等等。

制定计划

将整个计划分成几个阶段：进入阶段、目的阶段和防御阶段。讲清楚每一个阶段的目标，并制订一个时间表。计划紧急措施，如车子抛锚、伤病员的疏散等等。

分配足够的时间进行进程预测。在压力下去完成野心过大的计划，通常会导致疲劳和判断失误。

如何在当地补充供水是决定你们行进路线的重要因素。

确认有人知道你们打算去的地方、出发时间及预计到达时间。按照事先安排与他们保持阶段性联络，一旦失去联络就意味着发出警报。此方法可对船只和飞机进行严格的监控。如果你要去登山，将你预计的计划通知警方及当地营救中心。

应急计划

你要做好准备，以防万一。如果车子出故障了，或天气情况比预测的还要恶劣怎么办？如果是团队冒险，在失散时如何会合？如果有人生病了怎么办？

装 备

衣物应合身，不要有束缚感，既能抵挡寒冷和降雨，又能提供良好的通风。带好

雨衣、更换的衣服和格外保暖的外衣。对于寒冷气候，多层的衣服最好。逐渐使新鞋子合脚，在出发前两周用消毒酒精使皮肤锻炼得更结实。

睡袋

绒毛睡袋很轻便，而且比人造纤维更隔凉。但潮湿时，绒毛失去其隔凉的特性，而且不易弄干。如果没有帐篷，一个“可呼吸”的露营睡袋可以起到防潮的效果。

背包

一定要坚固、防水，要有固定在框架上的坚韧可调的网，以及舒适的背带以便将重量担在臀部上。有外框就最好了：它们虽然沉重而且容易受到树枝的阻碍，但便于携带笨重物品，甚至受伤的人。外框应在背包和背部留有空隙以减少排汗。最好有带拉链的边口袋。

打包

打包时要使自己清楚所有的东西都在哪，并把最先需要的东西放在最上面。如果是湿的，将其装入塑料袋里。将帐篷和重物，如无线电接收器，放在最上头。但不要将背包打得太高，因为过高的背包在大风中不易保持平衡。将易损坏的东西放进容器中。

无线电

无线电是长时间远程冒险的必备物。事先安排好通信计划，每日两次呼叫基地，报告位置及计划。基地可提供最新天气情况及其他信息，必要时还可以监测紧急呼叫频率。选择能在目的地使用的频率。至少要有两个成员会使用无线电接收器。

连续失去两次呼叫，基地将采取紧急行动。如果你没有保持联络，就算一切都好也会被认作紧急情况。回到或呆在最后一次报告地点等待联络。

车辆

确保它们工作正常。调整自我以应付高海拔及极度恶劣条件；要携带备件及额外

的油/水箱。

船只和飞机

记录下列紧急措施,要知道,它们可以救你的命。在飞机上,越靠近机尾的位置越安全。在坠毁时,这一部分经常断开,大部分生还者都是坐在这一部分的。

乘坐轻型飞机要向飞行员询问有关旅程的信息: 将飞多久,飞临何地地域? 你要注意细节信息,在出现紧急情况时就能派上用场了。

求生工具箱

下页图中的物品在奋力求生时非常重要。可将它们放入小盒里,比方说放在一个两盎司的烟罐中。抛光盖子里面,做一个放射面。用胶带封口,胶带要可以轻易地除去和更换以使其防水。在空隙处塞棉花(可供点火)以防止里面的东西碰撞。

时常检查物品, 更换变质的物件。不要将罐开着口或放在地上。养成随时随地带着它的习惯。

1. **火柴** 最好是防水的, 但非安全火柴在火柴头沾过蜡油后可以防小雨。将火柴杆折掉一半以节省空间。

2. **蜡烛** 将蜡烛削成方形以便打包。牛脂蜡在紧急情况时可供食用或用来炸食物, 但在炎热气候下不易保存。其他类不可食用。

3. **火石** 经过加工的火石及点火栓。

4. **放大镜** 可在日照时生火。

5. **针线** 带上几根针, 至少要有一根大针眼的, 用于结实粗糙的线。将长的粗线绕在针上。

6. **鱼钩鱼线** 经挑选的鱼钩和分离式铅坠儿, 以及尽可能长的线。

7. **指南针** 充液式带夜明按钮的最佳。确定其工作正常, 而且你也会用。指针容易生锈, 确认它在轴上而且可以自由摆动。

8. **贝他(beta)灯** 用于夜间看地图和鱼饵的可发光水晶。

9. **捕线** 最好为铜制, 60~90厘米长。

10. **软锯** 在装包前去掉把手并上油, 用的时候再安上木头把手。

11. **医药箱** 将药品装于气密容器中并塞上棉絮。仔细标明完整的用

量说明和到期日期。吃药时不要超过医生建议使用量,不要用酒服用。下列条目仅供借鉴参考:

