

УДК 614
ББК 68.9
К60

Колесников, Дмитрий Викторович.

К60 Выживи! Как разбудить свои инстинкты и спастись в опасных ситуациях / Дмитрий Колесников. — Москва : Эксмо, 2024. — 224 с. : ил. — (Академия выживания. Книги, которые спасут вам жизнь).

ISBN 978-5-699-95810-8

Многие из нас не умеют ни предвидеть, ни тем более предотвращать опасные ситуации. Некоторые предпочитают просто не думать о том, что могут попасть в переделку. Но что делать, если вы вдруг заблудились в лесу или по стечению невероятных обстоятельств оказались ночью в дикой природе без палатки, спальника, теплой одежды и еды? Это руководство от опытного специалиста по безопасности поможет не растеряться в самых неожиданных экстремальных ситуациях и спасти свою жизнь и жизнь своих близких. Вы узнаете, как оказать первую помощь в экстренной ситуации, добыть огонь за несколько минут, построить убежище из подручных материалов и не остаться голодным, благодаря подробному руководству по добыче пищи. Автор делится реальными историями, проверенными методами и полезными советами, делая из борьбы за выживание увлекательное и уверенное приключение.

**УДК 614
ББК 68.9**

ISBN 978-5-699-95810-8

© Колесников Д.В., текст, 2024
© Самсонова О.Е., иллюстрации, 2024
© Оформление. ООО «Издательство «Эксмо», 2024

СОДЕРЖАНИЕ

От автора	7
Глава I. Теория выживания	
Будьте реалистами	12
Туризм как образ жизни	16
Стратегия и тактика выживания	21
Психология выживания	27
Выживание в составе группы	28
Конфликтология	29
Слова-кандалы	30
Разбуди своего хищника	30
Роли в жизни	31
Аутогенная тренировка (АТ)	31
Основные мотивации человека для сохранения жизни	32
Морально-этические нормы, препятствующие выживанию	34
Практические задания	43
Глава II. Практика выживания в условиях дикой природы	
Оказываем первую доврачебную помощь	56
Первая помощь в условиях автономного пребывания	56
Народные методы во спасение	58
Обработка раны	65
Транспортировка пострадавшего	70
Добываем питьевую воду	78
Солнечный конденсатор	80
Солнечный испаритель	80
Отстаиваем воду	82
Фильтруем воду	82
Обеззараживаем воду	85
Кипятим воду	87
Дистилляция воды	88
Добываем огонь	91
Химические способы	92
Огонь от фонарика	93
Огонь от солнца	93
Огонь из пустой зажигалки	96
Огонь от батареек и аккумуляторов	96
Огонь из металлической губки	97

Огонь с помощью автомобильного аккумулятора	97
Огонь от автомобильного прикуривателя	98
Огонь от автомобильной лампочки накаливания	98
Огниво	99
Огонь с помощью трения	100
Огонь с помощью бензопилы	104
Огонь с помощью огнестрельного оружия	105
Огонь при помощи мини-ракетницы	105
«Закатай вату»	106
Складываем правильный костер	108
Типы костров	109
Как развести огонь из мокрых дров	111
Разведение костра в зимнее время	112
Безопасность при разведении костра	113
Строим временное убежище	114
Ошибки начинающего «бушкрафтера»	119
Экстремальная ночевка в туше животного	121
Советы по изготовлению импровизированных убежищ	121
Охрана периметра стоянки	125
Приводим себя в порядок	128
Строительство полевой бани	129
Автономное освещение и обогрев палатки	131
«Сибирская свеча»	131
Импровизированный факел	134
Горелка из масляных консервов	136
Старый дедовский способ	136
Обогрев палатки	137
Добываем еду	140
Подножный корм	142
Ловушки на рыбу	148
Силки и ловушки на мелких зверьков	151
Оборудование для кулинарии выживания	154
Рецепты для выживания	155
Мы с тобой одной крови, ты и я!	160
Задабриваем природных духов	161
Ошибки начинающего «Маугли»	162
Мифы и реальность при встрече с хищниками	163
Запах еды — отличная приманка	164
Опасные насекомые	165
Змеи	168

