



《SAS生存手册》 姊妹篇

英国皇家特种部队自我防护指南



SAS 个人安全手册

〔英〕尼克·卡麦隆 著 李小七 译



天津教育出版社
TIANJIN EDUCATION PRESS



健康生活丛书

英国皇家特种部队自我防护指南

SAS 个人安全手册

〔英〕尼克·卡麦隆 著 李小七 译



天津教育出版社
TIANJIN EDUCATION PRESS

图书在版编目(CIP)数据

SAS 个人安全手册 / [英] 卡麦隆著; 李小七译. -- 天津:
天津教育出版社, 2005.12
ISBN 7-5309-4493-2

I. S… II. ①卡…②李… III. 旅游—安全—手册 IV. F590.6-62

中国版本图书馆CIP数据核字(2005)第120570号

著作权合同登记号 图字: 02-2005-112

The Complete SAS Guide to Safe Travel

Copyright © 2002 Nick Cameron

Simplified Chinese Translation Copyright © 2005 by Thinkingdom Media Group, Ltd.,

Published by arrangement with Judy Piatkus(Publishers)Ltd

All rights reserved

SAS 个人安全手册

出 版 人 肖占鹏

选题策划	新经典文化 (www.readinglife.com)
作 者	[英] 尼克·卡麦隆
译 者	李小七
插图作者	杨飞羊
责任编辑	强 华
特邀编辑	李 昕 侯平燕 杨 娟
装帧设计	徐 蕊
内文制作	方传秋

出版发行 天津教育出版社
天津市和平区西康路35号
邮政编码 300051

经 销	新华书店
印 刷	北京国彩印刷有限公司
版 次	2006年1月第1版
印 次	2006年1月第1次印刷
规 格	32开(880×1230毫米)
字 数	258千
印 张	11

书 号	ISBN 7-5309-4493-2/C·76
定 价	28.00元

我的梦想很安全

唐师曾

在经济全球化的背景下,旅行已经成为推动人类富足的重要元素。人们一直渴望从一成不变的日常生活中抽身而退。周游世界变成当今众多都市人梦寐以求的生活方式。旅行激起了大家对远古冒险生活的热情向往,满足了回归祖先游牧生涯的终极渴望。西方出现“回归自然”的风尚,主张通过旅行找回迷失的人性,找回生命的真实意义。但如何如愿地找回生命的意义又不至于丢失生命,这是一个大问题……

这本由英国皇家特种航空部队(SAS)的退役军官尼克·卡麦隆亲自撰写的经验之谈——《SAS个人安全手册》则帮助我们解决了这个难题。风险评估、文化敏感、宗教问题、信息搜集、违禁物品、护照签证、旅行物品清单、应急联系列表……它不仅是一本简单、实用、有趣的旅行安全指南,也是一本关于人类基本生存知识的百科全书。它告诉你最危险的所在,及予以防备的巧妙对策。这样,你能享受旅行带来的刺激、快乐,也会让梦想安全地实现。

许多年前,我曾将著名的《SAS生存手册》介绍给我国读者,大受欢迎,一再加印。《SAS生存手册》是在冒险、探险等极端环境下使用的,虽说普通人很难去那样的地方,但满足了大家的好奇心,因此,其方法和技巧对普通人来说,实用性并不强。而《SAS个人安全手册》不但让读者体验到像特工一样出门的快感,而且其方法和技巧很实用,非常适合广大出游者——生活中我们到底应该怎样确保安全。

《SAS 个人安全手册》的作者尼克·卡麦隆在英军服役 24 年，其中 16 年在王牌的 SAS ——英国皇家特种航空部队。据《SAS 生存手册》的作者皇家特种航空部队的约翰·怀斯曼介绍：“SAS 战斗人员能在全球任何一点完成各种异常艰巨的作战任务，且通常是在与主力隔绝的敌占区进行小组作战。”尼克·卡麦隆和约翰·怀斯曼同为 SAS 军官，拜职业之赐，曾到过科索沃、马其顿、巴基斯坦、中东等暴力活动热点地区。由于具有良好的教育背景，行万里路之余，还著有万言书。“我的旅行常常处于一种不友好的环境中——并非特指战争，这些情形随处可见——在时髦而复杂的城市，在撒哈拉沙漠中一个情绪绝望的难民营，在中东的一个战争区域，在一个极其寒冷的苏格兰山地……各有各的困难。窍门就是采取在任何气候、任何情况、任何地区都适用的策略来减少危险。”

