

УДК 355.34
ББК 68.9
Б20

Баленко, Сергей Викторович.
Б20 Энциклопедия выживания спецназа ГРУ / Сергей Баленко. — Москва : Яуза-пресс, 2022. — 304 с.

ISBN 978-5-9955-1034-5

Уникальная энциклопедия полковника спецназа ГРУ, доктора технических наук, профессора Академии военных наук С.В. Баленко.

Единственное на сегодняшний день пособие по выживанию в экстремальных условиях, основанное на колоссальном опыте подготовки элитных подразделений, а также материалах научных исследований, проведенных различными экспедициями как у нас в стране, так и за рубежом.

Способы выживания при любых обстоятельствах и преодоление препятствий, сооружение укрытий и ориентирование на местности, чтение следов и маскировка, обеспечение жизнедеятельности при автономном существовании и оказание первой медицинской помощи — изложенные в этой энциклопедии методы помогут вам сохранить жизнь и здоровье в любой чрезвычайной ситуации.

Энциклопедия станет полезным пособием не только начинающим путешественникам, но и опытным туристам.

**УДК 355.34
ББК 68.9**

Все права защищены. Книга или любая ее часть не может быть скопирована, воспроизведена в электронной или механической форме, в виде фотокопии, записи в память ЭВМ, репродукции или каким-либо иным способом, а также использована в любой информационной системе без получения разрешения от издателя. Копирование, воспроизведение и иное использование книги или ее части без согласия издателя является незаконным и влечет уголовную, административную и гражданскую ответственность.

Научно-популярное издание

Баленко Сергей Викторович
ЭНЦИКЛОПЕДИЯ ВЫЖИВАНИЯ СПЕЦНАЗА ГРУ

Ответственный редактор *А. Скалкина*
Художественный редактор *С. Курбатов*
Дизайн макета *П. Кузнецова*

Страна происхождения: Российская Федерация
Шығарылған елі: Ресей Федерациясы

ООО «Яуза-пресс»
109439, Москва, Волгоградский пр-т, д. 120, корп. 2.
Тел.: (495) 411-68-86
Home page: www.yauza.moscow

Для корреспонденции:
127299, Москва, ул. Клары Цеткин, д. 18, корп. 3
E-mail: editor@yauza.moscow

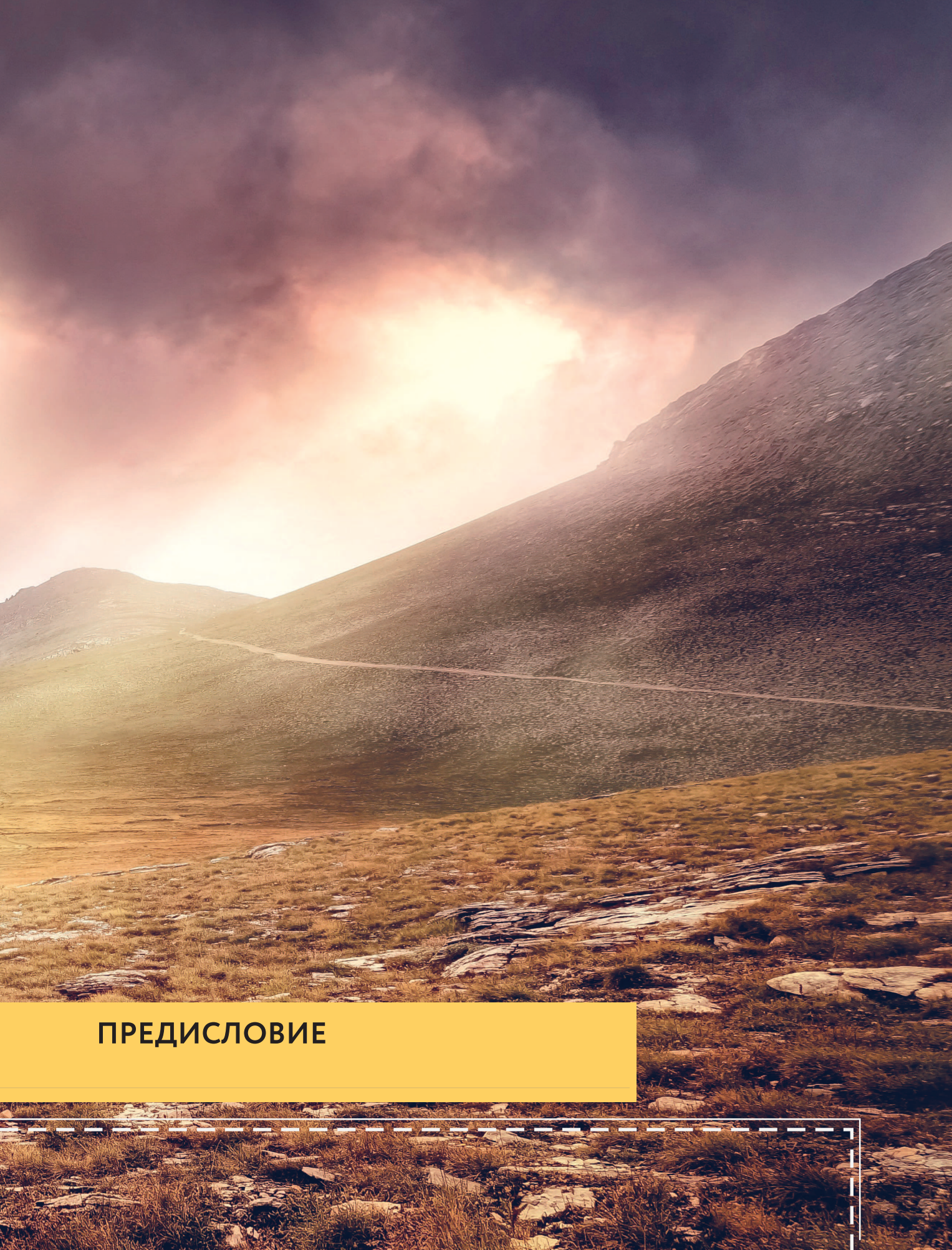
Өндірген мемлекет: Ресей
Сертификация қарастырылмаған