Включаем режим аварийного ориентирования	171
Как не заблудиться в лесу?	172
Импровизированная карта	172
«Импровизированный компас»	173
Водяной стетоскоп	173
Определение сторон света по тени	174
Определение сторон света по часам	175
Ориентирование по звездам	176
Подаем сигналы бедствия	177
Немного о мифах	178
Разновидности сигналов	179
Подача сигналов бедствия с помощью спецсредств	180
Подача сигналов бедствия без спецсредств	186
Международные сигналы о помощи	189
Подача сигналов бедствия при авиакатастрофе	190
Преодолеваем естественные препятствия	196
Болото	196
Равнинные крутые склоны и горная местность	198
Водные препятствия	198
Полынья	202
Боремся с природными явлениями	203
Приближающаяся гроза	203
Наводнение	205
Лесной пожар	206
Лавина	206
Землетрясение	207
Используем подручные средства	209
Подручные предметы на все случаи жизни	209
Подручные предметы для самообороны	210
«Тревожный чемоданчик»	211
Изготовление емкостей для переноса	213
Ремонт лыж в полевых условиях	214
Изготовление обуви	214
Непромокаемые спички	215
Послесловие	216
Страничка идентификации	218
Страничка для автографов, пожеланий и напутствий от друзей	219
Благодарности камрадам	220

ОТ АВТОРА

*Да пребудет с нами сила,
умноженная на ускорение!
Девиз физиков*

Мудрым людям часто задают вопрос: «Что вы будете делать, если окажетесь в какой-либо сложной ситуации?» Истинный мудрец ответит: «Я никогда не окажусь в такой ситуации в силу моего опыта и мудрости».

Современная действительность давно стала опасной для жизни, поэтому всех людей нужно учить искусству выживания, пространственному мышлению и поведению в агрессивной среде. Моя методика направлена в первую очередь на избегание затруднительных ситуаций. Но если человек все же сталкивается с проблемой, то я научу с достоинством ее решать. Мой лозунг:

**«Превидеть, предотвратить,
принять меры и победить!»**

Это пособие содержит максимально доступные, краткие и понятные пошаговые инструкции для разумного, но неопытного человека средних параметров. Для лучшего закрепления навыков выживания я предлагаю выполнять задания практического характера.

Вы узнаете, что делать, если вдруг заблудились в лесу или по стечению невероятных обстоятельств оказались ночью в дикой природе без палатки, спальника, теплой одежды и еды. Я расскажу вам, как развести огонь, добыть воду, обустроить место для ночлега и провести ночь в лесу с максимальным

комфортом, обеспечив себе и своим близким полную безопасность. А также многое другое.

В книге описано множество реальных событий, которые позволяют представить и смоделировать для себя возможные варианты решения вопросов личной безопасности.

Моя авторская методика — это вакцина против фобий и страхов. Приняв ее в правильной дозе, вы получите серьезный иммунитет против жизненных невзгод и передряг.

Как правило, современный горожанин не умеет ни предвидеть, ни тем более предотвращать опасные ситуации. Многие предпочитают просто не думать о том, что могут попасть в переделку. Моя методика решительно отвергает этот принцип.

Приведу простой пример. Двое приятелей отправились покорять горные вершины на лыжах. Один из них предположил, что возможен сход лавины. Он запросил метеосводку, выяснил, что нужно делать при сходе лавины, то есть по мере сил подготовился к возможным осложнениям. Другой вообще не думал ни о чем подобном — он просто собирался отдыхать и развлекаться. Приятелям не повезло: лавина таки сошла. Беспечный лыжник задохнулся под снегом. Когда спасатели обнаружили его труп, выяснилось, что он рыл ходы в плотном снегу в разных направлениях, не зная, как нужно выкапываться. Тот лыжник, что изучал вопрос, знал, что в такой ситуации нужно просто плюнуть. Слюна под силой тяжести упадет вниз — значит, надо копать ход в противоположном направлении. Это классический пример того, как человек предвидел, принял меры и победил.

Один мудрый человек сказал: «Нет плохих учителей, есть плохие ученики». Я с ним полностью согласен. Сколько раз я был свидетелем того, как нерадивый ученик не прикладывал никаких усилий для своего развития, сваливая все на некомпетентность наставника. Дескать, я заплатил деньги, вот и учите меня выживанию, а я посмотрю, как вы научите. Многие считают, что, посетив одно- или двухдневный курс по выживанию, они станут суперменами. Смешные... Чтобы добиться реальных результатов в вопросах выживания, нужно много учиться, тренироваться и постоянно совершенствовать свои умения! Впрочем, как и в любом деле.