无论你是一个经验丰富的旅行家，还是仅在假期偶尔出行的人，旅行者的人身安全都至高无上。不管你具有多么丰富的经验，面对陌生的环境你都需要及时了解当地常识，才能做到入乡随俗。对目的地情况“一无所知”等于“无知”，随之而来的危险系数就会增高。经常出门在外的人们必须恪守世界通行的安全法则，熟悉当地的简明常识，准备一些必要的装备器械。这样才能远离危险，减少意外事件，避免违法行为。

我多年常驻的中东战事不断、豪杰辈出，早就被沙龙、小布什的自由世界视为恐怖地带。历史上的中东曾为牛津培育过众多“阿拉伯的劳伦斯”，到过我开罗宿舍的中东朋友七长八短，三山五岳，背景复杂……因而对出行安全问题独有所得。十几年来，我的“和平鸭号”立足中东，走马全球，《SAS 个人安全手册》帮助我拥有良好的身心状态，借以应付日常生活和突发事件，化险为夷。《SAS 个人安全手册》教给我的经验是：在世界各地，一个人的身体越强健，拥有的知识越丰富，获得安全的机会就越多。

唐师曾，新华社著名战地记者，著名作家。

人人都需要安全指南

郭太生

“安全是市民社会的最高社会概念，是警察的概念。按照这个概念，整个社会的存在都只为了保证它的每个成员人身、权利和财产不受侵犯。”早在1843年，马克思就说过：按照马斯洛的需求理论（Maslow's Hierarchy of Needs），人的生理需求解决后，安全需求的地位就随之上升。

当今社会，经济迅猛发展，一方面物质财富在不断地积累与增长，人们的生活质量在不断提高，但另一方面也孕育了大量的对人类生存环境安全构成威胁的因素。可以说，当今社会是一个充满风险的社会，威胁个人安全的因素无处不在，无时不有。以我国出行过程发生的道路交通事故为例，近几年来，每年死亡的人数超过10万，这已成为各种意外事故死亡的主要原因。因此，涉及到每一个社会成员的出行安全已经成为被普遍关注的一个社会问题。

对风险的识别、规避与防范，不仅需要政府、单位、社区在制度、政策、法律等各个层面上为公民提供充分的安全保障，设置各种层次的安全管理机构，而且需要个人也具备相应的安全素质。现代社会的安全素质既包括个人的安全意识、行为方式、思维模式、安全价值观念以及对待安全的认知态度、安全知识、技能、遵守社会规范的自觉性，也包括合理的安全需求、识别各种风险和应对各种危险的能力。

对世界上任何一个国家和地区的公民个人来说，安全需求虽然多种多样，但最重要的还是人身的与财产的安全。人们在日常生活

及出行中，如何识别各种风险、应对各种危险——诸如他人故意或过失的伤害、暴力恐怖袭击，盗窃、偷窃、抢劫、欺诈等？这种安全素质的提高有赖于社会安全教育水平的提高与安全文化的普及，也有赖于个人自觉地学习和吸收有关安全的知识与技能。

在这种情况下，我很高兴地看到英国权威的《SAS个人安全手册》一书的引进出版。这本书从出行的准备到出行过程乘坐的各种交通工具，从个人的安全到家庭的安全，从自然灾害到恐怖活动的威胁，从出行购物到饭店居住等各个环节的安全问题都做了认真、详细的介绍，提供了很多实用、巧妙的应对方法。毫不夸张地说，面对我国每时每刻数量庞大的出行群体，无论是旅行者，还是经常出行的公务、商务人士，如果每一个人都认真读一下这本安全手册，对提高我国的社会安全保障能力，提高全民的安全素质都具有重要意义，这也是构建和谐社会不可缺少的重要组成部分。

《SAS个人安全手册》不但贴近实际、通俗易懂、注重细节，而且书中还有生动的事例，具有可读性与实用性，衷心期望本书能成为每一个出行者的必备读物，让人们在出行中趋利避害、安全健康。