Дата изготовления / Подписано в печать 19.01.2022.
Формат 84x108¹/₁₆. Печать офсетная. Усл. печ. л. 31,92.
Тираж экз. Заказ



12+





ПРЕДИСЛОВИЕ

Что изменится в нашей жизни, если вдруг исчезнет бумага или стекло, если разом останутся все часы? Достаточно «вычесть» пуговицы и шнурки, и наш внешний вид сразу же изменится. Можно избавиться от технической системы — автомобиля — и получить транспорт без машин; или какую-то подсистему, скажем колеса, — автомобиль без колес; или подсистему транспорт — представьте себе мир без транспорта.

Такое фантастическое вычитание дает возможность выявить скрытые свойства оставшихся предметов и использовать их вместо тех, которые исчезнут. У Робинзона Крузо, выброшенного на необитаемый остров, остались только предметы, спасенные с погибшего корабля: ружье, инструменты, несколько зерен. Робинзон все-таки выжил на острове. А если вычесть вообще все, кроме какого-нибудь одного предмета?

Представьте себе современного «Робинзона», который плыл на корабле с грузом головных уборов. Дальше все, как у Дефо: шторм, кораблекрушение, чудесное спасение. Огромные волны выбросили на берег только множество шляп, панамок, кепок, касок, ушанок. Что делать? Ведь ему нужна пища, жилье, посуда, одежда, оружие — все то, что мы безжалостно отобрали. Но «Робинзон» не унывает. На помощь приходит опыт, творческая активность и, наконец, фантазия. Нет лопаты? Зато есть каска, которой можно копать землю. Нет веревок? Он отрывает завязки от ушанок. «Робинзон» набивает землей коробки из-под шляпок и строит из них удобный дом. С помощью вкусной соломенной шляпки он заманивает в яму, вырытую каской, дикую козу, а затем приручает ее.



Кадр из к/ф «Изгой», США, 2000 г.



Кадр из к/ф «Изгой», США, 2000 г.

«Робинзон» может использовать не только сами шляпы, но и их части: козырек фуражки может служить ложкой или ножом, а вязаные шапочки можно распустить на нитки и связать из них любую одежду. Или еще один головной убор: летный шлем. В нем есть стекло, все свойства которого изобретательный «Робинзон» может использовать. Стекло прозрачное и выгнутое – вот и лупа для разведения огня; стекло острое – появились нож и бритва.

«Робинзон», вооруженный «методом Робинзона Крузо», может оказаться в более выгодном положении, чем его литературный предшественник. Если какое-то, найденное по «методу Робинзона» скрытое свойство привычного предмета рассматривать в качестве главного, то его роль в окружающем нас мире сильно изменится.

