

<<特种兵教你户外生存>>

图书基本信息

书名：<<特种兵教你户外生存>>

13位ISBN编号：9787506059121

10位ISBN编号：7506059126

出版时间：2012-12

出版时间：猎鹰 东方出版社 (2012-12出版)

作者：猎鹰

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问：<http://www.tushu007.com>

## <<特种兵教你户外生存>>

### 前言

人类从大自然中走来，也必将回归大自然去寻找生命的本质存在。

许多人会觉得野外生存是一项艰难的活动，但这其实只是一种生活方式。

比如你背上行囊，走到湖边、森林、草原，在那里生活一天或者几天，这就是野外生存。

生存和求生最大的区别就在于：生存是主动的，求生是被动的。

我曾在丛林里和一群猴子“畅谈人生”、在山洞和一只蟒蛇共处、为了食物和豹子“谈判”、和两只狼交了朋友、在湖边对着野鸭唱歌剧、在喜马拉雅山麓追踪岩羊、在怒江边奋力打造木筏、在雅鲁藏布江峡谷苦苦思索对策、在沙漠中捕捉蝎子充饥、在零下30℃的雪地中哼着小曲造一个温暖的小窝……那种感觉就算你给我十吨黄金我也不会交换。

大自然欢迎每一个人。

它教给我们所有的生存之道，给予我们丰厚的精神奖励，同时也在不断出考题。

习惯了城市的人们，是否记得怎样野外生活？

大自然责罚骄傲自大、不认真学习的人们，一次又一次……很多人为此付出了生命的代价。

我们并不需要像祖先一样茹毛饮血，但也不能成为一个屡屡不及格的差等生。

在多年的培训生涯中我惊讶地发现，人们的生存能力退化得不可思议：很多人不会使用指南针；不知道脚边的小草能充饥且能治疗疾病；有精良的火种却升不起一堆让生命延续下去的火；甚至带着高科技装备绝望地等待救援却不知最好的救援队就是自己；重金采购的装备却不及几样简陋得不起眼的东西……大自然其实已经提供了一切，我们只需要向它学习，我们的脑子和手就是最好的生存装备。

有人说没有装备将无法生存。

我很惊讶，装备只是提高效率的工具，技能则是所有活动的基础。

我们的祖先是光着屁股，只有不太“聪明”的脑袋和不算强壮的手，他们生存了下来，还繁衍出子子孙孙。

每个人都是生存的强者。

相信我，这些知识和技能并不难。

在学习中你也会找到许多乐趣，这是打开另一个世界的钥匙，一旦你取得了“通行证”，就会得到大自然慷慨的奖励！

大自然允许你带着认为合适的一切去获取应得的“十吨黄金”，但你并不知道它会给你准备什么惊喜。

这是乐趣的所在，也是惩罚的发端。

如果你已经意识到内心的火种，那么请认真学习并实践本书的内容。

这是一位通过大自然无数次考试的学生总结出的知识和技能。

你一定可以接过这把钥匙成为生存大师——终有一天，你会到“终极训练营”中获取应得的荣誉！

生存大师贝尔·格里尔斯说过：“别把太多的注意力放在人行道上，它不值得你这样做。”

我很赞同，但背上行囊之前，问一下自己能否接受大自然公平且严格的考验并从它那里得到“十吨黄金”？

这很有必要。

我也曾怀疑过部队配发的简单装备能否让我生存下来，直到我看到一则寓言：一名骑士立志要闯荡四方行侠仗义，为此他做了10年的准备，赶着一辆大车出发了，在遇到第一条河的时候，车压塌了木桥，骑士淹死前认为，自己还缺一艘船。

他为什么不抛弃沉重的大车，去学学游泳呢？

带去的越少，才能带回更多。

抛下沉重的负担，带上这本书，不一样的体验就在城市外面！

在这本书里，你会学到很多技能，这些技能不但能保障你的安全、给你带来乐趣，还能在某个紧急时刻救你的命。



## <<特种兵教你户外生存>>

### 内容概要

《特种兵教你户外生存:中国户外生存手册(第1部为中国人准备的户外圣经)》介绍了：他在怒江边打造木筏，在喜马拉雅山麓追踪岩羊，在雅鲁藏布江峡谷思考生命，在零下30℃雪地中哼着小曲造一个温暖的小窝；他在丛林里和猴子畅谈人生，在山洞中与蟒蛇和平共处，也曾为了食物和豹子谈判、与两只狼交友，在沙漠中捕捉蝎子充饥……他就是作者，磨砺7年，诚意提供：野外与城市避险，灾害中自救与救人：装备选择，地图标定，天气判断，寒区生存，陷阱技巧；宿营，取水，生火，觅食，狩猎，绳技，攀爬，速降，泅渡；户外保健，疾病治疗，求救与搜救，绝境求生，城市安全与自救