郭太生，中国人民公安大学治安系主任、教授，三级警监。

快快乐乐出门，平平安安回家

戴维思

“Watch out!!!”“Ahhhhh!!!”人潮像巨浪般涌进弯弯曲曲的旁罗那（Pamplona）石板窄巷，各国语言的惊呼声划破这个原本安静的西班牙小镇！我在推挤的人群中惊险地往前冲，按捺住快跳出胸腔的心脏，忍不住回头看那些紧追人群的狂牛，心想今年会有几个被牛角刺伤、人群踩踏的“挂彩”者！每年7月6日至7月14日，人与牛都受了肾上腺素的高度刺激，人死命地跑、牛拼命地追。亲爱的读者，欢迎你换上“快跑鞋”，参加世界知名的西班牙奔牛节。

我今年42岁，从柏克莱大学毕业开始，创造各种机会完成我的旅游梦，到今天已经游历了105个国家。旅游不但让我开阔了视野，丰富了见闻，学会了珍惜世界的不同，也让我因缘际会成为有效学习的专家，终身致力于让千千万万的中国人更聪明！在《这样学习最有效》系列书籍中，我一再强调创造学习环境的重要性，一来可以整合信息，二来可以安排策略，三来可以锻炼技巧。旅游正是三合一的学习环境，还附送异国风光、难忘回忆，难怪古有明训“行万里路胜读万卷书”，现代人则说“再穷也要去旅行”。

既然横竖都要旅行，那么周全的准备会减少身在外地的不便、不安，更是能坐上回程车的保证书！现在的读者特别幸运，不但不需要自己“尝试错误”（各位想想，每年的假期都在错误中成长，也未免太过悲壮），也不必担心所谓“过来人”的建议不够全面。

因为您手上这本《SAS个人安全手册》，提供专业、详实、地

毯式 (Carpet to carpet, 指无所不包) 的旅游安全建议, 可以避免我旅行时发生过的麻烦和憾事: 太浩湖 (Lake Tahoe) 滑雪肩膀脱臼, 哥伦比亚暗巷银链被抢, 巴西警察索贿, 匈牙利温泉区中计痛失手机、数字相机, 老爷车抛锚非洲草原……看到这里, 好心的读者已经为我捏了一把冷汗, 因为旅行时碰到酒店客满就够令人心烦意乱的了, 更别说要应付非洲狮子和外国警察强盗了。

本书作者是英国皇家特种航空部队 (SAS) 成员, 由于专业及职务关系, 他可以说是“经历危险”的专家, 换句话说也是“安全”的专家。他写这本书的目的是教大家怎样在旅行途中防范危险, 当然每个人对危险的定义不同, 一个人在非洲草原被牛追是危险, 一群人在旁罗那“奔牛”可以归类为刺激; 女士们的性感打扮在欧洲会引起猎艳者大吹口哨, 到了伊斯兰教国家, 同样的打扮可就有点不妙。

作者将所有旅游会碰到的情境和危险, 分门别类一一说明, 简洁的文字生动的解释, 让人身临其境、心领神会, 是爱好旅行者不可或缺的指南及工具书。作者在书中指出, 如果中了大彩, 大部分幸运儿最想做的是环游世界。虽然你我尚未中奖, 但让这本《SAS 个人安全手册》陪我们走遍天涯海角, 快快乐乐出门, 平平安安回家, 就是人生最好的大彩了!

戴维思, 著名教育专家、学习大师、戴维思国际教育机构创办人, 被誉为“新世纪学习教练”, 著有《这样学习最有效》、《这样记忆最有效》等。

目 录

我的梦想很安全	1	机场安全	44
人人都需要安全指南	3	选择座位	46
快快乐乐出门，平平安安回家 ..	5	行李架	48
前言	1	空中旅行安全	49
第一章 旅行准备		小型飞机安全	51
旅行风险评估	8	直升机安全	52
文化敏感	11	劫机和逃生策略	54
信息来源	12	空中旅行健康	56
出发前	14	第三章 铁路和地铁安全	
准备	15	铁路安全	60
行李安全	17	火车站	61
航空违禁物品	19	铁路旅行	63
护照安全	20	平交路口	66
出发前清单	22	地铁	68
应急联系列表	23	第四章 车辆安全	
保持基本联系	24	道路交通事故	72
装备	25	车辆选择和准备	74
旅游保险	28	安全驾驶技巧	76
转移回国医疗	33	驾驶安全	78
第二章 飞行安全		劫车	83
民用航空旅行	36	路障和检查站	84
航线安全	37	摩托车安全	85
空中恐怖主义	42	大型客车安全	88
		小型客车安全	90