Борьба за существование заставляла людей всеми правдами и неправдами цепляться за жизнь, приравниваться к любым невзгодам, как бы тяжелы они ни были, смело идти навстречу опасностям. Стремление осуществить, казалось бы, невозможное, пронизывающее всю историю человечества, помогает понять невероятные усилия, предпринимаемые людьми в различных районах мира для того, чтобы приспособиться к суровым природным условиям. Человек всегда обладал способностью адаптироваться к естественной и искусственной среде – от первобытных охотников до космических путешественников конца нашего века – мобилизуя все свои физические и психические возможности.

Именно для людей, чья жизнь постоянно сопряжена с опасностями, очень важна предварительная подготовка, как физическая, так и психологическая. Любой человек, независимо от профессии, уходящий на дальний маршрут, должен обязательно пройти предварительный полный курс адаптации, в результате которого его организм постепенно приобретает отсутствовавшую ранее устойчивость к определенным факторам окружающей среды и, таким образом, получает возможность полной приспособленности к условиям предстоящего района путешествия.

Большинство людей и животных, оказавшись в экстремальных ситуациях, из которых нет выхода, не погибают, а приобретают ту или иную степень приспособленности к ним и сохраняют свою жизнь до лучших времен. Такие стрессовые ситуации — длительные периоды голода, холода, стихийных бедствий, межвидовые и внутривидовые конфликты — всегда широко представлены в естественной среде обитания животных.

В социальной среде обитания человека действует такая же схема. В течение сравнительно короткого отрезка своей истории, человечество прошло через периоды рабства, крепостного права, мировых войн, но при этом не деградировало, продемонстрировав высокую эффективность адаптации к экстремальным ситуациям. Конечно, цена такой адаптации неоправданно высока, но из этого следует, что человеческий организм должен обладать достаточно эффективными специализированными механизмами, ограничивающими стрессовую реакцию и предупреждающими стрессовые повреждения и, что самое главное, позволяющими сохранить жизнь и здоровье.



Окружающая нас природная среда предъявляет дополнительные требования к мероприятиям по обеспечению жизнедеятельности и выживания человека. Человек в силу каких-то обстоятельств может оказаться в неблагоприятных географических и природно-климатических условиях.

Своеобразным справочником может служить английское слово «Survival» («Выживание»), содержащее советы, которых необходимо придерживаться человеку, попавшему в экстремальную обстановку, в следующей последовательности.

S — (Size up the situation) — оцени обстановку, распознавай опасности, ищи пути из безвыходного положения;

U — (Undue haste makes waste) — чрезмерная поспешность вредит, но решения необходимо принимать быстро;

R — (Remember where you are) — запомни, где находишься, определи свое местонахождение;

V — (Vanquish fear and panic) — побори страх и панику, постоянно контролируй себя, будь настойчивым;

I — (Improvise) — импровизируй, проявляй изобретательность;

V — (Value living) — дорожи средствами существования, реально оценивай пределы своих возможностей;

A — (Act like the natives) — веди себя как местный житель, умей оценивать людей;

L — (Learn basic skills) — научись все делать сам, старайся быть самостоятельным и независимым.

Миллионы людей увлечены туризмом во всех его разновидностях. Их манят красоты природы, жажда познаний, стремление к оздоровлению организма, спортивный интерес. Однако всякий выход на природу полон трудностей и риска, поэтому требуются предварительная специальная подготовка, знания приемов ориентирования и соответствующее оснащение. Проявление легкомыслия и пренебрежительное отношение к организации, выбору маршрута, экипировке, знаниям ориентирования приводят к расправе.



Часть 1.

Основные принципы выживания

Глава 1.

Психология выживания

В основе выживания лежат простые принципы. Сюда входит психологическая подготовка, одежда, и те вещи, которые есть с собой. Необходимо овладеть этими принципами, особенно — психологией выживания, поскольку они в конечном счете являются определяющими факторами выживания.

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ

Для того чтобы выжить, необходимы определенные навыки. Однако, они одни не смогут вас спасти. Главное — правильное отношение и реакция на чрезвычайные ситуации.

Воля к жизни есть основополагающий фактор в пиковой ситуации. Известно, что разум может сдать быстрее тела, но с установкой на выживание человек обретает огромные возможности в экстремальной ситуации.