Со временем вырабатываются навыки, которые несведущие люди могут назвать параноидальными. На самом деле все гораздо позитивнее: теперь ты просто просчитываешь свои действия на несколько шагов вперед, что абсолютно необходимо в нашей действительности. К сожалению, многие люди не могут или не хотят прогнозировать ситуацию даже на шаг вперед, делают непростительные ошибки, подставляя не только себя, но и своих близких.

Основная часть знаний, которыми пользуется современный человек, — это опыт предков. Выживание — один из самых сильных инстинктов, присущих живым существам. Эти инстинкты надо пробуждать и развивать их в нужном направлении.

Читатель может задать вопрос: «А как разбудить свои инстинкты и освоить искусство выживания?» Ответ достаточно прост: внимательно изучить мою авторскую методику! Желаю успеха!

Дмитрий Колесников,
президент «Академии выживания»



school-extreme.ru



vk.com/survival_academy

Глава 1

ТЕОРИЯ ВЫЖИВАНИЯ



БУДЬТЕ РЕАЛИСТАМИ

Иногда самую серьезную проверку нашей силы создают ситуации, которые на первый взгляд не кажутся опасными.
Райчел Мид. Академия вампиров

Мне часто приходится выслушивать заявления такого рода: «Я обычный городской житель, классический представитель “офисного планктона”. Зачем мне нужны навыки выживания в условиях дикой природы?»

Рассмотрим самые распространенные варианты того, как закоренелый горожанин может неожиданно для себя оказаться в условиях дикой природы.

1. Ехал в электричке, проехал (проспал) свою станцию. Решил вернуться обратно пешком, ведь перегон был совсем небольшим — электричка ехала всего несколько минут. И вот результат — кругом дичь и глушь...
2. Остановился на обочине шоссе сходить в туалет, увидел грибочек или ягодку, увлекся...
3. Гостил на даче у знакомых, пошел в соседнюю деревню — в магазин или на дискотеку. Сбился с пути в темноте, заблудился...
4. На трассе сломалась машина или кончился бензин. Пошел за помощью и решил срезать через лес...

5. Во время автобусного экскурсионного тура сделали незапланированную остановку в лесу, чтобы «подышать воздухом». С целью уединения забрел далеко в лес. Через час понял, что заблудился...
 6. Выжил при авиакатастрофе в безлюдной местности...
 7. Оказался на безлюдном берегу после кораблекрушения...
 8. Оказался в зоне весеннего затопления...
 9. Отстал от туристической или экскурсионной группы...
- Этот список можно продолжать очень долго.

Даже во время обычной прогулки по городу можно попасть в критическую ситуацию: например, собьет автомобиль, нападут хулиганы. А попробуйте себе представить, какие опасности ждут человека вдали от цивилизации! В населенных пунктах вы получите помощь от специальных служб или сердобольных прохожих, а в автономных условиях за свое здоровье и жизнь придется бороться самостоятельно.

*Если какая-нибудь
неприятность может
случиться, она случается.
Закон Мерфи*

Все чаще и чаще природа наносит людям ответный удар, так сказать, посылает «обраточку» — наводнения, землетрясения, бури, ураганы, смерчи, цунами. Все эти стихийные бедствия могут вызвать многочисленные человеческие жертвы и причинить материальный ущерб.

Никто не застрахован от неблагоприятного стечения обстоятельств, когда обычная прогулка на природе, экскурсия или поход волей судьбы превращается в испытание, представляющее угрозу здоровью или даже жизни. Когда по телевизору показывают шокирующие сюжеты о разрушительных природных явлениях, основная масса людей думает: «Со мной такого точно не случится». К сожалению, очень даже может случиться! Если что-то экстраординарное произошло с кем-то, значит, это может произойти с кем угодно.

Найдите и изучите истории трагической гибели туристических групп в нашей стране.