出租车安全	91	饭店安全	155
		基本安全原则	157
第五章 航海和水运安全		第九章 家庭旅游安全	
主要的海上事故	96	带儿童旅行	164
海盗	101	游乐场安全	169
避免海上犯罪活动	104		
小型船只安全	105	第十章 偏远地区	
游泳安全	109	热带地区	172
鲨鱼袭击	113	沙漠	179
		寒冷地区	185
第六章 商务旅行安全		非洲旅行	193
开展海外业务	117	骑动物旅行	197
紧急情况	117		
炸弹袭击和威胁	119	第十一章 自然灾害	
敌意的监视	122	地震	204
商务旅行安全常识	125	火山	208
		海啸	210
第七章 个人安全		洪水	213
控制暴力局面	131	雪崩	215
犯罪	133	龙卷风	219
贿赂	138	飓风	222
毒品	141		
摄影	143	第十二章 恐怖主义	
外国法律体系	144	大杀伤力武器	232
		暴乱	235
第八章 女性旅游安全		枪支	240
特殊危险	148	穿越国境	244
性别意识	149	绑架	246
反击	151		

地雷 251

第十三章 冒险活动

徒步旅行和登山 257

潜水 263

蹦极 267

漂流 269

第十四章 危险的动物

狗 274

非洲动物 276

熊 280

蛇 282

叮咬类昆虫、蜘蛛和蝎子 285

第十五章 城市安全

危险的城市 290

购物和财产安全 296

饭店安全 300

居家安全 303

第十六章 医疗卫生

医疗准备 311

阿米巴痢疾 312

霍乱 313

腹泻 314

疟疾 316

狂犬病 318

伤寒 319

黄热病 320

第十七章 基本旅行技巧

地图 324

指南针 327

估算距离 330

计划路线 331

迷路 332

旅行小秘诀 333

定位 336

译后记：停不下的脚步 339

前言

纽约，2001年的9月11日，一个美妙的秋日清晨。但是，恐怖主义在蓝天中上演了一幕悲剧，导演这场灾难者其目的是最大限度地制造死亡。我的第一反应和其他人一样：这会不会是一场浩大的、暴力性国际争端的序幕？

其后，旅游工业无可避免地受到了这起爆炸性事件的影响。跨国公司不再把他们的业务代表派往海外，成千上万的人取消度假，父母禁止孩子们到国外旅行。但是4个月后，到了圣诞节，旅游业欣喜地发现虽然业绩有所回落，但还不像预料的那样差。在20世纪90年代初的海湾战争以后，旅游业也曾遭受打击，但同样是短暂的。

差不多同时，我发现自己正在前往世界上最危险的地区：作为一名安全顾问，我正赶往风暴的中心——阿富汗的堪培拉。一开始我琢磨到底要不要去、那里是否危险、一旦发生意外我如何脱身等。我不是新手，曾到过科索沃、马其顿、巴基斯坦、中东，以及许多暴力活动的多发地区。因此，最后，虽然这次旅行看起来更加令人生畏，我还是决定忠实于我一向恪守的安全法则，我相信一些必要的常识和准备会使我足以应付所有在阿富汗可能遭遇的困难。

事实是我们需要旅行。在当今全球经济的背景下，推动我们走向富有的正是旅行的能力。大部分人都渴望从一成不变的日常生活中抽出身来，去旅行，去看这个世界。如果问问人们一旦中了彩票想做什么，你会发现他们最想做的是“旅行，看看世界”。这种对旅行的渴望甚至不会被“9·11”事件所遏制。因为让我们去逃离、去探险、去感受的驱动力深藏于我们的内心，绝不会被轻易磨灭。“9·11”悲剧发生后的几周，旅游爱好者们就热衷于打折的机票和度假了。