Подумайте об этом — независимо от того, в насколько сложной ситуации вы оказались, помните, что у вас есть необходимые ресурсы для того, чтобы преодолеть трудности: сила духа и физические возможности. Заставьте их эффективно работать на себя.

Все знания в мире теряют свою ценность, если у вас отсутствует воля к жизни.

КАК СКОНЦЕНТРИРОВАТЬ СВОЙ РАЗУМ НА ВЫЖИВАНИИ

Две огромные опасности для жизни таятся в нашем собственном мозгу — это стремление к комфорту и пассивное созерцание. Если их не подавить вовремя, они могут привести к деморализации и гибели. К счастью, с обеими этими угрозами может легко справиться каждый.

Стремление к комфорту является следствием современных городских условий жизни. Люди стали изнеженными благодаря тому, что они в большинстве своем огорожены от агрессивных влияний, сил природы и окружающей среды. Большинство цивилизованных людей — возможно, и вы в том числе — живут в теплых, уютных и надежных зданиях, имеют доступ к услугам здравоохранения и гарантированное снабжение продуктами питания и водой.

В экстремальной ситуации у вас, возможно, не будет ничего из вышеперечисленных благ, по крайней мере, изначально. Вы будете располагать лишь одеждою, которая на вас надета, не имея ни пищи, ни воды, ни убежища. Внезапное исчезновение привычных комфортных условий, которыми вы пользовались, не задумываясь, само по себе является большим ударом по самообладанию и может привести к полной деморализации. Как же бороться с этим опасным состоянием разума, вызванным потерей тех вещей, которые считаются столь важными для нормальной жизни?

Во-первых, необходимо уяснить для себя, что ценности современной цивилизации не принципиальны для решения проблемы выживания. Просто отриньте их. Ведь можно же обойтись без деликатесов на обед, телевизора или кондиционера.

Во-вторых, необходимо понять, что этот дискомфорт—ничто по сравнению с теми трудностями, которые свалятся на вас, если вы предадитесь унынию и жалости к себе.

Результатом жизни в цивилизованном обществе является тот факт, что человек не сталкивается с ситуациями, в которых необходимо принять критическое для жизни решение. Практически все задачи, с которыми мы сталкиваемся, сводятся к повседневности и банальности. В то же время, попав в нештатную ситуацию, человек действует независимо, что подразумевает полностью самостоятельное принятие всех решений. Необходимо научиться быстро реагировать и брать ситуацию под свой контроль.

Не стоит отчаиваться раньше времени. Поставьте себе цель и действуйте.

ПОБЕДА НАД ВРАГАМИ ВЫЖИВАНИЯ

Существуют и другие враги вашего выживания, гораздо более материальные. Необходимо научиться принимать против них определенные меры:

БОЛЬ: боль есть язык вашего тела, которым оно говорит, что с ним что-то не так. Она очень мешает и может подорвать волю к жизни. В то же время, она становится гораздо более переносимой, если вы обнаружите ее источник и природу, поймете, что это нечто, что необходимо преодолеть, и сконцентрируетесь на других задачах. Запомните, боль будет казаться гораздо сильнее, если ничего не делать и думать лишь о том, как вам больно.

ХОЛОД: он замедляет ток крови и вызывает сонливость. Холод также притупляет разум. Это очень опасно. Необходимо срочно найти укрытие от холода и развести костер.

ЖАЖДА: как и голод, она притупляет разум. Важно уметь контролировать количество потребляемой воды. Если вода в дефиците, сократите потребление пищи, так как вода нужна организму для самоочищения от пищевых шлаков.

ГОЛОД: это состояние может привести к потере веса, слабости, головокружению, потерям сознания, замедлению сердцебиения, повышенной чувствительности к холоду, усилению жажды. Единственный способ борьбы — прием пищи. Экономьте еду, но не голодайте.

УПАДОК СИЛ: может привести к коме. Ей же могут закончиться такие душевные состояния, как безнадежность, бесцельность, апатия. Для человека, борющегося за выживание, необходим хороший отдых. Правильно рассчитывайте свои силы при длительной физической активности.

АПАТИЯ: может закончиться потерей интереса к жизни, равнодушием и депрессивным состоянием (особенно при отсутствии надежды на помощь извне). Для победы над апатией необходимо уяснить для себя свой основной приоритет — выжить — и дать себе отчет в том, как те или иные ваши действия укладываются в основной план выживания.