……

## <<特种兵教你户外生存>>

### 作者简介

猎鹰，男，网名杀手的契约，曾服役于中国人民解放军某特种部队，担任狙击手，执行过战斗任务。在部队服役期间，根据训练要求和实战需要，曾上过雪山、钻过丛林、跑过山地、穿过草原沼泽、走过沙漠，掌握了丰富的野外生存技能，曾多次在无补给状态下独自野外生存达一个月以上。2002年因伤退伍，回到了喧嚣的城市。先后做过自行车保管员、高楼幕墙清洁工、电器推销员、医药代表。2005年开始从事创作，现担任野外生存体验领队，教授户外爱好者生存技能。已出版作品《我的特种生涯》、《与枪无关》系列（已完结）、《士兵宁小夏》、《穿越火线》、《活着的士兵》等。

## &lt;&lt;特种兵教你户外生存&gt;&gt;

## 书籍目录

卷首语 第一章 开始很简单 第一课 正确地评估和选择 第二课 永恒的方向 指北针 地图 第三课 轻装上阵 第一, 不可或缺的装备: 刀与火种 第二, 很重要的装备: 帽子、生存丝巾等 第三, 次重要的装备: 安全绳、手表等 第四, 以防万一的装备: 急救包、止泻药等 第四课 选学 精确标图 第二章 绳技 第一课 基础绳结 反手结 8字结 平结 水结 渔人结 单编结 双编结 索结 快速结 手爪结 鱼钩结 十字捆绑 交叉捆绑 第二课 基础绳环 8字环 (双8字结) 单套环 三套环 救生环 攀登环 活套索1 活套索2 活套索3 第三课 绳结 (环) 的组合 抛绳 保护结 环环相扣 手铐环 环的连接 连接环的使用 绳索编结 绳技小经验 第三章 长路漫漫任你闯 第一课 路在脚下 野外常使用到的口令 下坡 丁字步 陡坡下滑 顶着烈日行走 穿行在原始丛林中 在瘴树林行进 路标 第二课 距离的测量 步测 跳眼法 臂长尺 相似三角形法 第三课 确定站立点 根据明显地形特征以及与其关系确立 根据明显地形确定站点 90° 交会法 地形交会法 连线法 后方交会法 磁方位角交会法 自制简易地图 第四课 培训蜘蛛侠 第五课 滑降 手爪结滑降 救生环滑降 三套环滑降 使用手爪结上升 量绳 安全带 第六课 涉渡 集体涉渡 开路先锋 中间人 逆流者 绕桩 使用绳索集体涉渡1 使用绳索集体涉渡2 第七课 泅渡 框型架 漂浮包固定 过河线路 筏 牵引绳 夹筏 舵 带舵的筏 第八课 沼泽地、雪地、沙漠 沼泽地 雪地 雪橇 雪盲症 沙漠 面纱 海市蜃楼 黑夜行进 第九课 辨识天气 ..... 第四章 拥有自己的“房子” 第五章 水与火的考验 第六章 生存的动力 第七章 求生之路 附录 城市安全与自救 后记

## <<特种兵教你户外生存>>

### 章节摘录

版权页：插图：沙漠生存很危险，因此我不建议大家去这个地方。

许多乐观人士认为自己背了几升的水，足以坚持几天时间。

而现实往往很残酷，高热下水分的消耗大大超出了平常—普通人在40°的高温下进行高强度运动，一天需要消耗15升水。

你觉得你能背着15升的水在地表温度高达50°、甚至更高的沙漠中行走多久？

不要白天在沙漠中碰运气，晓行夜宿并不适合用在沙漠生存，在比较凉爽的拂晓和黄昏前进，这时不会出现海市蜃楼。

在早上九十点地表温度还没高到让你无法忍受的时候就该寻找宿营地，睁静地躲避在阴影中，避免剧烈运动流汗，用生存丝巾遮盖口鼻，用鼻子呼吸能减少水分流失，记住坐姿比躺在地上受阳光辐射小，所以更省水。

如果要躺着，必须挖一条沟，躺在沟里躲避太阳辐射。

等傍晚五六点，太阳落山沙漠降温后再继续出发。

沙漠的温差大，记住带一件夜间保暖的衣服。

在夜间的九十点你又该停下宿营了，此时的沙漠开始冷却，是你取水的好时间。

夜间也是沙漠生物活动的时间，运气好的话你可以在沙地上找到食物：例如蜥蜴和昆虫。

有月光的情况下，沙漠中能见度很高，你还可以酌情多走一会，而无月光的沙漠能见度几乎为零，在无月光的沙漠中前进无疑跟个无头苍蝇没什么区别，不要冒险继续前进，你要早早地打算宿营和取水。