实际上，旅行已成为今天许多人的一种生活方式。对于大多数人来说，旅行激起了他们对冒险的热情和向往，对回归人类祖先游牧生涯的渴望。现在我们把飞到地球的另一端去参加一个商务会议看得很平常，不久以前还充满生命危险的旅行现在不过是一次远足而已。计算机时代的旅游工业提供了高效的、快速的行程，已经完全取代了淘金热时代漫长的、令人筋疲力尽的、浪漫的旅程。

同时我们越来越多地走向海外。新婚夫妇、毕业学生、工作人员——我们所有人都渴望着了解陌生的世界。无论怎样，到国外旅行都是一个了解其他世界的机会。有的人旅行后精神振奋地回到家，有的人则为他们所看到的而震撼，生活从此有了不同的意义。还有一些人则再也回不了家了。

统计数字就完全能说明问题。以英国为例，2000年度在国外旅行中被杀害的英国人有44名，1999年则为35名。外事处报告说有8000名游客被扒窃了125万英镑，同时，79名英国妇女在旅行中被强暴，22人被劫持。这些确实非常令人不安。

还有更糟糕的。2001年开始，世界各地有22场战争及严重的暴乱，还有未被报道的冲突。即使在举世皆知的麻烦之地，还是有一些让人始料未及的事情。那么，当你到达国外某地，发现街道上站着荷枪实弹的维和人员或武装力量，这无疑是一种震惊。危险并不仅仅局限于遥远的动荡区域，在伦敦、奥克拉荷马、马德里、巴黎、雅典和东京，恐怖事件也时有发生。

恐怖阵营触及世界各个地方，往往毫无征兆地冲击着旅行。冲突地区的气氛会迅速变化，战争的前线会发生移动，不同阵线的力量会转变，刚刚还愉快的行程马上就变成了死亡之旅。在克罗地亚战争爆发的前几天，因为可能的危险情况，旅行团取消了去那里的旅游。但是，事实上，一个国家存在冲突并不意味着就不能去那里，你只要有必要的防范就可以减少风险。

进行防范需要掌握必要的信息。1999年3月，乌干达的卢旺达胡图叛军在一个雨林公园里劫持了一队旅行者。这些旅行者本来指望度过一个田园牧歌般的假期——去观察最后一批自然栖息地中的高山大猩猩。被劫持后，5名游客被杀害了。这些不幸的游客认为乌干达当局不应该让他们进入如此危险的地区。但是，几个月前该地区也发生过类似事件。如果他们知道这个事实，恐怕他们中谁都不会去冒这个险。

本书就是关于如何拥有适当的防范——不是要让我们拒绝旅行的乐趣和刺激，而是让我们更安全地旅行，同时远离危险。

我曾效力于英国皇家特种航空部队（SAS），在军队中度过了差不多25年的时间，有幸广泛地游历世界。我的旅行常常处于一种不友好的环境中——并非特指战争，这些情形随处可见——在时髦而复杂的城市，在沙漠中一个情绪绝望的难民营，在某个战争区域，在一个极其寒冷的苏格兰山地，各有各的困难。窍门就是采取在任何气候、任何情况、任何地区都适用的策略来减少危险。

1999年7月，我认为是时候把军队和冒险活动都留在身后那个庞大而糟糕的世界了。我的环球之旅走到尽头了吗？在旅途中我不仅经历了人间地狱，也见识了无与伦比的美丽景色。从根本上说，我爱所有的经历。我的爱好异乎寻常。无论是在东南亚茂密的热带雨林中耽搁了好几个月，还是住在沙漠里的一个帐篷、南部非洲的一个牛棚，或者北极的一个棚屋，旅行对我来说永远是一种奇妙的历程。我还能适应一种安定的生活方式吗？任何一种在乡下过宁静的家居生活的念头最后都会被打消，因为我的“旅游狂”总是很快