ОДИНОЧЕСТВО: длительная изоляция от людей может привести к возникновению чувства одиночества, которое может повлечь за собой ощущение беспомощности и отчаяние. Одиночество преодолевается с помощью постоянного занятия себя каким-либо делом, а также воспитанием самодостаточности.

ЧУВСТВО БЕССИЛИЯ: преодолевается путем направления своих сил на достижение полезной и объективно выполнимой задачи. Выполняйте более простые задачи, прежде чем перейти к сложным. Кроме того, необходимо правильно оценивать ситуацию, в которой оказались, и действовать сообразно ей. Не ставьте себе недостижимых целей. И не сидите без дела — работайте!

ИЗ ОПЫТА ВОЕННЫХ

Личные качества, необходимые для успешного преодоления чрезвычайной ситуации:

- Способность концентрировать разум;
- Способность импровизировать;
- Способность жить наедине с собой;
- Способность адаптироваться к ситуации;

- Способность оставаться спокойным;
- Способность оставаться оптимистом, в то же время готовясь к худшему;
- Способность понять собственные страхи, укротить и преодолеть их.

НЕ ПАНИКОВАТЬ!

Если вы только что пережили авиационную или автомобильную катастрофу, кораблекрушение, то ваш мозг дезориентирован. Вы можете быть ранены или вокруг могут находиться пострадавшие. Несмотря на возможную боль и почти всегда неизбежный страх, постарайтесь не поддаваться панике и сделать следующие две вещи:

- Выбраться и отойти подальше от обломков — этим вы обезопасите себя от ранений и ожогов в результате возможных взрывов бензобаков и пожара.
- Как только оказались в относительной безопасности — прекратите движение! Самое худшее, что можно предпринять — это начать блуждания по незнакомой территории, особенно ночью. Единственное, чего добьетесь в этом случае — это заблудитесь и рискуете изувечиться. Присядьте, не паникуйте, осмотритесь и проанализируйте ситуацию: чем спокойнее, тем лучше.

Как только вы покинули зону непосредственной опасности, необходимо заняться следующими вещами:

**Не поддавайтесь панике!
Спокойствие и трезвый ум
залог успеха!**

- Найдите себе убежище, где можно было бы посидеть и подумать.
- Посмотрите, что вас окружает. Любое место в мире имеет свою природу, ритм и устройство. Уясните для себя, какова окружающая вас среда.
- Оцените свое физическое состояние: есть ли ранения, нужна ли дополнительная одежда, пропитание, вода?
- Подумайте о дополнительном снаряжении, которое может быть доступно: есть ли в обломках что-то, что может пригодиться, в каком это состоянии?

– Не спешите — спешка может привести к потере ориентировки, кроме того, можно забыть или потерять что-нибудь из вашего снаряжения.

Помните, что гораздо проще точно и правильно оценить ситуацию в светлое время суток.

ИЗ ОПЫТА ВОЕННЫХ

Людам, попавшим в авиационную катастрофу, рекомендуется непосредственно после падения самолета выполнять следующее:

- Не покидать окрестности места катастрофы сразу же, там вас будут искать в первую очередь.
- Немедленно оказать первую помощь нуждающимся в ней.
- Спасти из обломков все, что можно убрать - снаряжение, припасы, одежду, воду.
- Составить примерное представление о географическом месте катастрофы.
- Не передвигаться ночью без крайней необходимости.

ФОРМИРОВАНИЕ ПЛАНА ВЫЖИВАНИЯ

Теперь необходимо продумать план персонального выживания. Хороший план и предварительная подготовка позволят человеку, терпящему бедствие преодолеть трудности и опасности и, в результате, помогут остаться в живых.



При составлении плана выживания, помните, что в случае попадания в авиакатастрофу или кораблекрушение, ваше географическое положение было передано в эфир непосредственно перед катастрофой. Таким образом, спасательным службам примерно известно, где искать выживших. Скорее всего, спасатели сразу же или почти сразу приступят к поискам. Но вам, все же, необходимо принять некоторые решения. Нельзя просто сидеть и пассивно ожидать спасения—уповайте в проблеме выживания только на себя, а не на других людей. Для многих людей принятие решения является большой проблемой, но это единственный путь установить контроль над ситуацией.

Демонстрация вами спокойствия и уверенности в себе поможет обрести эти чувства и окружающим вас людям, что сделает составление плана более легким — люди идут за лидером.

Оценка ситуации — наиболее важный фактор при составлении плана выживания. Вы должны быть насколько возможно объективны и взвешивать все положительные и отрицательные аспекты той ситуации, в которой оказались.