无论如何，在沙漠中行进是根据你的水来做决定，一旦没有了水，你就会陷入困境。

## &lt;&lt;特种兵教你户外生存&gt;&gt;

## 后记

这本从2005年开始准备的小册子经过精心整理，耗时七年有余，到今天终于完善成书，期间许多人为此付出了努力，在此向他们致以崇高的敬意！

这本书的完成，跟我的特种兵生涯有关。

部队在训练一个合格的特种兵时要求不光要有超强的军事技能，同时也要有超强的生存能力，无法生存即无法作战，而要生存必须有强烈的生存意志和精湛的生存技能，缺一不可！

特种部队生存训练的残酷是许多人不能想象的，我们既不能带足够的食物，也不能花很长的时间搜集食物，我们有许多任务需要完成，途中还会遭到优势假想敌的围追堵截，更确切地说，我们是在求生。

除了军人所必备的枪支弹药外，我们的求生装备仅仅是一个水壶、100克米、10克盐(有时不许带盐)、三块压缩饼干、一把野战刀、三根火柴、一个指北针、一份地图、一件雨衣、一块防水布、绳索。火柴、盐和米只许望梅止渴不许使用，必须得带回来。

然而我们仅靠着这些简陋的装备在深山老林、高山雪原、海上荒岛、戈壁大漠中可以生存一个月甚至更久的时间。

将普通的户外爱好者训练得如特种兵一般有超强的生存能力也不现实。

在编写生存手册的时候，考虑到普通户外爱好者并不需要执行军事任务，因此将安全放在第一位，增加了设置路标等违背军事常识的内容。

在大多数的户外活动中，能称之为“生存”或“求生”的活动少之又少，但这不是你疏于学习的借口。

部队在训练特种兵求生的时候，有一项很重要的工作就是保障士兵的安全。

每一次野外求生训练都有大量的后勤和救援部队随时待命，必要时还会调动陆航的直升机参与搜救工作。

我不能为本书的读者做这项工作，也不能保证每位读者都能正确地理解我所表述的意思。

更不能待在读者身边阻止你做傻事。

我只能力所能及地讲述生存方面的技能，告诉你怎么使用装备，怎样避免受伤，怎样让这些你更好的生存并得到别处得不到的内心感受。

这些技能凝聚了许多生存者的经验和教训，也曾挽救过许多人的生命，我希望它继续挽救更多人的生命。

记住这句话：人定胜天已经证明是不可能的！

你只能利用大自然赐予你的一切来生存，适当地改造自然可以让你生存得更好，任何与大自然抗衡的念头最后都会得到相应的惩罚。

在野外谨小慎微并不是坏习惯，遇到事情多问几个为什么这样能避免你自大和蛮干。

怎样合理地使用本书中的技能，这是你的职责，而不是我的任务。

细节往往决定人的生死。

有时候，多抬头看一眼天空的云和星座、夜间安排一个哨兵、懂得编结绳索等技能，就能将你从生死的边缘柿回来。

人体蕴藏着极大的潜能，让你在困苦和恶劣的环境中生存下来。

怎样挖掘你的潜能，这也是你的职责。

不要以为读完了任何一本生存手册就能在逆境中应付自如。

平时多训练本书所述的技能会对你非常有用，朝远处的高楼看看测量一下就能训练测距，在看电视或者上网的时候找一根普通的塑料绳编结一下就能训练绳技，在平时无聊的时候找一份地图来测验一下就能训练地图标定。

而警惕性和观察力的训练则更为容易。

平时走在大街上，观察任何一个人的行为和动作，注意每一栋楼房和道路与昨天的不同；在陌生的班车上，用脑子记下它所经过的每一站、每一个转弯方向、途经的每一个显眼的标志物。

这些简单而有效的训练并不会花费你太多时间。



## <<特种兵教你户外生存>>

专业的攀爬、泅渡和医疗训练则需要有相应的环境，参加一些专业培训会你有好处。

若将野外生存比作一栋楼房，那么强烈的生存意志和生存技能是基石，适当的训练是四壁和房顶，装备仅仅是让你过得更舒服的装修。

在若干次的户外事故中已经证明缺乏技能者携带再昂贵的装备都无法幸免。

或许这个小故事很有代表性。

某年，我部在某险恶的丛林地区进行生存训练，我分队因地标不明而迷路，在丛林中偶遇一位猎户，在他的帮助下我们找到了正确的路线，在规定的时间内到达了指定地点。

而这位指引我们的猎户的装备仅仅是一杆单发猎枪，一把柴刀，小挎包里装着几盒火柴和一包盐。

在交谈中得知，猎户为了采集更多的草药，他已经在丛林里单独生存了近两个月。

听完猎户的话，几位特种兵面面相觑。

受过多年生存训练的自认为是个生存强者，碰到这位猎户后，我才知道还有许多生存技能需要去学习和提高。

记住，强烈的生存意志、丰富的生存技能、严格的生存训练，加上合适的装备，那你就可以应付野外恶劣的环境。

这本书的顺利出版，要感谢好友陈晓军、李丽娟、林常青、王晶、李林芳、狗屎师傅(网名)、陈昆、赵望、邱秋、夏吉辰梁、吕东穗、林芝原等为本手册制图，好友安静以及许多朋友为本书搜集、整理资料，出版方负责人傅跃龙老师、责任编辑樊虎老师、策划编辑王福娇、文字编辑李猛的认真编校，他们为此付出了很大的努力、提出了宝贵的意见。