- Группа Игоря Дятлова (окрестности горы Холатчахль на севере Свердловской области, 1959 г.).
- Группа Михаила Кореня (Саяны, Восточная Сибирь, 1971 г.).
- Группа Эльвиры Шатаевой (Памир, 1974 г.).
- Группа Брагинца (Северный Кавказ, 1986 г.).
- Группа Михаила Еремкина (Полярный Урал, 1988 г.).
- Группа Петра Клочкова (Памир, 1989 г.).
- Группа Людмилы Коровиной (Бурятия, перевал Хамар-Дабан, 1993 г.).

Это лишь капля в море подобных трагедий — скорбный список можно продолжать. Ознакомившись с историей этих «неудавшихся выживаний», вы поймете, что от стихии и роковых случайностей не застрахован никто. Просто люди, как говорится, оказались не в том месте и не в то время. Случается, что группа из опытейших походников погибает там, где новички, не подозревая об опасности, спокойно проходят маршрут.

У большинства людей сложился стереотип, что путешествия и туризм — это безопасные увеселительные поездки с гитарой у костра. Однако известно очень много случаев, связанных с серьезными травмами и летальным исходом. Убитые горем родственники погибших туристов практически всегда ищут альтернативное объяснение случившемуся. Ищут мистические корни проблемы, подозревают военных, обвиняют спецслужбы, валят все на секретные испытания и вмешательство инопланетян. Гораздо легче жить, осознавая, что близкий человек погиб не из-за собственных ошибок, а по чьей-то злой воле.

Если исчезает человек, а тем более группа людей, это всегда вызывает много вопросов и порождает противоречивые слухи. Именно так появляются различные истории и легенды.

Уже больше полувека заброшенная деревушка Растесс в Свердловской области нагоняет страх на жителей Урала. По легенде, ее жители исчезли в один момент. Обитатели соседних деревень однажды спохватились, что уже давно не видели никого из Растесса, и отправили туда нескольких добровольцев, чтобы проверить, все ли там в порядке. Разведчики вернулись бледные и пе-

репуганные. С их слов, в деревне не осталось ни одного жителя, при том, что все вещи лежали на своих местах. Мебель и иконы в избах были не тронуты, на столах стояла посуда.

Похожая история произошла много ранее. Как утверждают историки, это случилось в ноябре 1930 г. на севере Канады. Охотник Джо Лабель вышел к эскимосской деревне возле озера Ангикуни. В ней насчитывалось около двух тысяч жителей. Они в основном занимались рыбным промыслом. Охотник неоднократно бывал там раньше. В этот раз в домах никого не было. Где-то на очаге готовился ужин, где-то нетронутая еда лежала на столе, в других домах была брошена начатая работа. Но самым странным было то, что, покидая дома, эскимосы не захватили с собой ни оружие, ни теплую одежду, ни запас продовольствия. Ведь в этих суровых краях никто и никогда не покидал дом налегке.

Лабель известил власти об исчезновении людей, после чего было начато расследование. Полицейские нашли погребенных ездовых собак. Кладбище на краю поселения было разорено. Все без исключения могилы были разрыты, а тела исчезли. Рациональное объяснение этой загадочной ситуации до сих пор никто не смог предложить.

ТУРИЗМ КАК ОБРАЗ ЖИЗНИ

Мы путешествуем не для того, чтобы сбежать от жизни, а чтобы жизнь не убежала от нас.

Путешествие — это всегда смена обстановки. Человек, планирующий какую-либо поездку, пребывает в радостном предвкушении, ощущает подъем сил. Во время путешествия круг его общения существенно расширяется, перестают беспокоить тянущие на дно рутинные вопросы.

«Я — турист!» — так может сказать о себе любой современный человек, который:

- путешествует из любопытства;
- отправляется в рабочие командировки;
- ходит в походы, чтобы поспать в лесу в палатке и посидеть с гитарой у костра;
- отправляется в санаторий для отдыха и лечения;
- посещает учебные семинары или мастер-классы в других странах.

Слово **«туризм»** происходит от французского *tour* (поездка, путешествие). Но это понятие давно применяется не только к поездкам. Туризм постоянно развивается, появляется много новых способов необычно и интересно путешествовать. Любой желающий может выбрать подходящий для него вариант и осуществить свою мечту об оригинальном путешествии во время отпуска.