Основными приоритетами в пиковой ситуации являются: убежище, огонь и вода. Если у вас есть доступ к воде и топливу для костра (дереву), то значит, что у вас есть доступ и к материалу для строительства убежища. При наличии всех трех приоритетных факторов удастся обжиться в том месте, куда вас забросили обстоятельства, в кратчайшие сроки.

Необходимо при этом еще раз отметить, что крайне важно хорошо обдумать все аспекты ситуации, в которой вы оказались. К примеру, если вы попали в авиационную катастрофу, то могли бы набрать среди обломков самолета материал для строительства убежища. Важно предварительно убедиться, что не существует риска взрывов или возникновения пожара. Пенополиуретановый наполнитель самолетных кресел годится для растопки или в качестве утеплителя, например, для ног. Аккумуляторные батареи самолета могут быть использованы для разжигания костров. Шины самолетных колес могут служить для разведения прекрасного сигнального костра — черный густой дым от горящей резины заметен на много километров. Но если вы после катастрофы покинете обломки, то лишитесь всех этих полезных вещей и материалов.

Трогаться в путь или оставаться на месте является трудным решением для попавших в беду. Выше перечислены серьезные аргументы в пользу того, чтобы оставаться на месте. Во-первых, предупрежденные о катастрофе по радио поисково-спасательные группы будут знать, где вас искать. Во-вторых, двигаясь, вы будете сжигать слишком много калорий, подвергаться воздействию новых внешних факторов, зачастую враждебных, будете не в состоянии наладить эффективную систему подачи сигналов.

Но все же, если вы по каким-либо причинам решили все же тронуться в путь, ваш план спасения должен включать в себя следующие пункты:

- направление вашего движения;
- способ поддержания выбранного направления;
- график движения на каждый день;
- способ подачи сигналов.

Помните, что вы должны в конце каждого дня оставить себе достаточно времени для того, чтобы разбить лагерь и подготовить сигнальные средства на случай пролета над вами спасательного самолета.

Если же вы решили оставаться на месте, то план спасения должен включать в себя следующие пункты:

- разработку системы подачи сигналов;
- расположение и структуру лагеря;
- поиск ближайшего источника воды;
- определение пищевого рациона.

Исключительно важно с самого начала разработать систему подачи сигналов, так как поисковый самолет может пролететь над вами в любое время, и необходимо быть готовым к подаче сигналов в любой момент. В связи с этим, разбить лагерь следует в непосредственной близости от сигнальной системы.

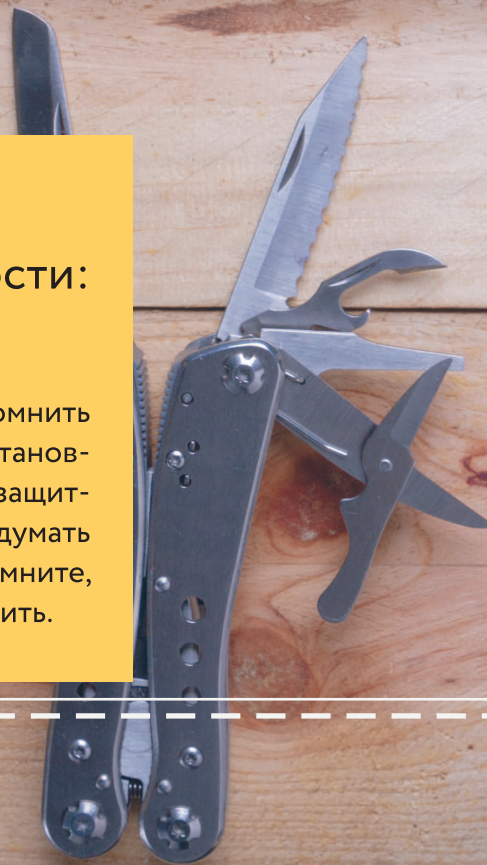
Вам необходимы также навыки в области выживания и медицины для поддержания жизни и последующего возвращения к цивилизации. Эти навыки будут раскрыты в следующих главах.



Глава 2.

Предметы первой необходимости: одежда, снаряжения, лекарства

Отправляясь в путешествие, необходимо помнить о возможности попадания в чрезвычайную обстановку. Для того, чтобы не оказаться абсолютно незащищенным перед силами природы нужно заранее продумать список предметов первой необходимости. Помните, правильно подобранный багаж поможет вам выжить.