还要感谢东方出版社领导的欣赏与认可，在他们的支持下，东方出版社与文脉堂共同投资，将此书付梓。

限于本人能力，书中可能会存在一些不足，欢迎读者指正。

在此特别感谢我的经纪公司文脉堂，为我运作出版了这么多作品，《我的特种生涯》改编的电影在文脉堂总经理刘太荣先生的大力推动下，也即将开机拍摄(我本人也受邀参与编剧及军事顾问)，基于本书内容拍摄的纪录片和视频节目，《我的特种生涯》电视剧以及《活着的士兵》等其他作品的影视等跨媒体开发，也在筹划准备中，希望继续得到大家的关注与支持。

## <<特种兵教你户外生存>>

### 媒体关注与评论

户外生存是人类的一项基本生存技能，特别是对于从事户外工作人员以及爱好旅行的人，更需要具备这种技能。

从另外一个意义上讲，人类本身就是来自于大自然，回归野外，不仅是人类返璞归真的追求，同时也是一种当代生活时尚。

《特种兵教你户外生存》对于从事野外工作和向往大自然的人来说是一个好指南，它以作者的亲身经历和亲和语言把野外生存的技能方法介绍给读者，能够让人们从容行走于大自然，跋涉在山水间。带上这本书上路，任何艰难险阻都能克服！——职业探险科学家、长江科考漂流核心队员、横断山研究会首席科学家、中科院成都山地灾害与环境研究所客座研究员、环境地质专家：杨勇 生存训练，在国外已经成为一个成熟的产业。

由于东西方文化的不同，使得我们对生存训练的理解上有着极大的差异，在西方的户外探险活动日趋科学和成熟时，国内不少的户外运动爱好者还在犯着初级的错误，而为这些错误买单的或许不是金钱而是生命！猎鹰是中国人，熟悉中国的文化，有着中国特种兵的背景，以科学的视野和自己积累的野外生存智慧，为中国人打造了一个全新的生存训练范本。

《特种兵教你户外生存》颇具中国地形地物特色，乏味的术语被诠释得生动有趣，非常适合中国人的阅读习惯，实在值得专业和非专业的人士咀嚼和认同。

认真读下去，或许某个章节、某句话，就是你将来某个时刻的救命指南。

在此赘言，以此感谢猎鹰的辛勤劳动！——生态考察探险家、“为中国找水”考察队核心成员、中国科学探险协会珍奇动物考察专业委员会委员、中国航空运动协会会员：徐晓光 不管是在野外，还是在城市，人生路上总难免会遭遇一些意外。

提前有所准备，无论如何要好过事到临头才抱佛脚。

这本《特种兵教你户外生存》内容丰富实用，让你做到未雨绸缪。

——《户外》杂志(OUTSIDE中文版)总编：杨波 物质的准备和精神的准备是户外运动的一项基本前提。

对于户外爱好者来说，本书提供了户外生活和生存的各种重要资料，它或许能在关键时刻拯救你的生命，当然我们希望你在户外永远不要遇到这些情况。

——《山野中国户外》杂志

## <<特种兵教你户外生存>>

### 编辑推荐

《特种兵教你户外生存》编辑推荐：他在怒江边打造木筏，在喜马拉雅山麓追踪岩羊，在雅鲁藏布江峡谷思考生命，在零下30 °C雪地中哼着小曲造一个温暖的小窝；他就是“猎鹰”，磨砺7年，精心推出。

野外与城市避险，灾害中自救与救人装备选择，地图标定，天气判断，寒区生存，陷阱技巧；宿营，取水，生火，觅食，狩猎，绳技，攀爬，速降，泅渡；户外保健，疾病治疗，求救与搜救，绝境求生，城市安全与自救.....猎鹰提示：在野外，没人会为你的错误决定买单，如无必要，绝不冒险！

装备只是提高效率的工具，技能则是所有活动的基础.....带去的越少，才能带回更多。

抛下沉重的负担，带上《特种兵教你户外生存》，不一样的体验就在户外！

<<特种兵教你户外生存>>

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:<http://www.tushu007.com>