止痛剂 轻、中度疼痛
止痛剂。

肠胃止痛药 治疗急性、慢性腹泻。

抗生素 治疗普通的感染，要带够一个疗程用药。

抗组胺剂 治疗过敏和昆虫叮咬。

用水消毒片 在怀疑水质且无法烧水时使用。

抗疟疾药 在流行疟疾的区域很有用。

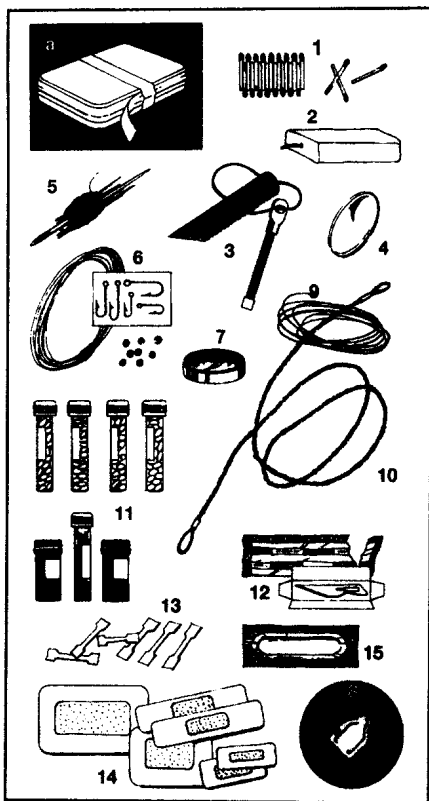
高锰酸钾 加入水中使其溶解，为粉色时可以消毒，深粉色可以杀菌，纯红色可以治疗真菌疾病，如治疗运动员的脚疾。

12. 手术刀 至少带上两个不同尺寸的解剖手术刀。

13. 蝴蝶缝合线 用于使伤口两边结合。

14. 橡皮膏 要防水，多种尺寸。

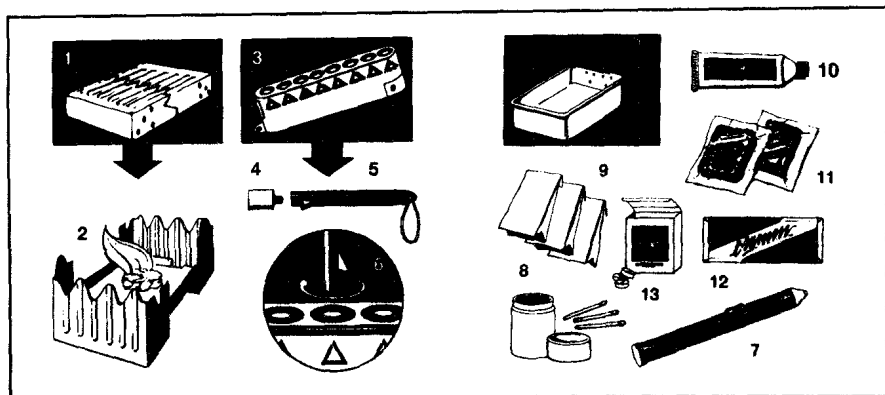
15. 避孕套 适合做水袋，可盛1升水。



求生袋

除了求生工具箱外，装一个求生袋，随身携带以供应急时用。

小袋 一定要防水,能够放进一个饭盒,备有不容易松动的系带和可穿



在腰带上的坚固的环。

燃料 置于各种炉罐里的固体燃料块(1)。在不使用木头生火时要节省使用。它们是优秀的点火材料。打开炉子可支成可调节的烧水壶架(2)。

信号弹(3) 吸引注意力。带上红色和绿色的小型信号弹(4)及发射器(5)。注意：它们都是爆炸物！发射时将发射器拧上(6)，拉回信号弹，以一臂距离指向天空，勾动扳机就可以发射了。谨慎使用，不要浪费。