КАКУЮ ОДЕЖДУ ВЫБРАТЬ

Благодаря росту интереса к отдыху на природе в продаже появилось огромное количество туристической одежды, причем с огромным диапазоном цен и качества. Далее будут описаны некоторые основополагающие принципы, позволяющие сделать правильный выбор при выборе одежды для выживания.

Главный принцип при выборе одежды — ее функциональность, пригодность для работы. Например, изящная городская демисезонная куртка или плащ совершенно не подходят для ношения в суровых условиях Арктики, тайги, пустыни или тропиков.

Но как же узнать, что же конкретно вам нужно? Для начала следует изучить погодные и природные условия местности, в которую вы отправляетесь, а затем подобрать одежду, пригодную именно для конкретных условий. Однако, существуют универсальные требования.

МЕМБРАННАЯ ТКАНЬ является идеальным материалом для походной одежды. Она «дышит», т. е. позволяет влаге, выделяемой кожными порами, испаряться, но при этом не позволяет воде снаружи проникнуть внутрь. Этот эффект достигается благодаря микропористой структуре (несколько миллиардов пор на квадратный сантиметр). Эти поры в 20 тысяч раз меньше самой маленькой водяной капли, но в 700 раз больше, чем молекула водяного пара. Таким образом, ткань не продувается, защищает от воды, позволяя потовым выделениям свободно испаряться.

ПРИНЦИП СЛОЕВ обеспечивает максимальную защиту от воздействий внешней среды при минимальной потере подвижности во всех климатических зонах. Основа его проста: неподвижный воздух является лучшей теплоизоляцией, а лучший способ создать воздушную прослойку — это задержать воздух в одежде. Чем больше слоев одежды защищает тело, тем лучше оно теплоизолировано. Терморегуляция также проста по своему желанию вы добавляете либо убавляете число слоев одежды. Но следует при этом помнить, что перегрев столь же опасен, как и переохлаждение. Если вы потеете в холод, ваше тело начинает охлаждаться, как только оно перестает потеть, то одежда, пропитанная потом, вместо сберегания тепла начнет передавать его напрямую в атмосферу. Очень важно избегать потения в холод.

Не экономьте на одежде – она является вашим основным щитом от воздействия холода, влаги и ветра!

Примерный состав одежды, которую следует носить:

- на теле следует носить термобелье или теплое белье наподобие тельняшки и кальсон;
- далее должен следовать свитер из натуральной шерсти или ее хорошего заменителя (последний даже предпочтительнее, т. к. он обеспечивает наилучшую тепло- и ветроизоляцию;
- поверх свитера должен быть надет пуховик или куртка на теплой искусственной подкладке (типа синтепона). Последний вариант предпочтительней, т. к. натуральный пух, будучи пропитан влагой, теряет полностью свои теплоизолирующие свойства;
- верхняя одежда должна быть непродуваемой и водоотталкивающей.

ОБУВЬ

Для любого путешествия лучше всего подойдут водонепроницаемые ботинки. Не стоит надевать в дорогу кроссовки — они не защитят ни от холода, ни от воды. Наилучшей обувью для путешествия являются туристические ботинки с толстой гибкой (но обязательно сплошной) подошвой и высоким берцем.

Очень важно правильно ухаживать за ботинками, также не мешает запастись дополнительным комплектом шнурков. Кожаный верх необходимо регулярно обрабатывать ваксой или протиркой для обуви на восковой основе с целью поддержания водонепроницаемости.

Перед каждым выходом тщательно осмотрите ботинки на предмет растрескавшейся кожи, ослабленных или порванных швов, трещин на подошве, сломанных крючков и т. п. Помните, что чем лучше вы ухаживаете за ботинками, тем лучше они будут служить — при должном обращении хорошая пара походной обуви может служить до десяти лет.

Носки являются важным дополнением к обуви — многие туристы надевают по две пары носков под ботинки, так как это хорошо предохраняет от мозолей — водянок. В каком сочетании носить носки — тонкую и толстую пару, две тонкие или две толстые

Основными приоритетами в пиковой ситуации являются: убежище, огонь и вода. Если у вас есть доступ к воде и топливу для костра (дереву), то значит, что у вас есть доступ и к материалу для строительства убежища. При наличии всех трех приоритетных факторов вы обживетесь в том месте, куда вас забросили обстоятельства, в кратчайшие сроки.