就重新萌芽。

我还需要一份工作。就像大多数前SAS的成员一样，我可能进入的是一个有利可图的“安全圈”。这是一个与众不同的世界，由邪恶的人操纵，是一个游走于法律边沿的黑暗的地下王国。这里孕育着最离奇的计划，动不动就将人派往遥远的地方。其中一个糟糕的计划是把我派往非洲某地，在那里我被满怀敌意的当地人包围，他们最希望干的事就是把我吊起来——有机会他们就这么说。

在我离开军队之前，口风已经放了出去。一天早上，我的手机响了，一个低沉的声音说：“我听说你要离开军队，我有一个小任务给你——有兴趣吗？”没有任何准备，我说可能吧。“那好，就几个小时的工作，我们会给你几千英镑。”我不禁设想，我是要帮这家伙处理一具尸体，还是要塞一肚子装满毒品的避孕套通过机场安检呢？还有什么方法能挣那么多钱？这种想法令我不寒而栗，我告诉那家伙不巧我已经有工作了。

几天后我在一艘去往科特迪瓦的船上——我成为一个保安小组的一员，保护一个美国珠宝商。他携带着大量的钱、珠宝和黄金去为两个无赖重置栖身之地，这两个人自称来自某国“皇室”，估计是从那个国家卷走了大量的财产，希望到美国或欧洲生活。看起来像个圈套，事实也是这样：在被反复警告后，“委托人”被诈取了5万英镑。我们自己也被海关工作人员、军队和警察勒索过，又因携带防身武器而几乎被捕，这以后我们迅速退出了。

接下来的几年，我在一些不那么吸引人的地方度过了最好的时光。不管多么危险，运用过去25年中所遵循的同样的简单策略，我可以在这些地方生活并工作。我越来越明白，无论你是为了商务或娱乐的目的去到一些有潜在危险的地方，还是仅仅作为游客去某个旅游胜地，只要你运用了这些法则，危险就会大大降低。

现在我比在军队时旅行得还要多。我把很多时间花在教旅行者如何避免战争地区的危险上，有时我和他们一起旅行，在关系到他们自身安全的问题上提出建议。在科索沃，战争结束后仅仅几

天，我就出现在普里斯蒂纳，保护BBC人员的安全。当时普里斯蒂纳仍然非常危险，但是很有意思，我还是喜欢有挑战性的地方。

然而，我还要讲的是，尽管绝大多数旅行者都平安地回来了，旅游业中的恐怖活动、犯罪、意外或其他原因造成的伤害却令人瞩目地年年增加。如果有必要的防范措施，旅行者可以避免许多意外。旅行者的富有和一些旅游地当地居民的贫困之分是很明显的，一张去往旅游地点的机票的价格可能比那些等候在机场外的当地人一年的收入还多。相对富裕的外国人是一种诱惑，虽然你有可能为了这次旅行省吃减用很长时间，或通过借贷才能达到目的，但和一些地区相比，你还是富有得不应该。

旅行中的个人保护是一个紧密关系到安全、健康的问题。许多人都有过令人不快的旅游、被破坏的假期、被中断的商务旅行，有的人则碰上过灾难。他们成为交通事故、恐怖活动、袭击的牺牲者；他们被感染疟疾、阿米巴痢疾或伤寒。令人兴奋的、愉快的旅行经历变成一场噩梦。

当然，在现在高技术、全球化的社会，我们在家中也会遇到各种危险。我们接受它们，把它们作为现代生活的一部分，并想办法减低甚至完全消灭这些危险。但在国外，危险是完全不同的，我们认为无害的行为可能会招致干扰、不便甚至彻头彻尾的灾难。

在本国习以为常的行为方式和穿着在其他国家则可能引起抗议和敌意，你的国籍、人种、宗教、语言、性别、文化和社会等级都会置你于不利，当地的紧张局势会因为经济、政治或宗教危机不时升温，这些你都毫无办法。到一些有潜在危险的地方旅行，你必须熟悉当地情况，保持上述方面的敏感。

还有一些地方，甚至旅行者本身就是不受欢迎的——例如，当地可能有针对环境问题或饭店综合建筑的社会影响的争论。一些极端分子为了某种政治目的，还将某些特定地区作为活动目标。旅行者必须对目的地保持相当的敏感。

此外，还有空中和海上安全问题——海盗、劫持和绑架事件可