饭盒 铝制炊具。可将工具装在里面。

铅笔大小的电筒(7) 将持久型电池反转，以防不小心碰到开关时费电。

标示条 荧光布条，尺寸为0.3米x2米，用于发信号。

火柴(8) 装在防水容器内。

冲水用品 茶粉、小袋的牛奶和糖(9)。

干粮 管装黄油(10)，肉干(11)，巧克力(12)，盐块(13)，和含有维生素、盐和其他矿物质的电解粉。

求生睡袋 200厘米x60厘米的反射材料制成的隔热袋，保暖又不会被冻结。

刀 具

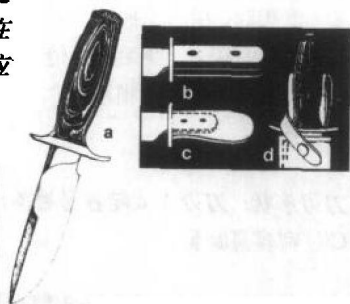
在求生时，刀子可说是无价之宝。但记住，刀子是武器，在乘坐飞机时要将其交与机组成员，不要在紧张危险的情况下露出刀具。

选择刀具

多刃、多用途的小刀是很有用,但若只能带一把刀的话,你应该带更坚固一点的,比如可以既方便又舒服地完成砍树、剥皮以及准备食物等一切可能的任务的多用途刀。有些刀子内嵌指南针,或有中空的刀把以携带一些工具。但由于中空的刀把容易断裂而指南针也会失准,所以这些优点也成了空谈。

折叠刀: 此类刀具应具有良好的卡锁部位。木把的用起来更加舒服。

刀把 (a) 比较理想: 一片圆木, 刀的柄舌从中穿过并被固定于尾部。刀把 (b) 是由铆钉固定, 容易在钉子处形成隆起。(c) 型刀把容易破裂。刀鞘 (d) 应有外锁扣和皮带套圈。



你的刀有多锋利, 你的效率就有多高。刀子必须已开刃而且锋利。不要拿刀子到处乱抛。保持刀子干净, 及时上油, 不用时要放回刀鞘。

帕兰刀: 马来语中的一种大刀。这种刀有像弯刀一样又大又弯曲的刃。对于日常使用, 此刀过大, 但很利于在野外砍树、盖避难所和建木筏时使用。理想的帕兰刀刃长 30 厘米, 刃宽不超过 5 厘米, 重量不超过 750 克。刃的尾部应嵌入木制刀把。

帕兰刀的刃分为

三段: b 段用于干

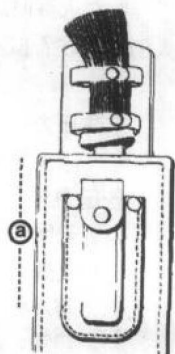
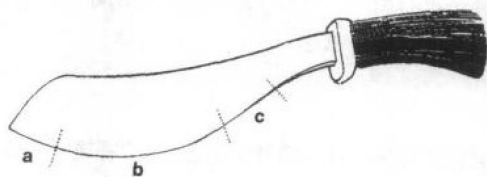
伐木、砍骨类的

重活; a 段比较锋

利可用于剥皮; c

段用来刺东西和干一些细活。弯型的刃在伐木时能使上全力, 刀刃比握刀的指关节先接触砍物, 起保护作用。(上图)

刀鞘必须有良好的确保帕兰刀安全的卡锁部位和可固定在皮带上的套环。有些刀鞘在前端还有一个装磨石的口袋。(右图)





注意：由于有刀刃划破刀鞘的危险，所以抽出帕兰刀时不要握着刀刃一侧的刀鞘，永远握住远离刀刃的一侧。

磨 刀

砂岩、石英和花岗岩可以磨快工具。使两块互相摩擦以使其变得平整。一面光滑、一面粗糙的两面磨石最理想。用粗面去除粗边，用光面磨利刀刃。要磨出既可持久又不易破损的刀刃。

磨刃时，用右手握住刀把。以顺时针运动，在左手的指尖推着刀刃前进时施以均匀、持久的压力。要始终保持同一角度，同时保持磨石的湿润。向里拉刀刃时不要施加压力，否则会产生粗糙边。减轻压力以磨出更锋利的刃。在磨另一侧的刀刃时以逆时针运动。

刀刃形状：刀刃A太陡容易磨损；刀刃B很好；刀刃C过利容易断裂。



养成定期检查你所有器具的习惯，尤其在穿过艰苦地区之后。在这之后还应习惯性地检查所有的口袋与携带物。

面对灾难

面对灾难时放弃是没有用的。只有采取积极的行动才能救你的命。只要有决心，人们可以在看似不可能的情况下求生。

求生压力

求生情况会给你带来肉体和精神上的压力。你将需要克服以下或其中一些压力：

恐惧与焦急

疼痛、生病及受伤

寒冷和/或炎热

口渴、饥饿和疲劳

睡眠不足

厌倦

孤独及与世隔绝

你能应付吗？你别无选择。

自信源于良好的训练和渊博的知识。你必须在面对求生情况之前获得这些。信心能帮你克服心理压力。身体健康给你应付疲劳和睡眠不足的本钱。身体越健康，你求生的把握越大。现在就开始锻炼身体吧。

疼痛和发烧唤起你对受伤部位的注意，而且不让你使用它。尽快处理任何受伤部位是很重要的。但有时为了寻求救助和避免进一步的伤害，要克制，忍耐疼痛。

水

分清主次任务是迈向生存的第一步。我们的必需品是食物、火、遮蔽处和水。它们重要性的先后次序要依你的所在地来定，但水总是重要的。

一个成年人在没有食物的情况下可以生存三周，而没有水只能生存三天。别等到没水了再去找。留够供给水并寻找新的清水源，虽然所有水都可以进行消毒处理。

每天，成年人要消耗2~3升的水分。在呼吸和排汗中流失的水分随着工作频率和气温的升高而升高。呕吐和腹泻流失水分更多。这些流失的水分必须用真正的水或食物中包含的水分补充。

如何补水

要想最大限度地减少失水，请做好下列预防措施：

不要用尽全力。休息休息。不要吸烟。

保持凉爽。呆在阴凉处。若没有阴凉处，就自己搭一个。

不要躺在炎热的地面或其他表面上。

必要时进食，吃得越少越好——消化很消耗水分，加快脱水。脂肪最不易消化。

别喝酒。酒精从生命器官中吸收水分并使其无法正常工作。

别说话。用鼻呼吸，别用嘴。

找 水

在常有水流的山谷底部寻找。如果找不到溪流或池塘，找片绿色植物，在那挖挖看。

在水流形成的沟处和干燥的溪床处挖挖看。

在山上可以在岩缝中找找积水。

在海岸边，可在高水位线上挖掘，或寻找生长在峭壁缝隙中的葱郁植物，你可能会找到泉水。



注意：要怀疑一切附近不长绿色植物或有动物尸骨的池水。这样的池水很有可能受到了污染。查看池水边缘处矿物的情况，会显示池水的碱性情况。使用池水时一定要烧开。在沙漠中，没有支流的湖会变成咸水湖，其水必须经过蒸馏才可饮用。

采集露水和雨水：采集的范围越大越好，将水引入容器中。在地上挖坑，用黏土封壁，并经覆盖的洞可以盛水。如果你没有不透水的护板，用铁片和树皮锁住水分。

用衣物蘸水：在腿部和脚踝部位绑着干净的衣物走过潮湿的植物。水分可以被这些衣物吸收，经绞拧便可获得水。

限制流汗比限制饮水更重要！

在饮水限量时，要小口喝。在长时间没有饮水的情况下前进之后，找到水源也不要狂饮。开始喝水时，要小口。脱水的人大口喝水会导致呕吐，丧失更多珍贵的水分。

以动物为标记找水

哺乳动物

大多数哺乳动物需要经常饮水。草食类动物因为需要在清晨和黄昏时饮水而一般不会离水源很远。汇合动物的脚印通常会带你找到水源，沿着它们下山。食肉动物提示作用不大——它们通常从猎物身上获得水分。